

HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI



GENÇ YETİŞKİNLERDE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI VE
DÜRTÜSELLİĞİN SİBER ZORBALIK ÜZERİNDEKİ
YORDAYICI ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Gülderen DEMİR ÇETİN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

GAZİANTEP - 2024



LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL VE ONAY FORMU

Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans / Doktora Programı öğrencisi **Gülderen Demir Çetin** tarafından hazırlanan “**Genç Yetişkinlerde Teknoloji Bağımlılığı ve Dürtüselliğin Siber Zorbalık Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi**” başlıklı tez, 16/07/2024 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucu **başarılı** bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

<u>Görevi</u>	<u>Unvanı, Adı ve Soyadı</u>	<u>Kurumu/Üniversitesi</u>	<u>İmzası</u>
Tez Danışmanı	Dr. Öğr. Üyesi Feyza Topçu	Hasan Kalyoncu Üniversitesi	
Jüri Başkanı	Doç. Dr. Ali Çekiç	Gaziantep Üniversitesi	
Jüri Üyesi	Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Batuhan Kurtoğlu	Hasan Kalyoncu Üniversitesi	

Bu tez Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulu kararı ile onaylanmıştır.

Doç. Dr. Ufuk AKBAŞ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

TEZ BİLDİRİMİ

Bu tezdeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edildiğini ve tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını bildiririm.

DECLARATION PAGE

I hereby declare that all information in this document has been obtained and presented in accordance with academic rules and ethical conduct. I also declare that, as required by these rules and conduct, I have fully cited and referenced all material and results that are not original to this work.

Gülderen DEMİR ÇETİN

Tarih:

HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

GENÇ YETİŞKİNLERDE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI VE
DÜRTÜSELLİĞİN SİBER ZORBALIK ÜZERİNDEKİ YORDAYICI
ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Gülderen DEMİR ÇETİN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Feyza Topçu

ÖZET

İnsanlık tarihi boyunca alkol, kumar, uyuşturucu madde gibi pek çok bağımlılıkla karşılaşmış ve bunların olumsuz etkileri ile mücadele edebilmek için çalışmalar geliştirmiştir. Günümüzün son 20-30 yıllık döneminde ortaya yeni bir bağımlılık türü ortaya çıkmıştır. Bu yeni bağımlılık teknoloji bağımlılığı olarak adlandırılmaktadır. Teknoloji ve internetin gelişmesiyle birlikte sosyal medya bağımlılığı, anlık mesajlaşma bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı gibi alt boyutlara sahip olan teknoloji bağımlılığı da her bağımlılık davranışında olduğu gibi olumsuz bazı sonuçlara neden olabilmektedir. Bu çalışmada genç yetişkinlerde teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellüğün siber zorbalık üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma nicel araştırmalardan korelasyonel desen kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın verileri Google Forms aracılığıyla toplanmıştır. Araştırma verilerinin toplanmasında Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği, Siber Zorbalık Ölçeği, Siber Mağduriyet Ölçeği ve Barrat Dürtüsellik Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini 18 - 30 yaş arası 468 kişi oluşturmuştur. Araştırma verilerinin analizinde SPSS 21.0 programı kullanılmıştır. Araştırma sonucunda teknoloji bağımlılığının erkeklerde kadınlardan daha fazla olduğu, siber mağduriyete kadınların daha fazla maruz kaldıkları, yaşa göre teknoloji bağımlılığının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Eğitim düzeyi arttıkça teknoloji bağımlılığının, dürtüsellüğün ve siber zorbalığın azaldığı da tespit edilmiştir. Teknoloji bağımlılığın ve dürtüsellüğün zorbalığı artırdığı görülmüştür. Dürtüsellığe ve bağımlılığa yatkın olan risk grupları belirlenerek özellikle dürtüsellüğün ve bağımlılığın kontrol altına alınmasına yönelik çalışmalara ağırlık verilerek oluşabilecek siber zorbalığın önlenmesine katkıda bulunulabilir. Bu gruplara ve kamuya yönelik teknolojinin doğru ve yerinde kullanımıyla ilgili bilgilendirilmelerin artırılması, okullarda siber zorbalığa ve teknolojinin kullanımıyla ilgili bilgilendirilmelere daha fazla yer verilmesi ve siber zorbalığı önlemek amacıyla çocuklara okul öncesi dönemden itibaren duygu eğitimi verilmesi ve empatiyi geliştirecek aktiviteler düzenlenmesi, dürtülerin kontrolüne yönelik davranış beceri eğitimlerinin artırılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Teknoloji Bağımlılığı, Siber Zorbalık, Siber Mağduriyet, Dürtüsellik.

**HASAN KALYONCU UNIVERSITY
GRADUATE EDUCATION INSTITUTE
DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY**

**EXAMINING THE PREDICTIVE EFFECT OF TECHNOLOGY
ADDICTION AND IMPULSIVITY ON CYBER BULLYING IN
YOUNG ADULTS**

Gülderen DEMİR ÇETİN

MASTER THESIS

Advisor

Asst. Prof. Dr. Feyza Topçu

ABSTRACT

Throughout human history, various addictions such as alcohol, gambling, and drugs have been encountered, prompting efforts to combat their negative effects. In the past 20-30 years, a new type of addiction has emerged: technology addiction. With the advancement of technology and the internet, technology addiction, which includes subtypes like social media addiction, instant messaging addiction, and digital gaming addiction, can lead to negative consequences similar to other forms of addiction. This study aimed to investigate the predictive effects of technology addiction and impulsivity on cyberbullying among young adults. The research utilized a quantitative approach with a correlational design. Data were collected via Google Forms, employing the Technology Addiction Scale, Cyberbullying Scale, Cyber Victimization Scale, and Barratt Impulsiveness Scale. The study sample consisted of 468 individuals aged 18-30 years. SPSS 21.0 was used for data analysis. Results indicated that technology addiction was more prevalent among males than females, with females experiencing higher levels of cyber victimization. Technology addiction did not significantly vary with age, but higher levels of education were associated with lower levels of technology addiction, impulsivity, and cyberbullying. The study also found that technology addiction and impulsivity increased the likelihood of engaging in cyberbullying. By identifying at-risk groups prone to impulsivity and addiction, targeted interventions focusing on controlling these behaviors could contribute to preventing cyberbullying. Recommendations include increasing public awareness about the responsible use of technology, enhancing education on cyberbullying and technology in schools, providing emotional education and empathy-building activities from early childhood, and increasing behavioral skills training aimed at managing impulses effectively.

Keywords: Technology Addiction, Cyber Bullying, Cyber Victimization, Impulsivity.

ÖNSÖZ

Yaptığım araştırmada günümüz dünyasının önemli problemlerinden olan siber zorbalığı ele almak istedim. Teknoloji bağımlılığı ve dürtüselliğin siber zorbalık üzerindeki yordayıcı etkisinin ortaya konulması, söz konusu olumsuz durumların önüne geçilmesinde önemli görülmektedir. Bu çalışmayı yapmamda bana destek veren ve görüşleriyle bana geribildirim vermeyi eksik etmeyen değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Feyza TOPÇU'ya teşekkürü borç bilirim.

Gülderen DEMİR ÇETİN
Gaziantep - 2024

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iv
ÖNSÖZ	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLO LİSTESİ.....	ix
ŞEKİL LİSTESİ.....	x
1. GİRİŞ	12
1.1. PROBLEM DURUMU	12
1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI	16
1.3. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	17
1.4. SINIRLILIKLAR	19
1.5. VARSAYIMLAR.....	19
1.6. TANIMLAR	19
2.1. TEKNOLOJİ KAVRAMI.....	20
2.1.1. DİJİTALLEŞME SÜRECİ	21
2.1.1.1. SOSYAL ORTAMIN DİJİTALLEŞMESİ	22
2.4. TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI	24
2.4.1. TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞININ AŞAMALARI.....	26
2.4.2. TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞININ BELİRTİLERİ	27
2.5. TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞININ BOYUTLARI.....	28
2.5.1. SOSYAL AĞ BAĞIMLILIĞI.....	28
2.5.1.1. FACEBOOK TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞINI NASIL ETKİLİYOR?	29
2.5.1.2. YOUTUBE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞINI NASIL ETKİLİYOR?	30
2.5.1.3. INSTAGRAM TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞINI NASIL ETKİLİYOR?.....	31
2.5.1.4. X (TWITTER) TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞINI NASIL ETKİLİYOR?.....	32
2.5.2. ANLIK MESAJLAŞMA BAĞIMLILIĞI.....	33
2.5.3. ÇEVİRİMİÇİ OYUN BAĞIMLILIĞI	34
2.6. TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI İLE İLGİLİ KAVRAMLAR.....	36
2.6.1. PHUBBİNG	36
2.6.2. GÜNDEMDE KOPMA KORKUSU	37
2.6.3. NOMOFOBİ	37
2.6.4. DİJİTAL MİNİMALİZM	38
2.7. DÜRTÜSELLİK	41
2.7.1. DÜRTÜSELLİK SÜREÇLERİ	42
2.7.2. DÜRTÜSELLİK VE BAĞIMLILIK	42

2.8. SİBER ZORBALIK.....	43
2.8.1. SİBER ZORBALIĞIN TÜRLERİ.....	43
2.8.2. SİBER ZORBALIK ARAÇLARI	44
2.18.3. SİBER ZORBALIĞIN NEDENLERİ	47
2.8.4. SİBER ZORBALIĞIN SONUÇLARI	49
2.9. TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI DÜRTÜSELLİK VE SİBER ZORBALIK İLİŞKİSİ	50
2.10. YURT İÇİNDE YAPILAN ÇALIŞMALAR.....	51
2.11. YURT DIŞINDA YAPILAN ÇALIŞMALAR.....	52
3. YÖNTEM	54
3.1. ARAŞTIRMANIN DESENİ	54
3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM	54
3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	54
3.4. VERİLERİN ANALİZİ.....	57
4. BULGULAR.....	57
4.1. KATILIMCILARIN TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI, DÜRTÜSELLİK, SİBER MAĞDURİYET VE SİBER ZORBALIK TOPLAM VE ALT BOYUT PUANLARINA AİT BETİMSSEL BULGULARI	58
4.2. KATILIMCILARIN TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI, DÜRTÜSELLİK, SİBER MAĞDURİYET, SİBER ZORBALIK DÜZEYLERİNE İLİŞKİN BETİMSSEL ÇIKARIMSAL BULGULARI.....	59
4.3. TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI VE DÜRTÜSELLİK DEĞİŞKENLERİNİN SİBER ZORBALIK TOPLAM PUANINI YORDAMA DÜZEYİNE İLİŞKİN ÇOKLU REGRESYON ANALİZİ SONUÇLARI	80
5. SONUÇ VE TARTIŞMA	81
5.1 SONUÇLAR.....	81
KAYNAKLAR	90
EKLER	105
EK-1: TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ	105
EK-2: SİBER ZORBALIK ÖLÇEĞİ	107
EK-3: SİBER MAĞDURİYET ÖLÇEĞİ.....	108
EK-4: BARRATT DÜRTÜSELLİK ÖLÇEĞİ	109
ÖZGEÇMİŞ	110

TABLO LİSTESİ

Sayfa No

Tablo 2.1: DSM-5 İnternet Bağımlılığında Görülen Semptomlar ve Tanımları	27
Tablo 2.2: Oyun Bağımlılığında Görülen Semptomlar ve Tanımları	28
Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	58
Tablo 4.2. Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları	59
Tablo 4.3. Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Yaş Düzeyi Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları	61
Tablo 4.4. Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Çalışma Durumu Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları.....	63
Tablo 4.5. Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Çocuğa Sahip Olma Durumu Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları.....	65
Tablo 4.6 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Bakmakla Yükümlü Olduğu Kişi ve Kişilerin Olma Durumu Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları.....	66
Tablo 4.7 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Kronik Rahatsızlık Olma Durumu Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları	68
Tablo 4.8 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Bakmakla Yükümlü Olduğu Kişi ve Kişilerin Olma Durumu Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları.....	70
Tablo 4.9 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Eğitim Durumu Değişkeni Açısından One- way ANOVA Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	72
Tablo 4.10 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Medeni Durum Değişkeni Açısından One- way ANOVA Testi ile Karşılaştırma Sonuçları.....	76
Tablo 4.11 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık ve Alt boyutları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Katsayıları	79
Tablo 4.12 Teknoloji Bağımlılığı ve Dürtüsellik Değişkenlerinin Siber Zorbalık Toplam Puanını Yordama Düzeyine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi.....	80

ŞEKİL LİSTESİ

Sayfa No

Şekil 2.1: Siber Zorbalık Araçları	45
Şekil 2.2: Siber Zorbalığın Nedenleri.....	47
Şekil 2.3: Siber Zorbalığın Sonuçları	49



KISALTMALAR

ABD : Amerika Birleşik Devletleri

FOMO : Gündemden Kopma Korkusu

IGA : İnternet Oyun Bağımlılığı

İOOB : İnternet Oyun Oynama Bozukluğu

MIM : Anlık Mesajlaşma

SMS : Kısa Mesaj

SPD : Duyusal İşleme Bozukluğu

WHO : Dünya Sağlık Örgütü

1. GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

İnsanlar günlük olarak teknolojik cihazların kullanımına ayırdıkları zaman dilimini arttırmakta, diğer tüm ihtiyaçları için kullandıkları zaman dilimi ise giderek azalmaktadır; Türkiye'nin kullanıcı sayısı açısından ön sıralarda yer aldığı dijital teknoloji kullanımının yoğun olduğu ülkelerde, uluslararası platformlarda tespit edilen teknolojinin bireyler üzerindeki bağımlılık etkileri, sağlık kuruluşları tarafından küresel bir tehlike olarak görülmektedir (Yengin, 2019). Avrupa Komisyon Hizmetleri dahilinde Dijital Göstergelerde (2018) yer alan 'internet kullanımı' göstergesinde incelenen Avrupa istatistikleri verilerine göre; Avrupa da bulunan 28 ülke ile Türkiye'de ikamet eden kişilerin gündelik olarak internet kullanım yaygınlığı ile ilgili verileri belirtilmiştir (European Commission Digital Single Market, 2019). 28 ülkede bulunan tüm yaş gruplarının yer aldığı, bireylerin günlük olarak tespiti yapılan çevrimiçi bulunma oranlarının bulunduğu 'Eurostats' istatistiklerinde; 2009'dan 2018'e dek bulunan yüzdeliklere bakıldığında internet kullanım miktarında çok fazla artış olduğu görülmektedir. 28 ülkenin bulunduğu verilerde Avrupa'nın ortalama internetten faydalanma sıklığı (gündelik olarak) 2009'da nüfusuna göre oranı %48 olarak bulunmuşken 2018'de %76'ya yükselerek ciddi bir artış göstermiştir (European Commission Digital Single Market, 2019). Benzer istatistiklerde Türkiye'nin bulunduğu yüzde oranları incelendiğinde 2009'da nüfusa göre oranın %20'si günlük interneti kullandığı tespit edilmişken, 2018'de bu oran %63 olarak belirlenmiştir. 16-29 yaş grubunda internet kullanım sıklığı günlük oranları incelendiğinde: Avrupa internet kullanımı 2012 yılı 16-29 yaş grubu kullanım ortalaması %82 olarak belirlenmişken 2018'de %95 oranıyla artış göstermiştir. İlgili istatistiki verilerde Türkiye'nin bulunduğu yüzde oranları incelendiğinde 2012'de 16-29 yaş grubu kullanım ortalama değeri nüfusun %41'i iken 2018'de %83'e çıkarak altı yılda bir sürede yüzde 42 oranında artış göstermiştir. Türkiye'nin de yer aldığı istatistiki verilerde gözlemlenebilmektedir ki Türkiye'de internet kullanım sıklığı yüksek oranda bir artış göstermiştir (European Commission, 2019). İnternet kullanımı amaçları doğrultusunda dijital kabiliyetler, internet çevrimiçi kurs ile yazılım geliştirme durumlarının yer aldığı Eurostats tabloları incelendiğinde, Türkiye'nin ortalama verileri Avrupa ülkelerinin ortalama uğraş değerlerine göre fazlaca altta olduğu görülebilmektedir (European Commission, 2019). Eurostats'ın tespit ettiği istatistiklere göre; 'teknoloji bağımlılığı' söz konusu olduğunda kişilerin internet kullanımı açısından Avrupa ülkelerine nazaran teknoloji bağımlılığı unsurunun Türkiye için daha ciddi bir tehdit olduğu söylenebilir. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) Hane Halkı Bilişim Teknolojileri

Kullanım Araştırması (2018) ilgili haber bülteni internet sayfası yayınında bulunan verilerde, 16-74 yaş aralığındaki kişilerin internet kullanım oranı %72,9 olarak belirtilmiştir. İlgili yüzde oranı 2017’de %66,8 değerinde tespit edilmiştir. Bilgisayardan faydalanma oranı ise 2017’de %56,6 şeklindeyken 2018’de %59,8 oranında artış göstermiştir (TÜİK, 2018).

Bu çalışmada teknoloji bağımlılığının birden fazla alt türü olduğu gözetilerek en kapsayıcı ifade olarak ‘teknoloji bağımlılığı’ ifadesi kullanılmıştır. Literatürde bulunan çalışmalarda daha çok ‘internet bağımlılığı’ tabirinin yer aldığı ve niçin kullanıldığı açıklanmıştır. İnternet bağımlılığı ifadesini tercih etmek yerine teknoloji bağımlılığı ifadesi kullanımının tercih edilmesi kapsam bakımından daha uygun olacağı açıklanmıştır (Dinç, 2015: 35). Teknolojinin boş zaman aktivitesi olarak kullanımı, kişilerin günlük zaman kullanımlarında boş zaman diliminde gerçekleştirdikleri faaliyetlerdir; aktivite amaçlı teknoloji kullanımı, kişilerin boş zamanda gerçekleştirmek istediklerini ve ihtiyaç duyduklarını sanal ortamda gerçek hayatta olduğundan daha kolay olarak elde edebilmesi durumudur (Aydın, 2018). Bu durum diğer teknolojik kullanım türleri içinde geçerlidir. Avantajlarının arasında koşullandırıcı etkilerle birlikte bireylerin kullanımına açılması neticesinde bağımlılığa dönüşebilmektedir. Ertemel ve Aydın’nın makalesinde bağımlılığa sebebiyet veren teknolojinin alışkanlık yaratması için oluşturulan pratikleri denilebilecek kavramlar açıklanmaktadır (Ertemel ve Aydın, 2018). Bu pratiklere baktığımızda, teknolojik aletlerin ve internetin sağladığı anlık tatmin, kolay erişim ve sosyal bağlılık gibi faktörler bulunmaktadır. Başka bir görüşte; boş zaman faaliyeti kapsamında teknoloji kullanımları bağımlılıkla ilişkilendirilerek açıklanması ilgili araştırmalarda ayrıntılı bir şekilde incelendiği tespit edilmiştir (Wu vd., 2013; Subramaniam, 2014). Yapılan başka bir araştırmada ise bu pratiklerin yanında ergenlerde teknoloji bağımlılığına neden olabilecek bazı risk faktörleri de belirlenmiştir: Evde sağlıklı ve güvenli bir ortamın bulunmaması, aile içinde tutarsız davranışlar sergilenmesi, aile içindeki rol dağılımının net olmaması, rol çatışmalarının yaşanması ve ergenlerden beklentilerin yüksek olması, ergenlerin teknoloji kullanımına daha fazla yönelmelerine neden olan risk faktörleri olarak tanımlanmıştır (Young, 1997 ve Ceyhan vd., 2011).

Teknoloji bağımlılığı ve diğer alt türleriyle (internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı, çevrimiçi oyun bağımlılığı, video oyunu bağımlılığı, bilgisayar oyunu bağımlılığı vd.) ilintili bir şekilde birden çok farklı bilimsel nitelikli araştırma gerçekleşmiştir. İlgili araştırmalardan bazıları teknoloji bağımlılıkları ve kötü etkileriyle alakalı çalışmalar ortaya koymuştur (Bae, 2013; Karakoç ve Taydaş, 2013; Pearson ve Hussain, 2016; Çavuş vd., 2016; Sinsomsack ve Kulachai, 2018; Uçman, 2019; Gürkan vd., 2019). Psikolojik

kötü etkilerinin dışında fiziksel yan etkileri veya zararları ile alakalı makalelerle karşılaşılarak inceleme yapılmıştır (Gada ve Oberoi, 2018). Teknoloji bağımlılığının sebepleriyle beraber çözümsel yaklaşım gösteren araştırmalarda literatürde bulunmaktadır (AlBarashdi vd., 2016; Gökçearsan vd., 2016; Ertemel ve Aydın, 2018; Veissière ve Stendel; 2018; Malik ve Devi, 2018; Jiang vd., 2018). Teknoloji bağımlılığı ilişkileri değerlendirilerek ortaya koyulan açıklamaların bulunduğu çalışmalar üzerine incelemeler gerçekleştirilmiştir (Babacan, 2016; Aktaş ve Yılmaz, 2017). Bahsedilen çalışma ve araştırmalardan farklı bir ele alış ile gelecekte teknoloji bağımlılığı durum tespiti üzerine açıklamalar ortaya koyabilmek için oluşturulan (Sözbilir ve Dursun, 2018) çalışmalara da literatürde karşılaşılmaktadır. Tüm bu araştırmalar incelendiğinde teknolojinin hızlı erişim sunması, zaman tasarrufu yapabilme, bilgiye hızlı ve kolayca ulaşabilmenin yanı sıra birçok olumsuz yan etkisi olduğu görülmektedir. Teknolojinin yanlış kullanımı sonucu ortaya çıkan ve son yıllarda giderek araştırmalara da konu olan bir etmen de siber zorbalık olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda günümüz dijital dünyasında teknoloji bağımlılığı ve siber zorbalık kavramlarının arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar gittikçe artmaktadır (Yaman vd., 2013 ; Altundağ, 2016; Ünver ve Koç, 2017).

Siber zorbalık, bir kişi ya da grup aracılığıyla zarar vermek maksatıyla bilgi ve iletişim teknolojileri ile birlikte gerçekleştirilen bilerek, tekrarlayıcı ve düşmanca davranışları içine alan davranışlardır. Bu davranışlar, elektronik posta, cep telefonu, çağrı cihazı, kısa mesaj servisi ve web siteleri kullanılarak gerçekleştirilir (Arıca, 2009; Baker ve Kavşut, 2007). Birçok çalışmada teknolojiyi yoğun şekilde kullananların siber zorbalık bulunma eğilimini artırdığını tespit etmiştir (Baker ve Kavşut, 2017; Otrar ve Ökte, 2014). Günümüzde gittikçe teknolojinin kullanımı ve siber zorbalığın yaygınlaşması birbirleri arasındaki ilişkinin olup olmadığı sorusunu araştırmama itici etken olmuştur. Yapılan araştırmalara göre siber zorbalığa neden olan etkenlerden kişisel faktörler, durumsal faktörler ve bireyin içsel özellikleri bireyin bir değerlendirme yapmasına ve siber zorbalıkta bulunup bulunmama kararı vermesine etki etmektedir (Kowalski ve diğ., 2014). Davranışın sonuçları süreç içinde bireyin kararını etkileyecek yeni girdileri oluşturacaktır. Örneğin, siber zorbalık yapıp olumsuz bir sonuçla yüzleşmemesi, anonimlik algısını besleyeceği için, birey tekrar siber zorbalıkta bulunma kararını daha kolay verecektir. Model, siber mağduriyette de kişisel ve durumsal faktörlerin etkili olduğunu ifade etmektedir ki mağduriyetin yarattığı düşünceler, duygular, uyarılmışlık bireyin bir değerlendirmede bulunmasına ve tepki vermesine neden olmaktadır. Bu noktada, mağdur dürtüsel bir karar vererek kendisi siber zorbalık yapabilir (Akgül, 2020).

Literatürde teknoloji bağımlılığı ile siber zorbalık arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalarda internet kullanım sıklığının (Yaman vd., 2013), internet kullanım süresinin (Ünver ve Koç,

2017), sosyal medya hesabı olanların (Altundağ, 2016) siber zorbalığı artırdığı ifade edilmektedir.

Siber zorbalık ve siber mağduriyet ilişkisinin bireyde gözlemlenen psikolojik belirtilerinin araştırıldığı bir çalışmada sosyal olmayan ve anksiyete yaşayanların sanal ortamları kullanmakta ve bu ortamlarda kendilerini ifade etmekte olduğu aktarılmıştır. Bu bağlamda sanal ortamların içinde sosyallik gösteren bireyler kolaylıkla siber mağdur pozisyonuna da geçebilmekte olup bu da bireyin depresif belirtilerinde ve anksiyetelerinde artışa neden olabilmektedir (Şahin vd., 2012). Bunun yanında Çimke ve Cerit'in yaptıkları araştırmada sosyal medya bağımlılığının bir sonucu olan siber zorbalık ve siber mağduriyetinin birçok sosyodemografik unsurlardan etkilendiğini de belirtmiştir (Çimke ve Cerit, 2021).

Teknoloji bağımlılığı ve siber zorbalık başlıklarını bir bağlam içerisinde konuşurken karşımıza bireylerin eğilimlerinde önemli bir yer tutan “dürtüsellik” kavramı çıkmaktadır (Holmes vd., 2009; Görücü, 2016). Davranışları herhangi bir önsezi, yansıma veya sonuç bağlamında dikkate alınmadan sergilenmesi olarak tanımlayabileceğimiz “dürtüsellik” diğer bağımlılık türlerinin karakteristiği olduğu gibi interneti sıklıkla aktif kullanan bireylerin bir özelliği olabileceği düşünülmektedir (Saville, Gisbert, Kopp ve Telesco, 2010). Bu çalışmalar da yine dürtüsellik ve teknoloji bağımlılığının birbirleriyle ilişki halinde olduğunu göstermektedir. Manğal (2022) ve arkadaşlarının yaptığı özgün bir araştırmada çocuğu DEHB tanısı almış olan aileler dürtüsellik ve davranışsal bağımlılıklar kapsamında çocukların daha yüksek risk taşıdığı sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca Kulu ve Özsoy internet kafeye gitme alışkanlığı bulunan bir grup gençle yaptıkları araştırmada internet kafelere gitme alışkanlığı olan bireylerin internet bağımlılığı, dürtüsellik ve dikkat dağınıklığı açısından risk altında olduklarını göstermektedir (Kulu ve Özsoy, 2020).

Bu bağlamda dürtüsellik tanımlamalarını incelediğimizde Eysenck (1997) dürtüsellik risk alma, plan yapmada başarısızlık ve zihni toplamada zorluk yaşama ile ilişkilendirmiştir. Bu ilişki perspektifinden incelediğimizde yine dürtüsellik de birçok bileşeni olduğunu söyleyebiliriz. Özellikle plan yapmada yaşadığı başarısızlık ve risk alma girişimleri kişinin davranışlarının sonuçlarına dair bir öngöründe bulunamadığı durumunu düşündürmektedir. Kök (2017) yaptığı kesitsel ve prospektif araştırmalarda DEHB tanısı almış olan çocuk ve ergenlerin geleneksel zorbalık ve mağduriyet başlığı açısından yüksek riskli grup olarak kapsadığından bahsetmiştir. Geleneksel zorbalığın sıklıkla siber zorbalık ile birliktelik gösterdiği kabul edilmektedir (Görücü, 2016). Buna ek olarak DEHB'nin ergenlerde aktif internet kullanımı ve internet bağımlılığı için yordayıcı ve bir risk faktörü olduğu görülmektedir. Sağar (2022) akıllı telefon bağımlılığı ile dürtüsellik ve saldırganlık arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu

ortaya koymuştur. Ayrıca, çalışmada dürtüsellik ve saldırganlık değişkenlerinin akıllı telefon bağımlılığının güçlü belirleyicileri olduğunu tespit etmiştir. Gonzalez (2002) internet bağımlılığı ile dürtüsellik ilişkisi olup olmadığı ile ilgili yayınladığı tez çalışmasında internet bağımlılığı ile dürtüsellik arasında bir ilişki olduğundan bahsetmektedir. Dürtüsellik ile zorbalık kavramları arasındaki ilişki çok sayıda araştırmayla açıklanmış, yorulanmış olmakla beraber (Görücü, 2017; Sağar, 2022 vd.) dürtüsellik ile siber zorbalık arasındaki ilişkinin doğrudan araştırıldığı az sayıda çalışma mevcuttur. Çalışmada, bu üç kavram arasındaki ilişkinin incelenmesi, bireylerin teknoloji kullanım alışkanlıklarının ve dürtüsellik özelliklerinin siber zorbalık riski ile ilişkisini anlamak açısından önemlidir. Literatür taraması sonucunda teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellik eğilimlerinin siber zorbalık gibi dijital dünyada zararlı davranışların gelişiminde kritik faktörler olduğuna karar verilerek bu ilişkilerin anlaşılmasına ve önleyici tedbirlerin geliştirilmesine katkı sağlanması amaçlanmaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı, genç yetişkinlerde teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellik siber zorbalık ve mağduriyet üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesidir. Buna göre araştırma sorusu; teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellik siber zorbalık üzerinde yordayıcı etkisi var mıdır? şeklinde kurulabilir. Buna göre alt sorular ise şu şekilde sıralanabilir:

Yetişkinlerde teknoloji bağımlılığı demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu, çocuk sahibi olma durumu, kronik rahatsızlık varlığı, çocuklar dışında bakmakla yükümlü olunan birinin varlığı ve ilaç kullanımı) göre farklılık göstermekte midir?

Yetişkinlerde dürtüsellik demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu, çocuk sahibi olma durumu, kronik rahatsızlık varlığı, çocuklar dışında bakmakla yükümlü olunan birinin varlığı ve ilaç kullanımı) göre farklılık göstermekte midir?

Yetişkinlerde siber zorbalık demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu, çocuk sahibi olma durumu, kronik rahatsızlık varlığı, çocuklar dışında bakmakla yükümlü olunan birinin varlığı ve ilaç kullanımı) göre farklılık göstermekte midir?

Yetişkinlerde siber zorbalığa maruz kalma demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu, çocuk sahibi olma durumu, kronik rahatsızlık varlığı, çocuklar dışında bakmakla yükümlü olunan birinin varlığı ve ilaç kullanımı) göre farklılık göstermekte midir?

Yetişkinlerde teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellik siber zorbalık üzerindeki yordayıcı etkisi nedir?

Bu araştırma gerçekleştiğinde teknoloji bağımlılığın ve dürtüselliğin siber zorbalık üzerinde ne kadar etkili sorusunun cevaplanması amaçlanarak siber zorbalığın önlenmesi çalışmalara katkı sağlamak ve aralarındaki ilişkinin yönü ve şiddeti belirlenerek siber zorbalığın oluşmasına neden olabilecek riskli grupların belirlenmesine katkıda bulunması amaçlanmıştır. Teknoloji bağımlılığın ve dürtüselliğin siber zorbalık yapılmasına ne kadar etkide bulunduğu belirlenmesi okuldaki psikolojik danışmanların, psikologların, aile danışmanlarının teknolojinin doğru kullanımına dair ve dürtüyü kontrol altına alabilme becerisinin geliştirilmesi ile ilgili kamuya ve çocuklara yönelik çalışmalar yapılmasına katkıda bulunulması amaçlanmıştır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Günümüzde insanlık, tarihi boyunca belki de teknolojik gelişmelerin en hızlı biçimde yaşandığı ancak buna rağmen yetersizlik hissiyatının yoğun biçimde görüldüğü bir dönemde bulunmaktadır (Çelikçapa, 2013; Koç, 2017). Tarih boyunca insanlığı ileri götüren birçok önemli gelişme meydana gelmesiyle birlikte yazının bulunması, matbaanın icadı gibi gelişmeler haberleşme ve iletişim alanında önemli adımlardan sayılmaktadır. Bu gelişmelerin yaşanması uzun ve zorlu bir yolculuk olmuştur (Çelikçapa, 2013). Teknolojik gelişmelerin hızına ayak uydurmak, günümüzde birçok ülkede önemli bir meydan okuma haline gelmiştir. Türkiye de bu bağlamda benzer zorluklarla karşı karşıyadır. (Şenel ve Gençöglü, 2003).

Ev tipi bilgisayarlar her ne kadar 1960'larda Türkiye'ye gelmiş gibi görünse de birçok haneye girmesi 2000'leri bulmuştur (Koç, 2007). Bu bilgisayarların evde kullanıldığı ilk dönemlerde internet ağları çok az evde kullanılabiliştir. Daha sonraki dönemde internet ağlarının yaygınlaşması ve buna paralel biçimde anlık mesajlaşma olarak adlandırılan chat uygulamalarının oluşturulması günümüzün sosyal ağ sitelerinin temelini atmıştır. Bu tür uygulamaların ortaya çıktığı ilk dönemlerde, teknoloji bağımlılığı kavramı gündemi meşgul etmemişse de cep bilgisayarı olarak da bilinen akıllı telefonların bireylerin günlük yaşamına girmesi ile teknoloji bağımlılığı kavramı da hayatımıza girmiştir (Babacan, 2016). 2008 yılında ilk akıllı telefonun satışa sunulması ile insanlar hiç tahmin edilmeyen bir kaosun içine doğru sürüklenmiştir. Artık internet bağlantısına sahip mobil cihazlar kişilerin yanından asla ayırmak istemediği ve yokluğuna dahi tahammül edemediği aygıtlar halini almıştır (İNETD, 2014).

Davranışsal olsun ya da olmasın tüm bağımlılıkların uzun vadede bireylerin sosyal ilişkilerine zarar verdiği bilinmektedir (Ayakdaş Dağlı ve Yüyen, 2023). Bireyleri bağımlılığa yönelten unsurlar arasında ise bireyin sosyal destek noktasında hissettiği yetersizlik bir risk

unsuru olarak karşımıza çıkmaktadır. Teknoloji bağımlılığının sonuçlarından biri de siber zorbalık olarak kendisini göstermektedir (Çimke ve Cerit, 2021).

Deloitte (2019) 28 ülkeden 44 binden fazla kişi ile gerçekleştirdiği bir araştırmada, en çok tercih edilen elektronik cihazların akıllı telefonlar olduğunu ve dijital uygulamaları en çok kullanan kitlenin 18-24 yaş grubu olduğu sonucuna ulaşmıştır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında ilgili yaş aralığında bulunan bireylerin genç yetişkinlik dönemi içerisinde yer aldığı görülmektedir.

Arnett'a (2007) göre genç yetişkinlik dönemi hem ergenlikten hem de yetişkinlikten farklı olarak kendine özgü özellikleri barındıran bir gelişimsel dönemdir. Bu süreç bireylerin kendini arada hissettiği, kimlik arayışı içinde olduğu, en çok kendilerine odaklandıkları bir geçiş dönemidir. İçinde bulunduğumuz teknoloji çağında genç yetişkinlik döneminde yer alan bireylerin dijital araçlarla ve platformlarla olan sıkı ilişkisi beraberinde siber zorbalık gibi problemleri gün yüzüne getirmektedir (Chen vd., 2016; Savcı ve Aysan, 2017).

Siber zorbalığın meydana gelmesini kolaylaştıran kişisel etmenler arasında intikam düşüncesi, önceki siber mağduriyet veya zorbalık deneyimleri, teknoloji becerilerini sergileme arzusu, eğlenme veya güç hissi, empati ve narsisizm gibi karakter özellikleri, anksiyete ve depresyon, internete kolay ulaşım ve uzun süre çevrimiçi kalma, sigara ve alkol tüketimi, fiziksel saldırıyı kullanmış olmak veya hırsızlık gibi eylemler, zorbalığın etik olarak meşrulaştırılması ve ahlaki esneklik gibi değerler bulunmaktadır. (Akgül, 2020).

Siber zorbalık, maruz kalan kişiler üzerinde olumsuz etkiler bırakabilmektedir. Teknoloji bağımlılığı ise siber zorbalığı yapma ve siber zorbalığa uğrama riskini artırmaktadır (Yıldızacı ve Demir, 2021). Dürtüselliğin siber zorbalık üzerinde etkisinin olduğu düşünüldüğünde teknoloji bağımlılığı ile siber zorbalık ve dürtüsellik arasında bir ilişkinin olabileceği düşünülmektedir.

Genç yetişkinler ile ilgili alanyazınında yapılan çalışmalar incelendiğinde teknoloji bağımlılığı, dürtüsellik ve siber zorbalık değişkenleri açısından detaylı bir araştırmanın gerekliliği görülmüştür. Yapılan araştırmalar genç yetişkinler üzerinde çalışırken değişkenleri tek tek ele almış ve çoğu çalışma sadece demografik özellikleri ele alan yüzeysel düzeyde sonuçlar elde etmiştir. Literatür incelendiğinde araştırmada ele alınacak olan değişkenlerin bir arada incelendiği bir çalışmaya rastlanılamamıştır. Bu çalışma ile genç bireylerin teknoloji bağımlılığı, dürtüsellik ve siber zorbalık değişkenleri açısından detaylı olarak inceleneceği ve ayrıntılı bilgilere ulaşılabileceği düşünülmektedir.

1.4. Sınırlılıklar

Bu araştırma 2023 yılında 18-30 yaş arasındaki genç bireylerden oluşan 277 (%59) kadın, (%41) 191 erkek olmak üzere 468 kişi ile yapılmıştır. Katılımcıların yaş ortalamaları $24,25 \pm 3,73$ (18-30) olarak bulunmuştur. Bu araştırma eklerde yer alan sorular ve genç bireylerden alınan cevaplar ile sınırlandırılmıştır. Lise öğrencileri, yüksek lisans ve doktora öğrencileri ve ilkokul-ortaokul mezunları örnekleme daha az temsil edilmiştir. Bu dengesizlik, farklı eğitim seviyelerindeki bireylerin görüşlerinin yeterince değerlendirilmesini engelleyebilir. Ayrıca gelir durumunun da incelendiği çalışmada yüksek ve düşük gelir düzeyindeki bireylerin orta düzey gelir durumuna göre bir hayli daha düşük olduğu görülmüştür. Örnekleme dengesizlik, sosyoekonomik faktörler açısından değerlendirmeyi zorlaştırabilir. Ayrıca çocuk sahibi bireyler örneklem de çocuk sahibi olmayan bireylere göre çok daha fazla yer almıştır. Bundan kaynaklı karşılaştırma yapılması pek uygun değildir. Yine aynı şekilde ilaç kullanımı, kronik rahatsızlığın varlığı ve bakmakla yükümlü olduğu kişinin bulunup bulunmaması örnekleme dengesizlik söz konusu olduğundan buradaki yapılabilecek karşılaştırmalar ve incelemeler doğru sonucu yansıtmayabilir. Bundan kaynaklı örneklemin daha iyi temsil edildiği başka çalışmaların tekrarlanması önem arz etmektedir.

1.5. Varsayımlar

Çalışmada örneklemin evrenin tümünü temsil ettiği varsayılmaktadır. Araştırmaya katılım gösterenlerin ölçeklerdeki ifadelere samimi olarak ve başkalarından etkilenmeden yanıt verdikleri varsayılmaktadır. Çalışmada değerlendirilen ölçeklerin incelenmesi amaçlanan nitelikleri uygun biçimde ölçtüğü varsayılmaktadır.

1.6. Tanımlar

Siber Zorbalık: Dijital teknolojilerin kullanılması yoluyla gerçekleştirilen zorbalık türüdür. Mesajlaşma platformlarında, sosyal medyada, oyun platformlarında ve cep telefonları aracılığıyla diğer kullanıcıları korkutmayı, kızdırmayı, küçük düşürmeyi ya da utandırmayı amaçlayan yinelenen davranışlardır (UNICEF, 2020).

Teknoloji Bağımlılığı: Bireylerin bilgisayar, televizyon, telefon, tablet, sosyal medya vb. teknolojik aletlerle ve ortamlarla olan ilişkisi (Shaw ve Black, 2008).

Dürtüsellik: İnsanlarda ve diğer memelilerde görülen ve genellikle plan yapmadan ani eylemlere meyilli olma olarak tanımlanır (Dalley ve Robbins, 2017).

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Teknoloji Kavramı

Teknoloji ile ilgili birçok tanımlama literatürde yer almaktadır. Teknolojinin ortaya çıkışı ve gelişimi tarihsel olarak bütünü ele alındığında teknolojinin insanoğlunun önündeki engelleri aşmak için birikim ve deneyim yüklenerek kendini sürekli geliştiren yegane yaşam pratikleri olarak değerlendirilebilir (Koç, 2007). Teknoloji, bir amaç ile ona ulaşma çabası sürecinde ya da insanoğlunun birtakım sorunlar karşısında kalıcı çözümler üretmek için ortaya koyduğu, gözleme dayalı olarak kanıtlanmış bilgilerin uygulanışı olarak tanımlanabilir. Zira bunu temellendiren görüşlerin (Demirel, 1993) yanı sıra benzer ama farklı bir bakış açısıyla insanlığın doğaya üstünlük kurabilmek için kazanılmış yeteneklerin gerekli durumlarda uygulanan işlevsel birtakım yapılar olarak tanımlandığı da görülmektedir (Alkan, 1998). Genel olarak tanımlamaların muamma olarak görmediği durum ise teknolojinin insanın çabalarıyla ortaya çıktığı görüşüdür. Teknoloji kelimesi, anlamına uygun olarak bir araya gelebilmesi ve işlevini kazanabilmesi için çok uzun süreçlerden geçmiş ve de birçok badirelerin çözümleri aranırken kazanılmış, çabalar bütününe anlamlandıran, tarihi insanlık tarihi kadar köklü bir kavramdır (Constable & Somerville, 2003); teknoloji kelimesi iki farklı kelimenin bir araya gelmesi ve birlikte başka bir anlam kazanmasıyla oluşmuştur. Tekno yani günümüzdeki 'teknik' kavramının karşılığı olan, Antik Yunan döneminden gelen "techne" kelimesinin köken anlamı olarak 'açığa çıkarmak', 'sanat', ustalık, zanaat kelimeleri karşılık gelmektedir. Teknoloji kelimesinde '-loji' ise yine Antik Yunan'daki karşılığıyla günümüzde anladığımız 'bilim' kavramının kökenini oluşturan bir nesnenin 'öğrenmek', 'bilmek' amacıyla incelenmesi anlamındaki 'logos' kelimesinden gelmektedir. 'Logos' kavramı ise 'logia' yani 'bilgi' kavramından türemiştir (Kerimova ve Aliyeva, 2016). Teknolojik değişim, insanlığın ilk çağlarından itibaren insan gelişimini şekillendirmiştir (Pickrell, 2005). Başlangıçta, bugünkü anlamda teknoloji olarak görülmeyen buluşlar, biyolojik, psikolojik, kültürel ve toplumsal açıdan insan doğasını etkilemiş ve dönüştürerek; değişim devam ettikçe, bu dönüşümlerin getirdiği yeni dünyalar, daha ileri ve gelişmiş teknolojilerin keşfedilmesine zemin hazırlamıştır (Miller, 2013). Fakat, teknolojinin hızla ilerlemesiyle birlikte, insan-makine ilişkisi içinde kimin avantajlı olduğu ve teknolojinin insanın doğa üzerindeki hakimiyetini artırıp artırmadığı konularında tartışmalar yaşanmaktadır (Çelikçapa, 1992). Eğlence, eğitim, sağlık gibi alanlardan sonra ebeveynlik alanında da teknoloji kolaylaştırıcı bir rol oynamaya başlamışsa da ebeveynlerin sanal ortamlardan aldıkları bu yardım, teknoloji kötüye kullanımı tehlikesini de

beraberinde getirmektedir (Karateke, 2020). Aşağıda dijitalleşme süreci ele alınarak teknolojinin yanlış kullanımı sonucu ortaya çıkan teknoloji bağımlılığı detaylı incelenecektir.

2.1.1. Dijitalleşme Süreci

Teknolojik gelişiminin birçok dönüm noktası olmuştur. İhtiyaca yönelik geliştirilen teknolojiler savaş, toplumsal buhran, kitlesel ve küresel sorunlar bu dönüm noktalarının ateşleyicileri olmuşlardır. Teknolojinin ortaya çıkışından günümüze dek değerlendirildiğinde her toplumdan ve her meslekten bireyleri etkisi altına alan dijital dönüşüm bilgisayar ve internetin ortaya çıkışı ile oldu denilebilir (Pakdemirli, 2019, s.667).

1623 yılında Wilhelm Schickard tarafından ilk hesap makinesi icadı (Jahns, 2006, s.5) sonrasında bilgisayar teknolojisindeki sistemli gelişmeler 1980'lere gelindiğinde kişisel olarak kullanılabilecek bilgisayarların ortaya çıkmasını sağladı. İlk sayısal elektronik bilgisayarın 1946'da (ENIAC) oda büyüklüğündeki cihazların icadıyla süregelen gelişim yerini 1981'de (IBM PC) küçük ev tipi masa üstü bilgisayarlar aldı (Jahns, 2006, s.11). Fakat bilgisayarların işlevini tam anlamıyla kazanmaya başlaması ve de potansiyelinin ortaya konması internetin icadı ile ortaya çıkmıştır. İnternet 1970'de askeri alanda iletişimin gerçekleşebilmesi için geliştirilmiş bir teknoloji iken (Mahoney ve Haigh, 2011) çok geçmeden insanlar hatta toplumlar arası bir iletişim aracı olarak görülmek istenmiş yapılan pek çok çalışma ile internetin icadından fazla süre geçmeden bu gerçekleştirilmiştir. Soğuk savaş dönemi iletişim teknolojilerinin hızla geliştiği bir süreçtir. Soğuk savaş bir süre sonra ortadan kalkmıştır fakat iletişim teknolojileri başı çekmek üzere teknolojik gelişmeler hızını kesmemiştir. Askeri kaygılarla başlayan iletişim mecburiyeti her alanda bu mecburiyet algısıyla gelişmeye devam etmiştir (Dijilopedi, 2019). Bilgisayar ve internet teknolojileri kadar önemli olan bir teknolojik gelişmede telefondur. Günümüzde telefonun icat ediliş amacının yanı sıra insanlık adına binlerce farklı amaca daha hizmet etmektedir. 1980'lerin başında cep telefonu icat edilirken 1990'lı yıllarda akıllı telefon tanıtılmıştır. Telefonun internetle buluşması, internetin artık ceplerde taşınabilir hale gelmesi, cep telefonlarının akıllı olarak üretilmesi ve en önemlisi cep telefonu sektöründeki rekabet telefonun fonksiyonel olarak bilgisayar ile benzer işlemleri gerçekleştirebilmesini mümkün kılmıştır (Pakdemirli, 2019). Bu icatlar toplumda çok hızlı bir şekilde yanıt alıp küresel anlamda yaygınlaşması üreticilere yeni ürünler sunmaları için karşı koyulmaz bir teşvik sunmuş, bunun yanı sıra internet, yazılım, bilgisayar ve akıllı telefon teknolojilerinin gelişimi ile sanal ağların kıymeti artmıştır. Sanal ağların yönetimi ise bilişim sistemleri üzerinde gelişmelere yol açmış, bununla birlikte artık elde toplanan veriler ile nokta

atışı geri dönütler elde edilebilmiştir. Bu sayede insanların ihtiyaçları hızlı bir şekilde belirlenip, teknolojik çabalarla rekabet unsuruna dönüşmesi sağlanmıştır (Giddens, 2012, s.632).

İnternetin bir enformasyon teknolojisi olarak dünyada yaygınlaşması ile birlikte artık insanlar eş zamanlı iletişim kurabilmektedir. İnsanların farklı ülkelerde farklı kültürlerde yaşamalarına rağmen aynı müzikleri, filmleri, haberleri veya dünyanın herhangi bir yerinde üretilen herhangi bir internet içeriğini eş zamanlı olarak görüp duyabilmekte (Giddens, 2012, s.631).

2.1.1.1. Sosyal Ortamın Dijitalleşmesi

Teknolojinin insanlığı etkileyemeye başladığı dönem 19. yüzyıl olarak bilinmektedir. İnsanların çalışma hayatından sosyal ilişkilerine, ekonomik koşullarından kültürlerine, toplumlar arası ilişkilerden hukuk kurallarına kadar bütün alanlarda değişimin başrolünde teknoloji bulunmaktadır. Her yeni icat ile insanlık bir devrim atlarken toplum olarak bu pratiklerin yansımalarını sindirmeye, alışmaya, beraberinde getirdiklerine ve götördüklerine adapte olma çabasına girmişlerdir (Çelikçapa, 2012). Bu süreç kısa ve uzun vadede ciddi etkileri olmuş ve hala daha bu süreç içerisinde etkileri doğrultusunda insanlığın sürekli bir değişimi söz konusu olmaktadır. 19. yy'da başlayan teknolojinin gelişim etkilerinin toplumdaki karşılığı günümüzde kitlelerin sanal ortama taşınmaları ya da hali hazırda sanal ortam içerisinde doğmaları ile aşamasına gelmiştir. Dijital dönüşümü gerçekleştiren toplumlar bunu kültür olarak benimseme eğilimi göstermektedirler (Constable&Somerville, 2003). Gelişen teknolojik ürün ve hizmetlerden faydalanabilmek adına dijital araçları edinip zaman kullanımlarının her aşamasında kullanmaktadırlar. Bilgilerini ve de kişisel becerilerini bu gelişimlerin meydana getirdiği kültürel yapıya adapte etme sürecine dijital kültürleşme denilmektedir (Gülner ve Balcı, 2011). Kızıl'a göre dijital kültürleşme gerçekleşiyorken yenilenen teknoloji ürünlerine bilişsel veya davranışsal açıdan bir problem olmadan zaman kullanımında makul sayılabilecek bir kullanıma tabi olarak, bir amaç veya ihtiyacın giderilebilmesi için bireylerin bu ürünleri kullanmayı öğrenmeleri gereklidir (Kızıl, 1998). Fakat bu süreç toplumlarda farklılık göstermektedir. Birçok nedenle makul olarak arzulanan vakit kıstası veya ihtiyaca yönelik kullanım amaçları sapmalar veya aşırılıklar göstermektedir. Bunun dışında teknolojik ihtiyaçların sınırsızlığı bireylerin sosyal ihtiyaçlarının dijitalleşme ortamına taşınmasını da sağladı. Dijital kültürün kazanılmasında en büyük etken olan sosyalleşme sanal bir ortama taşınmasıyla mevcut değerler değişime uğramıştır.

Dijitalleşme öncesi topluma ait sosyal ilişkiler yüz yüze gerçekleşirken, dijital ortamda samimiyet kavramının tamamen değiştiği gerçek kişilerin gerçek olmayan sanal ortamda

temsilen oluşturdukları avatarları aracılığı ile var olan toplum değerlerinin ve kıstaslarının dışında bambaşka değerlere sahip sanal bir ortamda oluşan sosyal alanlar ilişkilerin gerçekliğini tartışmalı hale getirmiştir (Kızıl, 1998).

Z kuşağı olarak belirtilen 2000 yılı başlarında doğan bireylerin dijital araçlar ile doğduğu andan itibaren temasta olması sebebiyle dijital araçlara önceki doğan nesillere göre hakimiyeti çok fazla. Ayrıca teknolojik araç ve uygulamaları aktif olarak kullanarak bunları günlük pratiklerinin içerisinde adapte edebilmiş durumdadır. Z kuşağı olarak nitelendirilen neslin dijital araçlara, internete hakimiyeti sebebiyle onları tanımlama amacıyla “dijital yerli”, “internet kuşağı”, “yeni jenerasyon” gibi çeşitli adlandırmalara gidilmiştir (etin Aydın ve Başol, 2014, s.4). Nesil veya kuşak kavramları kullanılırken biyolojik bir durum olarak görülür; belirli bir zaman aralığı ile ilgili dönemler işaret edilir (Jaeger, 1985, s.274), kimi görüşe göre bu durum biyoloji ile rakamsal kronolojik bir sıralamadan ziyade daha etkili olabileceği düşünülen nesli belirlemenin yolu olarak neslin tecrübe ettiği tarihsel yaşam olayların olduğu görüşüdür (Reeves ve Oh, 2008, s.297). Burada teknoloji ve toplum ikilisini bir arada düşünmek gerekmektedir, zira karşılıklı etkileşim içerisindedirler. Öyle ki Z kuşağı olarak belirlenen neslin bir öncesi olan Y kuşağı kendinden sonra gelen kuşak ile fazlaca benzerlik gösteren dijital ile etkileşimleri söz konusudur. Y nesli büyürken dijital kameralar ile çekimler yapmış, cep telefonları ile iletişim kurmuş, cd ve dvd’ler ile kolayca veri depolayıp kullanabilmiş bir nesildir (Spiro, 2006, s.17). Y nesli yenilenen teknoloji ile büyüyen ilk nesildir. Dijital ve teknolojik araçları ile aktif olarak hayatlarının içerisinde adapte durumdadır. Kendinden nceki gelen kuşaklar bir bilgiyi öğrenmek isterken interneti tercih etmeyip onu bir kitap veya kitapçık yardımıyla öğrenmeyi isteyen, kişiler ile internet üzerinden görüşmeler gerçekleştirmek yerine yüzyüze görüşmeyi yeğleyen, bir yazıyı dijital ortamda okumayıp kağıtlara çıkartarak okumayı uygun gören nesillerdir (Prensky, 2001, s.2). Y kuşağı ağırlıklı olarak bu bahsi geçen durumlarda teknolojiyi kullanma eğilimi göstermektedirler. Geleneksel dünya anlayışının kırıldığı evrenin başlangıç nesli olarak Y kuşağı, kendisinden sonra gelen Z kuşağı ile arasında var olan en önemli farklardan biri; Y kuşağı teknolojik araç ve gereçleri hayatına adapte edip yararlanır eksikliğinde çözümler arar, Z kuşağı ise dijital araçlar olmadan bir hayatın olamayacağı kanısındadır (Spiro, 2006; Prensky; 2001).

21. yy’da teknoloji tahmin edilebilir bir geleişe göstermektedir. Bilişim teknolojisinin geldiği aşama ile toplumda diğer dinamik bilim alanlarının etkileşimi sonrasında teknolojinin ihtiyaçları karşılayabilmesi için ne derecede gelişeceği tahmin edilebilmektedir. Fakat toplumların buna adaptasyon sürecini anlayabilmek, olası veya mevcut sorunlara çözümler getirebilmek için sürekli araştırmalar ortaya koyulması gereklidir.

2.4. Teknoloji Bağımlılığı

Türk Dil Kurumunun sözlüğünde yer alan “bağımlılık” ile ilgili tanımlaması bağımlılık hali olarak yer almıştır. Arapçadan dilimize yerleşmiş olan bağımlılık anlamındaki “tabiiyet” kelimesini sözlükte karşılık olarak vermiştir. DSM-5 tanı ölçütü kitabına göre bağımlılık; maddeyi veya nesneyi kullanan bireyde bilişsel, davranışsal, fiziksel problemlere yol açmasına ve sosyal hayata uyumu bozmasına rağmen kullanımın kontrol edilememesi durumudur (American Psychiatric Association, 2013). Cambridge internet sözlüğünde ise bağımlı olma halinden ötürü bir şeyi almayı veya yapmayı durduramama sorunu olarak açıklamıştır (dictionary.cambridge, 2020).

Kronik bir hastalık olarak kabul gören bağımlılığın gelişimindeki etkenler üzerinde durulduğunda genetik, psikososyal ve çevresel faktörlerin birincil rol oynadığı bilinmektedir (Tarhan ve Nurmedov, 2014, s.20-25). Bağımlılık kavramı üzerine konuşulurken iki ana ayrım yapılmaktadır: madde bağımlılığı ve davranışsal bağımlılık. Bu iki bağımlılık türünün en büyük ortak etkenleri devamlılık ve yoksunluk göstermesidir (American Psychiatric Association, 2013). Bağımlılık yapan davranış veya madde sürekli tekrarlanma ihtiyacı hissettirir ve gerçekleşmediğinde dışarıdan gözlemlenebilir derecede yoksunluk etkileri gösterir. Uygulama gerçekleşmediğinde kişide çeşitli şiddetlerde anormal hal ve davranışlar görülür. Bu durum kişinin içerisinde yaşadığı yoksunluk durumunun giderilmemesi sonucu oluşan kaosu dışarıya yansıyabilmesi halidir. Bağımlılık, beynin ödül devresini içeren limbik sistemde yer alan ödül-ceza sistemi ve dopamin hormonu ile direkt olarak alakalıdır. Beynin iletişim sürecinde beynin gerçek olmayan yapay ve sanal uyarıcılar sebebiyle yanlış yönlendirilir. Bunun sonucunda bağımlılık ortaya çıkmaktadır (Tarhan ve Nurmedov, 2014, s.20-25). Maddesel bağımlılıkla davranışsal bağımlılığı birbirinden ayıran en belirgin ayrım davranışsal bağımlılığın etkililiği ve etkilerinin kişiden kişiye değişken olmasıdır. Madde bağımlılıklarının kişiler üzerinde bilinen ve beklenen etkileri söz konusu iken, davranışsal bağımlılıkların etkileri kişilere göre farklılıklar göstermektedir. Bir kimyasal maddeye olan bağımlılık her insanda gözlemlenebilirken, davranışsal bağımlılıkların çeşitli faktörleri içermektedir. Bu tür bağımlılıklar, maddi bağımlılıklardan ayrı olarak belirli eylemlerle ilişkilidir. Son zamanlarda yapılan klinik araştırmalar, psikiyatrik sınıflamalar altında davranışsal bağımlılıkların obsesif-kompulsif bozukluklara, uyumsuz davranışlara ve dürtü kontrol bozukluklarına yol açabileceğini göstermiştir (Kim ve Seo, 2013).

Davranışsal bağımlılığın bilinen kumar bağımlılığı dışında başka bağımlılık türleri bulunmaktadır. Bunların içerisinde teknolojik ve dijital aygıtların sorunlu kullanımları ilgili

bazı davranışsal bağımlılık türleri olarak: internetin problemli kullanımı (örn: Ceyhan, 2011; Cao, vd. 2011), oyun oynama etkinliğinin sorunlu gerçekleşmesi (örn: Horzum, 2011), problemli olarak akıllı telefon (örn: Bianchi ve Phillips, 2005) ve sosyal medya kullanımı (örn: Hazar, 2011) üzerine tanımlamalar ve araştırmalar yapılmaktadır.

Teknoloji bağımlılığı bir tür davranışsal bağımlılık olarak ele alınmaktadır. Caplan (2002), internet bağımlılığı kumar bağımlılığının yarattığı dürtü bozukluğuna benzer türde etkiler gösterdiğini, bu nedenle teknoloji bağımlılığı davranışsal bir bağımlılık olarak ifade edilebileceğini belirtmiştir (Caplan, 2002). Kimyasal madde bağımlılığından farklı olarak insan ve teknolojik araçların etkileşmesi neticesinde meydana gelen davranışsal bağımlılığın bir türüdür (Griffiths, 2000). Teknoloji bağımlılığının türleri olan internet ve oyun bağımlılığını davranışsal bağımlılık olarak ele alan ilk araştırmalar teknoloji bağımlılığını açıklamalarının yanı sıra tedavi (Young, 1999; Griffiths ve Meredith, 2009) ile ilgili çalışmalarda ortaya koymuşlardır. İnternet bağımlılığı, internetin takıntılı derecede kullanımı ve internetten yoksun bırakılma durumu karşısında sinirli, huysuz davranış sergileme hali olarak belirtilir (Mitchell, 2000, s.632). Alanyazında psikolojiyle ilgili yapılmış olan çalışmalarda davranışsal bağımlılığın bir türü olarak ele alınan teknolojiye olan bağımlılık, genellikle gerçek dünyadaki rahatsız edici olaylardan kaçınmak amacıyla kullanım gösterdiğinde, bir davranış üzerinde kontrolün kaybedilmesi ve aşırı kullanım olarak kavramsallaştırılmıştır (Potenza, 2006). Amerikan Psikiyatri Birliği Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)'in 3. bölümünde sınıflandırdığı 'İnternet Oyun Bozukluğu' başlığı tavsiye olarak ele alınmış ve araştırmaların artışı ile kanıtlanması durumunda bir bozukluk olarak listeye ekleneceği belirtilmiştir (American Psychiatric Association, 2013). Dünya Sağlık Örgütü (WHO), Uluslararası Hastalıkların Sınıflandırılması (ICD-11) kapsamında 'Bilgisayar Oyun Bağımlılığı'nı Ruhsal Sağlık Problemleri başlığı altında tanımlamıştır. (WHO, 2018).

Teknolojin kullanımına göre bağımlılık semptomları: (1) belirginlik hali (teknoloji kullanıcının düşüncelerini ve eylemlerini hakimiyet göstererek manipüle eder), (2) geri çekilme durumu (kişi kullanım gösterdiği teknolojiye erişim sağlayamazsa olumsuz duygular ve hisler meydana gelir), (3) çatışma hali (teknoloji kullanımı bireyin diğer sorumluluklarını ve normal zaman kullanımını engeller), (4) nüksetme ve eski durumuna dönüş hali (kullanıcı teknoloji kullanımını gönüllü olarak azaltma eğilimi gösteremez), (5) tolerans hali (bireyin heyecan duygusunu tatmin edebilmek için teknoloji kullanımını daha da arttırması gereklidir), (6) ruh hali değişimi (teknoloji kullanımı heyecan verir, rahatlama sağlar ve ruh halini değiştirir) (Turel, Serenko ve Giles, 2011). Kullanıcının beynini güçlü ödüller ile manipüle eden teknolojik aygıtların kullanımı neticesinde öngörülemeyen bir durumdur. Bireyin refahını, iş ve

okul başarısını, normal zaman kullanımlarını ve en önemlisi sağlığını bozabilmektedir (Turel ve Serenko, 2012). Teknoloji bağımlılığı diğer bağımlılık türleri kadar önemsenmesi gereken bir bağımlılıktır. Diğer bağımlılık türleri gibi insan hayatını negatif açıdan etkilemekte hatta çok ciddi sağlık problemlerine neden olabilmektedir. Teknoloji bağımlılığı ile ilgili yapılmış olan pek çok araştırma bulunmaktadır ancak yenilenen teknolojiler ve yakınsanan özelliklerinin sonucunda bu fenomen giderek daha kompleks duruma gelmektedir. Bu nedenle bilim insanları teknoloji bağımlılığıyla ilgili daha fazla araştırma yapmalı, öncülleri ve sonuçları daha iyi analiz etmelidir (Taraftar, Gupta ve Turel, 2013).

2.4.1. Teknoloji Bağımlılığının Aşamaları

Teknolojik ürünlerin zamanla bağımlılık haline gelmesi belirli aşamalarla meydana gelmektedir. Yeşilay'ın yayınladığı, "101 Soruda Bağımlılık" isimli kitabında bağımlılıkla ilgili sorulara yer vermiştir. Teknoloji bağımlılığı ile ilgili "Teknolojiye Nasıl Bağımlı Olunur?" sorusunu aşağıdaki sıralamayla yanıtlamıştır.

Deneyisel Kullanım: Merak: Merak etme psikolojisi, insanların aşına olmadıkları yeni şeylere karşı güçlü meraklarını ifade etmekte ve bir şeyi merak etme genellikle şeyleri acilen keşfetme arzusunu göstermektedir (Lv ve Dai, 2022). Kişi merak ettiği uygulama, internet sitesi veya oyunu merak etmiştir ve denemiştir. Bu bölümde denemiş ve merakını gidermiş olur. Bu ilk aşamada herhangi bir soruna yol açmamaktadır (Ögel, 2018, s.143).

Sosyal Kullanım: Grupla Olmak: Kişinin belli bir grupla birlikte kullanmaya başladığı sosyal ağ kullanımı kişiyi grubundan ayrılmamak için kullanmaya itmektir. Bu durumda kişi deneyisel kullanım sürecini geçmiş olup artık sosyal kullanım sürecine girmiş olur. Sosyal kullanım süreci artık bağımlılığın başlangıcı olarak kabul edilmektedir (Ögel, 2018, s.143). Özellikle sosyal ağları takip etmek gençler arasında oldukça değerlidir. Takip etmeme durumunda gelişmelerden geri kalma düşüncesi oluşmaya başlamakta ve bu sürü psikolojisiyle teknolojik faaliyetlere daha fazla ilgi gösterilmektedir (Özen ve Ortaç, 2020, s.93).

Operasyonel Kullanım: Belli Bir Amaç Gütmek: Kişinin öncelikle boş zamanlarını doldurmak için ya da sosyal çevresinin az olması, içinde bulunduğu problemlerden kaçmak için kendine teknolojik ürünleri kullanmayı amaç edinmesi durumudur (Ögel, 2018, s.143). Özellikle gençler teknolojiyi amaçlı bir şekilde kullanmadığında, hem vakit öldürmelerine neden olmakta hem de zaman yönetimi becerileri kazanmalarına engel olmaktadır. Ayrıca zaman öldürmek için kullanılan internet faaliyetleri, zararlı içeriklere maruz kalma olasılığını da artırmaktadır. Bu nedenle teknoloji kullanımı konusunda oluşturulması gereken çerçevenin ilk adımı amaçlı kullanım olmalıdır (Dinç, 2015, s.39).

Bağımlı Kullanım: Sorunun Ağına Takılıp Kalmak: Bu aşamada bir önceki evrede olduğu gibi kişi artık bir amaçla kullanımda bulunmaz. Artık teknoloji kullanımı için bir sebebe ihtiyacı yoktur. Her durumda kendini teknoloji kullanırken bulur ve artık teknoloji kullanımı içinde bulunduğu problemin kendisi olmuştur (Ögel, 2018, s.143). Bu aşamada bireyler, kullanım isteğini doyuramama, günlük yaşam becerilerinden kaçış, gergin ve agresif ruh hali, sosyal ortamlardan kaçış, kullanım süreleri hakkında doğru söylememe gibi durumlarda bulunmaktadır (Ektiricioğlu, Arslantaş ve Yüksel, 2020, s.54).

2.4.2. Teknoloji Bağımlılığının Belirtileri

Bireylerin, beyni manipüle eden teknolojik araçları aşırı kullanımı neticesinde 'bağımlılık' belirtileri göstermektedir.

Tablo 2.1: DSM-5 İnternet Bağımlılığında Görülen Semptomlar ve Tanımları

Zihinsel Meşguliyet	Kişi sürekli teknolojik araçlarla olma isteği duyar.
Geri Çekilme Belirtileri	Teknolojik araç yoksunluğunda ruh hali değişikliği, sinir hali.
Giderek Artan Zaman	Sürekli artan ve önüne geçilemeyen bir teknoloji kullanımı.
Kontrol Yitimi ve Başarısız Denemeler	Kontrol altına alamama ve aşırı teknoloji kullanımına kasıtlı kısıtlama eylemlerinin sonucu başarısız olma, engelleyememe.
Olumsuz Durumlara Rağmen Devam Edilmesi	Teknolojinin aşırı kullanımına bağlı olarak yaşanan psikolojik sorunlara rağmen devam etme eğilimi.
Aktivitelerden Feragat	Kişilerin daha önceden gerçekleştirdiği aktivitelerin yerini alma.
Kaçınma Durumları	Gerçekte yaşanan olumsuz durumdan kaçınma aracı olarak görme.
Uyarı Durumları	Kişinin yakınları tarafından uyarılma fakat aldırış etmeme.
İkinci Plana Atma	Önemli süreçlerin iş, görüşme, ilişki vb. durumları ikinci plana atma.

DSM-5'de yer alan "internet oyun bozuklukları" başlığı altında teknolojik bağımlılığa ile gelişen rahatsızlıklar belirtilmiş ayrıca bağımlılığın belirtileri olan 9 adet semptom Tablo 2.1'de belirlenmiştir (American Psychiatric Association, 2014).

Teknoloji bağımlılığının dünya genelinde yoğun olarak görüldüğü bir türü de oynanan oyunlara karşı oluşan bağımlılıklardır. Dünya Sağlık Örgütü Uluslararası Hastalık Sınıflandırmasının 11. Revizyonu kapsamında bağımlılık yapıcı davranışlar olarak halk sağlığı üzerindeki tesirinin ele alınışı 2017 yılı İstanbul Türkiye'de gerçekleşmiştir. Bu buluşmada bir bağımlılık yapıcı davranış olarak oyun bozukluğu davranışları ve klinik yönetimi üzerine tartışılmıştır. Dünya Sağlık Örgütü' de (WHO) 2018 yılında ICD-11'de "Oyun Bağımlılığını" bir hastalık olarak tanıyarak birtakım semptomlar belirlemiştir. Tablo 2.2.'de bu semptomlar ve açıklamaları belirtilmiştir.

Tablo 2.2: Oyun Bağımlılığında Görülen Semptomlar ve Tanımları

Oyun Oynama Sıklığı	Dijital oyunun kişi tercihinin aralığının sıklığı
Oyun Oynama Yoğunluğu	Dijital olarak oynanan oyunun kontrol dışı yoğunluğu
Oyun Oynama Süresi	Dijital oyuna ayrılan zaman
Aktiviteler Arasındaki Öncelik Sıralaması	Dijital oyunlara bağımlı olan veya semptom gösteren kişinin aktiviteler arasında öncelik sırası
Olumsuz Durumlara Rağmen Devam Edilmesi	Dijital bağımlılık sebebiyle kişinin yaşadığı olumsuzluklara rağmen oyun oynamaya devam etme

2.5. Teknoloji Bağımlılığının Boyutları

Bu bölümde teknoloji bağımlılığının; sosyal ağ bağımlılığı, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun bağımlılığı ve web siteleri kullanma şeklinde dört boyutundan bahsedilmektedir.

2.5.1. Sosyal ağ bağımlılığı

Teknolojinin ilerlemesiyle birlikte insanların veri kullanımı artmış ve veri madenciliği giderek gereklilik haline gelmiştir. İnternet teknolojileri ortaklaşa kullanılarak Web 2.0 teknolojisi meydana gelmiştir. O'Reilly Media eliyle 2004 yılında ortaya çıkartılan Web 2.0, kullanan kişilerin internette karşılıklı bilgi alışverişi ve içerik paylaşımına olanak sağlayan, arkadaşlık kurmalarına yardımcı olan yeni nesil web teknolojisi olarak tanımlanmaktadır (Büyükaslan ve Kırık, 2017, s.71; Mengü, Aslan ve Özkoyuncu, 2019, s.4). Web 2.0 teknolojisi günümüze kadar çeşitli değişimler geçirmiştir ve halen değişim devam etmektedir. Her geçen gün yeni sosyal ağ siteleri oluşturulmakta ve mevcut sosyal ağ sitelerine farklı özellikler yüklenmektedir. Bağımlılık yaratan yeni nesil Web 2.0 uygulamaları arasında Facebook, X, Instagram, Youtube, LinkedIn gibi sosyal medya uygulamaları yer almaktadır (Mengü, Aslan ve Özkoyuncu, 2019, s.4). Sosyal medya platformlarının fazla kullanımının, kullanan bireylerin fiziksel ve zihinsel sağlıkları üzerinde önemli bir etkisi olduğu, daha fazla sosyal medya kullanımının bireylerin sağlık durumlarının olumsuz etkilenmesine yol açtığını göstermektedir (Nikbin, Iranmanesh ve Foroughi, 2021, s.3). Buna göre sosyal ağlara bağımlı olan bireyler, sosyal ağları genellikle uyku kalitelerini, sağlıklarını, ilişkilerini ve refahlarını olumsuz yönde etkileyecek şekilde aşırı kullanmaktadırlar. Sosyal ağ bağımlıları bu platformları aşırı kullanmakta, bu da çok az egzersiz yapmalarına veya hiç egzersiz yapmamalarına ve yeterli dinlenme ve toparlanmaya sahip olmamalarına neden olabilmektedir (Nikbin, Iranmanesh ve Foroughi, 2021, s.3). Tüm bu olumsuz sonuçlarla birlikte sosyal ağların ne gibi özellikleri olduğu ve nasıl bağımlılık oluşturduğunu incelemek için en çok kullanılan sosyal ağ platformlarından bahsedilecektir.

2.5.1.1. Facebook Teknoloji Bağımlılığını Nasıl Etkiliyor?

2004'te Mark Zuckerberg tarafından Harvard'lı öğrenciler başta olmak üzere Amerikan üniversite öğrencilerinin birbiriyle iletişim halinde bulunması için kurulmuştur. 2007'ye kadar Facebook'un her gün 1,6 milyar sayfa görüntüleme üreten 21 milyondan fazla kayıtlı üyesi olduğu bildirilmiştir (Statista, 2022).

Facebook, sosyal ağların içinde tartışmasız en popüler sosyal medya platformudur. Bugün Facebook, 1.84 milyar aktif günlük kullanıcı ile hem kitleseldir hem de günde kullanan her bir kişi başına tüketilen yaklaşık 35 dakika ile sadık kullanıcılara sahiptir. 2020 yılında Facebook'un kazanılan bütçesi 28.07 milyar dolar olarak bildirilmiştir. Facebook'un genel olarak her ay 2.8 milyar aktif kullanıcısı vardır (Beveridge, 2022). Facebook'un günlük olarak 1.84 milyar aktif kullanıcısı vardır ve çalışan sayısı 44,942'dir. Dakikada bir, Facebook'a ortalama 400 yeni kullanıcı kaydolmaktadır. Facebook'u kullanan kişiler her dakika yaklaşık 4 milyon beğeni oluşturmaktadır ve her gün 35 milyon kullanıcı durumlarını Facebook'ta paylaşmaktadır. 65 ila 50 yaş arasındaki kişilerin % 64'ü Facebook kullanıcısıdır. Facebook kullanıcılarını % 54 kadın, % 46'sını erkekler oluşturmaktadır. Yaklaşık olarak Facebook kullanıcılarının %25'i 25 ila 34 yaş aralığında bulunmaktadır (Statista, 2022).

Mark Zuckerberg Facebook kuruluşunun duyurulması sırasında şu cümleleri kurmuştur. ‘‘ Facebook toplumsal bir görevi yerine getirmek için kuruldu. Bu görev, insanları sürekli bağlantı halinde ve dünyayı daha açık bir yere getirmektir’’ (Newport, 2019, s.101). Ayrıca bir konuşmasında en büyük hedefinin insanları sürekli bağlantı halinde tutmak olduğundan bahsetmektedir. Facebook'un kullanımıyla ilgili araştırmalar, ilişki sürdürme, eğlence, zaman geçirme ve arkadaşlık kurma gibi nedenler ortaya koymaktadır. Facebook'un kötüye kullanımıyla ilgili kısıtlı araştırmalar olsa da aşırı veya olumsuz ruh hallerinden kaçma arzusuyla kullanıldığı bilinmektedir. Facebook bağımlılığıyla ilgili olarak, tartışılan bulgular şu resmi çizmektedir: Yalnızlık, kaygı veya depresyon gibi düşük psikososyal iyiliğe sahip bireyler, sosyal destek bulmak veya zaman geçirmek için Facebook'u kullanmaya motive olmaktadır. Bunun sağladığı ruh hali artışı (ruh hali değişikliği olarak da bilinmektedir), muhtemelen olumsuz pekiştirme nedeniyle yetersiz öz düzenlemeye yol açmaktadır. Ağır vakalarda, bu sonuçta olumsuz yaşam sonuçlarına yol açabilmektedir (Ryan, Chester, Reece ve Xenos, 2014, s.134).

Facebook ve diğer sosyal medya uygulamalarına bağımlı olanlar diğer tüm aktivitelerini unutarak zamanlarının ve emeklerinin çoğunu çevrimiçi olarak geçirdikleri için diğer alanlarda daha az performans gösterdikleri söylenebilir (Nikbin vd., 2021, s.2).

2.5.1.2.Youtube Teknoloji Bağımlılığını Nasıl Etkiliyor?

Youtube, Google'dan sonra ve Facebook'un önünde dünyanın en fazla ziyaretçisi olan ikinci web sitesidir (Alexa, 2021). YouTube, sosyal medyanın en tanınmış video barındırma hizmetidir. Geleneksel medyadan onu ayıran şeyler; kullanıcıların etkileşim kurmaları, içerikleri izlemeleri, etkileşimde bulunmaları, işbirliği yapmaları ve öncelikle iletişim sistemlerini değerlendirmelerini sağlamasıdır (Balakrishnan ve Griffiths, 2017). Dünya genelinde 2 milyardan fazla aktif YouTube kullanıcısı bulunmaktadır. Kullanıcılar % 91 oranında 18-29 yaş aralığındaki kişilerden oluşmaktadır. Her gün saatte bir milyardan fazla video izlenmekte ve %70'den fazlası akıllı telefonlardan ve tabletlerden kullanım sağlamaktadır. Şirketin web sitesine göre, Youtube'un TV ekranlarında izlenme süresi Mart 2019 itibariyle günde 250 milyon saatten fazla olduğu bildirilmiştir. 2013'te tek bir ayda 6 milyar saat olan izlenme süresi son birkaç yılda önemli ölçüde artmış ve 2020 yılında bir günde bir milyar saate yükselmiştir (Staziaki vd., 2021, s.1).

Youtube'da iki tür kullanıcı bulunmaktadır. Bunlar, izleyiciler ve içerik oluşturuculardır. İçerik oluşturucular arasında büyük bir çeşitlilik bulunmaktadır. Politikacılar, haber kuruluşları, eğitim kurumları, şirketler veya amatör içerik yaratıcıları gibi birçok farklı grup içerik oluşturabilmektedir. Ancak bu içerik oluşturuculardan farklı olarak Youtube'a özel olan bir grup mevcuttur: Youtuberlar. Youtuber'lar, düzenli olarak kendi YouTube kanallarına video yükleyen video blog yazarlarıdır. Youtuber'lar video yüklerken, izleyiciler bunları yorumlayabilir, derecelendirebilir (beğenebilir/beğenmeyebilir) veya diğer platformlarda paylaşabilirler. İzleyiciler, sevdikleri içerik üreticilerinin en yeni videolarını izleyebilmek için belirli kanallara abone olmaktadır (De Beraill, Guillon ve Bungener, 2019, s.191). Oldukça albenisi olan bu yeni meslek grubu aslında dijital yerliler için çok büyük sorun teşkil etmektedir. Küçük yaştaki çocuklar Youtuber olmak için değişik içeriklerde video hazırlamakta ve kendilerine ait Youtube kanalı açmaktadırlar. Küçük yaştaki çocukların beğeni toplamak gibi kaygılar güderek bu alana yönelmesi oldukça sakıncalı olabilmektedir. Örneğin, Sekmen (2019, s.3567), kendisinin bizzat incelediği Prenses Elif Youtube kanalını, hem tüketimin çocuk hayatına girmesi hem de mahremiyetin yok alması açısından eleştirmektedir. Ayrıca dünyaca en çok tanınan youtuberı on bir yaşındaki Ryan Kaji, "Ryan's Toys Review" adlı YouTube kanalından elde ettiği reklam geliriyle 2019'da 29,5 milyon dolar kazanmıştır. Ryan's Toys Review, 2015 yılında çıkış yapmış ve şu anda 31 milyondan fazla abonesi bulunmaktadır (Geider, 2021, s.18). Bu anlamda Youtube gibi görsel iletişim araçlarını öne çıkaran

platformların bireyler üzerindeki bağımlılık potansiyeli yetişkinlerden daha çok çocukları tehdit edecek bir boyuttadır.

2.5.1.3. Instagram Teknoloji Bağımlılığını Nasıl Etkiliyor?

Instagram, birinin kişisel profiline (takipçiler) tek bir tıklamayla (takip ederek) abone olmak gibi basit bir sistem aracılığıyla diğer kullanıcılarla bağlantı kurmayı kolaylaştıran bir multimedya platformudur (Hinojo-Lucena vd., 2020, s.1). Sitenin arkasındaki fikir, başka kullanıcıların fotoğraflara ulaşabilmesi için bir hashtag (#) aracılığıyla fotoğraf ve video paylaşımı yapmaktır. Kullanıcıların çevrimiçi fotoğraf yayınlama biçimi Facebook'a benzese de, Facebook'tan farklı olarak Instagram, kullanıcıların fotoğrafları göndermeden önce renklerini ve çözünürlüklerini değiştirmelerine olanak tanıyan bir dizi özel filtre sunmaktadır (Sheldon ve Bryant, 2016). Instagram Akışı, kullanıcıların fotoğraf ve video paylaşabileceği instagram'da yaygın olarak kullanılan özelliklerdendir. Ardından, kullanıcılar diğer kullanıcılardan yorum ve beğeni gibi geri bildirimler almaktadırlar. Ayrıca ikinci özellik, dijital hikaye anlatımı kavramına atıfta bulunan ve kullanıcıların 24 saat sonra kendiliğinden yok olan fotoğraf ve videoları göndererek gündelik hayatlarıyla ilgili bilgiler sunmalarına olanak sağlayan instagram hikayeleridir (Sholeh ve Rusdi, 2019, s.91).

Instagram, kullanıcılarının fotoğraf ve videoları düzenlemesini ve yüklemesini, başkalarından yorum ve "beğeni" almasını, başkalarının profillerini takip etmesini ve başkaları tarafından takip edilmesini kolaylaştırmaktadır. Instagram'a, daha sonra eklenen bir özellik ile artık kullanıcılarının canlı yayın yapmalarına olanak tanımaktadır (Kircaburun ve Griffiths, 2018).

Alhabash ve Ma (2017), instagram kullanım motivasyonlarını tercih sırasına göre, eğlence, kendini ifade etme, rahatlık, zaman geçirme, kendini belgeleme, sosyal etkileşim ve bilgi olarak sıralamıştır. Ayrıca Sheldon ve Bryant (2016), instagram kullanıcılarının çoğunlukla başkalarıyla iletişim kurmaktan ziyade kendi tanıtım, gözetleme ve dokümantasyon ihtiyaçlarını karşıladıklarını bildirmiştir. Instagram oluşumu gereği Facebook ve X'den farklı yapıdadır. Örneğin, insanlar çoğunlukla Facebook'u gerçek hayattaki arkadaşları ve aile üyeleriyle karşılıklı bağlantılar kurmak için kullanmaktadır. Ancak X ve Instagram'da "arkadaş" seçeneği yoktur ve kullanıcılar yalnızca diğerlerini "takip edebilir". Ayrıca, yaygın olarak kullanılan iletişim yöntemleri de sosyal ağlar arasında farklılık göstermektedir. X, metin tabanlı bilgi paylaşımını, instagram görsel görüntü paylaşımını vurgular ve Facebook, metin tabanlı gönderiler, fotoğraf paylaşımı ve birinin her gönderiyi kimin görüntüleyebileceğini özel

olarak seçmesine izin veren karmaşık gizlilik ayarları dahil olmak üzere en geniş işlev yelpazesini sağlamaktadır.

2.5.1.4.X (Twitter) Teknoloji Bağımlılığını Nasıl Etkiliyor?

X, Twitter adı ile Jack Dorsey ve ortakları tarafından San Francisco’da kurulmuştur. Twitter’ın en belirgin özelliği kullanıcıların attığı twitlerin 140 karakterle sınırlı olmasıdır. Bunun sebebi ise telefonların kısa mesajlarının 160 karakterden oluşması referans alınmasıdır. Fakat 2017 yılında bu kural esnetilerek karakter sayısı 280’e yükseltilmiştir (Bingöl, 2021, s.35). Twitter kelimesi, kullanıcıların 140 karakterle ortaya koydukları ‘‘twit’’ kelimesinden türemektedir. Twit ise, ‘‘kuş cıvıltısı’’ ya da ‘‘cıvıldamak’’ gibi anlamlara gelmektedir (Weller, Bruns, Burgess, Mahrt ve Puschmann, 2016, s.12). Twitter 2022 yılında Elon Musk tarafından 44 milyar dolara satın alınmış ve ismi X olarak değişmiştir.

X’de arkadaşlık kurma ya da görsel paylaşımlar oldukça azdır. Bunun yerine bilgi aktarımı, gündem oluşturma gibi amaçlara hizmet etmektedir. Takipçiler birbirlerini tanımak zorunda değildir. Genel olarak X, herhangi haber veya olayı takipçilerin arasında kısa sürede yayılmasını sağlayan bir platformdur. Facebook veya instagramdan farklı olarak daha çok yazıya yer verildiği ve eğlenceden ziyade bilgi akışının hakim olduğu söylenebilmektedir (Statista, 2022). Kullanıcılar isimlerinin önüne @ işareti alarak tanınmaktadırlar. Bir kullanıcı tarafından atılan twitin diğer kullanıcılar tarafından paylaşılmasına retweet denmektedir. Ayrıca # (hashtag) sembolü kullanılarak diğer kullanıcılarla ilişki kurmaya çalışılmaktadır. Hashtag kullanılarak açılan konular aynı konuda arama yapan ve düşüncesini dile getiren kişiler tarafından kullanılmaktadır. Herhangi bir konu hakkında hashtag kullanmak önemlidir. Böylelikle büyük kitleler tarafından aynı konu konuşulabilmektedir. Hashtagler birleştirici bir görev görerek, X’de trendtopic (TT) olan gündem konularını belirlemektedir. Trendtopic olan konular her ülkeler için ayrı olmakla birlikte dünya genelinde de trendtopic listesi bulunmaktadır. Böylelikle farklı ülkelerde bulunan kişilerin ortak paydada konuşacakları konular ortaya çıkmaktadır. Trendtopic olan konular gazetelerin manşetlerine benzemektedir fakat farklı olarak daha hızlı değişime uğramaktadırlar (Biricik, 2022; Çanakçı, Şaşmazlar ve Öztürk, 2022). 2022 istatistiklerine göre toplam 1.3 milyar X hesabı vardır ancak 330 milyon aktif kullanıcı tarafından kullanılmaktadır. X’de her gün yaklaşık 500 milyon tweet atılmaktadır (Statista, 2022). X ile bazı insanlar daha fazla takipçi kazandıkça kısa süreli bir özdeğer patlaması hissedebilmektedir. Beyin daha sonra bu bağımlılık yaratan zevk vuruşlarını arzulamakta ve bireyin daha fazla tweet atmasına neden olmaktadır. Ama nihayetinde bağımlılar, bu aceleyi sürdürmek için yeni tweetler oluşturmakta ve daha fazla takipçi

kazanmakla zamanlarını harcamaktadırlar (Statista, 2022). Bazı sosyal medya kullanıcıları, sosyal ağ kullanmak için gerçek hayatlarını yaşamayı ihmal etmektedirler. Sırf evde kalabilmek ve "arkadaşları" ile çevrimiçi iletişim kurabilmek için arkadaşlarıyla dışarı çıkma davetini geri çevirebilmektedirler. Başta bahsedildiği üzere sosyal ağların kişileri birbirlerine bağlama durumu gerçek dünyada kişileri birbirlerinden uzaklaştırmakta veya sanal birliktelikler oluşturabilmektedir (Perdew, 2014, s.62).

2.5.2. Anlık mesajlaşma bağımlılığı

Anlık mesajlaşma uygulamaları, internet aracılığıyla birden fazla kişi ile ortak metin paylaşımını mümkün kılan iletişim çeşididir. Bu şekildeki bir iletişim, bir konuşmanın her iki ucundaki tarafların, yazıldıktan hemen sonra metnin her satırını görmeleriyle karakterize edilebilir, böylece onu bir mektup alışverişinden çok bir telefon sohbeti gibi yapabilmektedir. Anlık mesajlaşma, bilgisayar tabanlı birebir iletişim aracı olarak tanımlanabilir. E-posta, sohbet odası, çağrı cihazı, telefon, sesli mesaj, arayan kimliği ve çok taraflı "sohbet" modelinin bir kombinasyonunu içerir (Huang ve Leung, 2010, s.677).

Whatsapp gibi internet ile mesajlaşma olanağı sunan uygulamaların pazara sürülmesiyle tüketiciler, internet ağlarının olduğu her yerden kısa mesaj ücreti ödmeden akıllı telefonları kullanarak mesajlaşabilme imkanına sahip olmuştur (Sultan, 2014, s.1). WhatsApp, Wechat, Line, vb. gibi dakikalara varan mobil mesajlaşma uygulamalarının popüleritesindeki gelişmelerle birlikte metinsel duygu ve ifade tanımaya olanak sağlamaktadır. Bu uygulamalar, insanların yaşamını ve ailelerini, arkadaşlarını, meslektaşlarını ve uzmanlarla olan etkileşimlerini önemli arttırmıştır. Bu mobil mesajlaşma uygulamaları ve çeşitli mobil sohbet uygulamaları aracılığıyla iletişim her yerde mevcut hale gelmiştir (Verma vd., 2014, s.240).

Ekim 2021 itibarı ile aylık olarak iki milyar kullanıcı Whatsapp'a erişim sağlamıştır. Uygulamanın erişimi, özellikle Amerika Birleşik Devletleri dışındaki pazarlarda da güçlüdür ve dünya çapında en popüler mobil sosyal uygulamalardan biridir. İkinci sırada aylık 1.3 milyar kullanıcıyla Facebook Messenger takip etmektedir (Statista, 2021).

İnsanların büyük çoğunluğu Anlık Mesajlaşma (MIM) ile iletişimde büyük fayda sağlamaktadır. Büyük ve karmaşık bir sosyal ağın geliştirilmesinde oldukça etkilidir. Artan ulaşılabilir iletişim faaliyetlerinin faydalarını yanında, MIM'in gereğinden fazla kullanılması sonucunda bireylere zararlı davranış olarak geri dönmektedir. Aşırı MIM kullanımının bireysel kullanıcılar için maddi ve zihinsel olarak umulmadık negatif sonuçlara yol açabileceği kanısına varılmıştır. Örneğin, bazı kullanan kişiler, MIM kullanarak çok zaman tüketmekte, bu durum

da başka faaliyetler için sınırlı zaman ve olumsuz günlük yaşam becerileri ile sonuçlanmaktadır (Wang, Zhang ve Lee, 2021).

Öteki teknolojik faaliyetler ve uygulamalarla karşılaştırıldığında, anlık mesajlaşma uygulamalarının kullanan kişiler üstünde diğerlerine oranla daha çok bağımlılık oluşturduğu tahmin edilmektedir. Fazla MIM kullanımının, MIM'i kullanım sırasında bireyin çok miktarda süre tükettiğini ve hatta zamanın izini kaybettiğini hissetme derecesine geldiği gerçeği ortaya çıkmaktadır. Aşırı MIM kullanımının bireysel kullanıcılar için maddi de zihinsel de umulmadık negatif sonuçlara yol açabileceği yaygın olarak kabul edilmiştir (Sultan, 2014, s.2). Daha önceki araştırmacılar, MIM'i gereğinden fazla kullanan kişiler için sosyal hayatta baskı ve iş yaşamında olumsuz sonuçlara yol açtığını belirtilmiştir. Ayrıca diğer teknolojik uygulamalarda olduğu gibi aşırı kullanıldığında; uykusuzluk, stres, akademik başarısızlıklar gibi zihinsel ve fiziksel sorunlara yol açabilmektedir (Wang vd., 2021). Belirtilen sebeplerden dolayı anlık mesajlaşma uygulamalarının kullanımının bağımlılık yaratma potansiyeline dikkat edilmesi gerekmektedir.

2.5.3. Çevrimiçi oyun bağımlılığı

İnternet oyun bağımlılığı (IGA), teknoloji bağımlılığı boyutlarından biridir ve çevrimiçi oyunların bağımlılığa varacak derecede oynanması durumudur. İnternet bağımlılığının diğer alt boyutları gibi akademik alanda oldukça ilgi görmüştür. Diğer patolojik internet aktivitelerine kıyasla hem bireysel hem de sosyal düzeyde IGA'nın daha tehlikeli sonuçları bulunmaktadır (Kwon, Chung ve Lee, 2011, s.133).

Dijital oyunları oynamak çoğunlukla insanların eğlenmek için kendi istekleriyle girdikleri bir aktivitelerdendir ve oyun oynamaya iten içsel motivasyon, oyunun kendi içinde yer almaktadır. Örneğin, farklı bölümlere yükelebilmek veya oyun sonunda elde edilen başarıdan alınan haz gibi motivasyonlardır. Oyunun dışından gelen sonuçlar (örneğin, parasal ödüller), dışsal motivasyonlardan kaynaklanan sebepler, oyuncular için daha az belirleyici veya daha az kritik öneme sahiptir (Poels, Hoogen, Ijsselsteijn ve De Kort, 2012, s.1).

Oyun bağımlısı kişiler birçok problemle karşılaşmaktadır. Bilgisayar başında fazla vakit geçirdiklerinden; aileleri ve arkadaşları ile vakit geçirmek istememekte okul hayatlarında başarısız olmakta ve oyun kaybettiklerinde sinirli ruh haline bürünmektedirler (Rahman, Khushbu ve Masum, 2021, s.3). Bu nedenle, Dünya Sağlık Örgütü, Uluslararası Hastalık Sınıflandırmasının (ICD-11) on birinci revizyonunda oyun oynama bozukluğunu tanımlayarak çevrimiçi oyun bağımlılığının ciddiyetini kabul etmiş ve Amerikan Psikiyatri Birliği, DSM-5'te çevrimiçi oyun bağımlılığını tehlikeli olarak belirtmiştir (Lee, Cheung ve Chan, 2020, s.34).

Situmorang (2021, s.18) tarafından yapılan çalışmada, çevrimiçi oyun bağımlıları genellikle dünyadan kopmuş ve yalnızlık hislerine sahip bireylerden oluşmaktadır. Çevrimiçi oyun bağımlıları, sanaldaki arkadaşlıklarla ve kazandıklarında hissettikleri keyifle asıl dünyada gerçekleştirebilecekleri başarıların yerini tutabileceğine inanmaktadır. Bu nedenle, çevrimiçi oyun bağımlılığına yardımcı olacak basit aktiviteler bulunmalıdır. Bu konuda anne babanın ve ailenin rolü çok önemlidir. Müzik, dans, görsel, yazı ve edebiyat, drama, oyun ve mizah, evcil hayvan edinme, bahçecilik faaliyetleri gibi tedavilerinden yararlanmak çevrimiçi oyun bağımlılığı olan kişilere iyi geleceği düşünülmektedir (Situmorang, 2021, s18).

Çevrimiçi oyunların artan popüleritesiyle birlikte rapor edilen çevrimiçi oyun bağımlılığı kişi sayısı artmakta ve bu durum, bu kişilerin ailelerine karşı sorumluluklarını ihmal etmelerine ve bir dizi olumsuz etkiye neden olmuştur. İşten ayrılma, sağlık sorunları, suç ve hatta ölümler gibi sonuçlar doğurmaktadır (Wang vd., 2021).

Çevrimiçi oyunlar, bu oyunları oynayan kişilere hedefler, ödüller, başarılar, özgürlük ve kimlik sağlayabilecek çeşitli faktör sağlamaktadır. Narsist bir kişiliğe sahip olan bazı insanlar için, çevrimiçi oyunların benlik saygısını artırabileceği, daha düşük bir reddedilme olasılığı oluşturabileceği ve mevki ve değer kazandırdığını düşündürmektedir (Hasriandry ve Wahyuni, 2021).

İnternet oyun bağımlılığı çoğu zaman çevrimiçi oyunlara odaklansa da, birçok çevrimiçi davranış bağımlılık benzeri sorunlarla ilişkilendirilmiştir. Aynı zamanda birden fazla davranışın eş zamanlı olarak ortaya çıkabileceği düşünüldüğünde, hangi davranışların sorunlu kullanıma yol açabileceğini bulmak zordur (Carras vd., 2017).

Ergenlik dönemindeki bireylerin, video oyunları oynamanın çeşitli nedenleri arasında eğlence, heyecan arayışı, kişisel meydan okuma veya diğer tatmin edilmemiş ihtiyaçların doyurulması gibi faktörleri sayabiliriz. Uygun internet oyunu kullanımının bilişsel becerilerin geliştirilmesi ve olumlu sosyal davranışların artması gibi çeşitli faydaları olabilmektedir. Bununla birlikte, bağımlıların oyun oynarken harcadıkları zaman, ergenlerde birçok fiziksel, psikolojik rahatsızlık ve özdenetim eksikliği gibi önemli sağlık sorunlarına yol açabilmektedir (Jeong vd., 2020, s.182).

Griffiths (2005), yaptığı araştırmada slot makineleriyle video oyunları arasında benzerlik olduğundan bahsetmiştir. Bir slot makinesi veya video oyun makinesi oynama kararının belirleyicileri, yalnızca oyuncunun biyolojik ve psikolojik yapısını ve durumsal değişkenleri değil, aynı zamanda aktivitenin yapısal özelliklerini içermektedir. Hem slot makineleri hem de video oyun makineleri potansiyel olarak bağımlılık yapıcıdır kimyasal olmayan bağımlılık türünün bir alt bölümü olan davranışsal bağımlılıklar kategorisinde yer

almaktadır. Yapılan araştırmada video oyunu oynamanın genel olarak kumar gibi olduğuna dair kanıtlar biraz eksik olsa da, slot makineleri ve video oyunları arasında açık benzerlikler olduğu ortaya çıkmıştır (Griffiths, 2005).

2.6. Teknoloji Bağımlılığı ile İlgili Kavramlar

Teknoloji bağımlılığı, davranışsal bağımlılık olarak yerini aldıktan sonra beraberinde birçok kavramı da getirmiştir. Her geçen gün yeni kavramlar literatüre eklenmektedir. Bu bölümde teknoloji bağımlılığı ile ilgili güncel terimlerin açıklamalarına yer verilmiştir.

2.6.1. Phubbing

Phubbing, sosyal ortamda dikkati telefona çevirerek birini görmezden gelme davranışdır. Phubbing davranışı, başka bir kişiyle konuşurken cep telefonunu gören veya kişilerarası iletişim sırasında cep telefonu ile ilgilenen bir birey olarak tanımlanabilmektedir (Latifa vd., 2019, s.2). Sosyal bağlamlarda diğer insanlarla etkileşim kurmak yerine kişinin akıllı telefonuna dikkatini vermesi olarak tanımlanan Phubbing, yaygın bir kavram haline gelmiştir (Wu ve Yang, 2021, s.2).

Spesifik olarak, "phubbing" terimi, "phone" ve "snubbing" kelimelerinden gelmektedir. Birisini sosyal bir ortamda, o kişiyle doğrudan konuşmak yerine telefonunu kullanarak küçümsemek eylemi olarak tanımlanmaktadır. Phubbing kelimesi 2012’de bir Avustralya İngilizcesi sözlüğü olan Macquarie Dictionary kampanyasının bir parçası olarak ortaya çıkmıştır. McCann Group adlı bir reklam ajansı, uzman sözlük derleyicilerini, yazarları ve şairleri cep telefonlarının yararına diğerlerini göz ardı etme davranışını karşılayan bir sözcük bulmaya davet etmiştir. Sonuç olarak, Alex Haigh adlı 23 yaşında Avustralyalı bir öğrenci “phubbing” kelimesini bulmuştur. Bundan sonra, McCann Group, konuyla ilgili farkındalığı artırmak için “Phubbing'i Durdurun” kampanyasını oluşturmuştur (Utami vd., 2020, s.377).

İnsanların konuşmalar sırasında veya birlikte geçirilen zaman sırasında telefon kullanmaları ya da telefona bakmaları karşısındaki kişi veya kişiler için görmezden gelindiğini veya başka bir şekilde dışlanmış hissetmesini sağlamanın bir yoludur. Bir kimse , birey yerine telefonuna dikkatini verdiğinde dışlanma ve memnuniyetsizlik hislerine yol açabilmektedir (McDaniel ve Wesselmann, 2021, s.2). Bu kavram günümüzde her bireyin başına gelen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle yüzyüze görüşmelerde kişilerarası bağlantıları oldukça zedelediği düşünülmektedir (Wang vd., 2020, s.428).

2.6.2. Gündemden kopma korkusu

Gündemden Kopma Korkusu (FOMO), yakın geçmişte bilim insanlarının büyük ilgisini çekmiştir. Bu terim genellikle bir kişinin diğer kimselerin yaşayabileceği sosyal ya da şahsi olarak tatmin edici tecrübeleri yaşayamama konusundaki endişelerini anlatmaktadır. FOMO başlangıçta çevrimdışı ya da gerçek dünya bağlamında kavramsallaştırılmış olmuş olsa da, terim sosyal medya kullanımı açısından yaygın bir uygulanabilirlik bulmuştur (Tandon vd., 2021, s.186). Gündemden kopma korkusu, psikolojik ihtiyaçlardaki eksiklikleri sosyal medya katılımına bağlayan bir arabulucu görevi görebilmektedir. FOMO, kişinin hayatındaki en iyi kararları almasını engelleyerek negatif bir ruh haline veya depresif duygulara neden olabileceği düşünülmektedir(Tandon vd., 2021; Pryzbylski vd., 2013). Sosyal medyanın gereksiz kullanımının altında yatan güdülere odaklanan incelemeler, FOMO'nun bireylerin ruh halinde farklılıklara ve sosyal medya kullanımında kendini yetersiz hissetmesine neden olduğunu belirtmişlerdir. Benzer bir şekilde, kişinin ilişkisinin mevcut durumundan duyulan memnuniyetsizlik, sosyal medya kullanımını destekleyen bir güdü olarak tanımlanmıştır (Pryzbylski vd., 2013, s.1841).

Yapılan araştırmalar, FOMO'nun endişe, agresiflik ve eksiklik duygularından oluştuğunu ve kişilerin sosyal medyayı kullandıklarında sinirlilik, endişe ve yetersizlik duygularında artış olduğunu belirtmiştir. Ayrıca, bireyin benlik saygısının, yaşadığı FOMO düzeyini etkileyebileceğini öne sürmektedir (Tandon vd., 2021). Sosyal medya kullanımında gözlemlenen psikolojik özellikler, durumlar ve faktörler, FOMO'yu anlamamızda önemli etkenlerdir. Çoğu zaman utanç ve yetersizlik hissiyle ilişkilendirilen yetersizlik, kişinin kendini savunmasız bir durumda hissetmesidir. Sosyal dışlanma, FOMO'nun temel faktörlerinden olan endişe ve benlik saygısını etkileyerek kaçırma korkusunda önemli bir rol oynayabilir. (Abel vd., 2016, s.34).

2.6.3. Nomofobi

Nomofobi”, bir cep telefonu ya da internet yolu ile iletişimde bulunamamamın modern korkusudur. “Nomofobi” kelimesi İngilizce kökenlidir ve “No Mobile Phobia”, yani cep telefonu olmadan kalma fobisi ifadesinden türetilmiştir (King vd., 2014, s.28). Nomofobi cep telefonu bağımlılığı olarak adlandırılan bozukluk, sanal iletişimi sağlayan yeni teknolojilerin geliştirilmesinin bir sonucudur. Nomofobi, modern dijital ve sanal toplumun bir bozukluğu olarak görülür ve cep telefonu ya da bilgisayarla bağlantının kesilmesinden doğan kaygı, huzursuzluk, sinirlilik veya sıkıntıyı ifade eder (Bragazzi ve Puente, 2014, s.156). Nomofobi

dört temel faktör ile yapılandırılmıştır (Rodríguez-García, Moreno-Guerrero ve Lopez Belmonte, 2020, s.2):

- 1) diğerleri ile iletişim kuramamaktan kaynaklanan sinirlilik ya da korku;
- (2) bağlanamama korkusu;
- (3) bilgiye anlık olarak ulaşamama korkusu;
- (4) mobil cihazların sağlamış olduğu rahatlıktan vazgeçme korkusu.

Nomofobi, zihinsel bozuklukların, kişilik bozukluklarının yanı sıra, bilhassa erişkin olmayan nüfusta, insanların benlik saygısı, yalnızlık ve mutlulukla ilgili problemleri arttırmaktadır. Tüm bunların, mobil teknolojiye güçlü bir bağımlılık yaratarak yaşamın diğer yönleri üzerinde olumsuz etkileri olabilmekte ve sürekli dikkat dağınıklığına neden olabilmektedir (Rodríguez-García vd., 2020, s.2).

Cep telefonu, 21. Yy'ın en büyük uyuşturucudan farklı bağımlılıklardan biri şeklinde adlandırılmaktadır. Kişisel bağımsızlığa destek olur, kimlik ve prestij sunar, kişilerarası ilişkilerin geliştirilmesini ve sürdürülmesini yardımcı olur ve eğlence aracıdır. Bu özellikler ve sunduğu sayısız avantajla, sonuç olarak dünyadaki cep telefonu kullanıcılarının sayısında muazzam bir artışa yol açmıştır. Ancak araştırmalar, bunun, cihazın yokluğunda kayıp duyguları, geri çekilme/kaçış belirtileri, kaygı/aşırma durumları, tolerans durumları ve bunun sonucunda yönetimde denetleyememe gibi endişe belirtileri ile davranışsal bağımlılığa yol açtığını göstermiştir (Nikhita, Jadhav ve Ajinkya, 2015).

King vd., (2013), çalışmaları sonucunda nomofobinin bir işlev bozukluğu ortaya çıkarabileceğini gözlemlemişlerdir. Bu durumda, işlevsiz davranışları üreten Duyusal İşleme Bozukluğu (SPD) gelişmektedir. Gündelik olarak çok fazla telefon kullanımı, İnternet aracılığıyla kişisel ve sosyal ilişkiler kurma ve gerçeklikten kaçma eğilimi, daha önce teşhis edilmemiş bir Sosyal Fobi Bozukluğu (SPD) vakalarının varlığını ortaya çıkarmıştır. Bu çalışmada SPD'li hastanın sosyal ve kişisel ilişkilerden bir kaçış yolu olarak iletişim kurmak için telefonda aşırı miktarda zaman harcadığını gözlemlenmiştir.

2.6.4. Dijital minimalizm

Minimalizm kavramı, Milburn ve Nicodemus (2010) tarafından şöyle ifade edilmektedir: Minimalizm, önemli olana odaklanmak için kendinizi hayatın fazlalıklarından kurtarmanın bir aracıdır. Böylece mutluluğu, doyumu ve özgürlüğü bulabileceğiniz düşünülmektedir. Genellikle eşyalar ve fazlalıklar için kullanılan ve uygulanan bu kavramı

Newport (2019, s.42), dijital teknolojilere uyarlanmış ve dijital minimalizm kavramını ortaya atmıştır. Dijital minimalizm kitabında bu kavramı şu şekilde tanımlamaktadır: Dijital minimalizm, çevrimiçi geçirilen vaktin hayatınızda değer verdiğiniz durumları saptayıp kalan diğer eylemlere sırt çevirmenizi sağlayan bir teknoloji kullanma felsefesidir. Dijital cihazlarla ilişkinizi değiştirmek, bir zihniyet değişikliği gerektirmektedir. Zihniyetiniz, nihayetinde alışkanlıklarınızı şekillendiren ve davranışlarınızı yönlendiren düşünce ve inançları içermektedir. Dijital minimalizm zihniyetine sahip insanlar teknolojiye farklı bakmaktadırlar (Sherman ve Chon, 2020).

Newport (2019, s.48), dijital minimalizmin neden işe yaradığını ve neden etkili bir felsefe olduğunu anlatabilmek için dijital minimalizmin bu üç temel ilkesini belirlemiştir:

Birinci ilke: Dağınıklık maliyetlidir.

Hayatta ilerledikçe, Facebook, Twitter ve Instagram gibi dikkatimizi dağıtabilecek dijital ortamlardan bilgiler toplanmaktadır. Bu bilgiler toplandığında faydalarını geçebilecek derecede olumsuz etkileri olabilmektedir.

İkinci ilke: Optimizasyon esastır.

Bir dijital minimalist kullanacağı teknolojinin olumlu ve olumsuz yönlerini en doğru şekilde tartarak karar vermektedir ve bu yönde eyleme geçmektedir.

Üçüncü ilke: Niyet doyurucudur.

Dijital yaşamınızın kontrolünü ele geçirme eylemi güç vermektedir. Zamanınızı nasıl kullanacağınız konusunda bilinçli kararlar vermek, daha azının daha fazla olabileceğini kabul etmek kadar önemli olduğu düşünülmektedir.

Skivko, Korneeva ve Kolmykova (2020), dijital minimalizmi zaman yönetimi ve iletişim odağı yönünden ayıran olarak üç ana kategori olduğunu öne sürmektedirler.

Birinci tür, dijital diyet kavramıdır. Belli faaliyetlerde daha iyi, daha kalitatif sonuçlara ulaşmak için sınırlı bir süre için belli bir nedenden dolayı medya tüketiminin azaltılması anlamına gelir. Örneğin, daha kaliteli ve daha iyi sonuçlar elde etmek için çalışırken dijital diyete gitmek faydalı hatta gerekli olabilmektedir; ayrıca tatillerde ve genel olarak boş zamanlarda mobil cihazları kapatmak da uygun olduğu düşünülmektedir (Skivko, Korneeva ve Kolmykova, 2020). Dijital diyet kavramına uygun bir örnek olarak, Ulusal Fişten Çıkarma Günü (2020), düzenli bir küresel uygulama haline gelme perspektifiyle dijital cihazlardan 24 saat bağlantı kesilmesini teşvik etmeyi amaçlayan dünya çapında bir hareket olarak kabul edilmektedir. Organizasyonun dünya çapında 1.000'den fazla okul, dini kurum ve işletme tarafından düzenlenen etkinliklere katılan 135.000'den fazla kişi olduğu söylenmektedir (Anonim, 2020).

İkinci tür olarak dijital detoks kavramı ortaya atılmıştır. Dijital detoks kavramı 2013 yılında Oxford sözlüğüne 'bir kişinin fiziksel dünyadaki stresi azaltmak ya da sosyal etkileşime odaklanma şansı olarak değerlendirilen, akıllı telefon veya bilgisayar gibi elektronik cihazlardan uzak durulan bir zaman dilimi olarak dahil edilmiştir. Dijital detoks, çevrimiçi veya dijital medyaya daha fazla ya da daha kısa bir süre için ara verme çabalarının yanı sıra akıllı telefon ve dijital araçların kullanımını kısıtlamaya yönelik diğer çabaları ifade etmektedir (Syvertsen ve Enli, 2019, s.3).

Dijital detoks, çevrimiçi iletişimden kaynaklanan stresi azaltmayı ve boş zamanların yanı sıra işte olduğu gibi gerçek (çevrimdışı) iletişime odaklanmayı öğretmeyi amaçlamaktadır. Bu noktada dijital detoksun modern teknolojileri reddetmek değil, bilgiyi filtreleme ve medya tüketimini kontrol etme yeteneğini desteklediğini belirtmek önemlidir (Skivko vd., 2020). ABD ve Avrupa'daki bazı okullar dijital detoks günü ve hatta dijital detoks haftası düzenlemektedir. Bu günlerde okullar, aygıtların olmadığı bir dünyada çocuklara ne kadar ilginç şeyler yapılabileceğini gösteren özel atölyeler, yaratıcı dersler düzenlenmektedir. Bu tür eylemler sırasında çocuklara teknolojiye kaçınma pratiği öğretilmektedir (Соловьев ve Белоус, 2014, s.80). Bu tür uygulamalar çocukların yetişkinlik döneminde teknolojik aygıtlara bağımlılık geliştirmelerinin önlenmesine yönelik iyi uygulama örnekleri olarak görülebilmektedir.

Dijital minimalizmi zaman çerçevesi ve iletişimin odağı açısından ayıran üçüncü tür olarak Türkçeye medya çileciliği olarak çevrilen ‘media asceticism’ kavramıdır. Asceticism yani çilecilik kavramı manevi değerler için dünya hayatından vazgeçmeyi ifade etmektedir. Medya çilecilerinin amacı, bilgi akışından bilinçli bir kısıtlama, iletişim teknolojisinin kontrolü ve makul kullanımı, gerçeklik ve sanallık arasında bir denge bulma, konsantre olma ve kendi gelişim vektörünü belirleme yeteneğini geliştirmektir (Соловьев ve Белоус, 2014, s.80).

Skivko vd., (2020)'e göre dijital bağlantı kesmede en radikal yol, dijital cihazların kullanımının tamamen reddedilmesidir. Medya kullanımına eleştirel yaklaşımı ve genel olarak tüketim toplumuna eleştirel konumu varsaymaktadır. Medya çileciliği eğilimi, henüz ana akım haline gelmemiş olsa bile, farklı sosyal gruplarda dikkat çekmektedir. Bazı insanlar işte veya evde wi-fi ile bağlantılarını kesmekte, diğerleri sosyal ağlardaki kişisel hesapları silmekte veya devre dışı bırakmaktadır. Bazı bilim insanları batı ülkelerinde dijital diyet ve dijital detoks uygulamalarının etkili olduğunu belirtmektedir.

2.7. Dürtüsellik

Dürtüsellikğin çeşitli tanımlamaları bulunmaktadır. Eysenck (1997) dürtüsellikği risk alma, plan yapmada başarısızlık ve zihni toplamada zorlanma ile ilişkilendirmiştir. Dickman (1990) dürtüsellikğe yönelik fonksiyonel ve disfonksiyonel olarak iki alt boyutta açıklamıştır. Fonksiyonel dürtüsellik normal yaşam koşullarında bireyin daha az öngörü ile eylemlerde bulunması olarak ele alınmaktadır. Disfonksiyonel dürtüsellik ise olumsuz zorlu bir yaşantı durumunda diğer insanlardan farklı olarak daha az öngörü ile eyleme geçme olarak belirtilmiştir (Dickman, 1993).

Dürtüsellik, önceden düşünmeden hareket etmektir. Bazı durumlarda dürtüsel davranmak işe yarar. Örneğin, kişi, kavgada ilk yumruğu atma gibi tehlikeli bir durumdayken dürtüsel davranmak hayatta kalma şansını artırabilir. Ayrıca, dürtüsel hareket etmek yaratıcı anları canlandırabilir ve kişinin aksi takdirde kaçırabileceği fırsatları yakalamasını sağlayabilir. Çoğu zaman dürtüsel davranmak patolojik olarak değerlendirilmez. (Dickman, 1993). Ancak dürtüsellik günlük yaşamı etkilediğinde, yaşamı tehdit eden çok sayıda davranış için bir risk faktörü oluşturabilir. Bununla birlikte, dürtüsellik tek bir yapı değildir ve dürtüsel davranışlar dürtüsel seçim ve dürtüsel eylem olmak üzere iki alt kategoriye ayrılır. Dürtüsel seçim, gecikmiş, büyük ödüller yerine ani, küçük ödülleri tercih etme eğilimini ifade ederken, dürtüsel eylem aceleci, erken veya yanlış zamanlanmış davranışları engellemede güçlük çekmeyi içerir (Sanchez ve Bangasser, 2022).

Yapılan bir davranışın sonuçlarının olumsuz olabileceğine karşı duyulan hassasiyetin azalması, bir durum tamamlanmadan plansız ve hızlı reaksiyon göstermede yetersizlik şeklinde tanımlanmaktadır (Moeller vd. 2001).

Dürtüsellikğin, üç değişkenden oluştuğu ifade edilmektedir. Bu değişkenler; motor dürtüsellik, kendini kontrol etmede zorlanma yaşama ve bilişsel çerçeveden karşılıklı yaşamayla karakterize olmuş plan yapamama şeklindedir (Patton vd., 1995).

Dürtüsel eylemler yapan kişiler, davranışlarının şahsına ya da ötekilerine sonuçları ne olacağını göz önünde bulundurmadan, zevk ile heyecan arayan, plan yapılmamış eylemler gerçekleştirirler. Sonuçta; motor tepkilere engel olamama, davranışların sonuçlarını dikkate almama ve küçük bir ödül için daha büyük bir ödülünden vazgeçme gibi sorunlar yaşarlar (Chamberlain ve Sahakian, 2007).

2.7.1. Dürtüsellik süreçleri

Tepki Kettleme/Yanıt Engelleme: Kişilerin uygun olmayan zamanlarda anlık tepkileri veya o anda vermeleri gerekli olan tepkiyi erteleyemedikleri ve bu gibi durumlarda kabiliyetsiz olmaları dürtüsellik sürecinde tepki kettleme/yanıt engelleme denmektedir.

İnhibisyon Denetimi: İnhibisyon denetimi örtük ve açık yanıtları engellemek olarak belirtilmekte ve harekete geçme kontrolünün sağlanması şeklinde ifade edilmektedir.

Risk Alma: Risk alma davranışı, bireylerin belirli sınırlar içerisinde kendi hayatlarını devam ettirebilmeleri ve geliştirebilmeleri için gereklidir. Risk alma, normalin üzerindeyse bireyin hayatında istenmeyen olumsuzluklara neden olabilmektedir.

Karar Verme: Bu süreç; olaylar karşısında tercihte bulunma, eylemi seçme, sıraya koyma, uygulama ve uygulama sonrasındaki sonuçları değerlendirme aşamalarını içermektedir (Yazıcı & Ertekin Yazıcı, 2010).

2.7.2. Dürtüsellik ve Bağımlılık

Alanyazın incelendiğinde bağımlılıkla ilgili önemli olan etkilerden biri de dürtüselliktir. Kalıtsal olan bu eğilimlik bireylerdeki dürtüsellik seviyesinin değişmesini etkiler (Seroczynski vd., 1999). Bu geçiş esnasında etkin rol oynayan hormonal sistemler arasında dopamine ve serotonin sistemleri bulunur (Robbins, 2005).

Bağımlılığa neden olan maddeleri kullanan kişiler dürtüsellik bakımından incelendiği zaman dürtüsellik psikoaktif maddeleri kullanımına başlamada ve bağımlılığın devamı sürecinde önemli rol oynadığı öne sürülmüştür (Holmes vd., 2009).

Kollins (2002) tarafından, dürtüsellik davranışları olan kişilerin önceki yaşam hikayelerine baktığı zaman çocukluk dönemlerinden bu yana bağımlılığa sebep olan maddelerden sigara, alkol ve esrar kullandıkları ve dürtüsel olmayan bireylere göre daha çok bağımlılık yapan madde tükettikleri öne sürülmüştür.

Bilgisayar/konsol/video oyunlarının oynanması, dünya çapında en eğlenceli ve popüler etkinliklerinden biridir (Nuyens vd., 2016). Bu oyunlar genellikle stres atmanın, sosyalleşmenin ve arkadaşlarla zaman geçirmenin eğlence içeren bir yoludur. Bu oyunları oynayarak rahatlama, özerklik, yeterlilik, gevşeme ve günlük sıkıntılardan kaçınma gibi hedeflere ulaşılır. Oyunun “akış” durumu nedeni ile oyuncular kontrol duygusu kazanırlar, mekan ve zaman duygularını kaybederler ve oynamayı kendilerini ödüllendirici bulurlar (Csikszentmihalyi, 1990).

Oyun oynama esnasında sağlıklı gönüllülerde daha fazla ventral striatal presinaptik dopamin salınımının olması, aktivitenin kendi içerisinde potansiyel olarak ödüllendirici olduğunu desteklemektedir. Kontrollü olarak gözlem altında 6 haftalık oyun periyodunun

ardından, oyun ipuçlarıyla karşılaştığı zaman sağlıklı bireylerde orbitofrontal ve anterior singulat aktivitelerinde artışlar görülmüştür. Bu durum, oyun oynamanın pekiştiriciliğini ve işaretlerinin koşullu pekiştiriciler olabileceği fikrini öne sürmektedir (Han vd., 2010).

İnternet Oyun Oynama Bozukluğu (İOOB) için risk değişkenleri içerisinde sosyal yeterlilikte azalma, dürtü kontrolünde zayıflama, oyun oynamaya ayrılan zamanda artış, yapılması gereken işlerde aksama, narsistlik, heyecan arayışı ve yüksek kaygılar yer almaktadır. Bunun yanında, oyunla ilgili ipuçları ile karşılaştığında tepki engellemedeki bozulmalar da oyun bağımlılığıyla ilişkilendirilmiştir (Han vd., 2010). Tekrarlayan zararlı eylemler ve kontrol kaybı, hem DSM-5 hem de ICD-11'de İnternet Bağımlılığı (İOOB) için belirgin özellikler olarak öne sürülmüştür. Ayrıca, yüksek düzeyde dürtüsellik İnternet Bağımlılığı ile ilişkilendirilmektedir (Holmes vd., 2009).

2.8. Siber Zorbalık

Siber zorbalığın ilk tanımı olarak bilinen ve Belsey tarafından 2003 yılında yapılan tanım, temelinde zarar verme amacı olan kişi veya grupların bilgi ve iletişim teknolojilerini aracılığıyla bilerek, tekrarlanan ve düşmanca davranışlar sergilemeleri şeklinde tanımlamıştır (Belsey, 2003). Willard (2005), ise siber zorbalığı internet veya teknolojik unsurlar kullanılarak başkalarına zararlı içerik göndererek ya da yayınlarak zarar vermek olarak tanımlamaktadır. Patchin ve Hinduja (2006), siber zorbalık kısaca elektronik metin aracılığı ile kasıt içeren ve tekrarlanan zarardır.

Türkiye’de siber zorbalıkla alakalı ilk çalışmayı yapan Erdur-Baker ve Kavşut (2007), siber zorbalığı başkalarının e-postalarını izinsiz okumak, şifrelerini kullanmak, kurbanın utandırıcı resimlerini çekmek ve bunları yaymak, utandırıcı mesajlar göndermek gibi eylemler olarak tanımlamaktadırlar. Sonuç olarak siber zorbalığı normal zorbalıktan ayıran özellik fiziksel bir ortamın olmaması bilgisayar, cep telefonları gibi dijital-teknolojik araçlar aracılığıyla sanal ortamlar kullanılarak kişilerin e-posta, anlık mesajlaşma kutularına ve sosyal medya adreslerine utandırıcı, aşalayıcı resim, video ya da mesaj gönderilerek kısacası mağdura zarar vermek amacıyla zorbalığın gerçekleştiriliyor olmasıdır.

2.8.1. Siber zorbalığın türleri

Willard (2005) yaptığı çalışmada siber zorbalığın 8 farklı türünü listelemiştir. Bunlar:

Taciz (Harassment): Tekrar eden bir davranış olan taciz, tek bir hedefe sürekli saldırgan mesajlar gönderme davranışdır. Taciz mesajların kişisel iletişim kanallarının yanı sıra halka

açık iletişim ortamlarında da meydana gelmesidir. E-posta adreslerine, kısa mesaj (SMS) kanallarına, anlık sohbet odalarına kişileri incitici mesajlar gönderilmesidir.

Çevrimiçi Kavga (Flaming): İki veya daha fazla kişinin oyun, sohbet odaları, tartışma ortamları, e-posta gibi elektronik ve halka açık ortamlarda doğrudan tehdit içerikli kısa hararetli tartışmalardır.

Başka Bir Kimliğe Bürünme (Impersonation): Siber zorba davranışında bulunan bireyin mağdurun şifresini ele geçirerek hesaplarına ulaşmasıdır. İnternet sitesi, blog, profil ya da diğer iletişim kanallarına mağdurun şifresi sayesinde erişim sağlayan siber zorba bu kanallar aracılığıyla uygunsuz ve rahatsız edici mesajlar gönderir. Arkadaşının şifresini ele geçiren bir kişi, arkadaşının onurunu kırıcı ve küçük düşürücü duruma gelmesi için tanıdıklarına mesaj gönderebilir.

İftira (Denigration): İftiraya maruz kalacak kişinin itibarına zarar vermek amacıyla dedikodu ve söylentilerin internet sayfası, e-posta ya da anlık mesajlaşma yoluyla kişi hakkında doğru olmayan, acımasız ve zararlı her türlü video, fotoğraf veya mesajlardır.

İfşa Etme (Outing): Kişinin bilgileri ve özel görüntülerinin hem kendisine hem de başkalarına zorbalığı yapan kişi tarafından gönderilmesidir. Taraflardan birinin ayrılması durumunda diğerinin görüntülerini ve bilgilerini yayınlayacağı yönünde tehdit etmesidir.

Aldatma (Trickery): Siber zorbanın karşısındaki kişiyi utanç verici görüntülerini ve sırlarını açıklaması için ikna etmesidir.

Dışlama (Exclusion): Çevrimiçi ortamlarda kişilerin gruptan acımasızca ve kasıtlı bir şekilde çıkarılmasıdır. Gruptan dışlanma ağır bir ceza kabul edildiği için gruptan dışlanan kişi yoğun duygular yaşayabilmektedir.

Siber Taciz (Cyberstalking): Tehdit içerikli, göz korkutucu, son derece saldırgan ve zararlı aynı zamanda aşağılayıcı mesajların tekrar tekrar gönderilmesidir. Siber tacizciler, mağduru karalamaya ve itibarlarını zedelemeye çalışırlar. Taciz ve siber taciz arasındaki sınır belirgin değildir. Siber tacizin sınırının aşılması tacizin fiziksel boyutlara ulaşmasına neden olabilmektedir.

2.8.2. Siber zorbalık araçları

Siber zorbalık, geleneksel zorbalıktan farkı teknolojik araçlarla zorbalığın sürekli olarak tekrarlanan bir şekilde yapılmasıdır (UNICEF, 2020). Bilgisayar, web kamera, tablet, cep telefonu gibi pek çok teknolojik araç sayılabilmektedir. Sohbet odaları, e-posta, cep telefonu aramaları, kısa mesaj (SMS), anlık mesajlar, sosyal medya profilleri gibi teknoloji ve iletişim

araçları aracılığıyla insanlara müstehcen fotoğraf ve video, korku verici, aşağılayıcı, tehdit edici mesajlar göndererek zorbalığa maruz bırakmak amaçlanmaktadır.

Teknolojinin gelişmesi, sosyal platformların artması ve insanların bu platformlar üzerinden etkileşimlerinin çoğalmasıyla birlikte siber zorbalığa uğrama araçları çeşitlenmektedir. Siber zorbalık araçları Şekil 2.1’de sıralanmıştır (Rogers, 2010):



Şekil 2.1: Siber Zorbalık Araçları

Metin Mesajı (Text Message): Saldırganın, ısrarcı ve tehdit edici mesajlarını SMS biçiminde cep telefonları aracılığıyla gönderilmesiyle ortaya çıkmaktadır. Kimlik gizlenerek yapılan zorbalık kişinin bulunmasını zorlaştırmaktadır. Mağdur ise maruz kaldığı zorbalığın farkına varamamaktadır (Rogers, 2010).

Sohbet Odaları (Chat Rooms): Her türlü sohbetin gerçekleştirildiği bu ortamlar zorbalığın grup halinde yaygınlaştırılmasını kolaylaştırıcı etkiye sahiptir. Sohbet odaları, daha çok ergenlerin kullandığı iletişim alanlarıdır. Her araçta olduğu gibi sohbet odalarının da kötüye kullanımı insanları tehdit edebilir ve zorbalığın ileri boyutlara ulaşmasına neden olabilmektedir (Rogers, 2010).

Cep Telefonu Aramaları (Mobile Phone Calls): İletişimin en kolay araçlarından birisi olan cep telefonları insanlar tarafından çok yaygın bir şekilde kullanılmaktadır. Artık sadece yetişkinler ya da gençler tarafından kullanılmamakta çocuklar dahi cep telefonlarına sahip

olmaktadır. Bilinçli bilinçsiz her insan tarafından kullanılan cep telefonları zorbalardan tarafından ısrarcı aramalar, küfürlü mesajlar, müstehcen fotoğraflar gönderilerek mağduru etkilemeyi amaçlamaktadır. İleri bir boyut olarak ise zorbalığı sergileyecek olan kişi önce bir telefon çalmakta daha sonra çalınan bu telefonla zorbaca tavırlar sergilemektedir (Rogers, 2010).

Web Siteleri (Websites): Zorba, mağduru aşağılama, karalama, taciz etme, hakkında doğru olmayan bilgileri yaymak amacıyla kişisel web siteleri açmaktadır. İnternet sitelerini sadece kendisi oluşturmamakta var olan hazır internet sitelerinde mağdur hakkında anketler yapmaktadır (Rogers, 2010).

Bloglar (Blogs): Web günlükleri (weblogs) kısaltması olan bloglar (blogs) içeriğini yalnızca metinler oluşturmaz videolarda bulunabilmektedir. Bloglar, kişiler tarafından çok kolay bir şekilde oluşturulmaktadır. Yazar kendi görüşlerini, deneyimlerini blog sayfası sayesinde okuyucularla paylaşmaktadır. Okuyucuların yorumlarını yazabildikleri yazar ve okurun etkileşim içinde oldukları bir ortamdır (Rogers, 2010). Bu yorumlar incitici ve acımasızca olabilmektedir. Ya da siber zorba başkası adına bir blog açabilmekte burada mağdur hakkında kötü paylaşımlarda bulunabilmektedir (Bauman, 2007).

E-postalar (Emails): Zorba birden fazla gerçek isme ve kimliğe sahip olmayan hesaplar üretebilmektedir. Takma ad ya da başkasının e-posta adresini ve şifresini kullanarak yüzlerce kişiyi e-posta gönderilmektedir. Kendi adını kullanmadan veya başkası adına gönderilen bu e-postalar zorbanın hem yakalanmasını zorlaştırmakta hem de yüzlerce kişiye tek bir tuşla zorbalık içeren e-postalar göndermektedir (Rogers, 2010).

Anlık Mesajlaşma (Instant Messaging): Son yılların en popüler uygulamalarından olan Whatsapp hem bir anlık mesajlaşma hem de sosyal ağ platformudur. 2020 verilerine göre Whatsapp aktif kullanıcı sayısını 2 milyar olarak açıklamıştır (CNN, 2020). Whatsapp aracılığıyla kullanıcılar birbirlerine, metin, sesli mesajlaşma yapabilmektedir. Ayrıca video, fotoğraf, dosya ve konum gönderme seçenekleri de sıklıkla kullanılmaktadır. Aynı zamanda internet tabanlı olan bu uygulama sayesinde görüntülü ve sesli görüşmelerde gerçekleştirilmektedir (Rogers, 2010).

Sosyal Ağlar (Social Networking): Milyonlarca hatta milyarlarca kullanıcıya sahip sosyal ağlar (Facebook, Instagram, X, Whatsapp, LinkedIn vb.) insanların fotoğraf, video, kendi görüş, düşünce ve anılarını paylaştıkları platformlardır. Doğru güvenlik ayarlarının yapılması olası zorbalıklardan korunmayı sağlamaktadır. Bu sayede tanımadığınız ya da sizde ekli olmayan kişiler profilinize erişememekte, kötü mesajlar ya da yorumlar yazamamaktadır. Zorbaca davranışlar, sahte hesaplar açıp kendi kimliğini gizli tutarak başkası gibi davranıp

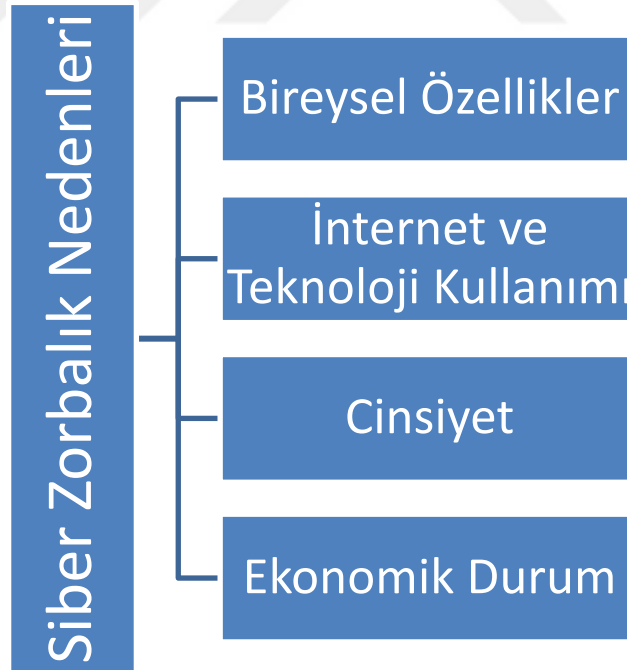
aşağılama, küfür etme, müstehcen fotoğraflar paylaşma gibi eylemlerin sosyal ağlar kullanılarak yapılması zorbanın yakalanmasını zorlaştırmaktadır (Rogers, 2010).

Forumlar (Forums): Yeni belirlenmiş ya da var olan bir konu veya tartışma hakkında görüş bildirmektir. Sadece tartışma ortamı olmamakla birlikte bir soruna cevap aramak amacıyla diğer kullanıcılardan yardım almak için de kullanılmaktadır. Forumlar da konu başlığı açmak, tartışma ortamına dahil olmak ya da soruna cevap almak için tek şart bu ortamlara üye olmaktır. Üye adı ve şifreyle üye olunan forumların pek çoğu ücretsizdir ve kolaylıkla üye olunabilmektedir. Zorba bu forumlara girerek kişilerin fikirlerine karşı çıkabilmekte, sorularına alaycı ve aşağılayıcı yanıtlar verebilmektedirler (Rogers, 2010).

Cep Telefonu Kameraları Aracılığıyla Fotoğraf/Video Klipler (Picture/Video-Clips Via Mobile Phone Cameras): Zorbalık davranışının gerçekleştiği esnada ya da cep telefonu aracılığıyla daha önceden kayda alınmış görüntülerin paylaşılmasıdır. Bu görüntüler mağdurun korkması, utanması ve tehdit altında hissetmesi için başkalarıyla paylaşılarak çoğaltılmaktadır (Rogers, 2010).

2.18.3. Siber zorbalığın nedenleri

Siber zorbalığın nedenleri Şekil 2.2’de gösterilmiştir. Bunlar:



Şekil 2.2: Siber Zorbalığın Nedenleri

Bireysel Özellikler: Teknolojinin yaygınlaşmasıyla birlikte geleneksel zorbalık sanal ortamlarda varlığını göstermeye devam etmektedir. Zorbalık ortak bir mesaj taşımaktadır; güç ve gövde gösteri. Siber zorbalığı yapan bireyler ya kendileri zorbalığa uğramış kişiler ya da

siber zorbalığa maruz kalmış kişileri korumak için intikam, öç alma, kısasa kısas gibi nedenlere sığınmaktadırlar (Ergün-Başak ve Baştürk, 2019).

İnternet ve Teknoloji Kullanımı: Her bireyin kendine ait bir teknolojik alete sahip olması ve kesintisiz internetin yaygınlaşması pek çok bireyde yaş farkı gözetmeksizin günün tamamını ele geçiren tek uğraşı olmuştur. Teknolojiye ve internete erişim ne kadar sınırlıysa siber zorba ya da siber mağdur olmak o kadar zorlaşmaktadır (Li, 2007). Kontrolsüz ve denetimsiz internet kullanımı siber zorba olma ihtimalini arttırmaktadır.

Cinsiyet: Siber zorbalığın cinsiyet değişkeni üzerinden incelenmesi pek çok araştırma tarafından yapılmıştır. Literatürde siber zorbalığın cinsiyet üzerine yapılmış araştırma sonuçları cinsiyetler arasında siber zorbalık durumunun değişkenlik gösterdiğini ortaya koymaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre erkekler kızlara oranla daha fazla siber zorbalıkta bulunmaktadır (Pekşen Süslü ve Oktay, 2018; Li, 2007; Yaman, Karakülah ve Dilmaç, 2013).

Ekonomik Durum: Teknolojinin gelişmesi, internetin yaygınlaşmasıyla birlikte her bütçeye uygun teknolojik aletler ve kullanıcıların ihtiyaçlarını karşılayacak kadar internet paketleri mevcuttur. Pek çok işlemin internet aracılığıyla daha ulaşılabilir hale gelmesi tablet, telefon ya da bilgisayarların artık lüksten öte bir ihtiyaç halini almasına neden olmuştur. Eroğlu vd. (2015) siber zorbalık ve siber mağduriyet yaygınlığı ve risk faktörlerini inceledikleri çalışmalarında ailelerinin aylık geliri 2000 TL altında olan bireylerin daha fazla olanlara göre daha çok siber zorbalıkta bulundukları sonucuna ulaşmışlardır. Başka bir çalışma aylık gelirin artışı siber zorbalıkla doğru orantılı olarak bulunmuş ve aylık gelir arttıkça siber zorbalık davranışında da artış meydana gelmiştir (Akbulut, Şahin ve Erişti, 2010).

Navarro ve Serna (2016), siber zorbalık nedenlerini:

Eğlence. Eğlenceli biri olarak görünmek ve mağduru komik duruma düşürerek kendini aptal hissetmesine neden olmak,

İntikam. Kişiler arasında geçmişte yaşanan bir çatışma durumunun sanal ortamda devam ettirmek,

Şantaj. Mağdurun özel bilgilerini ya da görüntülerini yaymama karşılığında çıkar elde etmek,

Kötü Kişilik. Başkalarına zarar vermek ve bundan zevk almak,

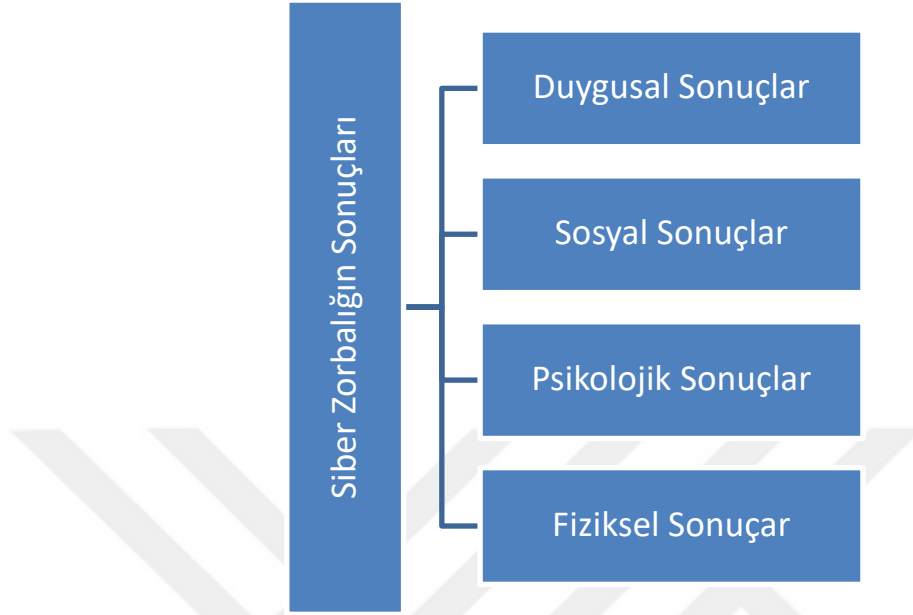
Üstün Hissetmek. Liderliği ele almak, statüyü güçlendirmek istemek,

Kıskanmak. Mağdurun daha üstün (güzel ve başarılı olmak) olduğu durumlara tepki göstermek,

Psikososyal Uyumsuzluk. Kendileri mutlu olamadıkları için başkalarının mutlu olmasını istememek, olarak açıklamaktadır.

2.8.4. Siber zorbalığın sonuçları

Siber zorbalığın sonuçları Şekil 2.3'te gösterilmiştir. Bunlar:



Şekil 2.3: Siber Zorbalığın Sonuçları

Duygusal Sonuçlar: Siber mağduriyetin en yaygın sonuçlarından biri olan duygusal etkilenmelerdir. Zorbanın kimliğinin gizli olması ve aynı kişiye birden fazla zorbaca davranışlarını tekrarlanması nedeniyle aynı fiziksel ortamda olmamalarına rağmen mağdurlar psikolojik olarak etkilenmekte ve sorunlar yaşamaktadır. Teknolojinin her kesim tarafından ulaşılabilir olması ve son derece yaygınlaşması artan siber zorbalığın bireyler üzerinde psikolojik ve fiziksel yönden geleneksel zorbalıkla örtüşen zararlı yanları vardır (Cassidy, Faucher ve Jackson, 2013).

Sosyal Sonuçlar: Siber zorbalık sosyal ilişkilerde bozulmalara, sosyal ortamlara dahil olamama, dışlanma ve onay görememe gibi olumsuz etkilere neden olmaktadır. Birey her ne kadar siber zorbalık faaliyetinde bulunmasa bile bulunduğu sosyal ortamın kuralları ya da dışlanma endişesi nedeniyle zorbaca davranışlar yapmaya mecbur kalmaktadır (Cassidy, Faucher ve Jackson, 2013).

Psikolojik Sonuçlar: Kağan ve Ciminli (2016) ergenler ile yaptıkları çalışmada siber zorbalık ve mağduriyetin kişilik özellikleri değişkeni bakımından inceledikleri çalışmada dışadönüklük arttıkça siber zorbalık ve mağduriyet azalırken, nevrozizm arttıkça siber zorbalık ve siber mağduriyet oranlarında artış meydana gelmektedir. Siber zorbalık ve siber mağduriyet dışadönüklükle ters orantılıyken, nevrozizmle doğru orantılı bulunmuştur. Siber mağdurlar uğradıkları zorbalığın sonucu olarak psikolojik işlev bozukluğu, anksiyete durumu, depresif

olma gibi kişilerde psikolojik etkiye sahip sonuçlar ortaya çıkarmaktadır. Dalmaz (2014) üniversiteye giden bireylerin siber zorbalık ve siber mağduriyetlerinin depresyon ve anksiyete değişkenleri bakımından incelediği araştırmasında siber zorbalık ve mağduriyet ile anksiyete düzeyi arasında ilişki bulunamazken, siber zorbalık ve mağduriyet ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Fiziksel Sonuçlar: Siber zorbalığa uğrayan mağdurlar duygusal, sosyal ve psikolojik olarak etkilenmenin yanı sıra fiziksel olarak etkilendiklerini gösteren çalışmalar mevcuttur. 13-16 yaşları arasında 2215 Finlandiyalı gençlerle yapılan çalışmada duygusal ve davranışsal aynı zamanda arkadaşlarıyla sorun yaşayan ergenler fiziksel sorunlar da yaşadıklarını belirtmiştir. Sık sık ve tekrarlayan baş ve mide ağrıları, düzensiz uyku problemi gibi şikâyetleri bulunmaktadır (Mann, 2010). Siber mağdurun en çok psikolojik yönden etkilendiği araştırmalar tarafından kanıtlanmıştır. Psikolojik etkiler kişilerde ilerleyen zamanlarda fiziksel olarak belirti gösterebilmektedir. Siber mağdurda farklı tepkilere neden olabilmektedir. Siber mağduriyet düzeyi arttıkça somatik belirtiler de artmakta bireyde; kol, bacak, karın ve sırt ağrısı, nefes darlığı, bulantı ve kusma gibi tepkilere neden olmaktadır (Horzum ve Ayas, 2014).

2.9. Teknoloji Bağımlılığı Dürtüsellik ve Siber Zorbalık İlişkisi

Alanyazında siber zorbalık ve mağduriyetin internet bağımlılığı ile ilişkisini araştıran çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Smith vd., 2008; Ybarra ve Mitchell, 2004; Topçu, 2008; Erdur Baker ve Kavuş, 2007; Akbulut vd., 2010). Smith vd. (2008) 11-16 yaşlar arası öğrenciler ile yaptıkları çalışmada siber zorbalık ve siber zorbalığa maruz kalmış kişinin internet kullanım ile ilişkisini incelemiştir. Çalışmalarında interneti daha sık kullananların daha çok siber mağduriyete uğradıklarını bulmuşlardır. İnternet kullanımı siber zorbalıkla olmasa da siber mağduriyet ile ilişkili görülmüştür. Bu çalışmadan farklı olarak siber zorbaların siber mağdurlara oranla interneti daha sık ve daha profesyonel şekilde kullandıklarını gösteren çalışmalar da mevcuttur (Akbulut vd., 2010; Erdur Baker ve Kavuş , 2007; Smith vd., 2008; Topçu, 2008; Smith vd., 2008).

Ülkemizde yapılan çalışmalar incelendiğinde, yapılan bir araştırmada internet ve iletişim teknolojilerinin sık kullanımının siber zorbalığı yordadığı sonucuna varmıştır (Topçu, 2008). Erdur Baker ve Kavuş (2007)'da araştırmalarında internet kullanım süresi ile siber zorbalık ve siber mağduriyet arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna varmışlardır. Akbulut vd. (2010) ise yapmış oldukları araştırmalarında günlük internet kullanım süresinin siber mağduriyeti yordadığını tespit etmişlerdir.

2.10. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Arıcak (2009) tarafından yapılan araştırmaya göre, psikolojik değişkenler ile siber zorbalık arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan araştırmada 695 bireyin %19,7'sinin siber zorbalık yaptığı, %54,4'ünün siber mağdur olduğunu tespit etmiştir. Çalışmaya göre negatif hisler ve bazı psikotik semptomlar siber zorbalığı büyük ölçüde etkilemektedir. Araştırmaya katılanların yarısı cep telefonunda ya da internette en az bir defa kimlik gizlediklerini söylemişlerdir. Bunlara ek olarak araştırmaya göre erkekler kadınlara göre daha çok siber zorbalık davranışında bulunmaktadır.

Serin (2012) yaptığı araştırmada gençlerde siber zorbalık ve siber mağduriyet geçmişini ve bu davranışla ilgili olarak eğitim yöneticilerinin ve öğretmenlerin farkındalıklarını incelemeyi hedeflemiştir. 5,6,7 ve 8 sınıflarında bulunan 4291 ortaokul öğrencisi, 916 öğretmen ve 727 müdür-müdür yardımcısı ile çalışılmıştır. Araştırma sonucuna göre internete internet kafeden ulaşım sağlayan çocuklar daha fazla siber zorbalık yapmaktadırlar. Düşük sosyoekonomik çevre okullarında eğitim gören öğrenciler yüksek sosyo-ekonomik bağlamdaki öğrencilere göre daha çok mağduriyete maruz kalmaktadırlar. Bunlara ek olarak; öğretmenlerin %65,4'ünün, okul idarecilerinin %51,7'sinin siber zorbalık durumuna karşı hiçbir engelleyici çalışması bulunmadığı belirlenmiş olup öğretmenlerin %7,6'sının, idarecilerin %6,3'ünün siber zorbalık yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Türkoğlu (2013) tarafından yapılan araştırmada gençlerin sorunlu internetten faydalanma ile siber zorba olma yatkınlıkları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. İstanbul ilinde sosyo ekonomik durumları aynı olmayan iki ilçeden seçilen liselerde eğitim gören 307 kız, 233 erkek öğrenci üzerinde çalışma yürütülmüştür. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, internet bağımlılığı ve siber zorba olma durumu arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin sorunlu internet kullanımları ve cinsiyet, bilgisayara sahip olma, internet kullanım süresi, sınıf seviyesi değişkenleri arasında anlamlı farklılık bulunurken okul türü, yaş, anne baba eğitim durumu, kendi odasına sahip olma durumu, ailenin gelir düzeyi ve interneti kullanmaya başlama arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bunlara ek olarak gençlerin siber zorbalık yapma eğilimleri ve babanın eğitim durumu, kendine ait bilgisayarının olup olmayışı, internet geçmişi, cinsiyeti ve internette geçirdiği süre arasında anlamlı farklılıklar bulunduğu ama okul türü , anne eğitim durumu, kendi odasına sahip olma durumu, yaş gibi değişkenler arasında ise farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Türkoğlu, 2013).

Peker ve Ekinci'nin (2016) yaptıkları araştırmaya göre, gençlerde öz yeterliliğin siber zorbalık ile baş etme stratejilerine olan yordayıcı etkisinin tespit edilmesi hedeflenmiştir. Çalışma grubu 277 lise öğrencisinden oluşmakta olup araştırma betimsel yöntem ile hazırlanmıştır. Araştırmanın çıkardığı sonuçlara göre siber zorbalıkla baş etme stratejilerinden çevrimiçi gizlilik ve güvenlik yöntemleri, yardım arama ve sosyal destek ile pozitif anlamlı ilişki elde edilmiştir. Buna ek olarak gençlerde öz yeterliliğin siber zorbalık ile başa çıkma konusunda olumlu yönde ilişki kurulduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Hazar ve diğerleri (2017) gerçekleştirdikleri araştırmada dijital bağımlılık düzeyi fazla olan bireylerin saldırganca davranışlar sergileme olasılığının yüksek olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Dursun, Gökçe ve Aytaç'ın (2020) üniversite öğrencileri üzerine yaptığı bir araştırma katılımcıların % 41'nin son altı ay içerisinde minimum bir kere siber zorbalık eylemine maruz kaldığını göstermektedir. Çalışma siber zorbalık aracı olarak en fazla e-posta, sosyal paylaşım siteleri ve mesajların kullanıldığını; siber zorbalık eyleminin kurbanlar üzerinde kızgınlık, kaygı, üzüntü, uyku ve dikkat problemleri gibi etkileri olduğunu da ortaya koymuştur.

Kurt-Kaban ve Gültekin (2022) tarafından yapılan çalışmada gençlerin siber zorbalık düzeyleri ve insani değerler arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Çalışmanın örneklemini Kocaeli'nde bulunan 4 okul türünde eğitim gören 160 öğrenciden oluşturulmuş olup bu araştırmada tarama modelinden faydalanılmıştır. Çalışmanın sonuçlarına göre, siber zorbalık ile insani değerler arasında negatif yönlü ve belirgin bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Çalışmaya katılan bireylerin günlük internet kullanımı, evde internet olup olmaması, cinsiyet değişkenleri ve siber zorbalık puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bireylerin okul çeşidi ve insani değerleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.

2.11. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Green ve Bavelier (2003) dijital oyunların olumlu etkilerini ortaya koyan bir çalışma yapmışlardır. Araştırmada dijital oyunların özgüveni yükselttiği, bireylerin günlük yaşam stresinden uzak kalarak rahatlamalarına ortam sağladığı, görsel dikkat becerilerini geliştirdiği ve eğitsel içerikli oyunların akademik başarıya katkı sağladığı görülmektedir.

Leung (2004) 16-24 yaş arasındaki genç kişiler üzerine gerçekleştirdiği incelemede internete bağımlı olan kişilerin televizyon izleme oranlarının daha düşük, çevrimiçi etkileşimli oyunlar oynama ve sohbet odasında vakit geçirme oranlarının daha fazla olduğunu ortaya koymaktadır. König, Gollwitzer ve Steffgen (2010) yaptıkları araştırmada geçmişte geleneksel

zorbalığa maruz kalan bireylerin ilerleyen süreçlerde intikam alma duygusu ile siber zorbalık yaptığı sonucunu elde etmişlerdir.

Huang ve Chou (2010) aracılığıyla gerçekleşen incelemede siber zorbalık rolleri açısından siber zorbalık davranışları incelenmiştir. Araştırma Tayvan'da gerçekleştirilmiş olup 541 Tayvanlı katılmıştır. Araştırma sonucuna göre, siber tehdit ve çevrimiçi taciz, siber zorba ve mağdurlara göre uygulanan en fazla siber zorbalık türüdür. Siber zorba veya siber mağdur olmayanlara göre en yaygın olarak uygulanan siber zorbalık türü dalga geçme olarak bulunmuştur. Bunlara ek olarak; erkeklerin kızlara kıyasla zorbalık yapma olasılığının daha yüksek olduğunu ve siber zorbalığın kişinin akademik başarı seviyesinden etkilenmediğini göstermektedir. Araştırmaya göre siber zorbalık yaşayan gençlerin başvurduğu akranları, çatışmalardan kaçınma ve grup uyumunu sürdürme eğilimleri nedeniyle hiçbir tepkide bulunmamışlardır.

Hinduja ve Patchin (2014) tarafından yapılan araştırmaya göre, siber zorbalık büyüyen bir sorun çünkü artan sayıda çocuk çevrimiçi etkileşimi kullanmaktadır. ABD'deki gençlerin %95'i çevrimiçi durumda ve dörtte üçü (%74) internete mobil cihazlarından erişmektedir. Bunu okul çalışmaları için, arkadaşlarıyla iletişim halinde kalmak, oyun oynamak, ünlüler hakkında bilgi edinmek, dijital kreasyonlarını paylaşmak veya diğer birçok nedenden dolayı kullanmaktalar. ABD'de yapılan araştırmalara göre, gençlerin %95'i çevrimiçi uygulamaları kullanıyorlar ve bu çocuklar internete mobil cihazlardan ulaşmaktalar. Çocukların interneti kullanma nedenleri ise; arkadaşlarıyla iletişim halinde kalmak, okul çalışmalarına katılmak, oyun oynamak, ünlüler ile ilgili bilgi almak ve diğer birçok nedenden dolayı çocuklar interneti kullanmaktalar. Çocukların interneti tamamen benimsemeleri siber zorbalığında gittikçe büyüyen bir sorun haline gelmesine neden olmaktadır.

Pew Research Center (2015) Amerika'da yapılan istatistiklerden hareketle sosyal medya kullanımının en yoğun olduğu yaş aralığının 18-29 yaş arası olduğunu ifade etmektedir. Bu yaş aralığı içerisinde yer alan bireyler beliren yetişkin olarak tanımlanan genç yetişkinler grubunu ifade etmektedir.

Genç yetişkinlerde haftalık fazla internet kullanımının daha yüksek siber zorbalık olaylarına sebep olduğu, haftalık internette geçirilen zamanın siber zorbalığı ve sorunlu internet kullanımının ise hem siber zorbalığı hem de siber mağduriyeti yordadığı, siber zorbalık/mağduriyet gruplarının yüksek internet kullanım oranına sahip olduğu sonuçları

karşımıza çıkmaktadır. Bu çalışmaların aksine siber zorbalık ile internet kullanım süresi arasında anlamlılık bulunmayan çalışmalarda mevcuttur (Balakrishnan, 2015).

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Deseni

Bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden korelasyon desende dizayn edilmiştir. Korelasyonel araştırmalar, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiler hakkında bilgi sağlayan, bu değişkenlere müdahale etmeden incelenen çalışmalardır (Büyüköztürk vd., 2010). Bu türdeki araştırmalar, neden-sonuç ilişkileri üzerine ipuçları verebilir, fakat kesin bir neden-sonuç ilişkisi olduğunu doğrulamaz. Değişkenler arasındaki ilişkileri tanımlayan bu tür çalışmalar, betimsel araştırmaların bir türü olarak da kabul edilir (Büyüköztürk vd., 2010).

3.2. Evren ve örneklem

Araştırmanın evrenini genç yetişkinler evreni, örneklemi ise, ulaşılabilirliğin kolay olması açısından Gaziantep ilindeki belirgin yetişkinlik döneminde olan 18–30 ($\bar{X}$:24.25, SS:3.72) yaş arası katılımcıların %59,2'sinin (277) kadın %40,8'inin (191) erkek bireyler olmak üzere toplam 468 kişi oluşturulmuştur.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veriler çevrim içi “Google Forms” aracılığı ile çevrim içi anket hazırlanarak elde edilmiştir. Veri toplanırken çevrim içi yöntemlerin tercih edilmesinin sebebi çevrim içi bir konunun araştırılması olup daha fazla ve daha kolay katılımcılara ulaşmaktır. Veriler; Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği, Siber Zorbalık Ölçeği, Siber Mağduriyet Ölçeği ve Barrat Dürtüsellik Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Bu süreçte üniversite öğrencilerin katılımı daha fazla olmuştur. Bundan kaynaklı eğitim durumları açısından dengesizlik söz konusu olmuştur.

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları şu şekildedir;

Siber Zorbalık Ölçeği; Stewart vd. (2014) tarafından geliştirilmiş ölçek siber zorba davranışlarını ölçmeyi hedeflemektedir. Toplam 16 sorudan oluşan ölçek, 2 tanesi çoktan seçmeli ve 14'ü Likert tipinde olup, katılımcılara siber zorbalık tecrübelerini ölçmektedir. İlk iki soru, kişinin başkalarını e-posta, video veya mesaj gibi araçlarla rahatsız edip etmediğini sormaktadır; üçüncü soru ise kişinin bu tür yollarla rahatsız edilip edilmediğini içermektedir. Geri kalan 14 soru, katılımcıların siber zorbalığa maruz kalma durumunu ölçmektedir. Likert

tipindeki sorulara katılımcılar, "Hiç, Neredeyse hiç, Bazen, Hemen hemen her zaman, Her zaman" gibi bir skalada yanıt vermektedirler. Bu sorular, yazılı veya görsel yolla rahatsız edilme, kişisel bilgilerin izinsiz paylaşılması, aşağılanma, dışlanma, tehdit edilme gibi durumları içermektedir. Her bir maddeye verilen puanlar toplanarak toplam puan elde edilir. Yüksek toplam puanlar, daha yüksek düzeyde siber zorbalık davranışlarına maruz kalmayı veya bu tür davranışları gerçekleştirmeyi gösterir.

Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışması yine aynı araştırmacılar tarafından yapılmış, ölçekte yer alan ilk 2 soru ayrı tutulmuştur. Geçerliği ve güvenirliği yüksek ölçek olarak bulunmuştur. Bu çalışmadaki güvenirlik düzeyi (Cronbach alphası) ise 0.86 dır.

Barrat Dürtüsellik Ölçeği Kısa Formu; Lut Tamam, Hüseyin Güleç ve Gonca Karataş tarafından uyarlanmıştır. 18 yaş ve üstü yetişkinlere uygulanabilmektedir. 3 alt boyut ve 15 maddeden oluşmaktadır.

Dikkat Dürtüsellliği (5 m): Düşünmeden iş yaparım; Motor Dürtüsellik (5 m): Aklıma estiği gibi hareket ederim; Plan Yapmama (5 m): İşlerimi dikkatle planlarım şeklindeki gibi maddeler bulunmaktadır. 4'lü Likert (1=nadiren/hiçbir zaman- 4=hemen her zaman/her zaman) şeklinde derecelendirilmektedir ve ölçekten alınabilecek puan 4 ile 60 arasında değişmektedir. Her alt boyuttan alınan yüksek puan ilgili özelliğin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu çalışmadaki güvenirlik düzeyi (Cronbach alpha) ise 0.86 dır.

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği; Fatih Aydın tarafından uyarlanmıştır. Bu ölçek 18 yaş ve üstü bireylerde teknoloji bağımlılığının olup olmadığını ölçmektedir. Sosyal Ağ Bağımlılığı, Anlık Mesajlaşma Bağımlılığı, Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Web Siteleri Bağımlılığı olmak üzere dört alt boyuttan oluşan ölçek, toplamda 24 madde içermektedir. Her bir alt boyut için 6 maddeden oluşmaktadır:

- **Sosyal Ağ Bağımlılığı:** Sosyal ağlarda zaman harcarken dikkatimin dağılmasından rahatsız oluyorum.
- **Anlık Mesajlaşma Bağımlılığı:** Anlık mesajlaşma uygulamalarını kullanamadığım zamanlarda huzursuz oluyorum.
- **Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı:** Çevrimiçi oyun oynarken harcadığım süreyi artırmak istiyorum.

- **Web Siteleri Bağımlılığı:** Web sitelerinde gezinmek için derslerimi ihmal ediyorum gibi maddeler bulunmaktadır.

Bu ölçek, 5'li Likert ölçeği kullanılarak derecelendirilmektedir (1= hiçbir zaman - 5= her zaman). Toplam puan aralığı 24 ile 120 arasında değişmektedir. Yorumlamada şu kriterler kullanılmaktadır:

- 0-24 puan: Bağımlı değil
- 25-48 puan: Düşük düzeyde bağımlı
- 49-72 puan: Orta düzeyde bağımlı
- 73-96 puan: Oldukça bağımlı
- 97-120 puan: Tam bağımlı

Ölçeğin alt boyutları için Cronbach Alfa iç güvenirlik katsayıları şu şekildedir:

- Sosyal Ağ Bağımlılığı için: 0.786
- Anlık Mesajlaşma Bağımlılığı için: 0.806
- Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı için: 0.897
- Web Siteleri Bağımlılığı için: 0.861

Bu değerler, ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılığının yüksek olduğunu göstermektedir. Bu çalışmadaki güvenirlik düzeyi (Cronbach alpha) ise 0.86 dır.

Siber Mağduriyet Ölçeği; Osman Tolga Arıca, Taşkın Tanrıkulu ve Hüseyin Kınay tarafından uyarlanan bir ölçek olan bu araç, siber zorbalık ve siber mağduriyeti ölçmektedir. Toplamda 24 maddeden oluşan tek bir alt boyut bulunmaktadır ve örnek olarak "İnternette benimle ilgili hoşuma gitmeyen haberler yayınladılar" gibi ifadeler içermektedir. Bu ölçek, 18 yaş ve üstü bireylere uygulanan bir araç olup, 2'li şekilde (1= evet - 2= hayır) derecelendirilir. Puan aralığı 24 ile 48 arasında değişmektedir ve puanların yükselmesi siber mağduriyetin arttığını göstermektedir. Ölçekte ters maddeler bulunmamaktadır. Bu ölçeğin geçerliliği ve güvenirliği yüksek olarak değerlendirilmiştir. Bu çalışmadaki güvenirlik düzeyi (Cronbach alpha) ise 0.86 dır.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırmanın verileri IBM SPSS 21.0 istatistik programı kullanılarak analiz edilmiştir. Sürekli değişkenlerin normal dağılım analizleri görsel ve analitik yöntemler ile test edilmiştir. Kim'e (2013) göre örneklem sayısı 300'ün üzerindeyse basıklık ve çarpıklık değerleri göz önünde bulundurulmaktadır. Çarpıklık ikiden büyük, basıklık yediden büyükse veriler normal dağılıma uygun değildir. Bağımsız gruplarda sürekli değişkenlerin parametrik olanlarının karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi ve One Way ANOVA testi kullanılmıştır. One Way ANOVA testinde anlamlı çıkan parametreler için post hoc (Tukey) analizler yapılmıştır. Verilerin korelasyon analizleri için Pearson testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık seviyesi bağımsız örneklem t testi ve One Way ANOVA testi ve korelasyon analizleri için $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. Anlamlı farklılığın elde edildiği gruplarda etki büyüklüğü (eta-kare) hesaplanmış ve etki büyüklüklerinin değerlendirilmesinde Cohen (1988) tarafından belirtilen kesme değerler referans alınmıştır (0.10-0.39: küçük etki; 0.06-0.110: orta düzeyde etki ve 0.14-0.2: çok geniş etki). Hesaplamalar sonucunda elde edilen d değeri şu şekilde yorumlanır: .20- küçük (small) etki büyüklüğü; .50- orta (*medium*); .80 ise büyük (*large*) etki büyüklüğü (Cohen, 1988). Bununla birlikte Cohen's d değeri aynı zamanda örneklem büyüklüğünün kestirilmesi amacıyla da kullanılmaktadır. Cohen's d formülü ile elde edilen küçük etki büyüklükleri, daha büyük örneklem gerekliliğini gösterir. Dürtüsellik ve teknoloji bağımlılığın zorbalık üzerindeki yordayıcı etkisi ise çoklu regresyon analizi ile test edilmiştir.

4. BULGULAR

Bu bölümde genç yetişkinlerde teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellik siber zorbalık üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir. Nicel veri toplama araçları ile elde edilen bulguların analizleri yapılmıştır. Araştırmada nicel veri toplama araçları olarak Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği, Barratt Dürtüsellik Ölçeği, Siber Mağduriyet Ölçeği ve Siber Zorbalık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen veriler SPSS 21.0 Paket Programı ile analiz edilmiştir. Verilerin analizi sonucunda normallik varsayımlarının sağlandığı tespit edilmiş ve araştırma grubuna ait demografik verilerin analizi için bağımsız örneklem için t Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan Ölçekler arasında yer alan korelasyonu tespit etmek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi ve bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki yordayıcı etkisini tespit etmek için de Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmadan önce

analiz için gerekli olan varsayımlar incelenmiştir. Verilerin normal dağılıp dağılmadığı incelenip verilerin çarpıklık katsayılarının -1 ve +1 değer aralığında bulunmasından dolayı normal dağılıma sahip olan bir veri setinin olduğu kabul edilmiştir. Öte yandan doğrusallığa ilişkin saçılma dağılımları incelenmiş ve diyagramın doğrusal bir ilişki gösterdiği tespit edilmiştir. Çoklu doğrusallık sorununun bulunup bulunmadığını test etmek için de ölçeklerden elde edilen toplam puanların Tolerans, Varyans Büyütme Faktörü (VIF) ve CI değerleri incelenmiştir. VIF değerinin 10' dan küçük olması, tolerans değerlerinin 20'nin altında bulunması ve CI değerlerinin 30' dan büyük olmaması sonucunda verilerin çoklu doğrusallık probleminin bulunmadığı görülmüştür (Büyüköztürk, 2016).

4.1. Katılımcıların Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet ve Siber Zorbalık Toplam ve Alt Boyut Puanlarına Ait Betimsel Bulguları

Araştırmada kullanılan Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği , Barratt Dürtüsellik Ölçeği, Siber Mağduriyet Ölçeği ve Siber Zorbalık Ölçeği ve alt boyutları puanları sonucunda elde edilen aritmetik ortalama, standart sapma değerleri; araştırma grubuna ait frekans ve yüzde değerleri ve grupları karşılaştırmak amacıyla yapılan bağımsız örneklem için t Testi, Tek yönlü Varyans Analizi (One- Way Anova) Tablo 4.1, Tablo 4.2, Tablo 4.3, Tablo 4.4, Tablo 4.5, Tablo 4.6, Tablo 4.7, Tablo 4.8, Tablo 4.9, Tablo 4.10' da yer almaktadır.

Tablo 4.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Değişkenler	F	%
Cinsiyet		
Kadın	277	59.2
Erkek	191	40.8
Yaş		
18-25 Yaş	247	52.8
26-30 Yaş	221	47.2
Eğitim Durumu		
Ortaokul	12	2.6
Lise	145	31.0
Üniversite	257	54.9
Yüksek Lisans/Doktora	54	11.5
Medeni Durum		
Evli	114	24.4
Bekar	348	74.4
Boşanmış	6	1.3
Gelir Düzeyi		
Düşük	121	25.9
Orta	323	69.0
Yüksek	24	5.1
Çalışma Durumu		
Çalışan	227	48.5
Çalışmayan	241	51.5
Çocuk Sahibi Olma		

	Çocuğu var	36	7.7
	Çocuğu yok	432	92.3
Bakma	Yükümlü		
Olduğu Kişi			
	Var	24	5.1
	Yok	444	94.9
Kronik Rahatsızlık			
	Var	42	9.0
	Yok	426	91.0
İlaç Kullanımı			
	Var	48	10.3
	Yok	420	89.7

Tablo 4.1’ de görüldüğü üzere katılımcıların cinsiyetleri incelendiğinde %59.2’ sinin (n=277) kadın, %40.8’ inin (n=191) erkeklerden oluştuğu görülmektedir. Katılımcıların yaş düzeyleri incelendiğinde %52,8’ inin (n=247) 18-25 yaş aralığında, %47.2’ sinin(n=221) 26-30 yaş aralığında olduğu görülmektedir. Katılımcıların %24.4’ ünü(n=114) evli, %74,4’ ünü (n=348) bekar ve %1.3’ ünü (n=24) boşanmış bireyler oluşturmaktadır. Katılımcıların %25.9’ u (n=121) düşük düzeyde gelire, %69’ u (n=323) orta düzeyde gelire ve %5.1’ i(n=24) yüksek düzeyde gelire sahiptir. Katılımcıların çalışma durumları incelendiğinde çalışan bireyler örneklemin %48.5’ ini(n=227) çalışmayan bireyler %51.5’ ini(n=241) oluşturmaktadır. Katılımcıların %7.7’ si(n=36) çocuk sahibi, %92.3’ ü (n=432) ise çocuk sahibi değildir. Katılımcıların %5.1’ inin(n=24) bakma yükümlü olduğu kişi ve kişiler vardır ancak %94.9’ unun(n=444) bakmakla yükümlü olduğu kişi yoktur. Katılımcıların %9’ u(n=42) kronik rahatsızlığa sahiptir ancak %91’ i (n=426) kronik rahatsızlığa sahip değildir. Katılımcılar arasından %10.3’ ünde(n=48) ilaç kullanımı söz konusu iken, %89.7’ sinde(n=420) ilaç kullanımı bulunmamaktadır. Tablo 4.2’ de katılımcıların cinsiyet değişkeni açısından incelenme sonuçları yer almaktadır.

4.2. Katılımcıların Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Düzeylerine İlişkin Betimsel Çıkarımsal Bulguları

Tablo 4.2. Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Ölçekler	Cinsiyet	N	$(\bar{X})$	SS	SHO	<i>t-testi</i>			
						t	sd	p	Cohen's d
TBÖ Sosyal Ağ	Kadın	277	18.45	7.94	0.48	4.321	466	.000	0.40
	Erkek	191	21.63	7.64	0.55				
TBÖ Anlık Mesajlaşma	Kadın	277	17.03	7.77	0.47	3.055	466	.002	0.28
	Erkek	191	19.30	8.13	0.59				
TBÖ Çevrimiçi Oyun Oynama	Kadın	277	14.39	8.72	0.52	6.524	466	.000	0.61
	Erkek	191	19.82	9.06	0.66				
TBÖ Web Siteleri Kullanımı	Kadın	277	18.77	8.98	0.54	1.372	466	.171	
	Erkek	191	19.86	7.65	0.55				
TBÖ Toplam	Kadın	277	68.64	30.06	1.81	4.376	466	.000	0.41

	Erkek	191	80.62	27.65	2.00				
BDÖ Plan Yapmama	Kadın	277	10.99	3.24	0.19	3.087	466	.002	
	Erkek	191	12.02	3.97	0.29				0.28
BDÖ Motor Dürtüsellik	Kadın	277	11.93	3.52	0.21	3.277	466	.001	
	Erkek	191	10.83	3.63	0.26				0.30
BDÖ Dikkat Dürtüsellliği	Kadın	277	11.20	3.94	0.24	0.773	466	.440	
	Erkek	191	11.48	3.84	0.28				
BDÖ Toplam	Kadın	277	34.12	9.36	0.56	0.233	466	.816	
	Erkek	191	34.34	10.49	0.76				
SMÖ Toplam	Kadın	277	42.27	5.30	0.32	7.826	466	.000	0.71
	Erkek	191	37.60	7.60	0.55				
SZÖ Toplam	Kadın	277	28.81	12.34	0.74	4.762	466	.000	0.44
	Erkek	191	34.53	13.35	0.97				

TBÖ= Teknoloji bağımlılığı Ölçeği, BDÖ= Barratt Dürtüsellik Ölçeği SMÖ= Siber Mağduriyet Ölçeği, SZÖ= Siber Zorbalık Ölçeği

Tablo 4.2 incelendiğinde, katılımcıların teknoloji bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi yapılmıştır. Ayrıca sosyal ağ, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama, web siteleri kullanımı alt boyutları da analize dahil edilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre teknoloji bağımlılığı ölçeği sosyal ağ alt boyutu sonuçları incelendiğinde, kadın ($\bar{X}$ =18.45, SS=7.94) ve erkek ($\bar{X}$ =21.63, SS=7.64) bireyler arasında kadınların lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [t(466)=4.321; Cohen' s d=0.40; p<0,05]. Anlık mesajlaşma alt boyutu sonuçları incelendiğinde, kadın ($\bar{X}$ =17.03, SS=7.77) ve erkek ($\bar{X}$ =19.30, SS=8.13) bireyler arasında kadınların lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [t(466)=3.055; Cohen' s d= 0.28;p<0,05]. Çevrimiçi oyun oynama alt boyutu incelendiğinde, kadın ($\bar{X}$ =14.39, SS=8.72) ve erkek ($\bar{X}$ =19.82, SS=9.06) bireyler arasında kadınların lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [t(466)=6.524; Cohen' s d=0.61; p<0,05]. Web siteleri kullanımı alt boyutu incelendiğinde, kadın ($\bar{X}$ =18.77, SS=8.98) ve erkek ($\bar{X}$ =19.86, SS=7.65) bireyler arasında anlamlı bir farklılık göstermemektedir [t(466)=1.372; p>0,05]. Teknoloji bağımlılığı ölçeği toplam puanları incelendiğinde ise, kadın ($\bar{X}$ =68.64, SS=30.06) ve erkek ($\bar{X}$ =80.62, SS=27.65) bireyler arasında kadınların lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık bulunmuştur [t(466)=4.376; Cohen' s d=0.41; p<0,05].

Katılımcıların dürtüsellik puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçları alt boyutları ve toplam puanlar üzerinden incelenmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre Barratt Dürtüsellik ölçeği plan yapmama alt boyutu sonuçları incelendiğinde, kadın ($\bar{X}$ =10.99, SS=3.24) ve erkek ($\bar{X}$ =12.02, SS=3.97) bireyler arasında kadınların lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [t(466)=3.087; Cohen' s d=0.28; p<0,05]. Motor dürtüsellik alt boyutu

sonuçları incelendiğinde, kadın ($\bar{X}=11.93$, $SS=3.52$) ve erkek ($\bar{X}=10.83$, $SS=3.63$) bireyler arasında erkeklerin lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(466)=3.277$; Cohen' s $d=0.30$; $p<0,05$]. Dikkat dürtüsellliği alt boyutu incelendiğinde, kadın ($\bar{X}=11.20$, $SS=3.94$) ve erkek ($\bar{X}=11.48$, $SS=3.84$) bireyler arasındaki puan durumları anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$t(466)=.773$; $p>0,05$]. Barratt Dürtüsellik Ölçeği toplam puanları incelendiğinde ise, kadın ($\bar{X}=34.12$, $SS=9.36$) ve erkek ($\bar{X}=34.34$, $SS=10.49$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$t(466)=.233$; $p>0,05$].

Katılımcıların siber mağduriyet puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçlarına göre kadın ($\bar{X}=42.27$, $SS=5.30$) ve erkek ($\bar{X}=37.60$, $SS=7.60$) bireyler arasında erkeklerin lehine geniş etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=7.826$; Cohen' s $d=0.71$; $p<0,05$]. Siber zorbalık puanları incelendiğinde ise, yapılan analiz sonucunda kadın ($\bar{X}=28.81$, $SS=12.34$) ve erkek ($\bar{X}=34.53$, $SS=13.35$) bireyler arasında kadınların lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=4.762$; Cohen' s $d=0.44$; $p<0,05$]. Tablo 4.3' te katılımcıların yaş değişkeni açısından incelenme sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4.3. Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Yaş Düzeyi Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Ölçekler	Yaş	N	$(\bar{X})$	SS	SHO	<i>t-testi</i>			
						t	sd	p	Cohen's d
TBÖ Sosyal Ağ	18-25	247	19.98	7.46	0.47	0.654	466	.513	
	26-30	221	19.49	8.50	0.57				
TBÖ Anlık Mesajlaşma	18-25	247	18.58	7.61	0.48	1.784	466	.075	
	26-30	221	17.26	8.35	0.56				
TBÖ Çevrimiçi Oyun Oynama	18-25	247	17.38	9.60	0.61	1.915	466	.060	
	26-30	221	15.74	8.78	0.59				
TBÖ Web Siteleri Kullanımı	18-25	247	18.98	8.05	0.51	0.632	466	.528	
	26-30	221	19.48	8.92	0.60				
TBÖ Toplam	18-25	247	74.91	28.92	1.84	1.070	466	.285	
	26-30	221	71.98	30.47	2.05				
BDÖ Plan Yapmama	18-25	247	12.04	3.28	0.21	4.086	466	.000	0.37
	26-30	221	10.71	3.79	0.25				
BDÖ Motor Dürtüsellik	18-25	247	11.75	3.40	0.22	1.693	466	.091	
	26-30	221	11.19	3.80	0.26				
BDÖ Dikkat Dürtüsellliği	18-25	247	11.99	3.95	0.25	4.020	466	.000	
	26-30	221	10.56	3.70	0.25				0.37
BDÖ Toplam	18-25	247	35.78	9.16	0.58	3.704	466	.000	
	26-30	221	32.45	10.26	0.69				0.34
SMÖ Toplam	18-25	247	39.69	6.47	0.41	2.309	466	.021	
	26-30	221	41.12	6.96	0.47				0.21
SZÖ Toplam	18-25	247	33.55	12.97	0.83	4.284	466	.000	0.39
	26-30	221	28.46	12.65	0.85				

TBÖ= Teknoloji bağımlılığı Ölçeği, BDÖ= Barratt Dürtüsellik Ölçeği SMÖ= Siber Mağduriyet Ölçeği, SZÖ= Siber Zorbalık Ölçeği

Tablo 4.3 incelendiğinde, katılımcıların teknoloji bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi yapılmıştır. Ayrıca sosyal ağ, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama, web siteleri kullanımı alt boyutları da analize dahil edilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre teknoloji bağımlılığı ölçeği sosyal ağ alt boyutu sonuçları incelendiğinde, 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =19.98, SS=7.46) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =19.49, SS=8.50) bulunan bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=.654$; $p>0,05$].

Anlık mesajlaşma alt boyutu incelendiğinde, 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =18.58, SS=7.61) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =17.26, SS=8.35) bulunan bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=1.784$; $p>0,05$].

Çevrimiçi oyun oynama alt boyutu incelendiğinde, 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =17.38, SS=9.60) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =15.74, SS=8.78) bulunan bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=1.915$; $p>0,05$].

Web siteleri kullanımı alt boyutu incelendiğinde, 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =18.98, SS=8.05) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =19.48, SS=8.92) bulunan bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=.632$; $p>0,05$].

Teknoloji bağımlılığı ölçeği toplam puanları incelendiğinde ise, 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =74.91, SS=28.92) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =71.98, SS=30.47) bulunan bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(466)=1.070$; $p>0,05$].

Katılımcıların dürtüsellik puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçları alt boyutları ve toplam puanlar üzerinden incelenmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre Barratt Dürtüsellik ölçeği plan yapmama alt boyutu sonuçları incelendiğinde, 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =12.04, SS=3.28) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =10.71, SS=3.79) bulunan bireyler arasında 26-30 yaş aralığında bulunan bireylerin lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=4.086$; Cohen' s $d=0.37$; $p<0,05$].

Motor dürtüsellik alt boyutu sonuçları incelendiğinde, 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =11.75, SS=3.40) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =11.19, SS=3.80) bulunan bireyler arasında kadınların lehine anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(466)=1.693$; $p>0,05$]. Dikkat dürtüsellliği alt boyutu incelendiğinde, 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =11.99, SS=3.95) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =10.56, SS=3.70) bulunan bireyler arasında 26-30 yaş aralığında bulunan bireylerin lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(466)=4.020$; Cohen' s $d=0.37$; $p<0,05$].

Barratt Dürtüsellik Ölçeği toplam puanları incelendiğinde ise, 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =35.78, SS=9.16) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =32.45, SS=10.26) bulunan bireyler arasında 26-30 yaş aralığında bulunan bireylerin lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık bulunmuştur [$t(466)=3.704$; Cohen' s $d=0.34$; $p<0,05$].

Katılımcıların siber mağduriyet puanlarının yaş düzeyine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçlarına göre 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =39.69, SS=6.47) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =41.12, SS=6.96) bulunan bireyler arasında 18-25 yaş aralığında bulunan bireylerin lehine düşük etki düzeyi büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=2.309$; Cohen' s $d=0.21$; $p<0,05$]. Siber zorbalık puanları incelendiğinde ise, yapılan analiz sonucunda 18-25 yaş aralığında ($\bar{X}$ =33.55, SS=12.97) ve 26-30 yaş aralığında ($\bar{X}$ =28.46 SS=12.65) bulunan bireyler arasında 26-30 yaş aralığında bulunan bireylerin lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=4.284$; Cohen' s $d=0.39$; $p<0,05$]. Tablo 4.4' te katılımcıların çalışma durumu değişkeni açısından incelenme sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4.4. Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Çalışma Durumu Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Ölçekler	Çalışma Durumu	N	$(\bar{X})$	SS	SHO	<i>t-Testi</i>			Cohen's <i>d</i>
						t	sd	p	
TBÖ Sosyal Ağ	Çalışıyor	227	19.00	7.77	0.52	1.978	466	.049	0.18
	Çalışmıyor	241	20.45	8.09	0.52				
TBÖ Anlık Mesajlaşma	Çalışıyor	227	17.92	8.14	0.54	0.096	466	.924	
	Çalışmıyor	241	17.99	7.85	0.51				
TBÖ Çevrimiçi Oyun Oynama	Çalışıyor	227	17.24	9.33	0.62	1.450	466	.148	
	Çalışmıyor	241	16.00	9.14	0.59				
TBÖ Web Siteleri Kullanımı	Çalışıyor	227	17.82	8.10	0.54	3.498	466	.001	0.32
	Çalışmıyor	241	20.53	8.61	0.55				
TBÖ Toplam	Çalışıyor	227	71.99	29.73	1.97	1.091	466	.276	
	Çalışmıyor	241	74.98	29.59	1.91				
BDÖ Plan Yapmama	Çalışıyor	227	11.20	3.65	0.24	1.242	466	.215	
	Çalışmıyor	241	11.61	3.52	.23				
BDÖ Motor Dürtüsellik	Çalışıyor	227	10.86	3.79	0.25	3.685	466	.000	0.33
	Çalışmıyor	241	12.07	3.32	0.21				
BDÖ Dikkat Dürtüsellliği	Çalışıyor	227	10.82	4.13	0.27	2.660	466	.008	0.24
	Çalışmıyor	241	11.78	3.61	0.23				
BDÖ Toplam	Çalışıyor	227	32.88	10.51	0.70	2.856	466	.004	0.26
	Çalışmıyor	241	35.46	8.98	0.58				
SMÖ Toplam	Çalışıyor	227	39.65	6.80	0.45	2.246	466	.025	0.20
	Çalışmıyor	241	41.04	6.63	0.43				
SZÖ Toplam	Çalışıyor	227	31.48	13.81	0.92	0.545	466	.586	
	Çalışmıyor	241	30.83	12.33	0.79				

TBÖ= Teknoloji bağımlılığı Ölçeği, BDÖ= Barratt Dürtüsellik Ölçeği SMÖ= Siber Mağduriyet Ölçeği, SZÖ= Siber Zorbalık Ölçeği

Tablo 4.4 incelendiğinde, katılımcıların teknoloji bağımlılığı puanlarının çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-

Testi yapılmıştır. Ayrıca sosyal ağ, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama, web siteleri kullanımı alt boyutları da analize dahil edilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre teknoloji bağımlılığı ölçeği sosyal ağ alt boyutu sonuçları incelendiğinde, çalışan ($\bar{X}=19.00$, $SS=7.77$) ve çalışmayan ($\bar{X}=20.45$, $SS=8.09$) bireyler arasında çalışanların lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(466)=1.978$; Cohen' s $d=0.18$; $p<0,05$]. Anlık mesajlaşma alt boyutu sonuçları incelendiğinde, çalışan ($\bar{X}=17.92$, $SS=8.14$) ve çalışmayan ($\bar{X}=17.99$, $SS=7.85$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=.096$; $p>0,05$]. Çevrimiçi oyun oynama alt boyutu incelendiğinde, çalışan ($\bar{X}=17.24$, $SS=9.33$) ve çalışmayan ($\bar{X}=16.00$, $SS=9.14$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=1.450$; $p>0,05$]. Web siteleri kullanımı alt boyutu incelendiğinde, çalışan ($\bar{X}=18.82$, $SS=8.10$) ve çalışmayan ($\bar{X}=20.53$, $SS=8.60$) bireyler arasında çalışanların lehine düşük etki büyüklüğü düzeyi ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(466)=3.498$; Cohen' s $d=0.32$; $p<0,05$]. Teknoloji bağımlılığı ölçeği toplam puanları incelendiğinde ise, çalışan ($\bar{X}=71.98$, $SS=29.72$) ve çalışmayan ($\bar{X}=74.97$, $SS=29.59$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=1.091$; $p>0,05$].

Katılımcıların dürtüsellik puanlarının çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçları alt boyutları ve toplam puanlar üzerinden incelenmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre Barratt Dürtüsellik ölçeği plan yapmama alt boyutu sonuçları incelendiğinde, çalışan ($\bar{X}=11.19$, $SS=3.65$) ve çalışmayan ($\bar{X}=11.61$, $SS=3.51$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=1.242$; $p>0,05$]. Motor dürtüsellik alt boyutu sonuçları incelendiğinde, çalışan $\bar{X}=10.85$, $SS=3.78$) ve çalışmayan ($\bar{X}=12.07$, $SS=3.32$) bireyler arasında çalışanların lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(466)=3.685$; Cohen' s $d=0.33$; $p<0,05$]. Dikkat dürtüsellliği alt boyutu incelendiğinde, çalışan ($\bar{X}=10.82$, $SS=4.13$) ve çalışmayan ($\bar{X}=11.77$, $SS=3.60$) bireyler arasındaki puan durumları çalışan bireylerin lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(466)=2.660$; Cohen' s $d=0.24$; $p<0,05$]. Barratt Dürtüsellik Ölçeği toplam puanları incelendiğinde ise, çalışan ($\bar{X}=32.88$, $SS=10.50$) ve çalışmayan ($\bar{X}=35.45$, $SS=8.98$) bireyler arasında çalışanların lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık bulunmuştur [$t(466)=2.856$; Cohen' s $d=0.26$; $p<0,05$].

Katılımcıların siber mağduriyet puanlarının çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçlarına göre çalışan ($\bar{X}=39.64$, $SS=6.79$) ve çalışmayan ($\bar{X}=41.04$, $SS=6.62$) bireyler arasında çalışanların

lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=2.246$; Cohen' s $d=0.20$; $p<0,05$]. Siber zorbalık puanları incelendiğinde ise, yapılan analiz sonucunda çalışan ($\bar{X}=31.48$, $SS=13.80$) ve çalışmayan ($\bar{X}=30.82$, $SS=12.32$) bireyler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır [$t(466)=.545$; $p>0,05$]. Tablo 4.5' te katılımcıların çocuk sahibi olup olmama durumu değişkeni açısından incelenme sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4.5. Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Çocuğa Sahip Olma Durumu Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Ölçekler	Çocuğa Sahip Olma Durumu	N	$(\bar{X})$	SS	SHO	<i>t-Testi</i>			Cohen's <i>d</i>
						t	sd	p	
TBÖ Sosyal Ağ	Var	36	22.19	8.61	1.43	1.924	466	.060	
	Yok	432	19.54	7.88	0.38				
TBÖ Anlık Mesajlaşma	Var	36	18.69	9.85	1.64	0.576	466	.565	
	Yok	432	17.90	7.82	0.38				
TBÖ Çevrimiçi Oyun Oynama	Var	36	14.97	9.72	1.62	1.103	466	.271	
	Yok	432	16.74	9.20	0.44				
TBÖ Web Siteleri Kullanımı	Var	36	21.72	7.09	1.18	1.852	466	.065	
	Yok	432	19.01	8.55	0.41				
TBÖ Toplam	Var	36	77.58	26.94	4.49	0.854	466	.394	
	Yok	432	73.19	29.88	1.44				
BDÖ Plan Yapmama	Var	36	9.33	4.13	0.69	3.665	466	.000	0.58
	Yok	432	11.58	3.49	0.17				
BDÖ Motor Dürtüsellik	Var	36	10.17	4.12	0.69	2.292	466	.022	0.36
	Yok	432	11.59	3.54	0.17				
BDÖ Dikkat Dürtüsellliği	Var	36	10.00	4.90	0.82	2.115	466	.035	0.32
	Yok	432	11.42	3.79	0.18				
BDÖ Toplam	Var	36	29.50	12.74	2.12	3.018	466	.003	0.45
	Yok	432	34.60	9.46	0.45				
SMÖ Toplam	Var	36	41.00	7.50	1.25	0.588	466	.557	
	Yok	432	40.31	6.68	0.32				
SZÖ Toplam	Var	36	29.50	12.50	2.08	0.787	466	.432	
	Yok	432	31.28	13.11	0.63				

TBÖ= Teknoloji bağımlılığı Ölçeği, BDÖ= Barratt Dürtüsellik Ölçeği SMÖ= Siber Mağduriyet Ölçeği, SZÖ= Siber Zorbalık Ölçeği

Tablo 4.5 incelendiğinde, katılımcıların teknoloji bağımlılığı puanlarının çocuğa sahip olma durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi yapılmıştır. Ayrıca sosyal ağ, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama, web siteleri kullanımı alt boyutları da analize dahil edilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre teknoloji bağımlılığı ölçeği sosyal ağ alt boyutu sonuçları incelendiğinde, çocuğu olan ($\bar{X}=22.19$, $SS=8.61$) ve olmayan ($\bar{X}=19.54$, $SS=7.88$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(466)=1.924$; $p>0,05$]. Anlık mesajlaşma alt boyutu sonuçları incelendiğinde, çocuğu olan ($\bar{X}=18.69$, $SS=9.85$) ve olmayan ($\bar{X}=17.90$, $SS=7.82$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=.576$; $p>0,05$]. Çevrimiçi oyun oynama alt boyutu incelendiğinde, çocuğu olan ($\bar{X}=14.97$, $SS=9.72$) ve olmayan ($\bar{X}=16.74$, $SS=9.20$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=1.103$; $p>0,05$]. Web siteleri kullanımı

alt boyutu incelendiğinde, çocuğu olan ($\bar{X}=21.72$, $SS=7.09$) ve olmayan ($\bar{X}=19.01$, $SS=8.55$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(466)=1.852$; $p>0,05$]. Teknoloji bağımlılığı ölçeği toplam puanları incelendiğinde, çocuğu olan ($\bar{X}=77.58$, $SS=26.94$) ve olmayan ($\bar{X}=73.19$, $SS=29.88$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=.854$; $p>0,05$].

Katılımcıların dürtüsellik puanlarının çocuğa sahip olma durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçları alt boyutları ve toplam puanlar üzerinden incelenmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre Barratt Dürtüsellik ölçeği plan yapmama alt boyutu sonuçları incelendiğinde, çocuğu olan ($\bar{X}=9.33$, $SS=4.13$) ve olmayan ($\bar{X}=11.58$, $SS=3.49$) bireyler arasında çocuğu olanların lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=3.665$; Cohen' s $d=0.58$; $p<0,05$]. Motor dürtüsellik alt boyutu sonuçları incelendiğinde, çocuğu olan ($\bar{X}=10.17$, $SS=4.12$) ve olmayan ($\bar{X}=11.59$, $SS=3.54$) bireyler arasında çocuğu olanların lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(466)=2.292$; Cohen' s $d=0.36$ $p<0,05$]. Dikkat dürtüselligi alt boyutu incelendiğinde, çocuğu olan ($\bar{X}=10.00$, $SS=4.90$) ve olmayan ($\bar{X}=11.42$, $SS=3.79$) bireyler arasındaki puan durumları çocuğu olan bireylerin lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t(466)=2.115$; Cohen' s $d=0.32$ $p<0,05$]. Barratt Dürtüsellik Ölçeği toplam puanları incelendiğinde ise, çocuğu olan ($\bar{X}=29.50$, $SS=12.74$) ve olmayan ($\bar{X}=34.60$, $SS=9.46$) bireyler arasında çocuğu olanların lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık bulunmuştur [$t(466)=3.018$; Cohen' s $d=0.45$; $p<0,05$].

Katılımcıların siber mağduriyet puanlarının çocuğa sahip olma durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçlarına göre çocuğu olan ($\bar{X}=41.00$, $SS=7.50$) ve olmayan ($\bar{X}=40.31$, $SS=6.68$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=.588$; $p>0,05$]. Siber zorbalık puanları incelendiğinde ise, yapılan analiz sonucunda çocuğu olan ($\bar{X}=29.50$, $SS=12.50$) ve olmayan ($\bar{X}=31.28$, $SS=13.11$) bireyler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır [$t(466)=.787$; $p>0,05$]. Tablo 4.6' da katılımcıların bakmakla yükümlü olunan kişinin olup olmaması değişkeni açısından incelenme sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4.6 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Bakmakla Yükümlü Olduğu Kişi ve Kişilerin Olma Durumu Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Ölçekler	Bakmakla Yükümlü Olma Durumu	N	$(\bar{X})$	SS	SHO	<i>t-testi</i>			Cohen's <i>d</i>
						t	sd	p	

TBÖ Sosyal Ağ	Yükümlü	24	20.67	8.69	1.77	0.580	466	.562	
	Yükümsüz	444	19.70	7.93	0.38				
TBÖ Anlık Mesajlaşma	Yükümlü	24	17.58	10.14	2.07	0.235	466	.814	
	Yükümsüz	444	17.98	7.87	0.37				
TBÖ Çevrimiçi Oyun Oynama	Yükümlü	24	21.21	9.70	1.98	2.519	466	.012	0.51
	Yükümsüz	444	16.36	9.17	0.43				
TBÖ Web Siteleri Kullanımı	Yükümlü	24	20.71	7.72	1.58	0.885	466	.377	
	Yükümsüz	444	19.14	8.51	1.49				
TBÖ Toplam	Yükümlü	24	80.17	31.76	6.48	1.126	466	.261	
	Yükümsüz	444	73.17	29.54	1.40				
BDÖ Plan Yapmama	Yükümlü	24	9.75	1.51	0.31	2.340	466	.020	0.62
	Yükümsüz	444	11.50	3.64	0.17				
BDÖ Motor Dürtüsellik	Yükümlü	24	12.50	4.82	0.98	1.422	466	.156	
	Yükümsüz	444	11.43	3.52	0.17				
BDÖ Dikkat Dürtüselligi	Yükümlü	24	11.75	5.23	1.07	0.562	466	.574	
	Yükümsüz	444	11.29	3.82	0.18				
BDÖ Toplam	Yükümlü	24	34.00	11.07	2.26	0.106	466	.916	
	Yükümsüz	444	34.22	9.77	.46				
SMÖ Toplam	Yükümlü	24	39.50	5.98	1.22	0.645	466	.519	
	Yükümsüz	444	40.41	6.78	0.32				
SZÖ Toplam	Yükümlü	24	36.50	11.13	2.27	2.070	466	.039	0.46
	Yükümsüz	444	30.86	13.10	0.62				

TBÖ= Teknoloji bağımlılığı Ölçeği, BDÖ= Barratt Dürtüsellik Ölçeği SMÖ= Siber Mağduriyet Ölçeği, SZÖ= Siber Zorbalık Ölçeği

Tablo 4.6 incelendiğinde, katılımcıların teknoloji bağımlılığı puanlarının bakmakla yükümlü olunan herhangi birinin olup olmama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi yapılmıştır. Ayrıca sosyal ağ, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama, web siteleri kullanımı alt boyutları da analize dahil edilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre teknoloji bağımlılığı ölçeği sosyal ağ alt boyutu sonuçları incelendiğinde, bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}$ =20.66, SS=8.69) ve olmayan ($\bar{X}$ =19.69, SS=7.93) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(466)$ =.580; $p>0,05$]. Anlık mesajlaşma alt boyutu sonuçları incelendiğinde, bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}$ =10.13, SS=2.06) ve olmayan ($\bar{X}$ =7.86, SS=.37) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)$ =.235; $p>0,05$]. Çevrimiçi oyun oynama alt boyutu incelendiğinde, bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}$ =21.20, SS=9.70) ve olmayan ($\bar{X}$ =16.35, SS=9.16) bireyler arasında bir kişiyi bakmakla yükümlü olmayanların lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)$ =2.519; Cohen' s d =0.51; $p<0,05$]. Web siteleri kullanımı alt boyutu incelendiğinde, bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}$ =20.70, SS=7.72) ve olmayan ($\bar{X}$ =19.13, SS=8.50) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(466)$ =.885; $p>0,05$]. Teknoloji bağımlılığı ölçeği toplam puanları incelendiğinde, bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}$ =80.16, SS=31.76) ve olmayan ($\bar{X}$ =73.16, SS=29.54) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)$ =1.126; $p>0,05$].

Katılımcıların dürtüsellik puanlarının bakmakla yükümlü olunan herhangi birinin olup olmama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçları alt boyutları ve toplam puanlar üzerinden incelenmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre Barratt Dürtüsellik ölçeği plan yapmama alt boyutu sonuçları incelendiğinde, bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}=9.75$, $SS=1.51$) ve olmayan ($\bar{X}=11.50$, $SS=3.64$) bireyler arasında bir kişiyi bakmakla yükümlü olan bireylerin lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=2.340$; Cohen' s $d=0.62$; $p<0,05$]. Motor dürtüsellik alt boyutu sonuçları incelendiğinde, bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}=12.50$, $SS=4.81$) ve olmayan ($\bar{X}=11.42$, $SS=3.52$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(466)=1.422$; $p>0,05$]. Dikkat dürtüsellliği alt boyutu incelendiğinde, bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}=11.75$, $SS=5.22$) ve olmayan ($\bar{X}=11.29$, $SS=3.81$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$t(466)=.562$; $p>0,05$]. Barratt Dürtüsellik Ölçeği toplam puanları incelendiğinde ise, bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}=34.00$, $SS=11.07$) ve olmayan ($\bar{X}=34.21$, $SS=9.76$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$t(466)=.106$; $p>0,05$].

Katılımcıların siber mağduriyet puanlarının akmakla yükümlü olunan herhangi birinin olup olmama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçlarına göre bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}=39.50$, $SS=5.97$) ve olmayan ($\bar{X}=40.41$, $SS=6.78$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=.645$; $p>0,05$]. Siber zorbalık puanları incelendiğinde ise, yapılan analiz sonucunda bir kişiyi bakmakla yükümlü olan ($\bar{X}=36.50$, $SS=11.13$) ve olmayan ($\bar{X}=30.85$, $SS=13.10$) bireyler arasında kişiyi bakmakla yükümlü olmayan bireylerin lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir fark bulunmuştur [$t(466)=2.070$; Cohen' s $d=0.46$ $p<0,05$]. Tablo 4.7' de katılımcıların kronik rahatsızlığa sahip olup olmama durumu değişkeni açısından incelenme sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4.7 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Kronik Rahatsızlık Olma Durumu Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Ölçekler	Kronik Rahatsızlık	N	$(\bar{X})$	SS	SHO	<i>t-testi</i>			Cohen's <i>d</i>
						t	sd	p	
TBÖ Sosyal Ağ	Var	42	17.33	8.11	1.25	2.067	466	.039	0.33
	Yok	426	19.99	7.92	0.38				
TBÖ Anlık Mesajlaşma	Var	42	17.48	5.94	0.92	0.409	466	.683	0.35
	Yok	426	18.00	8.17	0.40				
TBÖ Çevrimiçi Oyun Oynama	Var	42	13.50	10.18	1.57	2.291	466	.022	0.35
	Yok	426	16.91	9.10	0.44				
TBÖ Web Siteleri Kullanımı	Var	42	19.38	6.86	1.06	0.131	466	.896	0.35
	Yok	426	19.20	8.62	0.42				
TBÖ Toplam	Var	42	67.69	24.71	3.81	1.338	466	.182	

	Yok	426	74.10	30.07	1.46				
BDÖ Plan Yapmama	Var	42	13.29	4.15	0.64	3.598	466	.000	
	Yok	426	11.23	3.48	0.17				0.53
BDÖ Motor Dürtüsellik	Var	42	11.71	3.89	0.60	0.436	466	.663	
	Yok	426	11.46	3.58	0.17				
BDÖ Dikkat Dürtüselligi	Var	42	12.00	3.83	0.59	1.197	466	.232	
	Yok	426	11.25	3.90	0.19				
BDÖ Toplam	Var	42	37.00	10.28	1.59	1.936	466	.050	0.30
	Yok	426	33.93	9.75	0.47				
SMÖ Toplam	Var	42	43.43	5.01	0.77	3.116	466	.002	0.56
	Yok	426	40.06	6.82	0.33				
SZÖ Toplam	Var	42	23.86	9.61	1.48	3.848	466	.000	0.69
	Yok	426	31.86	13.14	0.64				

TBÖ= Teknoloji bağımlılığı Ölçeği, BDÖ= Barratt Dürtüsellik Ölçeği SMÖ= Siber Mağduriyet Ölçeği, SZÖ= Siber Zorbalık Ölçeği

Tablo 4.7 incelendiğinde katılımcıların teknoloji bağımlılığı puanlarının kronik rahatsızlığa sahip olup olmama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi yapılmıştır. Ayrıca sosyal ağ, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama, web siteleri kullanımı alt boyutları da analize dahil edilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre teknoloji bağımlılığı ölçeği sosyal ağ alt boyutu sonuçları incelendiğinde, kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}$ =17.33, SS=8.11) ve olmayan ($\bar{X}$ =19.99, SS=7.91) bireyler arasında kronik rahatsızlığa sahip olan bireylerin lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık bulunmuştur [$t(466)=2.067$; Cohen' s $d=0.33$; $p<0,05$]. Anlık mesajlaşma alt boyutu sonuçları incelendiğinde, kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}$ =17.47, SS=5.93) ve olmayan ($\bar{X}$ =18.00, SS=8.16) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=.409$; $p>0,05$]. Çevrimiçi oyun oynama alt boyutu incelendiğinde, kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}$ =13.50, SS=10.18) ve olmayan ($\bar{X}$ =16.91, SS=9.10) bireyler arasında kronik rahatsızlığa sahip olan bireylerin lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=2.291$; Cohen' s $d=0.35$; $p<0,05$]. Web siteleri kullanımı alt boyutu incelendiğinde, kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}$ =19.38, SS=6.86) ve olmayan ($\bar{X}$ =19.20, SS=8.61) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(466)=.131$; $p>0,05$]. Teknoloji bağımlılığı ölçeği toplam puanları incelendiğinde, kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}$ =67.95, SS=24.70) ve olmayan ($\bar{X}$ =74.10, SS=30.07) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)=1.338$; $p>0,05$].

Katılımcıların dürtüsellik puanlarının kronik rahatsızlığa sahip olup olmama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçları alt boyutları ve toplam puanlar üzerinden incelenmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre Barratt Dürtüsellik ölçeği plan yapmama alt boyutu sonuçları incelendiğinde, kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}$ =13.28, SS=4.14) ve olmayan ($\bar{X}$ =11.22, SS=3.47) bireyler arasında

kronik rahatsızlığa sahip olmayan bireylerin lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=3.598$; Cohen' s $d=0.53$; $p<0,05$]. Motor dürtüsellik alt boyutu sonuçları incelendiğinde, kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}=11.71$, $SS=3.89$) ve olmayan ($\bar{X}=11.46$, $SS=3.57$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık görülmemektedir. [$t(466)=.436$; $p>0,05$]. Dikkat dürtüsellliği alt boyutu incelendiğinde, kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}=12.00$, $SS=3.82$) ve olmayan ($\bar{X}=11.24$, $SS=3.89$) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$t(466)=1.197$; $p>0,05$]. Barratt Dürtüsellik Ölçeği toplam puanları incelendiğinde ise, kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}=37.00$, $SS=10.27$) ve olmayan ($\bar{X}=33.93$, $SS=9.74$) bireyler arasında kronik rahatsızlığa sahip olmayan bireylerin lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık bulunmuştur [$t(466)=1.936$; Cohen' s $d=0.30$; $p<0,05$].

Katılımcıların siber mağduriyet puanlarının kronik rahatsızlığa sahip olup olmama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçlarına göre kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}=43.42$, $SS=5.01$) ve olmayan ($\bar{X}=40.06$, $SS=6.81$) bireyler arasında kronik rahatsızlığa sahip olmayanların lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)=3.116$; Cohen' s $d=0.56$; $p<0,05$]. Siber zorbalık puanları incelendiğinde ise, yapılan analiz sonucunda kronik rahatsızlığa sahip olan ($\bar{X}=23.85$, $SS=9.60$) ve olmayan ($\bar{X}=31.86$, $SS=13.13$) bireyler arasında kronik rahatsızlığa sahip olmayan bireylerin lehine geniş etki büyüklüğü ile anlamlı bir fark bulunmuştur [$t(466)=3.848$; Cohen' s $d=0.69$; $p<0,05$]. Tablo 4.8' de katılımcıların ilaç kullanımı olup olmama durumu değişkeni açısından incelenme sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4.8 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının İlaç Kullanımı Olma Durumu Değişkeni Açısından Bağımsız Örneklem t-Test ile Karşılaştırma Sonuçları

Ölçekler	İlaç Kullanımı	N	$(\bar{X})$	SS	SHO	<i>t-Testi</i>			
						t	sd	p	Cohen's d
TBÖ Sosyal Ağ	Var	48	19.13	8.44	1.22	0.572	466	.568	
	Yok	420	19.82	7.92	0.39				
TBÖ Anlık Mesajlaşma	Var	48	16.15	7.90	1.14	1.662	466	.097	
	Yok	420	18.16	7.98	0.39				
TBÖ Çevrimiçi Oyun Oynama	Var	48	12.75	9.73	1.40	3.077	466	.002	0.45
	Yok	420	17.05	9.10	0.44				
TBÖ Web Siteleri Kullanımı	Var	48	20.67	7.07	1.02	1.252	466	.211	
	Yok	420	19.05	8.60	0.42				
TBÖ Toplam	Var	48	68.69	26.64	3.85	1.194	466	.233	
	Yok	420	74.08	29.97	1.46				
BDÖ Plan Yapmama	Var	48	12.13	4.59	0.66	1.459	466	.145	
	Yok	420	11.33	3.45	0.17				
BDÖ Motor Dürtüsellik	Var	48	11.88	3.96	0.57	0.796	466	.427	
	Yok	420	11.44	3.56	0.17				
BDÖ Dikkat Dürtüsellliği	Var	48	11.63	3.19	0.46	0.583	466	.560	
	Yok	420	11.28	3.97	0.19				
BDÖ Toplam	Var	48	35.63	10.85	1.57	1.055	466	.292	
	Yok	420	34.05	9.70	0.47				

SMÖ Toplam	Var	48	42.25	4.81	0.69	2.052	466	.041	0.35
	Yok	420	40.15	6.90	0.34				
SZÖ Toplam	Var	48	25.75	8.22	1.19	3.049	466	.002	0.54
	Yok	420	31.76	13.37	0.65				

TBÖ= Teknoloji bağımlılığı Ölçeği, BDÖ= Barratt Dürtüsellik Ölçeği SMÖ= Siber Mağduriyet Ölçeği, SZÖ= Siber Zorbalık Ölçeği

Tablo 4.8 incelendiğinde, katılımcıların teknoloji bağımlılığı puanlarının ilaç kullanıp kullanmama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi yapılmıştır. Ayrıca sosyal ağ, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama, web siteleri kullanımı alt boyutları da analize dahil edilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre teknoloji bağımlılığı ölçeği sosyal ağ alt boyutu sonuçları incelendiğinde, ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =19.13, SS=8.44) ve olmayan ($\bar{X}$ =19.82, SS=7.92) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(466)$ =.572; $p>0,05$]. Anlık mesajlaşma alt boyutu sonuçları incelendiğinde, ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =16.15, SS=7.90) ve olmayan ($\bar{X}$ =18.16, SS=7.98) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)$ =1.662; $p>0,05$]. Çevrimiçi oyun oynama alt boyutu incelendiğinde, ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =12.75, SS=9.73) ve olmayan ($\bar{X}$ =17.05, SS=9.10) bireyler arasında ilaç kullanımı olan bireylerin lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$t(466)$ =3.077; Cohen' s d =0.45; $p<0,05$]. Web siteleri kullanımı alt boyutu incelendiğinde, ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =20.67, SS=7.07) ve olmayan ($\bar{X}$ =19.05, SS=8.60) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır [$t(466)$ =1.252; $p>0,05$]. Teknoloji bağımlılığı ölçeği toplam puanları incelendiğinde, ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =68.69, SS=26.64) ve olmayan ($\bar{X}$ =74.08, SS=29.97) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)$ =1.194; $p>0,05$].

Katılımcıların dürtüsellik puanlarının ilaç kullanıp kullanmama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçları alt boyutları ve toplam puanlar üzerinden incelenmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre Barratt Dürtüsellik ölçeği plan yapmama alt boyutu sonuçları incelendiğinde, ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =12.13, SS=4.59) ve olmayan ($\bar{X}$ =11.33, SS=3.45) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)$ =1.459; $p>0,05$]. Motor dürtüsellik alt boyutu sonuçları incelendiğinde, ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =11.88, SS=3.96) ve olmayan ($\bar{X}$ =11.44, SS=3.56) bireyler arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir [$t(466)$ =.796; $p>0,05$]. Dikkat dürtüselligi alt boyutu incelendiğinde, ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =11.63, SS=3.19) ve olmayan ($\bar{X}$ =11.28, SS=3.97) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$t(466)$ =.503; $p>0,05$]. Barratt Dürtüsellik Ölçeği toplam puanları incelendiğinde ise, ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =35.63, SS=10.85) ve olmayan ($\bar{X}$ =34.05, SS=9.70) bireyler arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$t(466)$ =1.055; $p>0,05$].

Katılımcıların siber mağduriyet puanlarının ilaç kullanıp kullanmama durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçlarına göre ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =42.25, SS=4.81) ve olmayan ($\bar{X}$ =40.15, SS=6.90) bireyler arasında ilaç kullanımı olmayan bireylerin lehine düşük düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [t(466)=2.052; Cohen' s d =0.35; p <0,05]. Siber zorbalık puanları incelendiğinde ise, yapılan analiz sonucunda ilaç kullanımı olan ($\bar{X}$ =25.75, SS=8.22) ve olmayan ($\bar{X}$ =31.76, SS=13.37) bireyler arasında ilaç kullanımı olan bireylerin lehine orta düzeyde etki büyüklüğü ile anlamlı bir fark bulunmuştur [t(466)=3.049; Cohen' s d =0.54; p <0,05]. Tablo 4.9' da katılımcıların eğitim durumu değişkeni açısından incelenme sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4.9 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Eğitim Durumu Değişkeni Açısından One- way ANOVA Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

Ölçek	Eğitim Durumu	N	$\bar{X}$	SS	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	η^2	Post-Hoc
TBÖ Sosyal Ağ	Ortaokul (1)	12	24.33	2.42	Gruplar Arası	2212.101	3	737.367	12.483	.000	0.07	1-3, 1-4, 2-3, 2-4
	Lise (2)	145	22.64	7.84	Gruplar içi	27408.147	464	59.069				
	Üniversite (3)	257	18.10	7.90	Toplam	29620.248	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	18.80	6.89								
	Toplam	468	19.75	7.96								
TBÖ Anlık Mesajlaşma	Ortaokul (1)	12	25.92	1.93	Gruplar Arası	1571.248	3	523.749	8.612	.000	0.05	1-2, 1-3, 1-4, 2-3
	Lise (2)	145	19.50	7.92	Gruplar içi	28217.898	464	60.814				
	Üniversite (3)	257	16.63	8.06	Toplam	29789.145	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	18.37	6.86								
	Toplam	468	17.96	7.99								
TBÖ Çevrimiçi Oyun Oynama	Ortaokul (1)	12	17.58	12.18	Gruplar Arası	689.058	3	229.686	2.717	.044	0.01	2-4
	Lise (2)	145	17.52	9.34	Gruplar içi	39226.812	464	84.541				
	Üniversite (3)	257	16.71	8.95	Toplam	39915.870	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	13.41	9.26								
	Toplam	468	16.60	9.25								
TBÖ Web Siteleri Kullanımı	Ortaokul (1)	12	21.67	8.35	Gruplar Arası	810.668	3	270.223	3.838	.010	0.02	2-3
	Lise (2)	145	20.82	7.83	Gruplar içi	32673.101	464	70.416				
	Üniversite (3)	257	18.06	8.76	Toplam	33483.769	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	19.87	8.04								
	Toplam	468	19.22	8.47								
TBÖ Toplam	Ortaokul (1)	12	89.50	4.56	Gruplar Arası	14767.822	3	4922.607	5.766	.001	0.03	2-3
	Lise (2)	145	80.49	28.76	Gruplar içi	396162.817	464	853.799				
	Üniversite (3)	257	69.50	30.48	Toplam	410930.639	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	70.44	27.13								
	Toplam	468	73.53	29.66								
BDÖ Plan Yapmama	Ortaokul (1)	12	11.00	1.04	Gruplar Arası	222.317	3	74.106	5.946	.001	0.03	2-4, 3-4
	Lise (2)	145	11.85	3.49	Gruplar içi	5782.914	464	12.463				
	Üniversite (3)	257	11.57	3.53	Toplam	6005.231	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	9.56	3.96								
	Toplam	468	11.41	3.59								
BDÖ Motor Dürtüsellik	Ortaokul (1)	12	11.00	3.13	Gruplar Arası	148.159	3	49.386	3.876	.009	0.02	3-4
	Lise (2)	145	11.33	2.49	Gruplar içi	5912.704	464	12.743				
	Üniversite (3)	257	11.88	3.97	Toplam	6060.863	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	10.11	4.05								
	Toplam	468	11.48	3.60								
BDÖ Dikkat Dürtüsellliği	Ortaokul (1)	12	13.00	2.09	Gruplar Arası	165.020	3	55.007	3.688	.012	0.02	3-4
	Lise (2)	145	11.21	3.62	Gruplar içi	6919.807	464	14.913				
	Üniversite (3)	257	11.59	3.95	Toplam	7084.827	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	9.89	4.29								
	Toplam	468	11.48	3.60								

	Toplam	468	11.31	3.89								
	Ortaokul (1)	12	35.00	6.27	Gruplar Arası	1360.440	3	453.480	4.813	.003	0.03	2-4, 3-4
BDÖ	Lise (2)	145	34.39	8.16	Gruplar içi	43720.456	464	94.225				
Toplam	Üniversite (3)	257	35.04	10.14	Toplam	45080.895	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	29.56	11.79								
	Toplam	468	34.21	9.83								
	Ortaokul (1)	12	35.50	4.70	Gruplar Arası	674.297	3	224.766	5.078	.002	0.03	1-3, 2-3
SMÖ	Lise (2)	145	39.46	7.57	Gruplar içi	20,536.222	464	44.259				
Toplam	Üniversite (3)	257	41.30	6.21	Toplam	21210.519	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	39.44	6.40								
	Toplam	468	40.37	6.74								
	Ortaokul (1)	12	40.00	11.49	Gruplar Arası	2549.655	3	849.885	5.118	.002	0.03	1-4, 2-4
SZÖ	Lise (2)	145	33.07	12.79	Gruplar içi	77050.465	464	166.057				
Toplam	Üniversite (3)	257	30.54	13.22	Toplam	79600.120	467					
	Yüksek lisans/Doktora (4)	54	26.89	11.74								
	Toplam	468	31.15	13.06								

TBÖ= Teknoloji bağımlılığı Ölçeği, BDÖ= Barratt Dürtüsellik Ölçeği, SMÖ= Siber Mağduriyet Ölçeği, SZÖ= Siber Zorbalık Ölçeği

Tablo 4.9 incelendiğinde, katılımcıların teknoloji bağımlılığı alt boyut puanları (sosyal ağ, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama, web siteleri kullanımı) ve toplam puanı, dürtüsellik alt boyut puanları (plan yapmama, motor dürtüsellik, dikkat dürtüselligi) ve toplam puanı, siber mağduriyet ve siber zorbalık puanlarının eğitim durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları teknoloji bağımlılığı alt boyut puanları ile toplam puan sonuçları, dürtüsellik alt boyut puanları ile toplam puan sonuçları, siber mağduriyet ile siber zorbalık toplam puan sonuçları ayrı ayrı paragraflarda sırası ile incelenmiştir.

Yapılan analiz sonucuna göre teknoloji bağımlılığı alt boyutu olan sosyal ağ alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde puan ortalamalarının eğitim durumuna göre orta düzeyde etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(3,467)=12.483; \eta^2=0.07; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, ilköğretim düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile üniversite ve yüksek lisans/ doktora düzeyinde bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Bunun yanında lise düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile üniversite ve yüksek lisans/ doktora düzeyinde bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle, üniversite ve yüksek lisans/doktora düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin sosyal ağ bağımlılığı puanları ilköğretim ve lise eğitim durumunda olan bireylere göre daha düşük düzeydedir.

Teknoloji bağımlılığı alt boyutu olan anlık mesajlaşma alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde puan ortalamalarının eğitim durumuna göre orta düzeyde etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(3,467)=8.612; \eta^2=0.05; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, ilköğretim düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile lise, üniversite ve yüksek lisans/ doktora düzeyinde

bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Bunun yanında lise düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile üniversite düzeyinde bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle lise, üniversite ve yüksek lisans/doktora düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin anlık mesajlaşma bağımlılığı puanları ilköğretim eğitim durumunda olan bireylere göre daha düşük düzeydedir. Lise düzeyinde eğitim durumuna sahip olanların anlık mesajlaşma bağımlılığı ise üniversite düzeyinde eğitim durumuna sahip olanlara göre daha yüksek düzeydedir.

Teknoloji bağımlılığı alt boyutu olan çevrimiçi oyun oynama alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının eğitim durumuna göre düşük düzeyde anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(3,467)=2.717; \eta^2=0.01; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, lise düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumunda bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle yüksek lisans/doktora düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin çevrimiçi oyun oynama bağımlılığı puanları lise eğitim durumunda olan bireylere göre daha düşük düzeydedir.

Teknoloji bağımlılığı alt boyutu olan web siteleri kullanımı alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının eğitim durumuna göre düşük etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(3,467)=3.838; \eta^2=0.02; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, lise düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile üniversite düzeyinde eğitim durumunda bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle üniversite düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin web siteleri kullanma bağımlılığı puanları lise eğitim durumunda olan bireylere göre daha düşük düzeydedir.

Teknoloji bağımlılığı toplam puanlarının analiz sonuçları incelendiğinde puan ortalamalarının eğitim durumuna göre düşük etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(3,467)=5.776; \eta^2=0.03; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, lise düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile üniversite düzeyinde eğitim durumunda bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle üniversite düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin teknoloji bağımlılığı puanları lise eğitim durumunda olan bireylere göre daha düşük düzeydedir.

Dürtüsellik alt boyutu olan plan yapmama alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının eğitim durumuna göre düşük etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(3,467)=5.946; \eta^2=0.03; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla

yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, lise ve üniversite düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumunda bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin plan yapmama puanları lise ve üniversite eğitim durumunda olan bireylere göre daha düşük düzeydedir.

Dürtüsellik alt boyutu olan motor dürtüsellik alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının eğitim durumuna göre düşük etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(3,467)=3.876; \eta^2=0.02; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, üniversite düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumunda bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin motor dürtüsellik puanları üniversite eğitim durumunda olan bireylere göre daha düşük düzeydedir.

Dürtüsellik alt boyutu olan dikkat dürtüsellik alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının eğitim durumuna göre düşük etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(3,467)=3.876; \eta^2=0.02; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, üniversite düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumunda bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin dikkat dürtüsellik puanları üniversite eğitim durumunda olan bireylere göre daha düşük düzeydedir.

Dürtüsellik toplam puanlarının analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının eğitim durumuna göre düşük etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(3,467)= 4.813; \eta^2=0.03; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, lise ve üniversite düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumunda bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin dürtüsellik puanları lise ve üniversite eğitim durumunda olan bireylere göre daha düşük düzeydedir.

Siber mağduriyet toplam puanlarının analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının eğitim durumuna göre düşük etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(3,467)=5078; \eta^2= 0.03; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile üniversite düzeyinde eğitim durumunda bulunan bireyler arasında anlamlı

farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle üniversite düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin siber mağduriyet puanları ilköğretim ve lise eğitim durumunda olan bireylere göre daha yüksek düzeydedir.

Siber zorbalık toplam puanlarının analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının eğitim durumuna göre düşük etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F(3,467)=5.118$; $\eta^2=0.03$; $p<0.05$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim durumuna sahip olan katılımcılar ile yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumunda bulunan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle yüksek lisans/ doktora düzeyinde eğitim durumuna sahip olan bireylerin siber zorbalık puanları ilköğretim ve lise eğitim durumunda olan bireylere göre daha düşük düzeydedir. Tablo 4.10' da katılımcıların medeni durum değişkeni açısından incelenme sonuçları yer almaktadır.

Tablo 4.10 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık Puanlarının Medeni Durum Değişkeni Açısından One- way ANOVA Testi ile Karşılaştırma Sonuçları

Ölçek	Medeni Durum	N	$\bar{X}$	SS	Varyansın Kaynağı	KT	sd	KO	F	p	η^2	Post-Hoc
TBÖ Sosyal Ağ	Evli (1)	114	21.90	7.75	Gruplar Arası	700.625	2	350.313	5.633	.004	0.02	1-2
	Bekar (2)	348	19.06	7.98	Gruplar içi	28919.623	465	62.193				
	Boşanmış(3)	6	18.83	2.04	Toplam	29620.248	467					
	Toplam	468	19.75	7.96								
TBÖ Anlık Mesajlaşma	Evli (1)	114	20.12	7.94	Gruplar Arası	853.724	2	426.862	6.860	.001	0.02	1-2
	Bekar (2)	348	17.18	7.93	Gruplar içi	28935.422	465	62.227				
	Boşanmış(3)	6	22.17	.41	Toplam	29789.145	467					
	Toplam	468	17.96	7.99								
TBÖ Çevrimiçi Oyun Oynama	Evli (1)	114	16.30	8.79	Gruplar Arası	376.346	2	188.173	2.213	.111		
	Bekar (2)	348	16.84	9.41	Gruplar içi	39539.523	465	85.031				
	Boşanmış(3)	6	9.00	3.29	Toplam	39915.870	467					
	Toplam	468	16.60	9.25								
TBÖ Web Siteleri Kullanımı	Evli (1)	114	22.14	7.66	Gruplar Arası	1344.164	2	672.082	9.724	.000	0.04	1-2
	Bekar (2)	348	18.22	8.57	Gruplar içi	32139.605	465	69.117				
	Boşanmış(3)	6	21.33	.82	Toplam	33483.769	467					
	Toplam	468	19.22	8.47								
TBÖ Toplam	Evli (1)	114	80.46	26.21	Gruplar Arası	7252.842	2	3626.421	4.177	.016	0.01	1-2
	Bekar (2)	348	71.29	30.65	Gruplar içi	403677.796	465	868.124				
	Boşanmış(3)	6	71.33	5.57	Toplam	410930.639	467					
	Toplam	468	73.53	29.66								
BDÖ Plan Yapmama	Evli (1)	114	11.05	3.68	Gruplar Arası	33.478	2	16.739	1.303	.273		
	Bekar (2)	348	11.55	3.58	Gruplar içi	5971.753	465	12.842				
	Boşanmış(3)	6	10.00	.00	Toplam	6005.231	467					
	Toplam	468	11.41	3.59								
BDÖ Motor Dürtüsellik	Evli (1)	114	10.58	3.94	Gruplar Arası	126.809	2	63.405	4.968	.007	0.02	1-2
	Bekar (2)	348	11.79	3.47	Gruplar içi	5934.054	465	12.761				
	Boşanmış(3)	6	11.00	.00	Toplam	6060.863	467					
	Toplam	468	11.48	3.60								
BDÖ Dikkat Dürtüsellliği	Evli (1)	114	10.89	4.17	Gruplar Arası	27.737	2	13.868	.914	.402		
	Bekar (2)	348	11.46	3.83	Gruplar içi	7057.090	465	15.177				
	Boşanmış(3)	6	11.00	.00	Toplam	7084.827	467					
	Toplam	468	11.31	3.89								
BDÖ Toplam	Evli (1)	114	32.53	11.08	Gruplar Arası	471.960	2	235.980	2.460	.087		
	Bekar (2)	348	34.80	9.41	Gruplar içi	44608.935	465	95.933				
	Boşanmış(3)	6	32.00	.00	Toplam	45080.895	467					
	Toplam	468	34.21	9.83								
SMÖ Toplam	Evli (1)	114	39.11	7.50	Gruplar Arası	348.463	2	174.232	3.883	.021	0.01	1-2, 1-3
	Bekar (2)	348	40.70	6.47	Gruplar içi	20862.056	465	44.865				
	Boşanmış(3)	6	45.00	.00	Toplam	21210.519	467					
	Toplam	468	40.70	6.47								

	Toplam	468	40.37	6.74					
	Evli (1)	114	30.47	13.58	Gruplar Arası	102.020	2	51.010	.298 .742
SZÖ	Bekar (2)	348	31.40	13.00	Gruplar içi	79498.099	465	170.964	
Toplam	Boşanmış(3)	6	29.00	.00	Toplam	79600.120	467		
	Toplam	468	31.15	13.06					

TBÖ= Teknoloji bağımlılığı Ölçeği, BDÖ= Barratt Dürtüsellik Ölçeği, SMÖ= Siber Mağduriyet Ölçeği, SZÖ= Siber Zorbalık Ölçeği

Tablo 4.10 incelendiğinde, katılımcıların teknoloji bağımlılığı alt boyut puanları (sosyal ağ, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama, web siteleri kullanımı) ve toplam puanı, dürtüsellik alt boyut puanları (plan yapmama, motor dürtüsellik, dikkat dürtüselligi) ve toplam puanı, siber mağduriyet ve siber zorbalık puanlarının medeni duruma göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları teknoloji bağımlılığı alt boyut puanları ile toplam puan sonuçları, dürtüsellik alt boyut puanları ile toplam puan sonuçları, siber mağduriyet ile siber zorbalık toplam puan sonuçları ayrı ayrı paragraflarda sırası ile incelenmiştir.

Yapılan analiz sonucuna göre teknoloji bağımlılığı alt boyutu olan sosyal ağ alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde puan ortalamalarının medeni duruma göre düşük etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(2,467)=5.633; \eta^2=0.02; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, medeni durumu evli olan katılımcılar ile medeni durumu bekar olan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle, evli olan bireylerin sosyal ağ bağımlılığı puanları bekar olan bireylere göre daha yüksek düzeydedir.

Teknoloji bağımlılığı alt boyutu olan anlık mesajlaşma alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde puan ortalamalarının medeni duruma göre düşük etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(2,467)=6.860; \eta^2=0.02; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, medeni durumu evli olan katılımcılar ile medeni durumu bekar olan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle, evli olan bireylerin anlık mesajlaşma bağımlılığı puanları bekar olan bireylere göre daha yüksek düzeydedir.

Teknoloji bağımlılığı alt boyutu olan çevrimiçi oyun oynama alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermediği görülmektedir ($F[(2,467)=2.213; p>0.05]$).

Teknoloji bağımlılığı alt boyutu olan web siteleri kullanımı alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının medeni duruma göre orta düzeyde etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(2,467)=9.724; \eta^2=0.04; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, medeni durumu evli olan katılımcılar ile medeni durumu bekar olan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Diğer bir ifadeyle, evli olan bireylerin web siteleri kullanma bağımlılığı puanları bekar olan bireylere göre daha yüksek düzeydedir. .

Teknoloji bağımlılığı toplam puanlarının analiz sonuçları incelendiğinde puan ortalamalarının medeni duruma göre düşük düzeyde etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(2,467)=4.177; \eta^2=0.01; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, medeni durumu evli olan katılımcılar ile medeni durumu bekar olan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle, evli olan bireylerin teknoloji bağımlılığı puanları bekar olan bireylere göre daha yüksek düzeydedir.

Dürtüsellik alt boyutu olan plan yapmama alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($F[(2,467)=1.303; p>0.05]$). Dürtüsellik alt boyutu olan motor dürtüsellik alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının medeni duruma göre düşük düzeyde etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(2,467)=4.968; 0.02; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, medeni durumu evli olan katılımcılar ile medeni durumu bekar olan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle, evli olan bireylerin motor dürtüsellik puanları bekar olan bireylere göre daha düşük düzeydedir. Dürtüsellik alt boyutu olan dikkat dürtüsellliği alt boyutu analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır ($F[(2,467)=.914; p>0.05]$). Dürtüsellik toplam puanlarının analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır ($F[(2,467)= 2.460; p>0.05]$).

Siber mağduriyet toplam puanlarının analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının medeni duruma göre düşük düzeyde etki gücü ile anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($F[(2,467)=3.883; \eta^2=0.01; p<0.05]$). Farklılıkların kaynağını incelemek amacıyla yapılan post-hoc test sonuçlarına göre, medeni durumu evli olan katılımcılar ile medeni durumu bekar ve boşanmış olan bireyler arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle, evli olan bireylerin siber mağduriyet puanları bekar ve boşanmış olan bireylere göre daha düşük düzeydedir. Siber zorbalık toplam puanlarının analiz sonuçları incelendiğinde, puan ortalamalarının medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür ($F[(2,467)=.298; p>0.05]$). Tablo 4.11' de araştırmada kullanılan ölçek ve alt boyutlar arasında yer alan korelasyon analizi sonuçları yer almaktadır.

4.2 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık ve Alt boyutları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık ve Alt boyutları Arasındaki İlişkilerin olup olmadığını, yönünü ve derecesini belirlemek amacıyla Pearson korelasyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonucu tablo 4.11’ de verilmiştir.

Tablo 4.11 Teknoloji Bağımlılığı, Dürtüsellik, Siber Mağduriyet, Siber Zorbalık ve Alt boyutları Arasındaki İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Katsayıları

	Değişkenler	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
1.	TBÖ Sosyal ağ	-										
2.	TBÖ Anlık mesajlaşma	,768**	-									
3.	TBÖ Çevrimiçi oyun oynama	,742**	,537**	-								
4.	TBÖ Web siteleri kullanımı	,829**	,747**	,616**	-							
5.	TBÖ Toplam	,943**	,856**	,831**	,901**	-						
6.	BDÖ Plan Yapmama	,209**	,162**	,351**	,243**	,278**	-					
7.	BDÖ Motor Dürtüsellik	,359**	,202**	,394**	,301**	,359**	,549**	-				
8.	BDÖ Dikkat dürtüsellliği	,384**	,290**	,412**	,322**	,401**	,701**	,775**	-			
9.	BDÖ Toplam	,360**	,248**	,436**	,327**	,392**	,844**	,874**	,937**	-		
10.	SMÖ Toplam	,449**	,426**	,492**	,443**	,515**	,378**	,327**	,412**	0,421**	-	
11.	SZÖ Toplam	,597**	,476**	,615**	,546**	,636**	,342**	,440**	,424**	,454**	,709**	-

**p<0.01; N=467; TBÖ= Teknoloji bağımlılığı Ölçeği, BDÖ= Barratt Dürtüsellik Ölçeği, SMÖ= Siber Mağduriyet Ölçeği, SZÖ= Siber Zorbalık Ölçeği

Tablo 4.11 incelendiğinde, teknoloji bağımlılığı, dürtüsellik, siber mağduriyet ve siber zorbalık puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla toplam puan ortalamaları ile toplam dürtüsellik puan ortalamaları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda, teknoloji bağımlılığı toplam puanları ile dürtüsellik toplam puanları arasında orta düzeyde ($r=,392$; $p<0.05$) pozitif yönlü bir ilişki, teknoloji bağımlılığı toplam puanları ile siber mağduriyet toplam puanları arasında orta düzeyde ($r=-,515$; $p<0.05$) negatif yönlü bir ilişki ve teknoloji bağımlılığı toplam puanları ile siber zorbalık toplam puanları arasında orta düzeyde ($r=,636$; $p<0.05$) pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur.

Teknoloji bağımlılığı alt boyutlarından olan sosyal ağ bağımlılığı alt boyutu ile dürtüsellik alt boyutlarından olan plan yapmama ($r=,209$; $p<0.05$), motor dürtüsellik ($r=,359$; $p<0.05$), dikkat dürtüsellliği ($r=,384$; $p<0.05$) arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki; siber mağduriyet toplam puanı ile orta düzeyde ($r=-,449$; $p<0.05$) negatif yönlü bir ilişki ve siber zorbalık toplam puanı ile orta düzeyde ($r=,597$; $p<0.05$) pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur.

Teknoloji bağımlılığı alt boyutlarından olan anlık mesajlaşma bağımlılığı alt boyutu ile dürtüsellik alt boyutlarından olan plan yapmama ($r=,162$; $p<0.05$), motor dürtüsellik ($r=,202$; $p<0.05$), dikkat dürtüsellliği ($r=,290$; $p<0.05$) arasında düşük ve orta düzeyde pozitif yönlü

anlamli bir iliski; siber mağduriyet toplam puanı ile orta düzeyde ($r=-,426$; $p<0.05$) negatif yönlü bir iliski ve siber zorbalık toplam puanı ile orta düzeyde ($r=,476$; $p<0.05$) pozitif yönlü bir iliski bulunmuştur.

Teknoloji bağımlılığı alt boyutlarından olan çevrimiçi oyun oynama bağımlılığı alt boyutu ile dürtüsellik alt boyutlarından olan plan yapmama ($r=,351$; $p<0.05$), motor dürtüsellik ($r=,394$; $p<0.05$), dikkat dürtüselligi ($r=,412$; $p<0.05$) arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamli bir iliski; siber mağduriyet toplam puanı ile orta düzeyde ($r=-,492$; $p<0.05$) negatif yönlü bir iliski ve siber zorbalık toplam puanı ile orta düzeyde ($r=,615$; $p<0.05$) pozitif yönlü bir iliski bulunmuştur.

Teknoloji bağımlılığı alt boyutlarından olan web siteleri kullanma bağımlılığı alt boyutu ile dürtüsellik alt boyutlarından olan plan yapmama ($r=,243$; $p<0.05$), motor dürtüsellik ($r=,301$; $p<0.05$), dikkat dürtüselligi ($r=,322$; $p<0.05$) arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamli bir iliski; siber mağduriyet toplam puanı ile orta düzeyde ($r=-,443$; $p<0.05$) negatif yönlü bir iliski ve siber zorbalık toplam puanı ile orta düzeyde ($r=,546$; $p<0.05$) pozitif yönlü bir iliski bulunmuştur.

Dürtüsellik alt boyutlarından olan motor dürtüsellik ile siber mağduriyet toplam puanı arasında orta düzeyde ($r=-,327$; $p<0.05$) negatif yönlü bir iliski ve siber zorbalık toplam puanı ile orta düzeyde ($r=,440$; $p<0.05$) pozitif yönlü bir iliski bulunmuştur. Dürtüsellik alt boyutlarından olan dikkat dürtüselligi ile siber mağduriyet toplam puanı arasında orta düzeyde ($r=-,412$; $p<0.05$) negatif yönlü bir iliski ve siber zorbalık toplam puanı ile orta düzeyde ($r=,424$; $p<0.05$) pozitif yönlü bir iliski bulunmuştur. Siber mağduriyet toplam puanı ile siber zorbalık toplam puanı arasında ise, yüksek düzeyde ($r=-,709$; $p<0.05$) negatif yönlü bir iliski bulunmuştur. Tablo 4.12' de teknoloji bağımlılığı ve dürtüselligin, siber zorbalığı yordayıcı etkisi üzerine incelenme sonuçları yer almaktadır.

4.3. Teknoloji Bağımlılığı ve Dürtüsellik Değişkenlerinin Siber Zorbalık Toplam Puanını Yordama Düzeyine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Teknoloji bağımlılığı ve dürtüselligin siber zorbalık üzerinde yordayıcı etkisinin olup olmadığını tespit etmek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları tablo 4.12' de yer almaktadır.

Tablo 4.12 Teknoloji Bağımlılığı ve Dürtüsellik Değişkenlerinin Siber Zorbalık Toplam Puanını Yordama Düzeyine İlişkin Çoklu Regresyon Analizi

Değişken	B	SH	B	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	2.646	1.709		1.549	.000**		

Teknoloji	.238	0.016	0.54	14.516	.000**	.636	.558
Bağımlılığı							
Dürtüsellik	.321	0.050	0.24	6.491	.000**	.454	.288

R=.674; $\Delta R^2=.454$; $F=(2,467)=193.153$; ** $p<0.001$

Tablo 4.12’ de görülen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre bağımsız değişkenler ile bağımlı değişkenle arasındaki ilişki incelendiğinde, teknoloji bağımlılığı ile siber zorbalık arasında orta düzeyde ilişki olduğu ($r=0.636$) ancak diğer değişkenler kontrol altına alındığında iki değişken arasındaki korelasyonun $r=.558$ olduğu görülmüştür. Dürtüsellik ile siber zorbalık arasında ise orta düzeyde ilişki olduğu ($r=0.454$) ancak diğer değişkenler kontrol altına alındığında iki değişken arasındaki korelasyonun $r=0.288$ olarak belirlendiği sonucuna ulaşılmıştır. Teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellik bağımsız değişkenlerinin siber zorbalık varyansını %45 oranında açıkladığı görülmektedir. Tablo 4.12’ de yer alan standardize edilmiş regresyon katsayıları (β) incelendiğinde ise bağımsız değişkenlerin yordama güçlerine ilişkin sonuçlar gözlenmektedir. Teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellik, siber zorbalığı anlamlı şekilde yordamakta ve bu bağımsız değişkenler varyansın yaklaşık olarak yarısını açıklamaktadır. Her iki bağımsız değişken de siber zorbalık üzerinde anlamlı etkilere sahiptir ancak teknoloji bağımlılığı dürtüsellikçe göre daha yüksek düzeyde bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

5. SONUÇ VE TARTIŞMA

5.1 Sonuçlar

Bu çalışmada genç yetişkinlerde teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellikğin siber zorbalık üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın bu başlığı altında araştırmanın sonucunda edinilen bulgularla literatürde daha önce yapılmış olan çalışmaların bulguları tartışılarak yorumlanmaya çalışılmıştır.

Teknoloji bağımlılığının yaşa göre anlamlı farklılık göstermediği, ancak cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Erkeklerin teknolojik bağımlılıklarının kadınlara göre daha fazla olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde Tel ve Köksalan (2009) yaptıkları araştırma ile çalışmamıza benzer nitelikte sonuçlar elde etmişlerdir. Bir başka çalışmada yine Ju-Yu vd. (2008) internet bağımlılığında yaş faktörünün anlamlı bir etkisi olmadığını tespit etmiştir.

Çiftçi (2018)’in yaptığı çalışmada sosyal medya kullanımının erkeklerde daha fazla olduğu sonucuna varılmıştır. Gökçearslan ve Günbatar (2012)’in çalışmasında ise internet bağımlılığının erkeklerde kadınlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır.

Teknoloji bağımlılığının çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği, çalışmayanların teknoloji bağımlılıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonucun normal olduğu düşünülebilir. Çalışan bireylerin çalışma süreleri içerisinde yaptıkları işler gereğince vakitlerinin büyük bölümünü işlerine ayırdıkları düşünüldüğünden teknoloji bağımlılıklarının yüksek olmaması anlaşılabilir bir durumdur. Ancak çalışmayan bireylerin can sıkıntısından, vakit geçirme istekleri vb. nedenler ile teknoloji bağımlılıklarının daha yüksek olabileceği düşünülebilir.

Teknoloji bağımlılığının çocuk sahibi olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Fakat çocuk sahibi olup olmama durumu örneklemin evreni bu çalışmada iyi temsil etmemektedir. Bundan dolayı bu sonucun geçerliliğini başka çalışmalarda tekrardan incelenmesi gerekli olduğu düşünülmektedir. Teknoloji bağımlılığının kronik rahatsızlığa sahip olma durumuna göre istatistiksel oranda anlamlı bir farklılık gösterdiği, kronik hastalığa sahip olmayan kişilerin ise teknoloji bağımlılıklarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Yapılan literatür çalışmasını incelediğimizde ise bir kronik rahatsızlık olan KOAH a sahip olan hastaların hastalığın güçlükleri ile hep iç içe olduğu, hastalığın gündelik yaşam aktivitelerini zorlaştırdığı (Ünsal ve Yetkin, 2005); ayrıca kronik hastalıkların yaşam kalitesine etkisinin derlendiği bir çalışmada ise kronik bir hastalığa sahip olmak, hastalık semptomları ile baş etmekle uğraşmak, tedavinin zorunda bıraktığı kısıtlamalar, tüm bunlarla birlikte gelecek için yaşanan endişeler gibi pek çok negatif his de bireylerin fiziksel, bilişsel ve sosyal yaşamını etkilediği (Kumsar ve Yetkin, 2014) gibi bulgulara ulaşmıştır. Kronik hastalığa sahip olan kişilerin teknolojiye olan bağımlılıklarının düşük olması, bu kişilerin hastalıklarıyla ilgilenmek için gün içinde büyük bir zaman harcamalarından kaynaklanıyor olabilir. Fakat literatürle her ne kadar tutarlı bir sonuç bulunsada bu değişkenin örneklemini iyi temsil etmediği için bu sonucun başka çalışmalarda örneklemini daha dengeli ve daha iyi temsil edildiği şekilde yapılması uygun olacağı düşünülmektedir.

Teknoloji bağımlılığının çocukları dışında evde bakmakla yükümlü olduğu birileri olup olmama durumuna göre çevrimiçi oyun oynama alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır. Çocukları dışında evde bakmakla yükümlü olanların puanının daha yüksek olduğu görülmüştür ve teknoloji bağımlılığının ilaç kullanma durumuna göre çevrimiçi alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır. İlaç kullanmayanların puanı daha yüksek olduğu görülmüştür. Yine çocukları dışında evde bakmakla yükümlü olduğu birileri olup olmama durumu, ilaç kullanma durumu değişkenliklerinin örnekleminde büyük dengesizlik söz konusudur. Bu sonuçların örneklemini daha iyi temsil edilen başka sonuçlarda tekrar incelenmesi önerilir.

Teknoloji bağımlılığı ile eğitim durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Eğitim düzeyi arttıkça teknoloji bağımlılığının düştüğü görülmektedir. Bu noktada eğitim düzeyi artışının teknolojik ürünlerin bilinçli kullanımlarının arttığından kaynaklı olabileceği düşünülebilir. Dinç (2015), gerçekleştirdiği bir çalışmada öncelik bakımından çocukların ve gençlerin gelişimsel evreleri gereği teknolojinin ve sunduklarının uygun olanları ayırt etme noktasında öğrenmeleri gereken, yetişkinlere göre daha fazla yol olduğunu ifade etmiştir. Eğitim düzeyi yüksek bireylerin teknolojik ürünlerin kullanım amaçlarının farkında oldukları amacı dışında kullanmadıkları görüşünü desteklediği düşünülmüştür. Teknoloji bağımlılığı ile medeni durum arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Teknoloji bağımlılığının ortaokul öğrencilerinde üniversite öğrencilerine göre, lise öğrencilerinde üniversite ve yüksek lisans öğrencilerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Teknoloji bağımlılığının anlık mesajlaşma alt boyutunda ortaokul öğrencilerinde lise, üniversite ve yüksek lisans öğrencilerine göre, lise öğrencilerinde üniversite öğrencilerine göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Teknolojik bağımlılığın lise öğrencilerinde üniversite öğrencilerine oranla daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. İnternet ve sosyal medya ağlarının kullanımı ergen bireyler arasında yetişkinlerden daha yaygındır (Ektiricioğlu, 2020). Yine her ne kadar literatürdeki araştırmalarla aynı sonuca ulaşılmış olsa da eğitim düzeylerin örneklemine baktığımızda burada da örneklemin iyi temsil edilmediğinden kaynaklı başka çalışmalarda tekrarlanması önerilir. Teknoloji bağımlılığının evli kişilerin bekarlara oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Medeni durum açısından incelediğimizde bu sonucun bu çalışmada bu şekilde çıkmasının sebebinin bekarların örneklemin yarısından fazlasını temsil ettiğinden kaynaklı çıkan sonucun örneklemin dengesizliğinden dolayı çıkabileceği düşünülmektedir. Örucü ve Yıldız'ın (2014) yaptığı bir çalışmada sanal ortamda bekarların evli kişilere oranla daha fazla vakit geçirdiği sonucuna ulaşmışlardır. Örneklemini ise bekarların ve evlilerin evreni temsil etme oranı neredeyse aynı olduğundan sonucun güvenilir olduğu düşünülmektedir. Teknoloji bağımlılığının daha az gelire sahip kişilerde geliri orta düzey olanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Gelir düzeyi arttıkça teknoloji bağımlılığının azaldığı görülmüştür. Gelir düzeyinin artması ile teknoloji bağımlılığının azalması arasındaki ilişki ise gelir düzeyi yüksek olan bireylerin teknolojik cihazlarla yoğun vakit geçirmek yerine daha farklı alanlara yönelebildikleri şeklinde olduğu düşünülebilir. Diğer bir ifade ile teknolojik cihazlarla vakit geçirmek yerine sosyalleşme için diğer insanlarla bir arada olmayı, farklı aktiviteler gerçekleştirmeyi tercih ettikleri şeklinde bir yaklaşımda bulunabilmek mümkündür. Ancak, Göldağ (2018) tarafından yapılan bir çalışma, anne ve baba eğitim düzeyi yüksek olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılık seviyelerinin, anne-baba eğitim düzeyi düşük olan

öğrencilere göre daha yüksek olduğu sonucunu elde etmiştir. Bu bulgu aynı zamanda bireylerin yüksek aile gelirine sahip olmalarının, oyun oynamak için gerekli cihazlara kolayca erişimleri durumunu da düşündürmektedir. Bu durumun farklı çalışmalarda tekrardan araştırılması önerilir. Yine eğitim düzeyleri ve gelir düzeyleri açısından örneklemin daha iyi temsil edildiği çalışmaların tekrarlanması önerilir.

Dürtüselliğin yaşa göre anlamlı farklılık gösterdiği, 18-25 yaş grubu arasında olanların 26-30 yaş arasındakilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Sonucunu düşünmeden hareket etme davranışının genç bireylerde daha fazla olması normal bir durum olarak görülebilir. Tecrübesizlik, heyecan arayışı gibi duygular dürtüselliğin genç yaş grubunda yüksek olmasıyla açıklanabilir. İnsanlar tecrübe kazandıkça, yapacakları davranışların sonuçlarını daha fazla hesap etmekte ve dürtülerini kontrol edebilmektedirler. Ayrıca, ergenlik dönemindeki yapısal ve nörokimyasal değişimlere ilişkin yapılan araştırmalar; motor kontrol ve motivasyonel süreklilikten kaynaklanan çıktılarıdaki bozuklukların, bu karmaşık sinir ağı sistemindeki fizyolojik etkilerin ya da bozulmaların neden olduğu, antisosyal davranış, dürtüsellik, madde kötüye kullanımı ve bağımlılık gibi sonuçlara yol açabileceğini belirtmiştir (Çelik ve ark., 2008). Bu da yine beynin gün geçtikçe değişmesi ve gelişmesiyle dürtülerin daha iyi kontrol edilebileceği düşüncesiyle paralel olabileceği düşünülmüştür.

Dürtüselliğin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği, çalışmayanlarda çalışanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Çalışan bireylerin sorumluluklarının çalışmayanlara göre daha fazla olması yapacakları davranışların sonuçlarını düşünmelerine neden olabilir. Çalışan bireyler işlerinden ayrılma endişesi duydukları için daha dikkatli ve özenli davranmak durumunda kalmaktadırlar. Bu da dürtülerini kontrol etmelerini sağlıyor olabilir. Yapılan literatür taramasında çalışma durumu ve dürtüsellik birlikte incelenmediğinden bu konuda da ileride çalışma yapılabileceği önerilmekte ve bu çalışmada çalışan ve çalışmayan kişilerin katılım oranı incelendiğinde çalışmayan kişi sayısının fazlalığı bu sonucun bu şekilde çıkmasına neden olmuş olabilir. Bundan kaynaklı örneklemin daha iyi temsil edildiği çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Dürtüselliğin çocuk sahibi olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği, çocuğu olmayan kişilerin dürtüselliği daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çocuğu olan kişilerin sorumluluk duyguları, çocuk sahibi olmayan bireylere göre daha yüksektir. Bu nedenle sonuçlarını düşünerek davranırlar. Bu da dürtüsellikliklerinin düşük olmasını sağlamakta olacağı düşünülmektedir. Dürtüsellik ile kronik rahatsızlığa sahip olma durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Dürtüsellik ile çocukları dışında evde bakmakla yükümlü olduğu başka biri olma durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir

farklılık görülmemiştir. Dürtüselliğin ilaç kullanma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Dürtüselliğin eğitim durumuna, ekonomik duruma göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği fakat medeni durumda sadece motor dürtüsellik alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür. Lise öğrencilerinde yüksek lisans öğrencilerine göre, üniversite öğrencilerinde yüksek lisans öğrencilerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Eğitim seviyesi arttıkça dürtüsellik düzeyleri azalmakta olduğu söylenebilir. Dürtüselliğin bekarlarda evlilere göre motor dürtüsellik alt boyutunda daha yüksek olduğu saptanmıştır. Dürtüselliğin gelir düzeyi düşük olanlarda orta düzey olanlara göre, yüksek olanlarda düşük ve orta düzey olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu çalışmadaki çocuk sahibi olma durumu, kronik rahatsızlığa sahip olma durumu, gelir ve eğitim düzeyindeki demografik değişkenlerin örneklem grubunun evreni başka çalışmalarda daha iyi temsil edildiğinde daha iyi sonuçlar elde edileceği düşünülmektedir.

Siber mağduriyetin yaşa göre istatistiksel olarak anlamlı olarak farklılaştığı, 26-30 yaş aralığında olanların 18-25 yaş aralığında olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçlarından farklı olarak kimi yazarlara göre yaş düzeyi arttıkça, siber zorbalık düzeyi yükselmektedir (Manap, 2012; Kocatürk, 2014). Bir başka çalışmada Bayar (2010) ile Ayas ve Horzum (2012) yaş arttıkça siber mağduriyet düzeylerinin azaldığı sonucunu elde etmiştir. Siber mağduriyetin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği, kadınların erkeklere oranla daha yüksek düzeyde mağduriyet yaşadığı saptanmıştır. Siber mağduriyetin çalışmayanlarda daha yüksek olduğu, bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Siber mağduriyetin çocuk sahibi olma ve çocukları dışında evde bakmakla yükümlü olduğu biri olma durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Siber mağduriyetin kronik rahatsızlığı olanlarda olmayanlara göre, düzenli olarak ilaç kullananların kullanmayanlara daha yüksek olduğu saptanmıştır. Siber mağduriyetin eğitim durumu, medeni durum ve ekonomik duruma göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği saptanmıştır. Üniversite öğrencilerinde ortaokul ve lise öğrencilerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Gelir düzeyi orta olan kişilerde düşük olan kişilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Fakar örneklem grubunun daha iyi temsil edildiği çalışmalarda bu sonucun farklı çıktığı da görülmüştür. Bundan kaynaklı başka çalışmalarda daha iyi bir örneklem grubuyla tekrarlanabilir. Siber zorbalığın 18-25 yaş aralığında olanlarda 26-30 yaş aralığında olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Benzer şekilde Pekşen (2016)'da yaş düzeyi arttıkça siber zorbalık puanlarının düştüğü sonucuna ulaşmıştır. Siber zorbalığın erkeklerde daha yüksek olduğu, bu farklılığın istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Gönültaş (2019) öğrencilerin cinsiyete göre siber zorbalık ve siber mağduriyet

puanları arasında anlamlı fark bulunduğunu belirtirken bu sonucun erkeklerden kaynaklandığını ve hem siber zorbalık hem de siber mağduriyet puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Fırat ve Ayran (2016)'da yapmış oldukları araştırma sonucunda erkekler kızlara göre daha çok siber zorbalık ve siber mağduriyet yaşadığı bulgularını elde etmiştir. Literatürde cinsiyet değişkeni açısından yapılan araştırmalar incelendiğinde, bunun beklenmedik bir sonuç olmadığı söylenemez. Alanyazında, erkeklerin kadınlara göre şiddet ve saldırganlık eğilimlerinin daha fazla olduğu (Ayas ve Pişkin, 2011) ve daha sık zorbalık yaptığı (Dölek, 2002) belirtilmektedir.

Siber zorbalığın kronik rahatsızlığı olmayanlarda daha yüksek olduğu saptanmıştır. Siber zorbalığın çocukları dışında evde bakmakla yükümlü olduğu birisi olanlarda daha yüksek olduğu saptanmıştır. Siber zorbalığın düzenli olarak ilaç kullanmayanlarda daha yüksek olduğu saptanmıştır. Siber zorbalığın eğitim durumu ve ekonomik duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Ortaokul öğrencilerinde yüksek lisans öğrencilerine göre, lise öğrencilerinde yüksek lisans öğrencilerine göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Siber zorbalığın gelir düzeyi düşük olanlarda orta düzey olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Buradaki sonuçlar literatürdeki diğer çalışmalardaki sonuçlarla benzer çıksada gelir düzeyindeki ve eğitim düzeyindeki eşitsizlikten dolayı çalışmaların tekrardan örneklemin daha iyi temsil edildiği haliyle tekrarlanabilir.

Teknoloji bağımlılığı ile siber zorbalık arasında orta düzeyde ilişki olduğu ancak diğer değişkenler kontrol altına alındığında korelasyonun pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki gösterdiği görülmüştür. Dürtüsellik ile siber zorbalık arasında ise orta düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğu ancak diğer değişkenler kontrol altına alındığında iki değişken arasında düşük düzeyde pozitif yönlü korelasyon olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellik bağımsız değişkenlerini siber zorbalık varyansının neredeyse yarısını açıklamaktadır ancak diğer değişkenler kontrol altına alındığında iki değişken arasındaki korelasyonun olduğu görülmüştür. Dürtüsellik ile siber zorbalık arasında ise orta düzeyde ilişki olduğu ancak diğer değişkenler kontrol altına alındığında iki değişken arasındaki korelasyonun olduğu belirlendiği sonucuna ulaşılmıştır. Teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellik bağımsız değişkenlerinin siber zorbalık varyansın neredeyse yarısını açıkladığı görülmektedir. Teknoloji bağımlılığı ve dürtüsellik, siber zorbalığı anlamlı şekilde yordamakta ve bu bağımsız değişkenler varyansın yaklaşık olarak yarısını açıklamaktadır. Her iki bağımsız değişken de siber zorbalık üzerinde anlamlı etkilere sahiptir ancak teknoloji bağımlılığı dürtüsellığe göre daha yüksek düzeyde bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Teknoloji bağımlılığı, dürtüsellik ve siber zorbalık arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü anlamlı bir korelasyon

ilişkisi saptanmıştır. Tüm ölçeklerin toplam puanları ve alt boyut puanlarının birbiriyle pozitif yönü istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Sonuç olarak teknoloji bağımlılığı oranı arttıkça, siber zorbalık da buna paralel olarak artmaktadır. Benzer bağlamda dürtüsellik eğilim düzeyi yükseldikçe siber zorbalık oranları da artmaktadır. Elde edilen bulgular neticesinde, internet bağımlılığı ile siber zorbalık ve siber mağduriyet davranışının sentezlenmiş olması bakımından bir ilişki içerisinde olduğunu ortaya koyan Ekşi (2012) ve Özel (2013)'in araştırma bulguları ile uyumludur. Bu bağlamda yine yapılan araştırma sonuçlarına incelediğimizde Baker ve Kavşut (2007), bilgi ve iletişim teknolojilerini aktif olarak kullanan 14-19 yaş arası her dört öğrenciden birinin siber zorbalık yapma davranışında bulunduğunu, her üç öğrenciden birinin de siber zorbalığa maruz kaldığını bildirmiştir. Ayrıca, Otrar ve Ökte (2014) çalışmasında, öğrencilerin sosyal medya kullanımının artması ile zorbaca davranışlar sergileme eğiliminde oldukları ve siber zorbalık vakalarının da oransal olarak artacağı bulgularına rastlanmıştır. Eroğlu ve Güler'in (2015) çalışmasında, riskli internet davranışları ile siber zorbalık arasında pozitif ve orta düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Demir ve Seferoğlu'nun (2016) çalışmasında ise internet bağımlılığı ile sanal zorbalık arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki tespit edilmiş olup, öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin artmasıyla siber zorbalık vakalarının da artabileceği sonucuna varılmıştır. Öğrencilerin interneti, eğitim veya iletişim amaçlı olsun, aşırı derecede kullanmalarının sosyal medya kullanımını artırdığı ve bunun zamanla internet bağımlılığına dönüşebileceği söylenebilir. Ayrıca, internet bağımlılığının siber zorbalığın başlıca belirleyicilerinden biri olduğu bilinen bir gerçektir (Baldry, 2015; Eroğlu ve Güler, 2015). Yine sosyal medya bağımlılığı ve siber zorbalık arasındaki ilişkinin bakıldığı bir araştırmada da benzer sonuçlara ulaşılmaktadır (Demircan ve ark., 2022). Çalışmanın sonucunda sosyal medya bağımlılığı arttıkça siber zorbalık davranışlarının arttığından dolayı internete geçirilen zaman arttıkça bu durumun bağımlılığa dönüşmesi ve iletişimin zamanının çoğunun internette geçmesi geleneksel zorbalığın siber zorbalık olarak yaşanmasına da sebebiyet vermiş olabileceği düşünülmektedir.

Gámez-Guadix ve arkadaşları (2013), yaptıkları çalışmada siber mağduriyet ile problemli internet kullanımının ilişkili olduğunu, ancak siber zorbalık ile problemli internet kullanımı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmadığını tespit etmişlerdir. Zsila ve arkadaşları (2018), siber mağduriyetin nedenleri üzerine yaptıkları araştırmada, problemli internet kullanımı ile siber mağduriyet arasında ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Yudes-Gómez ve ekibi (2018), üç farklı ülkede gerçekleştirdikleri kültürlerarası araştırmada ise problemli internet kullanımı, siber zorbalık ve siber mağduriyet arasında ilişkiler olduğunu bulgulamışlardır.

5.2. Öneriler

Araştırmanın bu bulgularının ardından araştırmacılara yönelik aşağıdaki önerilerde bulunabilmek mümkündür;

- Bu çalışmada teknoloji bağımlılığı, dürtüselliğin siber zorbalığa etkisi genç yetişkinler örnekleminde incelenmiştir. Gelecek araştırmalarda, çocukluk ve ergenlik dönemi örnekleminde de tekrarlanması önerilebilir.
- Bu çalışma kesitsel bir çalışma olarak incelenmiştir. Gelecek çalışmalarda boylamsal bir şekilde yapılması önerilebilir.
- Teknoloji bağımlılığı ile gelir düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi önerilmektedir. Yapılan literatür çalışması sonucunda yukarıda da belirtildiği gibi bazı çalışmalar gelir düzeyi arttıkça bağımlılığın düştüğünü, bazı çalışmalarda ise bağımlılığın arttığı sonucuna ulaşmıştır. Bu konuda çalışmaların artırılarak soru işaretlerin giderilmesi önerilir. Bu konuda yapılacak çalışmanın sonucuna göre teknolojinin sağlıklı kullanımına ve nasıl doğru bir çerçevede bireylere kullanımının izin verilmesi gerektiği daha doğru bir şekilde netleştirilebilir.

Uygulamaya dair öneriler ise şu şekilde sıralanabilir;

- Öncelikle okul öncesi dönemde teknolojinin doğru ve yerinde kullanımıyla ilgili bilgiler ebeveynlerine bu konuda okul psikolojik danışmanları, psikologlar; seminerler, kongreler, çevrimiçi eğitimler yoluyla sunumlar yapılmalı ve eğitim önce evde başlar diyerek çocuk daha okula başlamadan doğru bir çerçevede teknoloji kullanımı anlatılabilir.
- Siber zorbalığı önleyebilmek maksadıyla okul öncesi dönemden itibaren çocuklara duygu eğitimi verilmeli ve çocuklarda empati geliştirilmelidir. Bu konuda ebeveynler duygular konusunda eğitilmeli, gerek hikaye kitapları aracılığıyla gerekse duygu etkinlikleri aracılığıyla çocuklara duygular ve empati aktarılmalıdır. Böylece çocuklar sadece siber zorbalığın değil yapılabilecek herhangi bir zorbalığın kötü sonuçlarını öngörebilir ve bunu yapmaktan vazgeçebilir.
- Zorbalığın fiziksel ya da sanal her türlüünün cezalandırılmasının eşit bir şekilde gerçekleştirilmesine ilişkin yasal çalışmalar yapılmalıdır. Kamu spotlarıyla topluma ulaştırılmalıdır.
- Gittikçe yaygınlaşmasından kaynaklı okullarda müfredata konu olmaya başlanan siber zorbalığın, okulların rehberlik servisi bölümlerinde detaylı bir şekilde hem

teknolojinin doğru kullanımı adı altında hem de çocukların özellikle düşünmeden hareket etmenin sonuçlarının neler olabileceği konusunda interaktif bir şekilde seminerler verilmesi önerilir. Özellikle başta yapılacak bağımlılık anketi sonucunda bağımlılığa yatkın çocuklar öncelik alınarak bu çocuklara hem duygular konusunda Psikoeğitim verilebilir hem de dürtülerini kontrol edebilme açısından birlikte çalışmalar yapılabilir. Böylece direkt riskli gruplarla çalışmak daha hızlı bir önlem çalışması olabilir.

- Çocuklar, siber zorbalığa maruz kaldıklarında yardım alabilecekleri güvenilir destek hizmetleri hakkında bilgilendirilmelidir. Okullar ve toplum kuruluşları, siber zorbalıkla mücadele eden destek grupları veya danışmanlık hizmetleri sunabilir.



KAYNAKLAR

- Abel, J. P., Buff, C. L. ve Burr, S. A. (2016). Social media and the fear of missing out: Scale development and assessment. *Journal of Business & Economics Research (JBER)*, 14(1), 33-44.
- Akbulut, Y., Şahin, Y. L., ve Erişti, B., (2010). Cyberbullying victimization among Turkish online social utility members. *Educational Tachnology & Society*, 13(4), 192-201.
- Akgül, G. (2020). Siber zorbalığın nedenleri üzerine kuramsal açıklamalar. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 1(2), 149-167.
- Aktaş, H. ve Yılmaz, N. (2017). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 85-100.
- AlBarashdi, H. S., Bouazza, A., Jabur, N. H. ve Al-Zubaidi, A. S. (2016). Smartphone Addiction Reasons and Solutions from the Perspective of Sultan Qaboos University Undergraduates: A Qualitative Study. *International Journal of Psychology & Behavior Analysis*, 2(2), 113-123.
- Amazon Alexa. (n.d.). Amazon Alexa. <https://www.alexa.com/topsites>
- Alhabash, S. and Ma, M. (2017). A tale of four platforms: Motivations and uses of Facebook, Twitter, Instagram, and Snapchat among college students? *Social Media + Society*, 3(1), 1-13.
- Alkan, C. (1998). *Eğitim teknolojisi*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Altundağ, Y., (2016). Lise öğrencilerinde sanal zorbalık ve problemli internet kullanımı ilişkisi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, 3(1), 27-43.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2014). Ruhsal bozuklukların tanısı ve sayımsal el kitabı (DSM-5), Tanı ölçütleri el kitabı. (Çev: Köroğlu,E.) *Ankara: Hekimler Yayın Birliği*.
- Global Day of Unplugging. (n.d.). Unplug Collaborative. <https://www.unplugcollaborative.org/>
- Arıcak, O. T. (2009). Psychiatric symptomatology as a predictor of cyberbullying among university students. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, (34).
- Ayakdaş Dağlı, D. ve Yüyen, M. N. (2023). Davranışsal Bağımlılıklar ve Hemşirelik Yaklaşımı, *Bağımlılık Dergisi*, 24(1), 104-112.
- Ayas, T. ve Pişkin, M. (2011). Lise öğrencileri arasındaki zorbalık olaylarının cinsiyet, sınıf düzeyi ve okul türü bakımından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 10(2), 550-568.
- Babacan, M. E. (2016). Sosyal Medya Kullanım Alanları ve Bağımlılık İlişkisi. *ADDİCTA: The Turkish Journal on Addictions*, 3(1), 7-28.
- Bae, Y. (2013). Chaotic Phenomena in Addiction Model for Digital Leisure, *International Journal of Fuzzy Logic and Intelligent Systems*, 13(4), 291-297.

- Baker, Ö., & Kavşut, F. (2007). Akran zorbalığının yeni yüzü: Sanal zorbalık. *Eurasian Journal of Educational Research*, 27, 31-42.
- Balakrishnan V (2015). Cyberbullying among young adults in Malaysia: The roles of gender, age and Internet frequency. *Computers in Human Behavior*, 46, 149-157.
- Balakrishnan, J. ve Griffiths, M. D. (2017). Social media addiction: What is the role of content in youtube?. *Journal Of Behavioral Addictions*, 6(3), 364-377.
- Baldry, A.C, Farrington, D.P. and Sorrentino, A. (2015). "Am I At Risk Of Cyberbullying"? A Narrative Review and Conceptual Framework for Research on Risk of Cyberbullying and Cybervictimization: The Risk and Needs Assessment Approach. *Aggression and Violent Behavior*, 23, 36-51.
- Bauman, S., (2007, November). *Cyberbullying: a virtualmenace*. National Coalition Against Bullying National Conference, University of Arizona, Melbourne, Australia.
- Belsey, B. (2003). Always on? Always aware? *Cyberbullying*. <http://www.cyberbullying.ca/>
- Beveridge, C. (2022). Facebook demographics. *Hootsuite Blog*. <http://www.blog.hootsuite.com/facebook-demographics/>
- Bianchi, A. and Phillips, J.G. (2005). Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use. *Cyberpsychology & Behavior*, 8, 39-51.
- Bingöl, R. (2021). Sosyal medyadan al haberi. *Kadim Yayıncılık*.
- Biricik, Z. (2022). Sosyal medyada ünlülere yönelik nefret söylemi: Twitter üzerine bir inceleme. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 5 (10), 1403-1420.
- Bragazzi, N. L. ve Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology research and behavior management*, 7, 155.
- Büyükaslan, A. ve Kırık, A. M. (2017). *Sosyalleşen birey sosyal medya*. Konya: Çizgi Kitabevi.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, KE, Akgün, ÖE, Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2010). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı. Ankara: Pegem Akademi. Sayfa 44.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J. and Tao, F. (2011). "Problematic Internet Use in Chinese Adolescents and Its Relation to Psychosomatic Symptoms and Life Satisfaction", *BMC Public Health*, 11 (1), 802-823. Doi: 10.1186/1471-2458-11-802.
- Caplan, Scott E. (2002). "Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument." *Comput. Hum. Behav.* (18), 553-575.
- Carras, M. C., Van Rooij, A. J., Van De Mheen, D., Musci, R., Xue, Q. L. ve Mendelson, T. (2017). Video gaming in a hyperconnected world: a crosssectional study of heavy gaming, problematic gaming symptoms, and online socializing in adolescents. *Computers In Human Behavior*, 68, 472-479.

- Cassidy, W., Faucher, C., ve Jackson, M., (2013). Cyberbullying among youth: a comprehensive review of current international research and it simplifications and application to policy and practice. *School Psychology International*, 34(6), 575-612.
- Ceyhan, A. A. (2011). İnternet kullanma temel nedenlerine göre üniversite öğrencilerinin problemlili internet kullanımı ve algıladıkları iletişim beceri düzeyleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 59-77.
- Chamberlain, S., R., Sahakian, B., J. (2007). The neuropsychiatry of impulsivity. *Curr Opin Psychiatry*, 20, 255–261.
- CNN. (2020, Şubat 13). WhatsApp kullanıcı sayısını açıkladı. *CNN Türk*.
<https://www.cnnturk.com/teknoloji/whatsapp-kullanici-sayisini-acikladi?page=1>
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow, the psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row.
- Çanakçı, M., Şaşmazlar, C., ve Öztürk, S. (2022). Afet ve kriz yönetiminde sosyal medyanın kullanımına bir araştırma: Twitter örneği. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(3), 882-897.
- Çavuş, S., Ayhan, B. ve Tuncer, M., (2016). Bilgisayar Oyunları ve Bağımlılık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Alan Araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 43(1), 265-289.
- Çelik, G., Tahiroğlu, A., Avcı, A., (2008). Ergenlik döneminde beynin yapısal ve nörokimyasal değişimi. *Klinik Psikiyatri*, 11, 42-47
- Çelikçapa, F. O. (1992). "Teknoloji ve insan". *Uludağ Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13(1-2), 95-102.
- Çetin Aydın, G. ve Başol, O. (2014). X ve Y Kuşağı: Çalışmanın Anlamında Bir Değişme Var Mı?. *Ejovoc (Electronic Journal of Vocational Colleges)*, 4(4), 1-15.
DOI:10.17339/ejovoc.41369.
- Ceyhan AA. Ergenlerin problemlili internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 2011; 18, 85-93.
- Ceyhan E, Ceyhan AA. Çocuk ve ergenlerde bilgisayar internet kullanımının gelişimsel sonuçları. In Bilgisayar II (Ed Abdullah Kuzu):165-188. Eskişehir, Açıköğretim Fakültesi Yayınları. 2011.
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4).
- Constable, G., & Somerville, B. (2003). Teknoloji. Vikipedi.
<https://tr.wikipedia.org/wiki/Teknoloji>
- Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

- Dalley, J. W. ve Robbins, T. W. (2017). Fractionating impulsivity: neuropsychiatric implications. *Nature Reviews Neuroscience*, 18(3), 158-171.
<https://doi.org/10.1038/nrn.2017.8>
- Dalmaz, E., (2014). *Üniversite öğrencilerinde siber zorbalık/mağduriyet, depresyon ve anksiyete arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- De Bérail, P., Guillon, M. ve Bungener, C. (2019). The relations between youtube addiction, social anxiety and parasocial relationships with youtubers: A moderated-mediation model based on a cognitive-behavioral framework. *Computers In Human Behavior*, 99, 190-204.
- Demir, Ö., Seferoğlu, S. (2016). Bilgi Okuryazarlığı, İnternet Bağımlılığı, Sanal Aylaklık ve Çeşitli Diğer Değişkenlerin Sanal Zorbalık ile İlişkinin İncelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 3(1), 1-26.
- Demircan, Ü., Işık, M., & Gürhan, N. (2022). The Relationship Between Social Media Addiction and Cyber Bullying in University Students. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi (GÜSBD)*, 11(2), 596-609.
- Demirel, Ö. (1993). *Eğitim Terimleri Sözlüğü*. Ankara: Usem Yayınları.
- Dinç, M. (2015). Teknoloji bağımlılığı ve gençlik. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 31-65.
- Dijilopedi. (2019). İnternet kullanımı ve sosyal medya istatistikleri. Erişim Tarihi: 16.10.2023, <https://dijilopedi.com/2019-internet-kullanimi-ve-sosyal-medya-istatistikleri/>
- Dosoudil, J., & Haward, N. (2007). Science and technology historical timeline. *Great Britain*. http://www.bridgeonline.cz/wp_content/uploads/2016/09/38_science_and_technology.pdf
- Dölek, N. (2002). *Öğrencilerde zorbaca davranışların araştırılması ve bir önleyici program modeli*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Ekşi, F. (2012). Narsist kişilik özelliklerinin internet bağımlılığı ve siber zorbalığı yordama düzeyinin yol analizi ile incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(3), 1863-1706.
- Ektiricioğlu, C., Arslantaş, H. ve Yüksel, R. (2020). Ergenlerde çağın hastalığı: Teknoloji bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 29(1), 51-64.
- Erdur-Baker, Ö., ve Kavsut, F., (2007). Akran zorbalığının yeni yüzü: siber zorbalık. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22, 31-42.
- Ergün-Başak, B., ve Baştürk, E., (2019). Ortaokul öğrencilerinin siber zorbalık deneyimlerinin Olweus'un akran zorbalığı modeli çerçevesinde incelenmesi. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 9(1), 240-278.
- Eroğlu, Y., Aktepe, E., Akbaba, S., Işık, A., ve Özkorumak, E., (2015). Siber zorbalık ve mağduriyetin yaygınlığının ve risk faktörlerinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 40(177), 93-107.

- Eroğlu, Y. ve Güler, N. (2015). Koşullu Öz-Değer, Riskli İnternet Davranışları ve Siber Zorbalık/Mağduriyet Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sakarya University of Education*, 5(3), 118-129.
- Ertemel, A. V. ve Aydın, G. (2018). Dijital Ekonomide Teknoloji Bağımlılığı ve Çözüm Önerileri. *ADDİCTA: The Turkish Journal on Addictions*, 5(4), 665-690.
- European Commission Digital Single Market (2019). Eurostat-Internet Use and Activities. *Digital Agenda Key Indicator: Internet Usage*, [Online]: https://digital-agendadata.eu/datasets/digital_agenda_scoreboard_key_indicators/indicators#internet-usage [Erişim Tarihi: 06. 11.2023].
- Fırat, M. ve Ayran, G. (2016). Cyberbullying among college students. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(4), 332, Doi: 10.5455/pmb.1-1450776947.
- Gada, J. and Oberoi, M. (2018). Impact of Smartphone Addiction on Cervical Pain, Cervical Lordosis and Pectoralis Minor Muscle in Young Adults. *International Journal of Research in Engineering*, 8(2), 55-58.
- Gámez-Guadix, M., Orue, I., Smith, P. K., & Calvete, E. (2013). Longitudinal and reciprocal relations of cyberbullying with depression, substance use, and problematic internet use among adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 53(4), 446-452.
- Geider, J. (2021). How to (Not) Exploit your internet child star: Unregulated child labor on youtube, instagram and social media. *Law School Student Scholarship*, 1-30.
- Giddens, A. (2012). *Sosyoloji*. (Çev. Cemal Güzel), İstanbul: Kırmızı Yayınları.
- Gonzalez, N. (2002). *Internet addiction disorder and its relation to impulse control* (Master's thesis). Texas A&M University-Kingsville. ProQuest Theses.
- Gökçearslan, Ş., ve Günbatar, M. S. (2012). Ortaöğrenim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2), 10-24.
- Gökçearslan, Ş., Mumcu, F. K., Haşlamam, T. and Çevik, Y. D. (2016). Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, selfregulation, general selfefficacy and cyberloafing in university students. *Computers in Human Behavior*, 63(9), 639-649.
- Göldağ, B. (2018). Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin demografik özelliklerine göre incelenmesi. *YYü Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1287-1315.
- Gönültaş, M. (2019). *Üniversite öğrencilerinin siber zorbalık ve siber mağduriyet düzeylerinin problemleri internet kullanım düzeyleri ve demografik değişkenlere göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi. İzmir.
- Görücü, R.A., (2016). *Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuk Ve Ergenlerin Siber Zorbalık Ve Mağduriyeti İle İlişkili Etmenlerin Araştırılması*, Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Anabilim Dalı. 2016, Ankara Üniversitesi.
- Griffiths, M. (2005). Relationship between gambling and video-game playing: a response to johansson and gotestam. *Psychological Reports*, 96(3), 644-646.

- Griffiths, M. D. (2000). Internet addiction – time to be taken seriously? *Addiction Research*, 8, 413–418.
- Griffiths, M. D. and Meredith, A. (2009). Videogame Addiction and its Treatment, *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(3), 247-253.
- Gülnar, B. ve Balcı, Ő. (2011). *Yeni medya ve k lt rleŐen toplum*, Konya: Literatürk.
- Gürkan, A., Talas, M., Sevil,  ., Yücel, A. S., Değer, V. B. ve Korkmaz, M. (2019). Sosyal Medya Bağımlılığı: Sosyolojik ve Psikolojik Sorunlar, *I. Uluslararası Ruh Sağlığında Toplumsal Farkındalık Kongresi*, Hilton Otel 21 Mart 2019. İstanbul. ss: 43-46.
- Hasriandry, D. ve Wahyuni, Z. I. (2021). Understanding online game addiction based on motivation, narcissistic personality traits, self-control and social self-efficacy. *In 2021 9th International Conference On Cyber And IT Service Management (CITSM)*, 1-6.
- Hazar M. (2011). Sosyal Medya Bağımlılığı: Bir Alan  alıŐması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (3), 158-159.
- Hazar, Z, Demir, G, Namlı, S. ve Türkeli, A. (2017). Ortaokul  ğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ve Fiziksel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 320-332.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2014). Siber zorbalık. *Siber Zorbalık Araştırma Merkezi*. <https://cyberbullying.org/cyberbullying-fact-sheet-identification-prevention-and-response>
- Hinojo-Lucena, F. J., Aznar-D az, I., C ceres-Reche, M. P., Trujillo-Torres, J. M. and Romero-Rodr guez, J. M. (2020). Instagram use as a multimedia platform for sharing images and videos: Links to smartphone addiction and self esteem. *IEEE MultiMedia*, 28(1), 48-55.
- Holmes, M., K., Bearden, C., E., Barguil, M., Fonseca, M., Monkul, E., S., Nery, F., G., Soares, J., C., Mintz, J., Glahn, D., C. (2009). Conceptualizing impulsivity and risk taking in bipolar disorder: Importance of history of alcohol abuse. *Bipolar Disorder*, 11, 33–40.
- Horzum, B. M. (2011). İlk ğretim  ğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin  eŐitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(159), 56-68.
- Horzum, B. M., ve Ayas, T., (2014). Orta  ğretim  ğrencilerin psikolojik belirtilere göre sanal zorba ve sanal mağdur düzeylerinin yordanması. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 1(2), 21-36.
- Verto Analytics. (2023, November 21). *Consumer behavior: Changing mobile*. Verto Analytics. <https://vertoanalytics.com/consumer-behavior-changing-mobile/>
- Cambridge University Press. (n.d.). *Addiction*. In *Cambridge Dictionary*. Retrieved November 21, 2023, from <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english-turkish/addiction>
- Huang, H. and Leung, L. (2010). Instant messaging addiction among teenagers: Abstracting from the chinese experience. *In Addiction Medicine*, 677-686.

- İnternet Teknolojileri Derneği (İNETD), (2014). 19. “Türkiye’de İnternet” Konferansı Bildiriler Kitabı, (Ed. Mustafa Akgül, Ufuk Çağlayan, Ethem Derman, Atilla Özgüt, Ahmet Koltuksuz, Murat Komesli), 27-29 Kasım 2014, İzmir.
- Jaeger, H. (1985). Generations in History: Reflections on a Controversial Concept. *History and Theory*, 24(3), 273-292.
- Jahns, G. (2006). "The history of information processing". In *The International Commission of Agricultural Engineering (CIGR) Handbook of Agricultural Engineering*, Volume VI, Information Technology. Volume (Ed.), Axel Munack, St. Joseph, Michigan, USA: 1,1-18.
- Jeong, H., Yim, H. W., Jo, S. J., Lee, S. Y., Lee, H. K., Gentile, D. A. ve Choi, J. S. (2020). Gaming patterns and related symptoms in adolescents using cluster analysis: baseline results from the internet user cohort for unbiased recognition of gaming disorder in early adolescence (icure) study. *Environmental Research*, 182.
- Jiang, Q., Li, Y. and Shypenka, V. (2018). Loneliness, Individualism, and Smartphone Addiction Among International Students in China. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*, 21(11), 711-718.
- Ju-Yu, Y., Chih-Hung, K., Cheng-Fang, Y., Sue-Huei, C., Wei-Lun, C. and Cheng-Chung, C. (2008). Psychiatric symptoms in adolescents with internet addiction: Comparison with substance use. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 62, 9-16.
- Kağan, M., ve Ciminli, A., (2016). Ergenlerde siber zorbalık ve mağduriyetin cinsiyet, sınıf, okul değişkenleri ve kişilik özellikleriyle ilişkisinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 3(2), 14-34.
- Karateke B. (2020). Bir Teknoloji Bağımlısı Yetiştirmek: Yeni Doğandan Ergenliğe Ebeveynliğe Yardımcı Bir Duygu Düzenleme Aracı Olarak Sanal Ortamlar. *Bağımlılık Dergisi*, 21(4), 338-347.
- Karakoç, E. ve Taydaş, O. (2013). Bir Serbest Zaman Etkinliği Olarak Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanımı ile Yalnızlık Arasındaki İlişki: Cumhuriyet Üniversitesi Örneği. *Selçuk İletişim*, 7(4), 33-45.
- Kart, A. ve Gülleroğlu, H. D. (2013). Demografik ve Duyuşsal Değişkenlerin Ölçme ve Değerlendirme Dersi Başarısını Yordama Gücü. *YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, X(1), 11-30.
- Kerimova, N. K. and Aliyeva, M. A. (2016). Teknoloji Sözüünün Etimolojisine Genel Bir Bakış. *TURAN-SAM Uluslararası Bilimsel Hakemli Dergisi*, 8(30), 196- 200.
- Kızıl, N. (1998). *İletişim özgürlüğü ve medyada oto kontrol*, İstanbul: Beta.
- Kim, J. H. and Seo, J. S. (2013). Beyond Substance Addiction: Broadening the Concept of Addiction to Include Behavioral Addiction. *Korean Medicine Science Journal*. 28(5), 646-647. <https://doi.org/10.3346/jkms.2013.28.5.646>.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S. ve Nardi, A. E. (2014). “Nomophobia”: Impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. *Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH*, 10, 28.

- Kircaburun, K. ve Griffiths, M. D. (2018). Instagram addiction and the Big Five of personality: The mediating role of self-liking. *Journal of behavioral addictions*, 7(1), 158-170.
- Kocatürk, M. (2014). *Ortaokul öğrencilerinde akran zorbalığı ile siber zorbalık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi.
- Koç, E. (2007). "Teknoloji ve insan ". Kaygı. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Felsefe Dergisi*, 8, 106-114.
- Kollins, S., H. (2002). Delay Discounting is Associated with Substance use in College Students. *Addict Behav*, 28, 1167-1173.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073-1137.
- Kulu, M., Özsoy, F. (2020). İnternet kafelerde sık zaman geçiren gençlerde internet bağımlılığı, dikkat dağınıklığı ve dürtüsellik. *Türk Aile Hekim Dergisi* 2020; 24(1), 12-22
- Kök, B. E. (2017). Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Ergenlerde Siber Zorbalık ve Mağduriyetin Prevalans ve Prediktörleri: Yayınlanmış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- König, A., Gollwitzer, M., ve Steffgen, G. (2010). Cyberbullying as an act of revenge?. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 20(2), 210-224.
- Kumsar, Y. ve Yılmaz, F. (2014). Kronik hastalarda yaşam kalitesine genel bakış. *Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, (2), 62-70.
- Kurt Kaban, G. ve Gültekin, M. (2022). Ergenlerde siber zorbalığın insani değerler açısından incelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 10(26), 71-96.
- Kwon, J. H., Chung, C. S. and Lee, J. (2011). The effects of escape from self and interpersonal relationship on the pathological use of internet games. *Community Mental Health Journal*, 47(1), 113-121.
- Latifa, R., Mumtaz, E. F. ve Subchi, I. (2019). Psychological explanation of phubbing behavior: smartphone addiction, empathy and self control. In *2019 7th International Conference On Cyber And IT Service Management (CITSM)*, (Vol. 7, Pp. 1-5). IEEE.
- Lee, Z. W., Cheung, C. M. ve Chan, T. K. (2021). Understanding massively multiplayer online role-playing game addiction: A hedonic management perspective. *Information Systems Journal*, 31(1), 33-61.
- Leung, L. (2004). Net-Generation Attributes and Seductive Properties of the Internet as Predictors of Online Activities and Internet Addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(3), 333-48. doi: 10.1089 / 1094931041291303.
- Li, Q., (2007). Bullying in the new playground: research into cyberbullying and cybervictimisation. *Australasian Journal of Educational Technology*, 23(4), 435-454.

- Ly, W. ve Dai, Q. (2022). A study of the visual characteristics of cyberpunk style illustrations on the curiosity of university students. *Psychiatria Danubina*, 34(Suppl 4), 218-218.
- Mahoney, M. S. and Haigh, T. (2011) *Histories of Computing*. Cambridge: Harvard University Press.
- Malik, S. and Devi, N. (2018). A Study On Factors Identifying Smartphone Addiction In Users. *JMRA: Journal of Management Research and Analysis*, 5(1), 1-9.
- Manap, A. (2012). *İlköğretim ikinci kademe öğrencileri ve siber zorbalık: Samsun ili Örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Mangal ve ark., (2022). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu tanılı çocukların ebeveynlerinde riskli internet kullanımı ve dürtüsellik. *Dicle Tıp Dergisi*, 49(1), 131-141
- Mann, D. (2010). *Emotional troubles for 'cyberbullies' and victims*. WebMD. <https://www.webmd.com/parenting/news/20100706/emotional-troubles-for-cyberbullies-and-victims#1>
- McDaniel, B. T. ve Wesselmann, E. (2021). "You Phubbed Me For That?" reason given for phubbing and perceptions of interactional quality and exclusion. *Human Behavior And Emerging Technologies*, 3(3), 413-422.
- Mengü, S. Ç., Aslan, P. ve Özkoyuncu, F. (2019). *Dijital iletişim yönetimi teori ve uygulamalar*. Der Yayınları.
- Milburn, F., & Nicodemus, R. (2010). *What is minimalism?* The Minimalists. <https://www.theminimalists.com/minimalism/>
- Miller, K. (2013). Archaeologists find earliest evidence of humans cooking with fire. *Discover Magazine*.
- Mitchell, P. (2000). "Internet Addiction: Genuine Diagnosis or Not?" *The Lancet*, 355, (9204), 632. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(05\)72500-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(05)72500-9).
- Moeller, F., G., Barratt E., S., Dougherty, D., M. (2001). Psychiatric aspects of impulsivity. *Am J Psychiatry*, 158, 1783–1793.
- Navarro, S., ve Serna, C., (2016). Spanish youth perceptions about cyberbullying: qualitative research into understanding cyberbullying and the role that parents play in its solution. E. Navarro, S. Yubero, & E. Larranaga (Eds.), *Cyberbullying across the globe* (pp. 193-218). Switzerland: Springer.
- Newport, C. (2019). *Dijital minimalizm*, Çev. Cansel Mavituna, İstanbul: Metropolis Yayınevi.
- Nikbin, D., Iranmanesh, M. and Foroughi, B. (2021). Personality traits, psychological well-being, facebook addiction, health and performance: testing their relationships. *Behaviour & Information Technology*, 40(7), 706-722.

- Nikhita, C. S., Jadhav, P. R. ve Ajinkya, S. A. (2015). Prevalence of mobile phone dependence in secondary school adolescents. *Journal of clinical and diagnostic research: JCDR*, 9(11), VC06.
- Nuyens, F., Deleuze, J., Maurage, P., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., ve Billieux, J. (2016). Impulsivity in Multiplayer Online Battle Arena Gamers: Preliminary Results on Experimental and Self-Report Measures. *Journal of behavioral addictions*, 5(2), 351–356.
- Statista. (n.d.). *On number of monthly active users*. Statista. Retrieved July 24, 2024, from <https://www.statista.com/statistics/258749/most-popular-global-mobile-messenger-apps/>
- Otrar, M. ve Ökte, A. (2014). Öğrencilerin Zorbalık Eğilimleri ile Sosyal Medya Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi Journal of Research in Education and Teaching*, 3(3), 135-144
- Ögel, K. (Edt.) (2018). *101 soruda bağımlılık*. İstanbul: Yeşilay Yayınları.
- Örücü, E. ve Yıldız, H. (2014). İşyerinde Kişisel İnternet ve Teknoloji Kullanımı: Sanal Kaytarma. *Ege Akademik Bakış*, 1, 99-114
- Özel, S. (2013). *Lise öğrencileri arasında siber zorbalık, siber mağduriyet, depresyon ve benlik saygısı ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Fatih Üniversitesi, İstanbul.
- Özen, A. ve Ortaç, S. (2020). Gelişmeleri takip edememe kaygısı (fear of missing out) ve piyasa örneklemeleri. *İzmir Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(2), 92-97.
- Pakdemirli, B. (2019). Dijital Dönüşüm ve Ekonomik Büyüme. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(32), 665-694.
- Patchin, J. W., and Hinduja, S., (2006). Bullies move beyond the schollyard a preliminary look at cyberbullying. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 4(2), 148-169.
- Patton, J., H., Stanford, M., S., Barratt, E., S. (1995). Factor structure of the Barratt impulsiveness scale. *Journal Clin Psychol*, 51, 768-774.
- Pearson, C. and Hussain, Z. (2016). Smartphone Addiction and Associated Psychological Factors, *ADDICTA: The Turkish Journal On Addictions*, 3(2), 193-207.
- Peker, A., ve Ekinçi, E. (2016). Genel öz-yeterliğin siber zorbalıkla başa çıkma davranışları üzerindeki yordayıcı etkisi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi*, 5(4).
- Pekşen Süslü, D., ve Oktay, A., (2018). Lise öğrencilerinde siber zorbalık ve siber mağduriyetle ilişkili bazı değişkenlerin incelenmesi. *Elementary Education Online*, 17(4), 1877-1895.
- Perdew, L. (2014). Internet addiction. *Abdo*.
- Pew Research Center. (2015, April 9). *Teens, social media & technology 2015*. Pew Research Center. <http://www.pewinternet.org/2015/04/09/teens-social-media-technology-2015/>

- Pickrell, J. (2005). Human 'dental chaos' linked to evolution of cooking. *New Scientist*.
[https:// www.newscientist.com/article/dn7035-human-dental-chaos-linked-to-evolution-of-cooking/](https://www.newscientist.com/article/dn7035-human-dental-chaos-linked-to-evolution-of-cooking/)
- Poels, K., Hoogen, W. V. D., Ijsselstein, W. and De Kort, Y. (2012). Pleasure to play, arousal to stay: The effect of player emotions on digital game preferences and playing time. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*, 15(1), 1-6.
- Potenza, M. N. (2006). "Should addictive disorders include non-substance-related conditions?", *Addiction (Abingdon, England)*, 101(1), 142–151. doi:10.1111/j.1360-0443.2006.01591.x.
- Prensky, M. (2001). "Digital Natives, Digital Immigrants", *On the Horizon (MCB University Press)*, 9(5), 1-6.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R. ve Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers In Human Behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Rahman, M., Khushbu, S. A. ve Masum, A. K. M. (2021, July). Associative datamining survey on modern era people's engagement of gaming addiction. In *2021 12th International Conference On Computing Communication And Networking Technologies (ICCCNT)* (Pp. 01-05). IEEE.
- Reeves, T. C. and Oh, E. (2008). "Generational Differences". (Ed.) J. M. Merrill, M. D. Merrienboer, J. V. and Driscoll, M. P. *Handbook of Research on Educational Communications and Technology*, 3(25), 295-303.
- Robbins, T., W. (2005). Chemistry of the mind: neurochemical modulation of prefrontal cortical function. *Journal of Comparative Neurology*, 493(1), 140-146.
- Rodríguez-García, A. M., Moreno-Guerrero, A. J. ve Lopez Belmonte, J. (2020). Nomophobia: An individual's growing fear of being without a smartphone systematic literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 580.
- Rogers. V., (2010). *Cyberbullying: activities to help children and teens safe in a texting, twittering, social networking world*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Ryan, T., Chester, A., Reece, J. and Xenos, S. (2014). The uses and abuses of facebook: A review of facebook addiction. *Journal Of Behavioral Addictions*, 3(3), 133-148.
- Sağar M. E. (2022). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının yordayıcısı olarak dürtüsellik ve saldırganlık. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(3), 864-876.
- Saville, B. K., Gisbert, A., Kopp, J., & et al. (2010). *Internet addiction and delay discounting in college students*. *Psychological Record*, 60(2), 273–286.
<https://doi.org/10.1007/BF03395707>
- Sekmen, M. (2019). Çocuk youtuber'larda sorunlu bir alan: Tüketim ile mahremiyetin yitimi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(4), 3566-3584.

- Serin, H. (2012). *Ergenlerde siber zorbalık/siber mağduriyet yaşantıları ve bu davranışlara ilişkin öğretmen ve eğitim yöneticilerinin görüşleri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Seroczynski, A., D., Bergeman, C., S., Coccaro, E., F. (1999). Etiology of the impulsivity/aggression relationship: genes or environment *Psychiatry Research*, 86(1), 41-57.
- Çimke, S. (2021, October 2021). Social media addiction, cyberbullying and cyber victimization of university students. 35(5), 499-503. <http://sicencedirect.com>
- Shaw, M., Black, D. W. (2008). Internet addiction: definition, assessment, epidemiology and clinical management. *CNS Drugs*, 22, 353-365.
- Sheldon, P. and Bryant, K. (2016). Instagram: Motives for its use and relationship to narcissism and contextual age. *Computers in Human Behavior*, 58, 89-97.
- Sherman, R. O. ve Cohn, T. M. (2020). Embracing digital minimalism: Reduce technology use to reduce anxiety and increase productivity. *American Nurse Journal*, 15(10), 32-35.
- Sholeh, A. and Rusdi, A. (2019). A new measurement of instagram addiction: Psychometric properties of the instagram addiction scale (TIAS). *feedback*, 737, 499.
- Sinsomsack, N. and Kulachai, W. (2018). A study on the impacts of Smartphone addiction, *ASSEHR: Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 186(3), 248-252.
- Situmorang, D. D. B. (2021). Expressive art therapies for treating online games addiction in covid-19 outbreak: Why are they important?. *Ethics, Medicine, And Public Health*, 18, 100691.
- Skivko, M., Korneeva, E. ve Kolmykova, M. (2020). Digital minimalism as a leading limitation of media communications in the Heyday of digital culture. In *Proceedings of the 6th international conference on social, economic, and academic leadership (ICSEAL-6-2019)* (pp. 225-229).
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., Tippett, N. (2008). Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils. *J Child Psychol Psychiatry*, 49, 376-85.
- Sözbilir, F. and Dursun, M. K. (2018). Does Social Media Usage Threaten Future Human Resources By Causing Smartphone Addiction? A Study On Students Aged 9-12. *ADDICTA: The Turkish Journal On Addictions*, 5(2), 185-203.
- Spiro, C. (2006). *Generation Y in the workplace*. *Defense AT&L*, 16-19. http://washingtonandco.com/pdf/generation_y_workplace.pdf
- Statista. (2021). *Most popular global mobile messenger apps as of October 2021, based on number of monthly active users*. Statista. <https://www.statista.com/statistics/258749/most-popular-global-mobile-messenger-apps/>

- Statista. (2022). *Number of Facebook daily active users worldwide as of January 2022*. Statista. <https://www.statista.com/statistics/346167/facebook-global-dau/>
- Staziaki, P. V., de Oliveira Santo, I. D., Skobodzinski, A. A., Park, L. K. and Bedi, H. S. (2021). How to use YouTube for radiology education. *Current Problems in Diagnostic Radiology*, 50(4), 461-468.
- Subramaniam, M. (2014). Re-Thinking Internet Gaming: From Recreation To Addiction. *Society for the Study of Addiction*, 109(9), 1407-1408.
- Sultan, A. J. (2014). Addiction to mobile text messaging applications is nothing to “lol” about. *The Social Science Journal*, 51(1), 57-69.
- Syvertsen, T., & Enli, G. (2020). Digital detox: Media resistance and the promise of authenticity. *Convergence*, 26(5-6), 1269-1283.
- Şahin, M., Aydın, B. ve Sarı, V. S., (2012). Cyberbullying, cybervictimization and psychological symptoms: a study in adolescents. *Cukurova University Faculty of Education Journal*, 41(1), 53-59.
- Şenel, A. ve Geçdoğan, S. (2003). Küreselleşen Dünyada Teknoloji Eğitimi, *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(12), 45-65.
- Tandon, A., Dhir, A., Islam, N., Talwar, S. ve Mäntymäki, M. (2021). Psychological and behavioral outcomes of social media-induced fear of missing out at the workplace. *Journal Of Business Research*, 136, 186-197.
- Tarafdar, M., Gupta, A., and Turel, O. (2013). The dark side of information technology use. *Information Systems Journal*, 23(3), 269-275.
- Tel, M. ve Köksalan, B. (2009). Günümüzde yeni bir boş zaman aktivitesi olarak internet: Öğretim üyeleri örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. 8(28), 262-272.
- Topçu, Ç., Erdur-Baker, Ö., ve Çapa-Aydın, Y., (2008). Examination of cyberbullying experiences among Turkish students from different school types. *Cyberpsychology & Behavior*, 11(6), 643-648.
- Turel, O., and Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21(5), 512-528.
- Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı (2018). "Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı", *Sonuç Raporu*, 7-8 Kasım 2018. Ankara. ss 1-37.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2018). *Hanehalkı bilişim teknolojileri (BT) kullanım araştırması, 2018: Haber bülteni, sayı: 27819*. Türkiye İstatistik Kurumu. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27819>. Erişim tarihi: 6 Kasım 2023.
- Türkoğlu, S. (2013). *Ergenlerin problemleri internet kullanımları ile siber zorbalık eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Order No. 28552391). ProQuest Dissertations & Theses Global. <https://www.proquest.com/dissertations-theses/ergenlerin-problemleri-internet-kullanimlari-ile/docview/2564079173/se-2?accountid=15340>

- Uçman, A. G. (2019). Sağlık Meslek Lisesi Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı, Algılanan Stres Düzeyi ve Yaşamda Anlam Düzeyi Arasındaki İlişki, *I. Uluslararası Ruh Sağlığında Toplumsal Farkındalık Kongresi*, Hilton Otel 21 Mart 2019. İstanbul. ss. 91-92.
- UNICEF. (2020). *Siber zorbalık: Nedir ve nasıl durdurulur?* UNICEF. Retrieved February 6, 2024, from <https://www.unicef.org/turkey/en/cyberbullying-what-it-and-how-stop-it>
- Utami, M., Anam, M. K. ve Noorrizki, R. D. (2020). the relationship between phubbing and romantic relationship satisfaction: A literature review. *KnE Social Sciences*, 370-385.
- Ünver, H. ve Koç, Z., (2017). Siber zorbalık ile problemli internet kullanımı ve riskli internet davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(2), 117-140.
- Veissière, S. P. L. and Stendel, M. (2018) Hypernatural Monitoring: A Social Rehearsal Account of Smartphone Addiction. *Frontiers in psychology: Hypothesis And Theory*, 9: 141.
- Verma, A., Gupta, A. and Kalra, P. (2014). Relationship classifier and stress analyzer in the mobile messaging application network through text mining. *In 2014 5th International Conference-Confluence The Next Generation Information Technology Summit (Confluence)* (240-245). IEEE.
- Wang, C., Zhang, J. and Lee, M. K. (2021). Time flies when chatting online: A social structure and social learning model to understand excessive use of mobile instant messaging. *Information Technology & People*.
- Wang, X., Gao, L., Yang, J., Zhao, F. ve Wang, P. (2020). Parental phubbing and adolescents' depressive symptoms: Self-esteem and perceived social support as moderators. *Journal of youth and adolescence*, 49(2), 427-437.
- Weller, K., Burns, A., Burgess, J., Mahrt, M. ve Puschmann, C. (2016). *Twitter ve toplum*. Epsilon Yayıncılık.
- Willard, N. (2005). *Educator's guide to cyberbullying, cyber threats & sexting*. Center for Safe and Responsible Use of the Internet. <https://cdn.ymaws.com/www.safestates.org/resource/resmgr/imported/educatorsguide.pdf>
- World Health Organization. (2018, September). *Gaming disorder: Online Q&A*. World Health Organization. <https://www.who.int/features/qa/gaming-disorder/en/>
- Wu, Y. ve Yang, X. (2021). Relative deprivation and phubbing: Fear of missing out as a mediator. *Social Behavior And Personality: An International Journal*, 49(7), 1-9.
- Wu, T. E., Scott, D. and Yang, C. (2013). Advanced or Addicted? Exploring the Relationship of Recreation Specialization to Flow Experiences and Online Game Addiction. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 35(3), 203-217.
- Yaman, E., Karakulah, D., ve Dilmaç, B., (2013). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin değerlerini yordayan iki önemli değişken: siber zorbalık eğilimleri ve okul kültürü arasındaki ilişki. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 11(26), 323-337.

- Yazıcı, K., & Ertekin Yazıcı, A. (2010). Dürtüselliğin nöroanatomik ve nörokimyasal temelleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry*, 2(2), 254-280. © 2010, eISSN: 1309-0674 pISSN: 1309-0658.
- Ybarra, L. M., ve Mitchell, J. K., (2004). Youth engaging in online harassment: associations with caregiver-child relationships, Internet use and personal characteristics. *Journal of Adolescence*, 27, 319-336.
- Yengin, D. (2019). Teknoloji Bağımlılığı Olarak Dijital Bağımlılık, *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication – TOJDAC*, 9(2), 130-144.
- Yıldızca, B. ve Demir, F. (2021). Siber zorbalık üzerine nitel bir araştırma. *Sosyal Sağlık Dergisi*, 1(1), 116-139.
- Young KS. What makes the internet addictive: Potential explanations for pathological internet use. Paper presented at the 105th annual conference of the American Psychological Association, August 15, Chicago. 1997.
- Young, K. S. (1999). Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, And Treatment. *Innovations in Clinical Practice: A Source Book*, 17(1), 19-31.
- Yudes-Gómez, C., Baridon-Chauvie, D., and González, J.-M. (2018). Cyberbullying and problematic internet use in Colombia, Uruguay and Spain: Cross-cultural study. *Media Education Research Journal*, 56(26), 49-58.
- Zsila, Á., Orosz, G., Király, O., Urbán, R., Ujhelyi, A., Jármi, É., Demetrovics, Z. (2018). Psychoactive substance use and problematic internet use as predictors of bullying and cyberbullying victimization. *Int J Ment Health Addiction*, 16(2), 466-479.
- Соловьев, Д. Н. ve Белоус, П. Э. (2014). Медийная аскетика как феномен цифровой культуры. *Философские проблемы информационных технологий и киберпространства*, (2), 77-92.

EKLER

Ek-1: Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği

SIRA NO	MADDELER	UYGUN	İÇERİK UYGUN DEĞİL	TEA DE UYGUN DEĞİL	ÖNERİLER
1	Sosyal ağlara bağlı olmadığım anlarda, en son bağlandığımda yaptıklarımı düşünürüm.				
2	Daha önemli işlerim olmasına rağmen sosyal ağlarda geçirdiğim süreyi arttırmak isterim.				
3	Sosyal ağlarda harcadığım zamanı azaltmaya çalışır, başarısız olurum.				
4	Sosyal ağlarda gezinirken rahatsız edilirim ani tepkiler gösterir, bağırır ya da sinirlerim.				
5	Sosyal ağlara bağlandığımda önceden planladığımdan daha fazla süre orada kalırım.				
6	Sosyal ağlarda daha fazla zaman geçirmek için derslerime çalışmayı ihmal ederim.				
7	Günlük sohbetlerimde, sosyal ağları kullanma süreme ilişkin doğru bilgiler vermem.				
8	Yaşamımdaki olumsuz düşüncelerden kurtulmak için sosyal ağ hesaplarıma bağlanırım.				
9	Anlık mesajlaşma uygulamalarını kullanmadığım anlarda daha sonra yazacaklarımı hayal ederim.				
10	Anlık mesajlaşma uygulamalarını kullandığım sürenin üzerinde süreye ihtiyaç duyarım.				
11	Önemli bir işim olmasına rağmen kendimi genellikle mesajlarımı kontrol ederken bulurum.				
12	Anlık mesajlaşma uygulamalarını kullanamadığım zamanlarda huzursuz veya sinirli olurum.				
13	Anlık mesajlaşma uygulamalarını kullandığım süre, planladığım süreyi aşar.				
14	Arkadaşlarımla anlık mesajlaşmalarla iletişimde olmayı onlarla yüz yüze görüşmeye tercih ederim.				
15	Anlık mesajlaşma uygulamalarını kullandığım halde soranlara başka işler yaptığımı söylerim.				
16	Yalnızlık hissettiğim anlarda anlık mesajlaşma uygulamalarını kullanırım.				

17	Çevrimiçi oyun oynamadığım anlarda, sonraki oyunda uygulayacağım stratejileri planlarım.				
18	Çevrimiçi oyun oynarken harcadığım süreyi biraz daha arttırmak isterim.				
19	Çevrimiçi oyun oynayabilmek için uykusuz kaldığım geceler olur.				
20	Çevrimiçi oyun oynarken birisi görüş açımı kapatırsa sinirlenirim.				
21	Çevrimiçi oyun oynamak için planladığım süreden daha fazlasını oyun başında geçiririm.				
22	Çevrimiçi oyun oynamayı arkadaşlarımla vakit geçirmeye tercih ederim.				
23	Çevrimiçi oyun oynadığım halde çevremdekilere sanki başka işler yapıyormuş izlenimi veririm.				
24	Gerçek hayatın sorunlarını unutmak için çevrimiçi oyun oynarım.				
25	Web sayfalarında gezinmediğim zamanlarda, daha sonra eriştiğimde yapacaklarımı hayal ederim.				
26	Web sayfalarından çıkmam gereken anlarda "bir dakika daha" diyerek gezinmeye devam ederim.				
27	Web sayfalarında gezinme süremi kontrol altına almak için başarısız girişimlerde bulunurum.				
28	Web sayfalarında gezinirken başkaları tarafından rahatsız edildiğimde sinirlenirim.				
29	Web sayfalarında gezinirken, planladığım süreden daha fazla süre bağlı kalırım.				
30	Web sayfalarında gezinmek için derslerimi ihmal ederim.				
31	Web sayfalarını kullanım sürem hakkında çevremdeki kişilere yanlış bilgi veririm.				
32	Web sayfalarında gezinmeyi hayatımdaki problemlerden kaçış yolu olarak görürüm.				

Ek-2: Siber Zorbalık Ölçeği

Aşağıda **SON BİR KAÇ AY** içerisindeki yaşantınızla ilgili sorular sorulmaktadır. Lütfen en uygun cevabı işaretleyiniz.

1. Başka çocuklar aşağıdakilerin herhangi birini sanal ortamda sizi rahatsız etmek amacıyla kullanıyor mu? (Başınıza gelenleri işaretleyiniz, birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)

Elektronik posta ile ()

Kişisel videolarınız ile ()

Yazılı mesaj ile (SMS vb. gibi) ()

Sosyal iletişim ağları ile ()

Resimli mesaj ile (MMS gibi) ()

Sohbet odaları ile ()

Anında karşılıklı mesaj ile ()

Sanal ortamdaki oyunlar esnasında ()

Sizinle ilgili geliştirilen küçük düşürücü bir site ya da forum sitesi ile ()

2. Aşağıdakilerden herhangi birini siz başka çocukları rahatsız etmek amacıyla kullanıyor musunuz? (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz)

Elektronik posta ile ()

Kişisel videolarınız ile ()

Yazılı mesaj ile (SMS vb. gibi) ()

Sosyal iletişim ağları ile ()

Resimli mesaj ile (MMS gibi) ()

Sohbet odaları ile ()

Anında karşılıklı mesaj ile ()

Sanal ortamdaki oyunlar esnasında ()

Sizinle ilgili geliştirilen küçük düşürücü bir site ya da forum sitesi ile ()

3. Başka bir çocuktan sizi fiziksel olarak incitmekle ilgili online (çevrimiçi) ya da yazılı mesaj alır mısınız?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
4. Başka çocuklar sizi kasıtlı olarak online (çevrimiçi) gruplardan çıkarır mı?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
5. Başka bir çocuk yazılı mesaj ya da online (çevrimiçi) ortamda size kaba bir şey söyler mi?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
6. Size kızgın olan bir çocuk sizi online gruplardan çıkararak intikam alır mı?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
7. Güvenliğinizi tehdit eden yazılı ya da online (çevrimiçi) mesaj alır mısınız?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
8. Bir çocuk diğer çocukların sizden artık hoşlanmaması için yazılı ya da online (çevrimiçi) mesajlarla sizin hakkınızda yalan söyler mi?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
9. Başka bir çocuk tarafından isteklerini gerçekleştirmediğiniz takdirde sevilmeyeceğinizi belirten yazılı ya da online (çevrimiçi) mesajlar alır mısınız?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
10. Herhangi bir arkadaşın diğer arkadaşlarını sizden uzak tutacak, sizi aşağılayıcı mesajlar atar mı?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
11. İstediklerini yapmadığınız takdirde, başka bir çocuktan fiziksel olarak incitici mesajlar alır mısınız?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
12. Online (çevrimiçi) kavgalarda bulunur musunuz?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
13. Başka bir çocuk online (çevrimiçi) ortamda acımasız dedikodu, söylenti veya başka kırıcı bir şey göndererek ya da paylaşarak sizi küçümser mi?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
14. Başka bir çocuk sizin yerinize geçerek, itibarınızı zedeleyecek ve arkadaşlık ilişkilerinize zarar verecek mesajlar gönderir mi?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
15. Başka bir çocuğun, izniniz olmadan, sırlarınızı ve fotoğraflarınızı online (çevrimiçi) olarak paylaşması başınıza gelir mi?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman
16. Online (çevrimiçi) ortamda başınıza gelen kötü bir şey için bir yetişkinden yardım istemek zorunda kaldınız mı?	Hiç	Neredeyse Hiç	Bazen	Hemen hemen her zaman	Her zaman

Ek-3: Siber Mağduriyet Ölçeği

1	İnternette bir başkası benim adımlı kullanarak kendisine e-mail hesabı (MSN, Yahoo, Gmail, Mynet gibi) açtı.	Evet	Hayır
2	Facebook, Twitter gibi sitelerde bir başkası gizlice benim adımlı kullanarak hesap açtı.	Evet	Hayır
3	İnternette arkadaşlarım ya da başka kişiler benim kişisel bilgilerimi kullandı.	Evet	Hayır
4	İnternette arkadaşlarım ya da başka kişiler bana virüslü mesaj (e-mail) gönderdi.	Evet	Hayır
5	Arkadaşlarım ya da başka kişiler benim haberim olmadan internette benim şifrelerimi kullandı.	Evet	Hayır
6	Arkadaşlarım ya da başka kişiler internette benim şifrelerimi kullanarak gizlice e-mail (MSN, Yahoo, Gmail, Mynet gibi) adreslerime girmeye çalıştılar.	Evet	Hayır
7	İnternette şifrelerimi kullanarak gizlice oyunlarımı girmeye çalıştılar.	Evet	Hayır
8	İnternette beni tehdit ettiler.	Evet	Hayır
9	İnternette bana hoşlanmayacağım mesajlar gönderdiler.	Evet	Hayır
10	İnternette benim iznim olmadan bazı sitelerde fotoğraflarımı yayınladılar.	Evet	Hayır

11	İnternette fotoğraflarımı benim iznim olmadan mesaj (e-mail) ile diğer kişilere gönderdiler.	Evet	Hayır
12	İnternette benimle ilgili hoşuma gitmeyen haberler yayınladılar.	Evet	Hayır
13	İnternette benimle ilgili gerçek olmayan söylentiler yaydılar.	Evet	Hayır
14	İnternette bana hakaret eden mesajlar gönderdiler.	Evet	Hayır
15	İnternette benimle alay ettiler.	Evet	Hayır
16	İnternette bana kötü isim ya da lakap taktılar.	Evet	Hayır
17	Yüzüme karşı söylemedikleri şeyleri internette ya da cep telefonunda rahatlıkla bana söylediler.	Evet	Hayır
18	Cep telefonundan bana tehdit eden mesajlar gönderdiler.	Evet	Hayır
19	Cep telefonundan benim fotoğraflarımı diğer kişilere izinsiz gönderdiler.	Evet	Hayır
20	Cep telefonundan bana hoşuma gitmeyen mesajlar gönderdiler.	Evet	Hayır
21	Cep telefonunu kullanarak benimle ilgili gerçek olmayan söylentiler yaydılar.	Evet	Hayır
22	Cep telefonundan bana hakaret eden mesajlar gönderdiler.	Evet	Hayır
23	Cep telefonunu kullanarak benimle alay ettiler.	Evet	Hayır
24	Telefonla beni arayarak rahatsız ettiler.	Evet	Hayır

Ek-4: Barratt Dürtüsellik Ölçeği

İnsanlar farklı durumlarda gösterdiği düşünce ve davranışları ile birbirlerinden ayrılırlar. Bu test bazı durumlarda nasıl düşündüğünüzü ve davrandığınızı ölçen bir testtir. Lütfen her cümleyi okuyunuz ve altında, size en uygun seçeneği işaretleyiniz. Cevaplamak için çok zaman ayırmayınız. Hızlı ve dürüstçe cevap veriniz.

	Nadiren	Hiçbir zaman	Bazen	Sıklıkla	Hemen her zaman	her zaman
1. İşlerimi dikkatle planlarım						
2. Düşünmeden iş yaparım						
3.Hızlı karar veririm						
4.Hiçbir şeyi dert etmem						
5.Dikkat etmem						
6.Uçuşan düşüncelerim var						
7. Seyahatlerimi çok önceden planlarım						
8.Kendimi kontrol edebilirim						
9.Kolayca konsantre olabilirim						
10.Düzenli para biriktiririm						
11.Derslerde veya oyunlarda yerimde duramam						
12. Dikkatli düşünen birisiyim						
13. İş güvenliğine dikkat ederim						
14. Düşünmeden bir şeyler söylerim						
15.Karmaşık problemler üzerine düşünmeyi severim						
16. Sık sık iş değiştiririm						
17.Düşünmeden hareket ederim						
18. Zor problemler çözmek gerektiğinde kolayca sıkılırım						
19.Aklıma estiği gibi hareket ederim						
20.Düşünerek hareket ederim						
21.Sıklıkla evimi değiştiririm						
22.Düşünmeden alışveriş yaparım						
23.Aynı anda sadece bir tek şey düşünebilirim						
24. Hobilerimi değiştiririm						
25.Kazandığımdan daha fazla harcarım						
26. Düşünürken kafamda sıklıkla konuyla ilgisiz düşünceler olur						
27.Şu an ile gelecekte daha fazla ilgilenirim						
28.Derslerde veya sinemada rahat oturamam						
29.Yap-boz / puzzle çözmeyi severim						
30.Geleceğini düşünen birisiyim						

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı : Gülderen Demir ÇETİN
Uyruğu : T.C.

EĞİTİM

Derece	Adı	Bitirme Yılı
Üniversite	: Çukurova Üniversitesi	2019
Yüksek Lisans	: Hasan Kalyoncu Üniversitesi	2024

İŞ DENEYİMLERİ

Yıl	Kurum	Görevi
2020-2024	Holistik Psikoterapi Merkezi	Psikolog

UZMANLIK ALANI

Çocuk- Ergen -Yetişkin Psikoterapi

YABANCI DİLLER

B2 Seviye İngilizce

YAYINLAR

Genç Yetişkinlerde Teknoloji Bağımlılığı ve Dürtüselliğin Siber Zorbalık Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi (Bildiri) - 2.Uluslararası Rumeli Toplum ve Eğitim Bilimleri Kongresi, 2024.