

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET
BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ

Musa ÇETİNKAYA

İZMİR

2013

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET
BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ

Musa ÇETİNKAYA

Danışman
Yrd. Doç. Dr. Şüheda ÖZBEN

İZMİR
2013

YEMİN METNİ

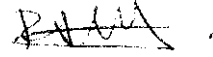
Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının İncelenmesi” adlı tez çalışmamın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Musa ÇETİNKAYA

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne

İşbu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

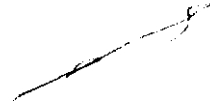
Başkan : Prof. Dr. Rengin KARACA



Üye : Yrd. Doç. Dr. Şüheda ÖZBEN



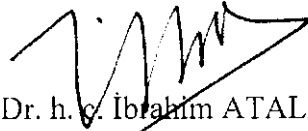
Üye : Yrd. Doç. Dr. Metin MISIRLI



Onay

Yukarıda imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

29/05/2013



Prof. Dr. h. c. İbrahim ATALAY
Enstitü Müdürü

T.C YÜKSEKÖĞRETİM KURULU ULUSAL TEZ MERKEZİ TEZ VERİ GİRİŞİ VE YAYIMLAMA İZİN FORMU	
Referans No	10002146
Yazar Adı / Soyadı	Musa ÇETİNKAYA
Uyruğu / T.C.Kimlik No	TÜRKİYE/ 23209816708
Telefon / Cep Telefonu	05063514772
e-Posta	musa_eylul@hotmail.com
Tezin Dili	Türkçe
Tezin Özgün Adı	İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının İncelenmesi
Tezin Tercümesi	An Investigation of Internet Addiction of The Elementary School Students
Üniversite	Dokuz Eylül Üniversitesi
Enstitü / Hastane	Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Anabilim Dalı	Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Bilim Dalı / Bölüm	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı
Tez Türü	Yüksek Lisans
Yılı	2013
Sayfa	141
Tez Danışmanları	Yrd. Doç. Dr. Şüheda ÖZBEN/ 11883003330
Dizin Terimleri	
Önerilen Dizin Terimleri	İnternet Bağımlılığı= internet addiction
Yayımlama İzni	☒ Tezin yayımlanmasına izin veriyorum ☐ Ertelenmesini istiyorum

a.Yukarıda başlığı yazılı olan tezimin, ilgilenenlerin incelemesine sunulmak üzere Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi tarafından arşivlenmesi, kağıt, mikroform veya elektronik formatta, internet dahil olmak üzere her türlü ortamda çoğaltılması, ödünç verilmesi, dağıtımı ve yayımı için, tezimle ilgili fikri mülkiyet haklarım saklı kalmak üzere hiçbir ücret (royalty) ve erteleme talep etmeksizin izin verdiğimi beyan ederim.

04.06.2013

Musa ÇETİNKAYA

TEŞEKKÜR

Bu çalışma boyunca benden desteğini ve katkılarını esirgemeyen başta tez danışman hocam Yrd. Doç. Dr. Şüheda ÖZBEN'e, desteğini hiçbir konuda esirgemeyen Yahya ÇETİNKAYA'ya, Neslihan ÇAKIR'a, Araştırma Görevlisi Esra ASICI'ya, Konak Rehberlik Araştırma Merkezi Müdürü Serdal ÖZGÖZGÜ'ye, Yrd. Doç. Dr. Bülent Baki TELEF'e, Buca Rehberlik Araştırma Merkezi Müdürü Aytaç ÇAPKIN'a, ölçeklerin uygulanmasında bana yardımcı olan meslektaşlarım İsmail SAV'a, Muhsin YILMAZ'a, Selma SÜNGÜ'ye, Özlem HALICI TUNALI'ya, İbrahim BEKMEZ'e, bütün içtenliğimle teşekkür ederim.

Musa ÇETİNKAYA

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
Yemin Metni.....	i
Değerlendirme Kurulu Üyeleri.....	ii
Tez Veri Formu.....	iii
Teşekkür.....	iv
İçindekiler.....	v
Tablo Listesi.....	viii
Şekil Listesi.....	x
Özet.....	xi
Abstract.....	xiii

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	7
1.3. Problem Cümlesi.....	9
1.4. Alt Problemler.....	9
1.5. Sayıtlılar.....	9
1.6. Sınırlılıklar.....	9
1.7. Tanımlar.....	10
1.8. Kısaltmalar.....	11

BÖLÜM II

İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR

2.1. İnternet Bağımlılığı ve Tanı Kriterleri.....	12
2.2. İnternet Bağımlılığını Açıklayan Kuramsal Yaklaşımlar.....	22
2.2.1. Davis'ın Bilişsel-Davranışçı Kuramı.....	22

2.2.2. Suler’ın İnternet Bağımlılığı Kuramı.....	25
2.2.3. Grohol’ün Patolojik İnternet Kullanımı Modeli.....	27
2.2.4. Hall ve Parsons’ın İnternet Bağımlılığı Davranışı.....	30
2.3. İlköğretim Öğrencilerinin Gelişim Özellikleri.....	31
2.3.1. Orta Çocukluk Döneminde Gelişim	31
2.3.2. Ergenlik Döneminde Gelişim.....	32
2.4. İnternet Bağımlılığı ve İlköğretim Öğrencileri.....	35
2.5. İnternet Bağımlılığının İlköğretim Öğrencileri Üzerindeki Olumsuz Etkileri.....	40
2.6. Depresyon, Yalnızlık, Öz-Yeterlik ve İnternet Bağımlılığı.....	45
2.6.1. Depresyon.....	45
2.6.1.1. Çocuk ve Ergenlerde Depresyon.....	47
2.6.1.2. Depresyon ve İnternet Bağımlılığı.....	49
2.6.2. Yalnızlık.....	51
2.6.2.1.Çocuk ve Ergenlerde Yalnızlık.....	53
2.6.2.2. Yalnızlık ve İnternet Bağımlılığı.....	57
2.6.3. Öz- Yeterlik.....	59
2.6.3.1. Öz- Yeterlik ve İnternet Bağımlılığı.....	64
2.7. Konuyla İlgili Yurtdışı ve Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar.....	64
2.7.1. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar.....	64
2.7.2. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar	70

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli.....	77
3.2. Evren ve Örneklem	77
3.3. Veri Toplama Araçları.....	79
3.3.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği.....	79
3.3.2. Çocuklar İçin Öz-Yeterlilik Ölçeği.....	80

3.3.3. Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği	81
3.3.4. UCLA Yalnızlık Ölçeği	82
3.3.5. Kişisel Bilgi Formu.....	84
3.4. Veri Toplama Süreci	84
3.5. Veri Çözümleme Teknikleri.....	85

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

4.1. Örneklemi Tanıtıcı Bulgular.....	86
4.2. Örneklemin Anne ve Babasını Tanıtıcı Bulgular.....	90
4.3. Örneklemin İnternet Bağımlılık Durumlarına İlişkin Bulgular.....	93
4.4. Alt Problemlere İlişkin Bulgular.....	94

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç.....	101
5.2. Tartışma.....	102
5.3. Öneriler.....	111

KAYNAKÇA.....	113
----------------------	------------

EKLER

Ek-1 İnternet Bağımlılığı Ölçeği.....	135
Ek-2 Çocuklarda Öz-yeterlilik Ölçeği.....	136
Ek-3 Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği.....	137
Ek-4 UCLA Yalnızlık Ölçeği.....	138
Ek-5 Kişisel Bilgi Formu.....	139
Ek-6 Valilik İzini.....	141

TABLO LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1: Örneklemin Okullara Göre Dağılımı.....	79
Tablo 2: Örneklemin Cinsiyetine Göre Dağılımı.....	86
Tablo 3: Örneklemin Sınıflara Göre Dağılımı.....	87
Tablo 4: Örneklemin Algıladıkları Akademik Başarılarına Göre Dağılımı.....	87
Tablo 5: Örneklemin Evinde İnternet Bağlantısı Olup Olmama Durumuna Göre Dağılımları.....	88
Tablo 6: Örneklemin Günlük İnternet Kullanım Sürelerine Göre Dağılımı.....	88
Tablo 7: Örneklemin Ebeveynlerinin İnternet Kullanımını Denetleyip Denetlememe Durumuna Göre Dağılımı.....	89
Tablo 8: Örneklemin İnternete Bağlanma Yerine Göre Dağılımı.....	89
Tablo 9: Örneklemin İnternet Kullanım Amaçlarına Göre Dağılımı.....	90
Tablo 10: Örneklemin Anne-Babalarının Birliktelik Durumuna Göre Dağılımı.....	91
Tablo 11: Örneklemin Annelerinin Eğitim Durumuna Göre Dağılımı.....	91
Tablo 12: Örneklemin Babalarının Eğitim Durumuna Göre Dağılımı.....	92
Tablo 13: Örneklemin Ailelerinin Aylık Gelir Durumlarına Göre Dağılımı.....	92
Tablo 14: İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Öz-Yeterlilik Ölçeği, Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden Alınan Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler.....	93
Tablo 15: Örneklemin İnternet Bağımlılığı Durumlarına İlişkin Bulgular.....	93
Tablo 16: İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	94
Tablo 17: Örneklemin Cinsiyete Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin <i>t</i> -Testi Sonuçları.....	95
Tablo 18: Örneklemin Algıladıkları Akademik Başarılarına Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları.....	96

Tablo 19: Örneklemin Ailelerinin Aylık Gelir Düzeylerine Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	97
Tablo 20: Örneklemin Ailelerinin Aylık Gelir Düzeylerine Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarına İlişkin LSD Testi Sonuçları.....	98
Tablo 21: Örneklemin Sınıflarına Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları.....	99
Tablo 22: Örneklemin Sınıflarına Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarına İlişkin LSD Testi Sonuçları.....	99
Tablo 23: Örneklemin Evlerinde İnternet Bağlantısı Olup Olmaması Durumuna Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarına İlişkin <i>t</i> -Testi Sonuçları.....	100

ŞEKİL LİSTESİ

Sayfa No.

Şekil 1: Davis’ın PİK Gelişimi İçin Gerekli Bilişsel- Davranışçı Süreç Modeli.....	24
Şekil 2: Grohol’ün İnternet Bağımlılığı Modeli.....	29

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, ilköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığını incelemektir.

Bu araştırma betimsel ve ilişkisel tarama modeli bir yordama çalışması niteliğindedir.

Araştırmanın örneklemini 2012–2013 Eğitim-Öğretim yılı İzmir İli Buca İlçesindeki devlet ilköğretim okullarında 6. 7. ve 8. sınıfta okuyan 476 öğrenciden oluşturulmuştur.

Veri toplama araçları olarak, İnternet Bağımlılık Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği, Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Veriler, SPSS 18.0 paket programından yararlanılarak frekans dağılımları, Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi, *t*-testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Kruskal Wallis H Testi ile çözümlenmiştir.

Bulgular:

Örneklemin % 91'i semptom göstermeyen, % 8'i sınırlı semptom gösterenler (olası bağımlı veya risk altında olanlar) ve %1'i ise internet bağımlısı olarak saptanmıştır.

İnternet kullanım amaçlarına bakıldığında öğrencilerin 418'i ödev hazırlama, 285'i film seyretme ve eğlenme, 240'ı sohbet (chat) etme, 300'ü oyun oynama, 268'i bilgi edinme, 209'u boş zamanlarını değerlendirme amacıyla internette zaman geçirdiğini belirtmiştir. Öğrencilerin büyük çoğunluğu birden fazla amaçla interneti kullandığını ifade etmiştir.

İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığını depresyon, cinsiyet ve ekonomik düzey istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ancak öz-yeterlik, yalnızlık ve akademik başarının internet bağımlılığını istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yordamadığı belirlenmiştir. İnternet bağımlılığının en önemli yordayıcısının depresyon olduğu bunu cinsiyet ve ekonomik durumun izlediği görülmüştür.

İlköğretim öğrencilerinin cinsiyetine, algıladıkları akademik başarılarına, sınıf düzeylerine, ailelerinin ekonomik düzeylerine ve evlerinde internet bağlantısı olup olmamasına göre internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır.

Anahtar Sözcükler: İnternet bağımlılığı, ilköğretim öğrencileri, depresyon, yalnızlık, öz-yeterlik

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine internet addiction of primary school students.

This study has the characteristics of a predictive study with descriptive and relational screening model.

The sample of the research is consisted of 476 sixth, seventh and eighth grade students who are studying at state primary schools in Buca district of Izmir during educational year of 2012-2013.

Data was collected by Scale of Internet Addiction, UCLA Loneliness Scale, Depression Rating Scale for Children, Self-efficacy Scale and Form of Personal Properties.

The collecting data's frequency distribution was analyzed by using SPSS 18.0 programme with Multiple Linear Regression Analysis, *t*-test, One-way Analysis of Variance (ANOVA) and Kruskal Wallis H Test.

Results:

According to results, it was found that %91 of sample is asymptomatic, %8 of sample has got limited symptom (dependent or those who are likely to be at risk) and %1 of sample is internet addicted.

When examined the purposes of the internet usage, 418 of students for doing homework, 285 of students for watching film and fun, 240 of students for chatting, 300 of students for playing a game, 268 of students for getting knowledge, 209 of students as free time activities had indicated their purposes of internet usage. Most of the students indicated that they use the internet for one more purposes.

The depression, gender and economic situation predict the internet addiction of primary school students statistically in a positive and significant way. However, it was determined that self-efficacy, loneliness and academic success do not predict the internet addiction in a significant way. It was seen that the most important predictor of internet addiction is depression and that is followed by gender and economic situation.

It was found that statistically there is a significant difference between primary students' internet addiction points according to their gender, academic success, class level, economic situation of family and having internet connection at home or not.

Key words: internet addiction, primary school students, depression, loneliness, self-efficacy

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Araştırmanın bu bölümünde problem durumu, araştırmanın amacı ve önemi, problem cümlesi, alt problemler, sınırlılıklar, sayıtlar, tanımlar ve kısaltmalar yer almaktadır.

1.1.Problem Durumu

İnternet, birçok bilgisayar sisteminin birbirine bağlı olduğu; dünya çapında yaygın olan ve sürekli büyüyen bir iletişim ağıdır ve insanların her geçen gün gittikçe artan “üretilen bilgiyi saklama, paylaşma ve ona kolayca ulaşma” istekleri sonrasında ortaya çıkmış bir teknolojidir. Bu teknoloji yardımıyla pek çok alandaki bilgiye insanlar kolay, ucuz ve hızlı bir şekilde erişebilmektedir (Işık, 2007).

Bila (2001)’ya göre internet, bilgi ve iletişimde sınırların aşılabildiği en üst nokta olarak nitelendirilebilen elektronik bir sistem ve kültürel bir olgudur. Küreselleşme sürecinde dünyanın her bölgesinden farklı demografik özelliklere sahip bireylerin yaşamlarını kolaylaştırabilecek bilgilere internet aracılığı ile ulaşabilmelerini sağlayan internet, günümüzde hem bireysel hem de toplumsal anlamda iletişim ve bilginin odağını oluşturmaktadır.

İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmalar, bağımlılığın hızlı bir şekilde yaygınlaştığını göstermektedir. Tanı ölçütlerinin belirlenmesi, ardından uluslararası

çapta yapılan çok sayıda araştırma genel olarak internet bağımlılığının toplumdaki yaygınlığının %6-14 arasında olduğunu göstermiştir (Arısoy, 2009).

Güney Kore’de yaşları 6-21 arasında değişen yaklaşık 210.000 çocuk ve ergenin internet bağımlılığından etkilendiği ve tedavi ihtiyacı duyduğu tahmin edilmektedir (Kim, 2007). Çin’de konuyla ilgili çalışmalar yapan uzmanlar, Çin’deki ergenlerin yaklaşık % 13,7’sinin yani 10 milyon ergenin internet bağımlısı olduğunu tahmin ediyorlar (Cao ve Su, 2007).

ABD’de yapılan araştırmalar, internet kullanıcılarının % 6 ile 10’unun internet bağımlısı olduğunu, dünyada 1,8 milyon çocuk ya da ergenin zamanının büyük bir çoğunluğunu sohbet ya da oyun odalarında geçirdiğini göstermektedir. Ayrıca internet bağımlılığı açısından risk altında olabileceği düşünülen kullanıcıların oranı %8,6 ile % 18,4 arasında bulunmuştur (Odabaşıoğlu ve ark., 2007).

2012 yılının ilk yarısında gerçekleştirilen Hane Halkı Bilişim Teknolojilerini Kullanım Araştırması sonuçlarına göre Türkiye genelinde hanelerin % 47,2’si evden internete erişim imkanına sahiptir. Evden internete erişim imkanı olmayan hanelerin %27,6’sı, evden internete bağlanmama nedeni olarak internet kullanımına ihtiyaç duymadıklarını belirtmişlerdir. Bilgisayar ve internet kullanım oranları 16-74 yaş gurubu erkeklerde %59 ve %58,1 iken, kadınlarda %38,5 ve %37’dir. Bilgisayar ve internet kullanımı tüm yaş guruplarında erkeklerde daha yüksektir. 2012 yılı ilk üç ayında 16-74 yaş gurubundaki tüm bireylerin % 37,8’i interneti düzenli olarak (hemen hemen her gün veya haftada en az bir defa) kullanmıştır [Türkiye İstatistik Kurumu (TUIK), 2012].

İnternet, bireylerin birçok bilgiye kolaylıkla ulaşmasını sağlayan, bireylerin hızlı bir şekilde iletişime geçmelerine olanak sunan bir iletişim ve bilgi paylaşımı ortamı haline gelmiştir. Dünya çapında veri tabanlarından, kütüphanelerden bilgi sağlamak, dünyada olup biten olaylardan haberdar olmak, müzik dinlemek, oyun oynamak, film izlemek, sınırsızca alışveriş yapmak gibi kolaylıklar sağlamaktadır.

İnternet hayatımızın televizyon, telefon, bilgisayar gibi bir parçası olmaktadır (Aydoğdu, 2003).

Sanal iletişim, alışveriş, banka işlemleri, oyun oynama, bilgi edinme gibi aktiviteler için internet kullanımı çok büyük oranda artmıştır (Tsai, Lin ve Tsai, 2001). İnternet ortaya çıktığı yıllardan beri bireyler, kurumlar ve kültürler üzerinde önemli etkiye sahip olmuştur. Toplumların ve yönetimlerin demokratikleşmesi, e-ticaretin genişlemesi, sosyal hareketliliğin desteklenmesi, kurumlar ve bireylerin yenilenmesi, gelişmesi gibi olumlu etkilerinin yanı sıra; suç ve suçlu kavramlarına, tanımlarına gelen yeni boyutlar, bölgeler, kültürler ve ülkeler arasında meydana gelen uçurumlar, bireyin izolasyonu ve güvenlik gibi sorunları da gündeme getirmiştir (Tezci, 2003).

Erişkinler için olduğu kadar çocuklar için de büyük bir eğlence, iletişim ve eğitim kaynağı olan internetin erişimi ve kullanımı her geçen gün hızla yaygınlaşmaktadır. İnternet, çocukların dünyayı keşfetmeleri, öğrenmeleri ve eğlenmeleri için mükemmel bir ortamdır. Ancak internet kullanımının özellikle çocuklara yönelik gözlenen birtakım riskleri de bulunmaktadır ve bu risklerin varlığı unutulmamalıdır (Şahin, 2007).

Yaşamımızın bir parçası haline gelen internet, çocuklara yepyeni bir dünyanın kapısını açmakta hem çocuklara hem de ailelere yeni olanaklar ve deneyimler sunmaktadır. İnternetin etkili kullanımı ile çocuklar, zaman ve mekân sınırı olmaksızın istenilen her anda bilgiye ulaşabilmekte, kendi yaptıklarını da dünyaya ulaştırabilmektedirler (Orhan ve Akkoyunlu, 2004).

İnternet, çocukların zihinsel becerilerinin gelişmesini, okuma ve birden fazla imgeyi aynı anda takip edebilme becerilerini geliştirerek bilgisayar okur-yazarlığı için önem taşımaktadır (Subrahmanyam ve diğ.,2001).

İnternet, günümüzde okul, iş ve toplum yaşamında sıkça kullanılan; önemli bir iletişim ve bilgi paylaşım aracıdır. Son yıllarda, internetin insan yaşamı üzerine etkileri ayrıntılı olarak incelenmekte ve internetin bireyin ev, okul ve iş yaşantısını devam ettirmede sağladığı kolaylıklar nedeniyle internet birey için cazip bir hale gelmiştir (Chou ve diğerleri, 2005).

İnternet, bu sayısız olumlu hizmetlerinin yanında olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir. İnternetin problemli kullanımı, günlük yaşamdan kaynaklanan olumsuzluklardan kaçmak için internete girmek, interneti sonlandırma, kesme gibi durumlarla ilgili kontrolü kaybetmek ve tüm bunlara bağlı olarak sosyal yaşamda yeni sorunlarla yüz yüze kalmak olarak tanımlanmaktadır (Davis, 2001; Griffiths, 2000).

İnternetin yaygınlaşmasının sonucunda bazı değişimler de meydana gelmiştir. Artık kitap kokan kütüphaneler tarihe karışmış, çevrimiçi kütüphaneler yaygınlaşmıştır. Arkadaşlarla oynanan oyunların yerini, bilgisayar oyunları almıştır. Yüz yüze iletişim azalmış, sanal iletişim yaygınlaşmıştır. İnternet dünyasının meydana getirdiği bu gibi değişiklikler, zarar verici bazı durumlara neden olmuştur (Janoschka, 2004; Young, 2004; Cengizhan, 2005). Bir kısım kullanıcı internet kullanımını sınırlarken, bir kısım kullanıcının bu sınırlamayı yapmadığı, sosyal hayatta ve iş hayatında bir sınır getirmeyen kullanım nedeniyle kayıplarla karşılaştığı görülmüştür (Gönül, 2002).

İnternet ağı, hemen hemen herkes tarafından kullanılabilmekte ve kullanıcılar için istenilen her türlü bilgiye sınırsız erişimi herhangi bir denetim olmadan sağlayabilmektedir. Günümüzde internet, bir bilgi ve iletişim kaynağı olmanın ötesinde, bazı kişiler için bağımlılığa dönüşmüş durumdadır. Peki, beraberinde birçok olumlu sonuçla birlikte olumsuz sonucu da getiren internet kötü bir alışkanlık mıdır? “Evet, hem de nasıl kötü bir alışkanlıktır!” diyenler olduğu gibi, bu fikre katılmayanlar da bulunmaktadır. İnterneti kötü bir alışkanlık olarak algılayanlar: “İnsanların aile, okul, ev, iş sorumluluklarını bir kenara bıraktıran, teknoloji devriminin bütün nimetlerinin yanında gelmiş olan tehlikeli bir hastalık.” olarak görmektedirler. İnternet bağımlılığının, teşhisinin yapılarak tedavi edilmesi gerektiğini düşünmektedirler. Onlara göre, internet üzerinde oluşan seks ve kumar tutkusu yüzünden insanlar boşanmakta, işyerlerinde çalışanlar dalga geçerek patronlarını zarara sokmakta, üniversitede öğrenciler bilgisayar laboratuvarlarında çalışıp bilime katkıda bulunacak yerde sohbet etmekte, bütün gece internette oyun oynayan çocuklar ertesi gün okulda uyuyakalmaktadırlar (Ekici, 2009).

Young (1998), her geçen gün artan internet kullanımının özellikle internetle erken tanışan ergenler üzerinde ne tür etkilerinin olduğu konusunun çok yönlü araştırılması gerektiğini vurgulamaktadır. Milyarlarca insana ulaşan internetin, sınırsız ve kontrolsüz şekilde her geçen gün daha çok hayatımıza girmesi karşısında kullanıcılar, karşılaşılabilecekleri olumsuzluklara karşı savunmasız ve bilgisiz kalabilmektedirler. İnternetin problemli kullanımı ise bu olumsuzlukların başında gelmektedir.

Herhangi bir ruhsal sorunu olmayan çocukların ve ergenlerin bile, chat odalarında saatlerce kalmaları, internetteki porno sitelerde, çevrimiçi alışveriş sitelerinde, şans ve bilgisayar oyunlarında ya da çeşitli hobi sayfalarında plan dışı gereksiz süre kullanmaları, bir süre sonra bu çocukların ve ergenlerin internet kullanımına bağımlı hale geldiklerini ve ruhsal sorunlar yaşamaya başladıklarını, yapılan araştırmalar ortaya koymuştur (Bölükbaş, 2003; Young, 1996).

İnternet kullanıcıların, zamanlarının çok önemli bir kısmını internet kafelerde ya da evde internetin başında geçirmeye başlaması, onların sosyal hayattan kopuş süreçlerini başlatabilmekte, sanal dünya ve chat arkadaşlıkları, kişinin hayal dünyasında yaşaması ve hayatın gerçeklerinden kaçması için zemin oluşturabilmektedir (Fortson ve diğerleri 2007). Gerçek yaşamdaki gündelik ilişkilerde güven, açıklık, samimiyet ve şeffaflık ile sağlanırken; sanal ilişkilerde güven, kapalılık, gizlilik, kendini saklama, hatta yalan ile sağlanmaya kadar gitmektedir (Mcmilları ve Morrison, 2006). Hızla gelişen internet kullanımı, insanların hayatını değiştirmeyi başarmıştır. Araştırmacılar, internetin toplum hayatını ve sosyal ilişkileri geliştirdiğini mi yoksa onlara zarar mı verdiğini tartışmaktadırlar (Kraut ve diğ, 1998).

İnternet kullanımının bu denli yaygınlaşmasıyla birlikte internet kullanımı birçok konuda sorgulanır olmuştur. İnternetin kullanıcılar üzerindeki olumsuz etkileri, tiryakilik, pornografi, sanal kumar gibi psikolojik, sosyolojik zararları irdelemekte ve internet ortamının güvenilirliği üzerinde tartışılmaktadır. Bilgisayarı ve interneti sınır tanımaksızın kullanan, sohbet odalarından çıkamayan, oyun oynamaktan kendisini alıkoyamayan, zamanının büyük bir çoğunluğunu internette geçiren ve bu yüzden kişisel, sosyal ilişkilerinde problem yaşayan kişilerin varlığı,

yeni bir tür bağımlılığın bazı uzmanlara göre de ruhsal bir bozukluğun geliştiğinin göstergesi olmaktadır (Işık, 2007).

İnternet bağımlılığını, patolojik ya da problemli internet kullanımını tanılamada, birçok araştırmacı kişilerin internette zaman harcama sürecini önemli bir ölçüt olarak değerlendirirken (Young ve Rogers, 1998; Young, 1996); kişilerin internette harcadığı süre, problemli internet kullanımı tanılamasında tek başına yeterli olmayıp, aşırı kullanımın negatif sonuçlara yol açtığı, kompulsif internet kullanımı önemli bir ölçüt olarak değerlendirilmektedir (Caplan, 2005; Davis, 2001; Young ve Rogers, 1998). Kompulsif internet kullanımı, kişinin internet kullanımında istenen kontrolü sağlayamamasını ifade etmekte olup, bu kontrolün sağlanamaması kişinin hayatında önemli aksamalara yol açmaktadır. Problemli internet kullanımını çok boyutlu bir sendrom olarak değerlendiren Caplan (2005)'a göre, bu kişiler yüz yüze iletişim becerilerini internet ortamında sergilemeyi tercih etmekte, internet ortamında sosyal etkileşim kurarak kendini gösterme eğiliminde bulunmaktadır. Kişilerin internette sosyal etkileşimi tercih etmesine ise, yaşadıkları sosyal izolasyon ve yalnızlığın yol açtığı görülmektedir (Kraut, Kiesler ve diğ., 2002).

Gerçek yaşamda karşılaşılabilecek tehlikeler, internet ortamında da bulunabilmektedir. Yetişkinler internette herhangi bir olumsuzlukla karşılaştığında baş edebilirken, çocukların bu konuda yardıma gereksinimi olmaktadır. İnternette çocuklar için cazip olan üç ortam bulunmaktadır. Bunlar: Web siteleri, elektronik posta ve sohbet odalarıdır. Bu üç ortamın çocuklara sağladığı avantajlar kadar, kontrol edilmediği takdirde, sakıncaları da bulunmaktadır (Orhan ve Akkoyunlu, 2004).

Araştırmalar birçok çocuğun internette kandırıldığını ve bu nedenle de istismarla karşılaştığını göstermektedir (Şahin, 2007). Çocukların müstehcen yayın yapan ya da şiddet içeren internet sitelerine tesadüfen ve kolaylıkla girebiliyor olması, yaşına uygun olmayan görüntülerle karşılaşılıyor olması, kimliği belirsiz ve tehlikeli kişilerce kandırılma ya da taciz edilme ihtimali tüm yaşantılarını etkileyecek ve kalıcı izler bırakacak sonuçlar doğurabilmektedir (Yalçın, 2006). Yapılan araştırmalar, tehdit oluşturan öğelerin daha çok çocuk ve gençler üzerinde etkili olduğunu göstermektedir (Esgin, 2001). Uzun süre bilgisayar başında oturmak, az

hareket etmek ya da hatalı oturmak kas ve kemik ağrılarına ve göz rahatsızlıklarına neden olmaktadır (Tuncer, 2001).

İnternette uzun süre denetimsiz zaman harcamanın çocuklar ile gençlerin psikolojik durumları üzerinde olumsuz etkilere yol açtığı söylenmektedir. Bilgisayar ve internetin gizli ve olumsuz sayılabilecek bir etkisi de yabancılaşmadır. Yabancılaşmış birey kendi niteliklerini anlayamama, güçsüzlük, anlamsızlık, normsuzluk, değerlerden uzaklaşma gibi durumlarla karşı karşıyadır. Bilgisayar ve internet karşısında saatlerce vakit geçiren kişiler, bilgisayarın ezici tutsaklığına boyun eğmekte, bilgisayar karşısında yabancılaşmaktadır (Esgin, 2001).

İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığını yordayan değişkenlerin incelenmesi çalışması uygulamacılar, eğitimciler ve araştırmacılar için bazı öneriler geliştirilmesi düşüncesiyle yapılmıştır.

1.2.Araştırmanın Amacı ve Önemi:

Bu araştırmanın amacı, ilköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığını, bazı sosyo-demografik değişkenlere göre incelemektir.

İnternet kullanımının tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de hızlı bir şekilde yaygınlaştığı görülmektedir. Çağımızın önemli teknolojik gelişmelerinden olan internet, zaman ve mekan sınırı olmaksızın istenilen bilgiye ulaşma kolaylığı sağlamakta aynı zamanda internet, çocukların zihinsel becerilerinin gelişmesine, üç boyutlu ortamdaki imgeleri görselleştirmesine, okuma ve birden fazla imgeyi aynı anda takip edebilme becerilerini geliştirerek bilgisayar okur –yazarlığı için önemli bir yapı taşı olmaktadır (Subrahmanyam, 2000). İnternet birçok yönden insanlara kolaylıklar sağlayarak kitle iletişiminde yeni bir çağ açarken çocuk ve ergenlerin gelişim ve ruh sağlığına ilişkin önemli sorunları da beraberinde getirmiştir. Çocuk ve ergenlerin süre konulmaksızın internet ortamında dolaşmaları, oyun oynamaları, sohbet odalarında gezmeleri ve interneti amaçsızca kullanmaları bir sorun olarak karşımıza çıkmaya başlamış ve araştırma için merak uyandıran bir konu haline

gelmiştir. Beard (2005), İnternetin bağımlılık yapıcı etkilerinin olduğunu, göz ardı edilemeyecek kadar önemli bir sorun haline gelebileceğini belirtmiştir.

İnternet bağımlılığı, her yaşta görülebilecek bir bağımlılık türü olmakla birlikte çocuklar ve ergenler en önemli risk grupları arasındadır (Odabaşı ve ark. 2007). Ergenlerin ve çocukların teknoloji ile diğer yaş guruplarına göre daha ilgili olmaları interneti diğer yaş guruplarına göre daha fazla kullanmalarına neden olmaktadır (Caplan.,2005; Gross, 2004). Henüz psikolojik olgunluğa erişmemiş olmaları, bu gelişim dönemindeki bireyleri internet bağımlılığı açısından potansiyel bir risk grubu haline getirmektedir (Ceyhan, 2008). İnternet özellikle bilişsel, duygusal ve sosyal gelişim süreçleri devam eden, çocuk ve ergenler internetin olumsuz etkileri açısından daha fazla risk taşırlar. İnternetin çocuk ve ergenler üzerinde yarattığı içine kapanma, sosyal yaşamdan kendini soyutlama ve akademik işlerden uzaklaşma gibi ciddi problemlere neden olduğu görülmüştür (Karaca, 2007). Çocukların internette bazı korku hikayeleri, adam kaçıрма, seksüel küfür, online saldırı, pornografik kampanyalar, bomba ve silah yapımı gibi olumsuz durumlarla karşılaştıklarına ve bu durumun çocukları olumsuz yönde etkileyebileceğine işaret edilmiştir (Tuncer, 2000).

Yapılan araştırmalar, internet bağımlılığının nedenlerini ortaya koyma konusunda yeterli olmamıştır. Dünyada olduğu gibi, ülkemizde de internet bağımlılığının nedenlerine yönelik yapılan araştırmalar, oldukça sınırlı sayıdadır. Bu nedenle bu çalışmada; yalnızlık, depresyon ve öz-yeterlik değişkenlerinin internet bağımlılığının ne kadarını yordadığı saptamaya çalışılarak, elde edilen bulguların, internet bağımlılığının nedenlerinin ortaya konulması ile anne-babalara, psikolojik danışmanlara ve eğitimcilere yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca araştırma, internet bağımlılığını önleme programlarının oluşturulmasında kullanılabileceği düşüncesiyle önemli görülmüştür.

1.3. Problem Cümlesi

“ İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı nasıldır?”

1.4.Alt Problemler

1. Öz-yeterlik, yalnızlık, depresyon, cinsiyet, algılanan akademik başarı, aylık gelir gibi değişkenler ilköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığını nasıl yordamaktadır?
2. İlköğretim öğrencilerinin cinsiyetine göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. İlköğretim öğrencilerinin algıladıkları akademik başarılarına göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. İlköğretim öğrencilerinin ailelerinin aylık gelir düzeylerine göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
5. İlköğretim öğrencilerinin sınıflarına göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?
6. İlköğretim öğrencilerinin evlerinde internet bağlantısı olup olmama durumlarına göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

1.5. Sayıtlar

- 1- Öğrencilerin kendilerine yöneltilen ölçeklere doğru, yansız ve samimi cevaplar verdiği varsayılmıştır.

1.6. Sınırlılıklar

- 1- Bu araştırma 2012-2013 Eğitim-Öğretim yılında, İzmir İli Buca İlçesinde bulunan ilköğretim okullarının 6., 7. ve 8. sınıflarında öğrenim gören toplam 476 öğrenci ile sınırlıdır.

- 2- Bu araştırmanın sonuçları Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Öz-Yeterlik Ölçeği, Depresyon Ölçeği ve Yalnızlık Ölçeğinin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
- 3- Bu araştırmanın sonuçları öğrencilerin ölçeklere verdiği yanıtlarla sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

İnternet bağımlılığı: İnternet bağımlılığı, patolojik kumar oynama gibi, madde kullanımına bağlı olmayan bir çeşit dürtü-kontrol bozukluğudur (Young, 1996).

Öz-yeterlik: İnsanların belirlemiş oldukları performansı elde etmek için gerekli olan eylemi gerçekleştirme ve organize etme kapasitesi ile ilgili yargılarıdır (Bandura, 1986: 396).

Yalnızlık: Peplau ve Perlman (1982)'a göre yalnızlık bireyin sosyal ilişkilerinde niceliksel veya niteliksel olarak önemli derecede yetersizlik meydana geldiğinde yaşanan ve hoş olmayan bir duygudur (Akt: Kurtaran, 2008).

Depresyon: Derin üzüntülü bir duygudurum içinde düşünce, konuşma ve hareketlerde yavaşlama, durgunluk, değersizlik, küçüklük, güçsüzlük, isteksizlik, karamsarlık duygu ve düşünceleri ile fizyolojik işlevlerde yavaşlama gibi belirtileri içeren bir sendromdur (Öztürk, 2002: 224).

1.8. Kısaltmalar

PIU	Patolojik İnternet Kullanımını
DSM - IV	Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı
TUİK	Türkiye İstatistik Kurumu
ANOVA	Tek Yönlü Varyans Analizi
APA	Amerikan Psikiyatri Birliği

BÖLÜM II

İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde internet bağımlılığı kavramı, internet bağımlılığı tanı kriterleri, internet bağımlılığını açıklayan kuramsal yaklaşımlar, ilköğretim öğrencilerinin gelişim özellikleri, internet bağımlılığı ve ilköğretim öğrencileri, internet bağımlılığının olumsuz etkileri, internet bağımlılığının yaygınlığı, depresyon, yalnızlık ve öz-yeterlilik hakkında bilgi verilmektedir. İlgili araştırmalar bölümünde yurt dışında ve yurt içinde internet bağımlılığı ile ilgili araştırma sonuçları yer almaktadır.

2.1. İnternet Bağımlılığı ve Tanı Kriterleri

İnternet bağımlılığı genel olarak interneti kullanma isteğinin önüne geçilememesi, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın önemini yitirmesi, yoksun kalındığında aşırı sinirlilik hali, saldırganlık olması, kişinin iş, sosyal ve ailevi hayatının giderek bozulması olarak tanımlanabilir (Young,2004).

Araştırmalar, internet bağımlılarının tıpkı ilaç, alkol ya da kumar gibi diğer bağımlılıklara benzeyen davranışları göstermeye başladığına ilişkin bulgular ortaya koymaktadırlar (Griffiths 1996, Young 1998). Bu nedenle, internete ilişkin psikolojik bağımlılık ya da patolojik internet kullanımı büyük bir ilgi, araştırma, tartışma alanı olmaktadır. "İnsanlar internete bağımlı olabilirler mi?" ve "Patolojik internet kullanımı bir klinik bozukluk olarak DSM-IV'ün gelecek revizyonuna eklenebilir mi?" soruları, bu alan ile ilgili hala cevaplanmamış sorulardan bir kaçıdır (DiNicola,

2004). Bu sorulara ilişkin tartışmaların doğal bir sonucu olarak da, yaşamları olumsuz bir biçimde etkilenen bireylerin aşırı internet kullanım davranışlarını betimlemek için internet bağımlılığı (Scherer 1997, Wang 2001, Young 2004), problemli internet kullanımı (Shapira ve ark. 2000, Shapira ve ark. 2003, Ceyhan ve ark. 2007, Yellowlees ve Marks 2007), patolojik internet kullanımı (Morahan-Martin ve Schumacher 2000, Davis 2001, Gönül 2002, DiNicola 2004) ve internet davranış bağımlılığı (Hall ve Parsons 2001) gibi farklı kavramlar kullanıldığı görülmektedir. Farklı kavramların kullanılması, problemli internet kullanımını açıklayan farklı yaklaşımların her birinin problemli internet kullanımının duyuşsal, davranışsal ve bilişsel bileşenlerinden birine odaklanmasından kaynaklanmaktadır (Davis 2001).

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından 1994'te yayınlanan ve "DSM - IV" kısaltmasıyla isimlendirilen "Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı" nda internet bağımlılığı halen bir bozukluk olarak tanımlanmamaktadır. Buna karşılık son yıllarda giderek artan bir internet kullanımı ile bazı kişilerde internet kullanma alışkanlıklarının bir bağımlılıktan söz edilebilecek boyuta ulaştığına dair yayınlar ve vaka bildirimleri hızla artmaktadır. Bu nedenle bazı araştırmacılar internet bağımlılığının giderek DSM-IV'te yer alabilecek bir bozukluk adayı haline geldiğinden söz etmeye başlamışlardır (Thurlow ve diğer., 2004).

Bazı araştırmacılar internet kullanıcılarının internetin kendisine değil internetten elde ettikleri kumar oynama, sohbet etme, alış-veriş yapma ve oyun oynama gibi materyallere bağımlı olduklarını belirtmektedirler (Griffiths 2000, Davis 2001, Tsai ve Lin 2003, Li ve Chung 2006). Patolojik internet kullanımı kavramını tercih eden Davis (2001) ise internetin aşırı kullanımını, özgül patolojik internet kullanımı (belirli internet uygulamalarını aşırı kullanma) ve genel patolojik internet kullanımı (belirli bir amaç olmaksızın internetin aşırı kullanımı) olarak birbirinden ayırmaktadır. Bazı araştırmacılar da (Young 1998, Shapira ve ark. 2000, Beard ve Wolf 2001), internetin problemli kullanımını dürtü kontrol bozukluğunun yaygın bir elementi olarak görmekte ve genel olarak internet kullanımını kontrol etmedeki yetersizlikten dolayı yaşanan rahatsızlık ve fonksiyonel bozulma ile karakterize etmektedirler (Shapira ve ark. 2000).

Teknolojik bağımlılıklar, televizyon izleme gibi pasif bir bağımlılık şeklinde olabileceği gibi, bilgisayar oyunları oynama gibi aktif bir bağımlılık şeklinde de olabilir ve genellikle ilgili davranışın bağımlılık oluşturuca uyarıcı ve pekiştirici özellikleri vardır. (Griffiths, 1995) Davranışsal bağımlılıklarda alkol-madde bağımlılıklarında olduğu gibi bağımlılığın ana bileşenleri olan fiziksel ve psikolojik bağımlılığın zihinsel meşguliyet, duygudurum değişkenliği, tolerans, yoksunluk, kişilerarası çatışma ve tekrarlama özelliklerini gösterirler. Bu altı ölçüte uyan davranış “bağımlılık” olarak tanımlanmaktadır (Arısoy, 2009). Ancak Griffiths (1996) aşırı internet kullanıcılarının aslında internet bağımlısı olmadıklarını; fakat interneti başka bağımlılıklarının tatmini için ideal bir ortam olarak kullandıklarını ifade etmektedir. Dolayısıyla, gerçekten internete bağımlı olanlarla internet üzerinden başka bağımlılıklarını tatmin edenlerin ayrımının önemli olduğunu belirtmektedir.

Klinik uygulamalarda bağımlılık “davranışsal bağımlılık” ve “ fiziksel bağımlılık” olmak üzere iki açıdan ele alınmaktadır. Davranışsal bağımlılık ile fiziksel bağımlılık arasındaki farkla ilgili olarak, davranışsal bağımlılıkta bağımlı olunan madde ya da eylem arayışı içeren aktiviteler ve bununla bağlantılı olarak patolojik kullanım özelliklerinin varlığına ilişkin bulguların; fiziksel bağımlılıkta ise genel olarak toleransın ve yoksunluğun varlığının tanımlanmadığı iddia edilmiştir (Öztürk ve ark, 2007). Bununla birlikte yoksunluk ve tolerans gibi bedensel belirtilerin ortaya çıkması, davranışsal bağımlılıklarda kimyasal bağımlılıklar kadar açık görülme de davranışsal bağımlılık ölçütleri arasında yer almaktadır (Arısoy, 2009). Davranışsal bağımlılıklar arasında yeme, kumar, seks bağımlılıklarının yanı sıra; teknolojik bağımlılıklar da yer almaktadır (Griffiths, 1999).

Tolerans gelişmesi, kullanılan madde miktarının aynı etkiyi sağlamak amacıyla giderek artırılmasını ifade eder. Madde kesildiğinde ya da azaldığında fiziksel veya ruhsal yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması, madde kullanımını denetlemek ya da bırakmak için yapılan ama boş çıkan sürekli çabalar, maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için büyük zaman harcama, madde kullanımı

nedeniyle sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin azalması ya da tamamen bırakılması, maddenin tasarlandığından daha uzun ve yüksek miktarda alınması, fiziksel ve ruhsal sorunların ortaya çıkmasına rağmen madde kullanımını sürdürülmesi. Bu altı ölçüte uyan davranış “bağımlılık” olarak tanımlanmaktadır (Ögel, 2010).

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

Young ve diğer. (2000) internet bağımlılığını; “sanal-seks bağımlılığı”, “sanal-arkadaşlık bağımlılığı”, “ağ tutkuları (saplantısal çevrim içi kumar, çevrim içi alışveriş)”, “aşırı bilgi yükleme (internette dolaşmak, veri tabanı araştırması)” ve “bilgisayar bağımlılığı (özellikle bilgisayar oyunu oynama)” şeklinde alt kategorilere ayırmışlardır. Grohol, internet bağımlılığında neye bağımlı olduğundan çok “bağımlı davranış ve bu davranışın tedavisi” üzerinde durmuştur. İnternet bağımlılığının da diğer bağımlılıklarda olduğu gibi duygusal durumu dengelemek ve stresle baş etmek için başvurulmuş bir yol olduğunu savunmuştur (Akt: Bayraktar, 2001).

İnternet bağımlısı olmayan kullanıcılar, bağımlı kullanıcılara göre interneti daha fazla bilgi araştırmak amaçlı kullanmakta; haber, alışveriş ve eğitim sitelerinde zaman harcamaktadırlar. İnternet bağımlısı olan kullanıcılar ise; film-müzik siteleri, oyun siteleri, sohbet odaları, pornografik siteler vb. sitelerde daha çok zaman harcamaktadır. Sohbet ve oyun gibi bağımlılık yapan etkenlerin erişimlerinin engellenmesi durumunda internet kullanıcılarının, interneti bilgi ve haber amaçlı

kullanmaya yöneldikleri, daha az süre kullandıkları gözlemlenmiştir (Günç ve Kayri, 2009).

İnternet bağımlısı olan birey, internette zaman geçirmek için toplum yaşamından ve sorumluluklarından uzaklaşabilmektedir. Bu durum için alan yazın, bağımlılık ve anti-sosyallik kavramları arasındaki ilişkiye dikkat çekmiştir. Fiziksel madde bağımlılığına sahip bireylerde gözlenen sosyal olmayan davranışlar kendini internet bağımlılığında da gösterebilmektedir (Çöpür ve diğer. 1995). Bunun yanında internet bağımlılığı diğer fiziksel maddelere olan bağımlılıktan bazı yönleri ile ayrılmaktadır. Madde bağımlılığında birey, maddenin kendisine bağımlı iken; internet bağımlılığında bireyin bağımlı olduğu unsurun, internetin sunduğu seçenekler ve olanaklar olduğu söylenebilir (Bayraktar, 2001).

İnternet kullanımının bağımlılık olarak ifade edilmesinde ve tanımlanmasında en büyük belirti ve etken, bireyin internet başında aşırı zaman harcamasından meydana geldiği söylenebilir. Yapılan çalışmalarda bağımlı kullanıcıların, özellikle bağımlı olmayanlara göre daha fazla internette zaman harcadığı ve internete daha sık girdiği saptanmıştır (Chen ve diğerleri, 2001).

Morahan, Martin ve Schumacher'e (2000) göre patolojik internet kullanımı; internetin yoğun kullanılması, bu kullanımın kontrol altına alınamaması ve kişinin yaşamına ciddi zarar vermesi durumudur. Davis (2001) göre problemli internet kullanımı, uyumsuz düşünce ve patolojik davranışları içeren bir psikiyatrik durumdur.

Kandell (1998) internet bağımlılığını, bir psikolojik bağımlılık olarak tanımlamış ve özellikle gençleri bu bağımlılık açısından riskli grup olarak değerlendirmiştir. İnternetin aşırı kullanımının sağlık, ilişki ve zaman yönetimiyle ilgili sorunlara neden olabileceğini vurgulamıştır.

Araştırmacılar internet bağımlılığının tanı kriterleri (ölçütleri) konusunda henüz ortak bir karara varamamışlardır. Konuyla ilgili farklı yaklaşımlar

bulunmaktadır. İnternet bağımlılığı ile ilgili farklı tanı kriterlerine aşağıda değinilmiştir.

Young kriterleri: Birçok kişi için bağımlılık kavramı klasik anlamda alkol, esrar, kokain, eroin gibi kimyasal madde kullanımını içerir fakat aslında bağımlılığı neyin oluşturduğu konusunda gerçekte net bir açıklama yapmak zordur. Özellikle son zamanlarda kumar, seks, para harcama, alışveriş yapma, yemek yeme, egzersiz, televizyon izleme, bilgisayar oyunları oynama gibi çok çeşitli davranışların da bağımlılık yaratabileceği görüşü artmaktadır. Kimyasal olmayan bağımlılıkların bağımlılık yaratıp yaratmadığını belirlemenin yolu, alkol-madde bağımlılığı için saptanmış olan klinik ölçütlerle karşılaştırmaktır. İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan gözlemler sonucu, oluşturulan tanı ölçütlerinin daha çok madde bağımlılığına benzer özellikler gösterdiği görülmüştür. Bu bağlamda patolojik düzeyde internet kullanımı genel olarak “teknolojik bağımlılıklar” başlığı altında ele alınmaktadır (Young, 1996).

İnternet bağımlılığı tanımını ilk ortaya atan ve ilk tanı ölçütlerini oluşturan Young’a göre internet, tıpkı kumar gibi bağımlılık yaratmaktadır ve internet bağımlıları çeşitli dürtü kontrol bozukluğu belirtileri göstermektedirler (Greenfield, 1999). Ancak DSM-IV’te tanımlanan bağımlılık ölçütleri sadece kimyasal maddeler için belirlendiğinden ve davranışsal bağımlılıkları içermediğinden kimyasal olmayan davranışsal bağımlılıklar DSM-IV’te “dürtü kontrol bozuklukları” olarak değerlendirildiğinden; Young, herhangi bir maddenin kötüye kullanımını içermeyen internet bağımlılığına en yakın bozukluğun DSM-IV’te dürtü kontrol bozuklukları başlığı altında yer alan “patolojik kumar oynama” olduğu kanaatine varmıştır (Greenfield,1999).

Young (1996), patolojik internet kullanımı olanlarda davranışsal bir dürtü kontrol bozukluğu bulunmasından ve bu dürtü kontrol bozukluğunun da kimyasal bir madde alımını içermemesinden hareketle bu tanıma en çok uyan patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini patolojik internet kullanımına uyarlamış ve “internet bağımlılığı” için ilk ciddi tanı ölçütlerini oluşturmuş ve yayınlamıştır.

Buna göre “internet bağımlılığı” için Young’ın tanımladığı 8 ölçütten 5 tanesinin var olması gerekmektedir.

Young (1996) tarafından ortaya konan tanı ölçütleri şunlardır:

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

Goldberg kriterleri: İnternet bağımlılığı alan yazında iki DSM-IV tanısı ile tanımlanmaya çalışılmış olup, bunlardan ilki “madde kullanımı ile ilişkili bozukluklar” diğeri ise “başka yerde sınıflandırılmamış dürtü kontrol bozuklukları” içinde yer alan “Patolojik Kumar Oynama”dır. “İnternet bağımlılığı” 1996 yılında Goldberg tarafından DSM-IV’te yer alan madde bağımlılığı ölçütlerinden yola çıkılarak tanımlanmıştır (Goldberg, 1999).

Goldberg'e göre, bir kişiye internet bağımlısı tanısı koyabilmek için on iki aylık bir dönem içinde herhangi bir zamanda ortaya çıkan belirtilerin üçü veya daha fazlasıyla kendisini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulmaya ya da sıkıntıya yol açan uygunsuz bir internet kullanımının olması gerekmektedir.

1. Aşağıdakilerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi.

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

2. Aşağıda tanımlanan şekilde yoksunluk gelişmesi ağır ve uzun süreli internet kullanımı sonunda aşağıdakilerden en az 2 tanesinin günler içinde ortaya çıkması (1 ay içinde ortaya çıkabilir) ve kişilerin bunlardan dolayı iş alanında, sosyal alanda ve önemli işlevsel alanlarda sıkıntı yaşaması.

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

3. İnternet kullanımı genellikle planlandığından daha uzun süreler alır.

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

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

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

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

Sahapire kriterleri: Sahapire ise Young ve Goldberg’ın tanı ölçütlerine benzer bir tanı kriteri listesi önermiştir. En az bir tanı kriteriyle karakterize uyumu bozucu internet kullanımı olması, internet bağımlılığı tanısı koymak için yeterlidir:

1. İnternet kullanımıyla ilgili karşı konulmaz düşünceler.
2. Planlandığından çok daha uzun süre internet kullanılması.
3. İnternet kullanımının ya da kullanımıyla ilgili zihinsel meşguliyetin sosyal, iş ve diğer işlevsellik alanlarında klinik olarak belirgin bozulmaya yol açması.
4. Aşırı internet kullanımının sadece hipomani veya mani dönemlerinde olmaması veya diğer bir Eksen I bozukluğu ile daha iyi açıklanmaması (Arısoy, 2009).

Beard ve Wolf ’un kriterleri: Beard ve Wolf (2001), Young’ın “internet bağımlılığı” tanı ölçütlerini düzenleyerek geliştirmişlerdir. Buna sebep olarak da bazı terimlerin daha anlaşılabilir olması gerekliliği gösterilmiştir. Patolojik internet kullanımını; kişinin ev, iş, okul, sosyal ya da psikolojik yaşamında zorluk yaratan “aşırı kullanım” olarak tanımlamışlardır. Beard ve Wolf (2001), Young’ın tanıladığı 8 ölçütü iki grupta toplamış, ilk 5’ini internet kullanım fonksiyonelliği olarak gruplandırmışlardır. Buna göre, kişinin her bir ifadedeki durumu mutlaka yaşamış olması gerekmektedir. Diğer 3 madde ise kişilerin internet kullanımından dolayı zarara uğraması olarak gruplandırılmış, internet bağımlılığı tanısı koyulabilmesi için ise, kişinin en az bir tanesini yaşamış olması gerektiği belirtilmiştir. Araştırmacılara göre, Young’ın tanı ölçütlerinde, kişilerin nasıl hissedeceğine göre sonuçlar değişebilmekte, bu yüzden de kişilerin bahsi geçen ölçütleri nasıl hissettiğine göre değil, daha önce yaşayıp yaşamadığına göre cevaplamasının sağlanması gerekmektedir. Bundan hareketle yeniden düzenlenen “internet bağımlılığı” tanı ölçütleri:

[Aşağıdaki ifadeler (1-5) daha önce mutlaka bireyde görülmüş olmalı]

1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (bir önceki internet aktivitesi ya da bir sonraki online oturumu beklemek).
2. İnternete bağlı kalma suresinde artışa ihtiyaç duyma.
3. İnternet kullanımını azaltmaya yönelik başarısız girişimlerde bulunma.

4. İnternet kullanımının azaltılması durumunda yoksunluk belirtileri.
5. Başlangıçta olduğundan daha uzun süre internete bağlı kalma.

(Aşağıdaki ifadelerden en az bir tanesi bireyde görülmüş olmalı)

1. İnternetin aşırı kullanılması yüzünden ilişkiler, okul ya da işle ilgili sorunlar yaşama.
2. İnternete bağlı kalabilmek için aile üyelerine, terapisteye ya da başkalarına yalan söyleme.
3. İnternete bağlı kalındığı süre içerisinde duygu değişikliği olması (umutsuzluk, suçluluk, anksiyete, depresyon gibi).

Suler kriterleri: Suler (1999) sağlıklı ve problemli internet kullanımının 8 kriterle ayırt edilebileceğini belirtmiştir.

1. Bireyin ihtiyaçlarının sayısı ve türleri interneti kullanma aktivitesini artırır. İhtiyaçlar, fizyolojik, kişiler arası ve manevi olabilir. İhtiyaç arttıkça internete girme sıklığı da artar.
2. Doyurulmamış, karşılanmamış ihtiyaçların altında yatan yoksunluğun derecesi kullanma sıklığını arttırmakta. Doyurulmamış, karşılanmamış ihtiyaçları bulunan bireyler için internet, ihtiyaçlarını karşılayabileceği çekici ve kolayca erişilebilen bir ortamdır.
3. İnternetin aktivite türü; internetteki aktivitelerin türü ve sayısı ne kadar çok ise birey o kadar fazla interneti kullanır. İnternetteki aktivitelerin çokluğu (oyun, sosyalleşme, sohbet, e-posta, görsel ve yazılı iletişim vb.) kullanıcının ihtiyaçlarına cevap verebilir.
4. İnternet kullanıcısının sağlık, hijyen, iş yerinde başarı, akranları ve ailesiyle iletişiminin bozulmuş olması patolojisinin ciddiyetini göster.
5. Öznel duygular, depresyon, hayal kırıklığı, yabancılaşma, suçluluk ve öfke patolojik internet kullanımı için uyarıcı işaretler olabilir.
6. İhtiyaçların bilinçli farkındalığı; bastırılmış, bilinçdışındaki ihtiyaçları olan bireyler internet yoluyla bir ruhsal boşalım (katarsis) sağlamaktadır. Suler

(1999)’e göre karşılanmayan ihtiyaç doyurulmadığı sürece bu etkinlik devam etmektedir.

7. Deneyim ve dahil olma süreci; interneti kullanma deneyimi artan kullanıcılar, internetin gerçek hayat ihtiyaçlarını karşılamadığını ve internetin cazibesini yavaş yavaş kaybettiğinin farkına varırlar.
8. Gerçek hayat ve sanal hayat arasındaki denge; ideal koşullarda internet kullanıcısı internet etkinlikleri ile arkadaş ve aile bağlarını dengeler. Patolojik internet kullanımı, gerçek hayattan soyutlanmış “online” bir hayat ile sonuçlanır.

2.2. İnternet Bağımlılığını Açıklayan Kuramsal Yaklaşımlar

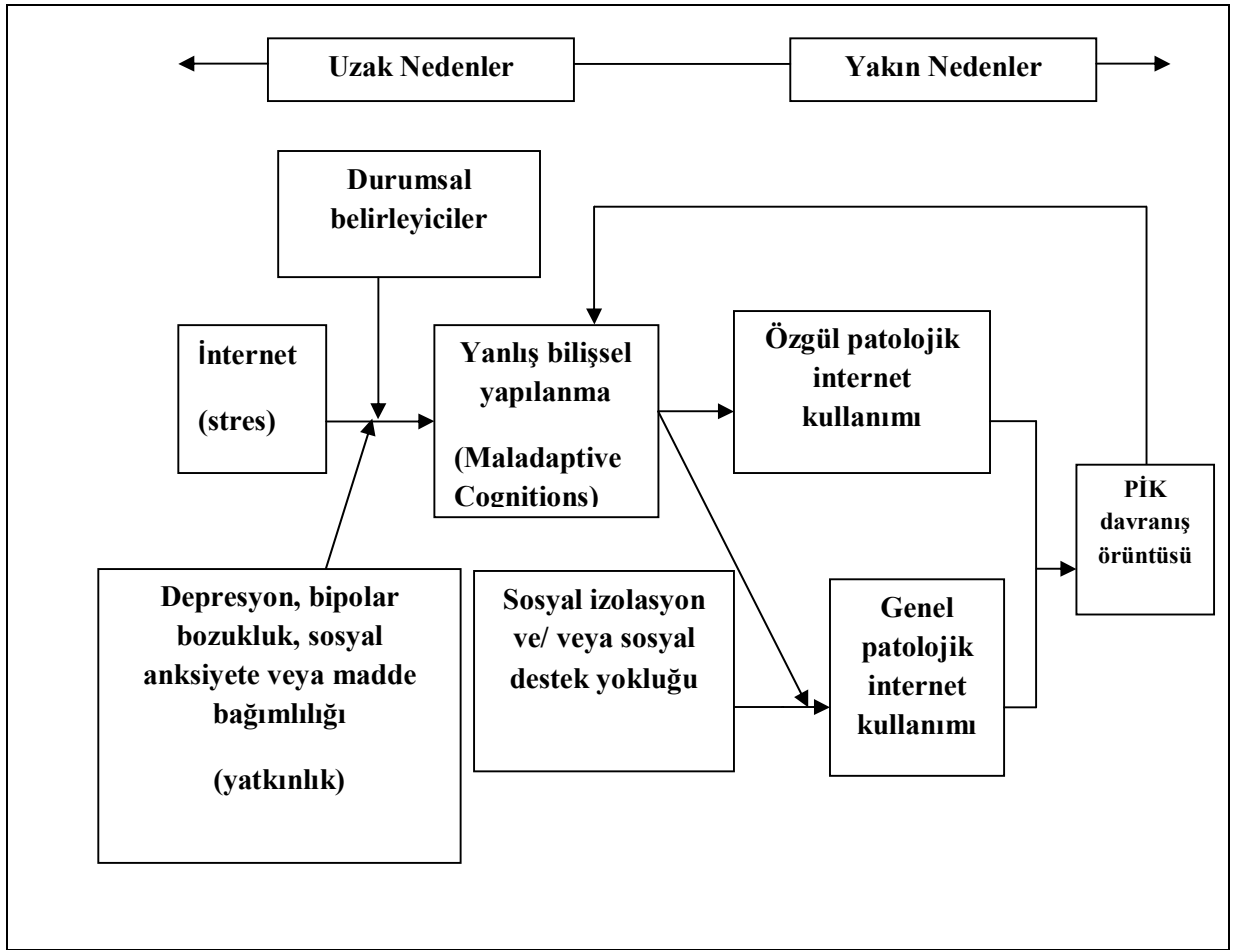
Bu bölümde internet bağımlılığını açıklayan kuramsal yaklaşımlara yer verilmiştir.

2.2.1. Davis’in Bilişsel-Davranışçı Kuramı

Davis (2001)’e göre sağlıklı internet kullanımı; bilişsel ve davranışsal rahatsızlıklar oluşmadan, bir amaç için makul zaman dilimlerinde internetin kullanılmasıdır. Sağlıklı internet kullanıcısı için gerçek ve sanal yaşam birbirinden ayrılmalıdır. Ancak sağlıklı olmayan veya internetin yanlış kullanımları sorucunda oluşabilecek bağımlılıkta ya da bağımlılığın ileri düzeylerinde gerçek ve sanal yaşam karıştırılabilmektedir.

Davis (2001), patolojik internet kullanımını tanımlarken bilişsel davranışçı yaklaşımı kullanmaktadır. Sorunlu bilişsel süreçlerin davranışlara yansısıyla, patolojik internet kullanımı meydana gelmektedir. İnternet kullanımının ana kaynağının bilişsel süreçlerin olduğunu vurgulamıştır. Problemlili internet kullanımının sadece bir davranış bağımlılığı olarak değil, yaşam üzerinde olumsuz sonuçları olan, biliş ve davranışlarla belirli bir durum olarak nitelemiştir. İnternette geçirdiği sürenin çokluğu ve internet ortamında karşılaşılan olumsuz durumlardan kaynaklı bireyin yaşamında ve günlük uyumunda olumsuz sonuçlar oluşabilmektedir.

Şekil 1’de görüldüğü gibi bağımlılığın ortaya çıkmasına neden olan uzak ve yakın sebepler vardır. Uzak sebepler bağımlılığa olan yatkınlıktır. Anormal davranışın, önceden var olan bir yatkınlıktan ve yaşam içindeki bir olaydan kaynaklandığı belirtilmektedir. Bunlar kişinin stresli çevresi, depresyon, sosyal anksiyete, madde bağımlılığı gibi altta yatan psikopatolojileridir ve problemleri internet kullanımına neden olabilmektedir. Kullanıcının, internette yeni durum ve teknolojilerle karşılaşması muhtemeldir. İnternette pornografi, oyun, sohbet, yazılı ve görsel öğeler daha kolay ulaşılabilir duruma gelebilmektedir. Birey internetin yeni bir özelliğini araştırırken bir birini ardına gelen yanıtlar bu süreci pekiştirir. Eğer aldığı yanıt olumluysa birey pekişmiş anlamına gelmektedir. Birey ilk seferdeki olumlu duyguyu almak için aktiviteyi tekrar tekrar yapmaya koşullanır. Davis (2001)’e göre, edimsel koşullanma ilkelerinde birey benzer bir fizyolojik tepkiye ulaşmak için yeni teknolojiler bulana kadar devam eder. Bu şekilde birey, problemleri internet kullanımı kısır döngüsünü devam ettirir.



Şekil 1. Davis' (2001) PİK Gelişimi İçin Gerekli Bilişsel- Davranışçı Süreç Modeli

Davis (2001)'e göre yakın sebepler, çarpıtılmış bilişlerin varlığıdır. İnternet bağımlısı olan birey genellikle çarpıtılmış bilişlere sahiptir. Çarpıtılmış bilişler kişinin kendisiyle ve dış dünyayla ilgili görüşleri olabilmektedir. Kendisiyle ilgili bilişsel çarpıtmalar; kendisinden şüphe etmek, düşük öz-yeterlik ve kendisine dair olumsuz değerlendirmesidir. Birey interneti daha olumlu tepkiler almak için kullanır. Dış dünyayla ilgili bilişsel çarpıtmalar, belirli olayları genellemeyi içerir. Birey “İnternet bana saygı duyulan tek yer.”, “İnternet benim tek arkadaşım.”, “İnternet dışında insanlar bana kötü davranıyor.” diye düşünebilir. Bu düşünce biçimlerinin, bireyin İnternet bağımlılığını artıran bilişsel bozukluklar olduğu savunulmaktadır. Bu bilişsel bozukluklar, kişi internetle ilgili bir uyararla karşılaşır karşılaşmaz istem dışı

bir biçimde ortaya çıkmaktadır. Bilişsel bozukluklar hem özel hem de genel patolojik internet kullanımı için geçerlidir

Davis (2001)'e göre özel tip internet kullanımı, internetin belirli özelliğinin aşırı ve kötüye kullanımıdır. Bunlar pornografi, oyun, sohbet, çevrim içi hisse senedi olabilir. Özel tip internet kullanımının daha önce var olan bir psikopatolojik durumun çevrim içi bir eylem ile bir araya gelmesinin bir sonucudur. Bu yüzden, kompulsif bir biçimde kumar oynayan bir kişi, internette kumar oynandığını farkettiğinde, özel tip internet kullanıcısı sürecine girebilmektedir. Benzer bir senaryo, kompulsif bir biçimde pornografiyi kullanan kişiler için de geçerlidir.

Genel tip sorunlu internet kullanımına yol açan temel unsur ise bireyin sosyal bağlarıyla ilişkilidir. Aile ya da arkadaşlar, alınan sosyal desteğin yokluğu veya sosyal izolasyon genel tip internet kullanımına yol açmaktadır. Genel tip sorunlu internet kullanımı internette hiçbir amaç olmadan veya sohbet odalarında aşırı zaman geçirmeyi içerir. Bu bireyler e- postalarını sürekli kontrol ederler ve tüm günlerini ilan panolarına cevap vererek geçirirler. Genel tip sürecindeki bireylerin, özel tip sürecindekilere oranla daha problemli oldukları düşünülmektedir çünkü bu kişilerin patolojileri internet dışındaki ortamlarda bulunmamaktadır. Bu kişiler için internet, düşünülebilecek en uç noktada bir iletişim aracıdır ve bireyin dünyaya açıldığı tek kapıdır (Davis, 2001).

2.2.2. Suler'in İnternet Bağımlılığı Kuramı

Suler (1996)'e göre insanların ihtiyacı, bir sistem etrafında düzenlenmiştir. Bireyin psikolojik sağlığının yerine getirilebilmesi için bu ihtiyaçlarının giderilmesi gerekmektedir. İhtiyaçların doyurulmamış, bastırılmış olduğunda bireyi ihmale yönlendirdiğini ve yüzeysel, dolaylı olan; tatmin edici olmayan bir kısır döngü içerisinde patolojik fiksasyona ve bağımlılığa neden olabileceğini belirtmektedir. İhtiyaçların bilinçli olarak gerçekleştirilmesi kişinin patolojisinin ve bağımlılığının giderildiğinin göstergesi olmaktadır. Suler (1996) internetteki etkileşimlerin

Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde yer alan ihtiyaçlara karşılık geldiği sonucuna varmıştır. İnternetteki etkileşimlerin nasıl olduğu, insanların sağlıklı veya patolojik internete nasıl dahil olduğunu açıklamıştır.

Fizyolojik İhtiyaçlar: Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinin ilk seviyesinde fizyolojik ihtiyaçlar yer almaktadır. Bunlar cinsellik, yeme, içme, uyku gibi ihtiyaçlardır. Suler (1996) bireylerin cinsel dürtülerini tatmin etmek için interneti yoğun bir şekilde kullandıklarını belirtir. Kullanıcı internet üzerinde pornografik grafikler, hikyeler toplamaya ve araştırmaya başlayıp cinsel ihtiyaçlarını giderebilmek için interneti patolojik düzeyde kullanacağını belirtir. Birey cinsel ihtiyaçlarını giderebilmek için çok kolayca erişilebilen anonim, gerçek hayatla etkileşimde bulunmayan bir yol olarak interneti kullanabilmektedir. Yüz yüze ilişkilerinde romantizm, cinsellik ve arkadaşlıktan mahrum insanlar bu ihtiyaçlarını internet üzerinden karşılamaya başlamaktadır.

Kişilerarası Temas İhtiyacı: Suler (1996)'e göre insanlar diğer insanlarla etkileşim içindedir ve bu bağlamda internet güçlü bir toplumsal etkileşim alanıdır. İnternet ortamında da bu etkileşimlerin her türlüsü bulunmaktadır. Suler (1996) internet kullanımıyla ilgili en büyük etkinin sosyal firsatlardan kaynaklandığını belirtmiştir. İnternet ortamında kişi bir monitör karşısında kendisini yüz yüze ilişkiye göre daha rahat hissederek iletişime geçebilmekte, iletişim ihtiyacını internet üzerinden sürdürebilmektedir. Siber ilişkiyle aşırı meşgul olan bireyin ruhsal dinamikleriyle ilgili bir kaygısının olduğu, internetteki iletişim ile bu duygularını iletişime geçtiği tarafa aktarma imkanını buladuğunu belirtmiştir. İnternet iletişimi sayesinde kişi yaygın beklenti isteklerini ve bilinçdışı ihtiyaçlarını karşılayabilmek için internetteki kişiler arası iletişimi sıkça kullanabilmekte bu da kullanıcı için tekrar eden bir girişim olabilmektedir. Kişinin kendi bilinçdışı dinamiklerini, internet ortamındaki iletişimle karşılamaya başlamasıyla kişi "bağımlı" hale gelir.

ğrenme ve Saygınlık İhtiyacı: Suler (1996), ğrenmenin, başarının ve ustalığın kişinin benlik saygısı için temel bir ihtiyaç olduğunu belirtir. Sürekli değişen ve gelişen bilgiler karşısında bilgisayar, kullanıcıları için hızlı ve çok fazla

bilgi verebilmektedir. İnternet ortamında birey çoklu ortamlarda rol yaparak bir statü kazanabilmektedir ve oyunu devam ettirerek çoklu ortam içinde yüksek, istediği bir değere ulaşabilme imkanı bulabilir. Birey, internet üzerinde parmaklarının ucunda tüm dünyanın olduğunu, sınırsız bir bilgi evreninin bulunduğunu kabul eder. Bu bilgi evrenine ulaşabilmek için bireyin sürekli internete girmek zorunda kalması, bağımlılığa neden olmaktadır.

Ait Olma İhtiyacı: Suler (1996)'e göre herkesin kişiler arası iletişim, sosyal tanınma ve ait olma ihtiyacı vardır. Benlik duygusunun ortaya çıkması başkalarının onay ve olumlamalarına dayanabilmektedir. İnternet ortamında katılmak istenen gurubun sayısı ve çeşidi oldukça fazladır. İnternet ortamı, belirli bir guruba ait olma ihtiyacının karşılanabileceği bir yerdir. Kullanıcı, internet ortamında çok çabuk bir guruba katılıp, onun bir üyesi haline gelebilir. Bu yolla grup içinde bir statü, ait olma ihtiyaçlarını giderebilmektedir. Birey, sosyal onay ve guruptan dışlanma gibi korkulardan dolayı da internetten vazgeçmemektedir.

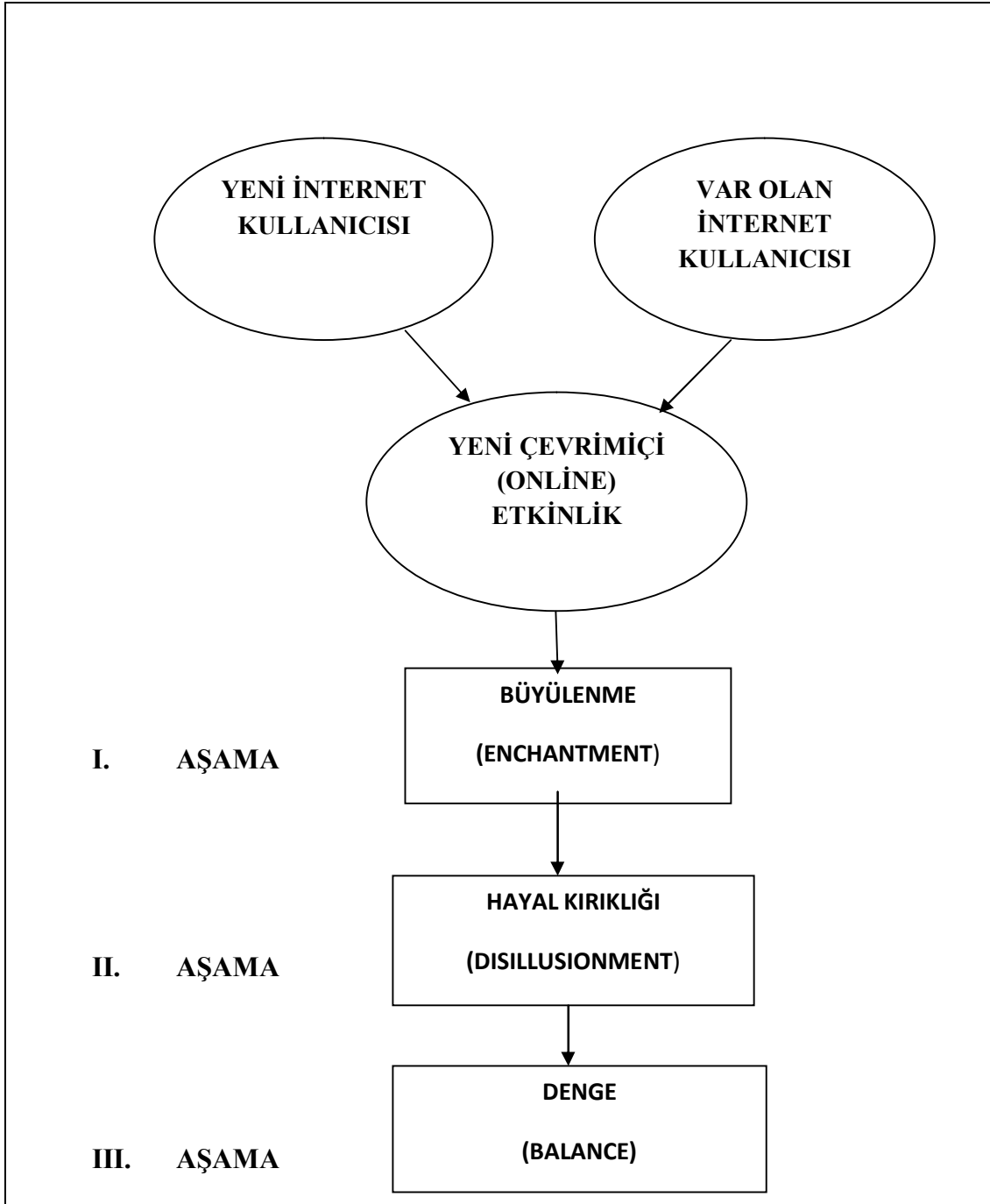
Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı: Maslow'un hiyerarşisinin en üstünde kendini gerçekleştirme ihtiyacı vardır. Suler (1996)' e göre kişi, ayrı bir birey olarak kendisini geliştirme yolunda çabalar. Birçok kişi, internetin teknik ve sosyal boyutlarına girerek kendisinin ilgi, tutum, içsel potansiyelinin ve daha önce gizli olsa bile çeşitli yönlerini fark edebilmektedir. Kullanıcılar birçok yol deneyerek başka insanlarla iletişime geçme yönlerini geliştirirler.

2.2.3. Grohol'ün Patolojik İnternet Kullanımı Modeli

Grohol (2012)'e göre, insanları internete bu kadar bağımlı hale getiren şey sosyalleşmedir. Kişi zamanının büyük bir kısmını internette sosyal etkileşim ile geçirir. Sosyalleşmek için interneti kullanır. Bu ihtiyaç, gerçek yaşamda elde edilemeyen ya da kazanılamayan sosyalleşmenin, sanal ortamda giderilmek istenmesidir ki sanal ortamda yaşanan sosyalleşme sürecinin ne derece sağlıklı olduğu ya da sanal ortamda sosyalleşmenin olup olamayacağı düşündürücüdür.

Toplumun en küçük sosyal örgütü olan aile, bireyi sosyalleştiremezse birey bu ihtiyacını başka ortamlarda arayacaktır. Bu anlamda, ailenin temel fonksiyonlarından biri de çocuğunu sosyalleştirmesidir (Celkan, 2005). Grohol (2012)'e göre bir e-posta yoluyla, bir tartışma formu, sohbet veya çevrimiçi bir oyun aracılığıyla olsun; insanlar kendi gibi başka kişilerle bilgi, destek, sohbet için internette zaman geçirebilmektedirler. Grohol patolojik internet kullanımının sosyal temelli bir davranış olduğunu belirtmiştir. İnternet bağımlılığının hem yeni hem de var olan internet kullanıcılarında üç aşamalı basit bir geçişi takip ettiğini belirtmiştir (Şekil 2).

Büyülenme olarak adlandırılan birinci aşama da yeni, heyecan verici, daha önce alışık olmadığı, kişiye zevk verici bir çevre bireyi internette tutmaktadır. Kullanıcı internetteki yeni bir teknoloji ya da uygulamayla adeta büyülenmiştir. Yeni etkinliğe ilişkin bu büyülenme ikinci aşamaya geçilene kadar internetin aşırı kullanımı sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bu aşamadan diğer aşamaya geçmek bazı kullanıcılarda daha uzun zaman alabilir. İkinci aşama, *hayal kırıklığı aşamasıdır*. Bu aşama insanların etkinlikleri tanıdık, bildik bulmasıyla başlar, birey büyülenme evresinde keyif aldığı internet etkinliklerinden artık keyif almamaya başlar ve buna bağlı olarak internet kullanımı azalır. Kullanıcılarda teknolojinin aşırı kullanımına bağlı olarak hayal kırıklığı, hatta sıkılma baş göstermeye başlamaktadır, bunun sonucunda internet kullanımından kaçınma söz konusu olur. Bu kaçınma davranışı, kullanıcı üçüncü aşamaya geçene kadar devam eder. Üçüncü aşama, *denge aşamasıdır*. İnsanların aşırı internet kullanımının üstesinden gelerek, internet ve gerçek hayat arasında dengeyi kurdukları aşamadır. Birey teknoloji kullanımını normal düzeye çekmeyi başarmıştır (Grohol, 2012).



Şekil 2. Grohol'ün İnternet Bağımlılığı Modeli

2.2.4. Hall ve Parsons’ın İnternet Bağımlılığı Davranışı

Patolojik internet bağımlılığını en son açıklayan Hall ve Parsons (2001) olmuştur. Daha önce internet bağımlılığı konusunda yapılan araştırmalardan Goldberg (1996), Griffiths (1998), Kandell (1998) ve Young (1996)’ dan farklı bir kuramsal bakışla internet bağımlılığını açıklamışlardır.

Hall ve Parsons (2001), internet ile ilgili bozukluklar için “İnternet Bağımlılığı Davranışı” terimini kullanmışlardır. Yanlış internet kullanımının, sağlıklı bir bireyin bilişsel, davranışsal ve duygusal işleyişini bozabildiğini fakat bu durumun patolojik bir davranış olmadığını belirtmişlerdir. Aşırı internet kullanımını yaşayan iyi huylu bir sorun olduğunu belirtmişler, kişiye daha az zarar verici bir sorun olarak görmüşlerdir. Hayatın diğer alanlarındaki eksiklik ve tatminsizliğin, internet üzerinde tatmin edilmeye başlanması sonucu internet kullanım davranışının geliştiğini, internet üzerinden gerçek hayattaki ihtiyaçların hiçbir zaman tam karşılanmadığından davranışın sürekliliğinin söz konusu olduğunu belirtmişlerdir. Hall ve Parsons (2001), internet bağımlılığını sadece temel bilişsel-davranışsal müdahalelerle değiştirilebilir bir uyumsuz bilişsel başa çıkma tarzı olarak değerlendirmişlerdir. Onlara göre birçok insan internet kullanım davranışını düzeltebilir.

Hall ve Parsons (2001), internet bağımlılık davranışını belirlemek amacıyla Rasmussen (2000) tarafından kullanılan “bağımlılık” kriterlerine bakmışlardır. Bu kriterler: Bireyin iş, okul ve evde önemli yükümlülüklerini yerine getirmemesi, internetten keyif almadan uzun süre kullanması, huzursuzluk, sinirlilik, anksiyete, kullanmadığı zaman ve aşırı kullanımı ile ilişkili; fiziksel, psikolojik ve sosyal sonuçları hakkında bilgi sahibi olmasına rağmen kullanmaya devam etmesi, internet kullanımını azaltmak veya kullanımı durdurmak için girişimlerin başarısız olması sonucu uzun süre kullanıma devam edilmesi.

Hall ve Parsons (2001) yaptıkları bu tanımlama ile daha önce yapılan eksik, zayıf araştırmalara pozitif katkıda bulunmuşlardır. Yaptıkları çalışma ile Patolojik

İnternet Kullanımı tanımını güçlendirmişlerdir. Fakat internet bağımlılığını somut olarak açıklayan kriterleri sunmamışlardır (DiNicola, 2004).

2.3. İlköğretim Öğrencilerinin Gelişim Özellikleri

İlköğretim dönemi; orta çocukluk dönemi (6-12 yaş), önergenlik ve ergenlik dönemi (12-18 yaş) olarak incelenebilir (Arı, 2003).

2.3.1. Orta Çocukluk Döneminde Gelişim

Orta çocukluk dönemi 6 yaşın sonu ile 12 yaş arasını kapsar. Bu yaşlar arasındaki dönem gelişim alanları açısından çeşitlilik gösterir. Bu dönemde çocuğun fiziki gelişimi bebeklik, ilk çocukluk ve ergenlik dönemine göre çok yavaştır; ancak süreklilik gösteren bir özelliğe sahiptir. Zihin gelişimi ve dil gelişimi açısından oldukça hızlı bir ilerleme görülür. Çocuklar bu dönemde cinsel kimlikleriyle özdeşim kurmaya, daha doğru bir ifade ile sosyal kuralları tanımaya ve sosyal uyum sağlamaya çalışırlar. Başarma güdüsü ön plana çıkar. Okul çağı çocukluk dönemi bedensel gelişim incelendiğinde, boy uzama hızının ve ağırlık artış hızının önceki yaşlara göre giderek düştüğü görülmektedir. Boy artış hızı ile kilo alma hızını karşılaştırdığımızda; boy artış hızının daha çok düştüğü, dengenin kilo alma lehine bozulduğu anlaşılr. Yedi yaşındaki erkek çocukları ortalama olarak 127 cm. boyundadır. On yaşlarına gelindiğinde ise boyları 138 cm'yi bulur. Bu çağıdaki kızlar erkeklerden ortalama 4-5 cm. daha kısadır (Ersanlı, 2005).

Kızların doğum kiloları erkeklerden az olmasına karşın 8 yaşına geldiklerinde erkeklerle aynı kiloya ulaşırlar. 9 yaşında ise erkeklerden daha ağır olurlar. İlköğretimin ilk yıllarında, çocukların büyümesinde gittikçe artan bir yavaşlama olmasına karşın; on yaşlarına doğru kız çocuklarının vücut kimyasındaki değişmelerin erkeklerden önce başlamasından dolayı, büyüme hızlarında meydana gelen değişikliklerden ötürü 11-12 yaşlarında erkekleri boy ve ağırlıkta geçerler. Bu dönem içerisinde yüz yapısında da belirgin değişiklikler yaşanmaktadır. Örneğin; alnı yassılaşıırken burnu da büyümektedir. Kalıcı dişler bebeklik (süt) dişleri ile yer

değiştirir, çenesi büyür ve yüz profili belirginleşmeye başlar. Sinir sistemi gelişimini bu yıllarda tamamlarken iskelet sistemi gelişmeye devam etmektedir. İskelet sisteminin gelişimi açısından mineraller (özellikle de kalsiyum ve fosfor) kemiklerin sertliğinin ve dayanıklılığının artmasına yardımcı olur (Siyez, 2007).

Okul çağı çocuğu hem kaba hem de ince motor becerilerini sergileyebileceği etkinliklere katılmak için oldukça isteklidir. Bu nedenle de çocuğun fiziksel aktiviteler içerisinde yer alması beden sağlığı, kendini yeterli hissetme, bilişsel ve sosyal becerilerin gelişimi gibi çocuğun gelişimini de pek çok açıdan olumlu yönde etkilemektedir. Fiziksel eğitim içerisinde yarışmalar veya takım sporlarının yanı sıra öğrencilerin hemen hepsinin katılabileceği ve performanslarını sergileyebileceği yürüme, koşma, zıplama ve tırmanma gibi aktivitelere de yer verilebilir. İlköğretimin ilk üç yılında yürüme, koşma, zıplama gibi kaba motor kontrolünü gerektiren becerilerin gelişiminde sorun yok iken, özellikle erkek çocuklarının ince motor kaslarının koordinasyonunda sorunlar vardır. İnce motor becerilerin koordinasyonu, kaba motor koordinasyonunun gerisinde kalmaktadır. Bu nedenle uzun süreli kalem tutma, yazı yazma çalışmaları okula karşı olumsuz tutum geliştirebilir. İlköğretimin ikinci yarısına gelindiğinde ise ince motor kasların gelişimi büyük ölçüde başarılıdır. Okul çağı döneminde kazanılması gereken davranışlar şu şekilde sıralanabilir:

- Gündelik oyunlar için gerekli fiziksel aktiviteleri öğrenme,
- Büyüyen bir organizma olarak kendine karşı yararlı bir tutum oluşturma,
- Akranlarıyla geçinmeyi öğrenme,
- Cinsiyetine uygun rolü seçme,
- Okuma, yazma, hesap ile ilgili temel becerileri geliştirme,
- Gündelik yaşam için gerekli kavramları geliştirme,
- Vicdan, ahlak ve değerler sistemi geliştirme,
- Kişisel bağımsızlığına ulaşma,
- Sosyal grup ve kurumlara karşı tutum geliştirme (Bacanlı, 1999).

2.3.2. Ergenlik Döneminde Gelişim

Çocukluk döneminde yavaşlayan bedensel büyüme ve gelişme, ergenlik döneminde yeniden hızlanarak, bu dönem sonunda yetişkinlikteki yapısına ulaşır.

Genç için hızlı bir gelişim sürecine girilen ergenlik dönemi, oldukça çalkantılı bir dönemdir. Gençler ne “yetişkin” ne de “çocuk” olarak kabul edildikleri bu döneme uyum sağlamakta zorluk çekerler. Ergenlik, kızlar için ortalama 11-13 yaşları arasında başlarken erkeklerde 13-15 yaş arasında başlamaktadır. Ergenlik dönemi, ana rahmi ve bebekliğin ilk 1-2 yılından sonra büyümenin en hızlı olduğu dönemdir. Ergenlik bedensel, cinsel, bilişsel, kişilik ve psikososyal olarak bir dizi değişme ve gelişmeyi içerir (Arı, 2003; Aydın, 2003).

Cinsiyet hormonlarının üretiminin artması, erkeklerde sperm, kızlarda yumurta hücrelerinin etkin hale gelmesi, vücutta birtakım değişiklikler olmasına neden olur. Erkek ve dişi cinsiyet hormonlarının salgılanmaya başlaması ve bu hormonların vücuttaki öteki hormonlarla birleşmesi, kemik ve kaslardaki büyümeyi hızlandırır. Kızlar erkeklerden daha erken buluşa girdikleri için dönemin başında boy ve ağırlık açısından erkeklerden ileridirler. Ancak erkeklerin fiziksel gelişiminde, 15 yaş civarında önemli artışlar olur ve kızları geçerler. Ergenlik dönemine girilmesi ile birlikte birincil ve ikincil cinsiyet özellikleri kazanılmaya başlanır. Birincil cinsiyet özellikleri erkeklerde penis ve testisler; kızlarda ise vajina, klitoris, rahim ve yumurtalıklardır. İkincil cinsiyet özellikleri erkeklerde vücutta ve yüzde kıllanma, seste kalınlaşma; kızlarda ise göğüslerin büyümesidir. Ergenlik döneminde önemli gelişmelerden biri de düşünme biçiminde meydana gelen değişimdir. Kişinin düşünme biçimindeki değişim; kişiler arası ilişkilerini, değerlerini, sorunlara bakış açısını, dünyaya bakışını, problem çözerken izlediği işlemler bütünü etkiler çünkü ergen soyut düşünebilme yeteneği kazanır (Arı, 2003; Aydın, 2003).

Ergenlik döneminde ben merkezli düşünce biçimi diğer gelişim dönemlerine göre farklı biçimde gelişmektedir. Ergenlik dönemindeki kişiler çevresinde tanıdık tanımadık herkesin kendi davranışlarıyla, görünüşleriyle ve düşünceleriyle ilgilendiklerini düşünürler. Bu sebeple ergenlik dönemindeki kişiler kıyafetlerine, fiziksel görünüşlerine aşırı derecede önem vermektedirler. Saçlar ve yüzde oluşan sivilceler önem kazanır. Bu sebeple bazı gençler ayna karşısında saatler harcamaktan yorulmaz. Kendi içlerinde devamlı çatışma halindedirler. Küçük bir sivilce,

beğenilmeyen bir burun ya da dudak büyük bir mesele haline gelebilir. Diğer arkadaşlarıyla karşılaştıkları zaman kendisinin diğerleri hakkındaki düşüncelerinden çok, diğer arkadaşlarının kendisi hakkında ne düşündükleri daha fazla önem kazanmaktadır. Ergenler 17-18 yaşlarına doğru duygularının diğer insanlardan çok da farklı olmadığını, insanların kendisini seyretmek için çaba harcamadıklarını anlamaya başlarlar. Bu sayede rahatlar ve kendilerine uygun gerçekçi bir benlik kavramı geliştirirler (Arı, 2003; Aydın, 2003).

- Ergenlik döneminde kazanılması gereken davranışlar şu şekilde sıralanabilir:
- Her iki cins yaşlılarıyla yeni ve daha olgun ilişkilere erişme,
- Erkeksi veya kadınsı sosyal role erişme,
- Bedenini kabul etme ve etkili bir şekilde kullanma,
- Anne, baba ve diğer yetişkinlerden duygusal bağımsızlığa ulaşma,
- Evlilik ve aile hayatına hazırlanma,
- Bir meslek için hazırlanma,
- Bir değerler sistemi ve ahlak sistemi edinme,
- Toplumsal açıdan sorumlu davranışı isteme ve kazanma (Bacanlı, 1999).

Piaget, doğumdan ergenliğe kadar çocukların kullandıkları düşünme biçimlerini incelemiş ve belirli yaşlarda zekânın belirli özellikler gösterdiğini ortaya koymuştur. Piaget, zihinsel gelişimi dört döneme ayırarak, bireyin duyu-hareket, işlem öncesi ve somut işlemler aşamalarını tamamladıktan sonra soyut işlemler dönemine geçebileceğini ve bu dönemin genellikle on bir yaştan sonra başladığını belirtmiştir (Kulaksızoğlu, 2000).

Yörükoğlu (1996), ortaokul yıllarına denk düşen ilk gençlik ya da yeniyetmelik yaşlarında, cinsel uyanışla birlikte yeni ruhsal özellikler ve davranışlar görülmesi, dengeli ve uyumlu ilköğretim çocuğunun yerine oldukça tedirgin, güç beğenen ve çabuk tepki gösteren bir genç gelmesi ile bu dönemin önemini vurgulamaktadır.

Alkaş (2008) ise ergenlik dönemini "Bireyin çocukluktan yetişkinliğe dönüşürken serpilmesini, bireyselleşmesini, toplumsallaşmasını sağlayan ruhsal,

fiziksel ve sosyal olgunlaşma dönemi olarak" ifade etmekte ve ergenlik döneminin daha fazla ilgi, saygı, olanak ve özene ihtiyaç duyulan, incinmesi kolay bir zaman olduğunu belirtmektedir.

2.4. İnternet Bağımlılığı ve İlköğretim Öğrencileri

İnternet bağımlılığında çocuk ve ergenlerin internete yönelme ya da internet ile tanışma nedeni bağımlılığın oluşma sürecinde önem taşımaktadır. Birey, gençlik döneminde yaşayabileceği sorunlardan kaçmak veya üstesinden gelebilmek için akran gurubuna veya internete yönelmektedir. İnterneti kullanmak, çocuk ve ergenler arasında popüler bir etkinlik olarak görülmektedir. Bu da aşırı internet kullanımına neden olabilmektedir (Lin ve Tsai, 2002)

Bilgisayar oyunları, çocukların bilgisayar okuryazarlığı edinmesinde oldukça etkilidir. Okuryazarlığın yanında oyunların, el-göz koordinasyonu sağlama, uzamsal yetenekleri geliştirme, şekillerin nedenlerini açıklayabilme, kimya ve fizik ile ilgili nesneleri göz önünde canlandırabilme, uzaydaki şekillerin bütünleşmesini sağlama gibi faydaları bulunmaktadır. Bilgisayar oyunlarının olumlu yönleri olmasına rağmen psikolojik ve biyolojik açıdan bazı olumsuz etkileri de bulunmaktadır (Cesarone, 1994)

Çocukların İnternet ile ilişkisi dış dünya ile aralarına çizdikleri elektronik bir sınır ve sanal bir ilgi olarak yorumlanmaktadır. Çocuklar çevrelerinde meydana gelen değişimleri yetişkinlere göre daha kısa sürede sorgulamadan kabullenen bir yapıya sahiptirler. Özellikle bilgi iletişim teknolojileri ile ilgili yenilikleri ve değişimleri oldukça hızlı bir şekilde benimseyerek kullanıcı durumuna gelebilmektedirler. Yapılan araştırmalar temelinde bilgisayar ve internet kullanan çocukların matematik ve okuma ile ilgili becerilerinin önemli ölçüde geliştiği tespit edilmiştir. İnternet kullanan ve bilgisayar oyunları oynayan çocukların daha hızlı düşünme, dikkat yoğunluğu, hayal gücü ve görsel zeka becerilerinin de oldukça geliştiği ifade edilmektedir (Wang vd., 2005).

Bununla birlikte çocukların internetten etkilenme düzeyleri yaşları ile arasındaki ilişki incelendiğinde, 5-8 yaş arasındaki çocukların en çok zarar gören grup olduğu görülmektedir. Bu nedenle bu çocuklar için uygun oyunların seçilmesi ve önemli sınırlamaların getirilmesi gereklidir. 9-10 yaşındaki çocuklar geçiş aşamasındadırlar. Buna bağlı olarak bu yaştaki çocukların dolaylı olarak da etkilenebilecekleri düşüncesi ile eğitim içerikli sitelere yönlendirilmeleri uygun olmaktadır. 11-14 yaş grubundaki çocuklar ise gelişmiş özellikler gösterir. Bu çocukların sosyal anlayış düzeyi geliştiğinden, zararlı olduğu düşünülen ve yaşamlarını olumsuz etkileyecek sitelere girmeleri programlarla yasaklanmalıdır (Yan, 2005).

İnternet, çocuklar açısından özel sohbet odalarının aşırı kullanımı, özellikle seks ve porno içerikli görüntülere ulaşmaları nedeniyle tehlikeler içermektedir. Çocuklar bu sitelere bilinçsiz ve isteksiz olarak girseler bile, burada yer alan görüntülerden etkilenebilmektedirler. Bununla birlikte oyun oynama adı altında çocuklar, kumar ve fantezi oyunlarına da çekilebilmekte ve böylece çevrimiçi olarak kendilerini bir borçlanma olgusu ya da fantezi oyununda bir rol sahibi olarak bulabilmektedir. Aynı zamanda İnternette tanımadıkları kişilerle sohbet etmeleri sırasında bu kişiler tarafından çeşitli nedenlerle tehdit edilebilmektedirler (Mitchell ve Wells, 2007).

Çocukların internet kullanımı ile ilgili yapılan araştırmalarda 9 yaşındaki çocukların interneti genellikle okul sonrası bir aktivite olarak gördükleri ve çevrimiçi olarak arkadaşları ile bağlantı kurmaya devam etmenin, oyunlar oynamanın bir aracı olarak değerlendirdikleri tespit edilmiştir (Yan, 2005). Livingstone ve Bober (2004), çocukların dijital bir çağda ev ödevlerini yapmada interneti kullanmaları yolu ile güven ve uzmanlık kazandıklarını ifade etmektedirler. Gerçekleştirilen araştırmada 9-19 yaş arasındaki çocukların %84'ünün günlük ya da haftalık olarak interneti evde, okulda ya da başka bir mekanda mutlaka kullandıkları, internete %90 oranında ev ödevlerini ve araştırmalarını yapmak amacı ile yöneldiklerini ortaya koymuştur (Cranmer, 2006).

Ebeveynlerinin internet kullanımını gözlemleyen, hatta interneti ebeveyni ile birlikte kullanan çocuklar, internet ortamına ilişkin çeşitli alışkanlıklar geliştirmektedirler. Çocuklar ile yetişkinlerin interneti kullanma oranları karşılaştırıldığında çocukların % 75'inin, yetişkinlerin ise %38'inin internet kullanıcısı olduğu görülmektedir. Buna göre çocuklar internet kullanımında yetişkinleri geçmekte, hatta çoğu zaman internet ile ilgili konularda uzman konumunda kabul edilmektedirler (Cockburn, 2005).

Ergenler sosyal gelişim açısından en yoğun dönemi yaşamakta, kimlik ve kimlik ile ilgili konularla yoğun bir şekilde uğraşmakta ve çeşitli kimlik denemeleri yapmaktadırlar. Erikson'un psikososyal gelişim kuramına göre 12-18 yaş arasındaki dönem, bireyin kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası yaşadığı kritik bir dönemdir. Bu nedenle, özellikle bu dönemde yaşıt kabulü ve sosyal onay ön plana çıkmaktadır. Ergenler, internet yoluyla kurdukları iletişimlerde kolaylıkla onay ve kabul elde edebilmektedir (Tsai ve Lin 2003). Bu durum, günümüzde ergenler arasında internet yoluyla arkadaşlık kurmayı daha popüler hale getirmiştir. Böylece, ergenler arasında sohbet odalarında konuşmak, mesajlar yolu ile paylaşımda bulunmak ve vakit geçirmek gittikçe artmaktadır. Bunun sonucunda, bazı ergenler gittikçe internet bağımlılığının ya da patolojik/sağlıksız internet kullanımının belirtilerini gösterir duruma gelmektedir. Bu durumdan günlük yaşamları da etkilenir hale gelebilmektedir (Lin ve Tsai 2002).

Ergenlerde internet kullanımının iyilik hallerini etkilemesinde önemli bir risk etmeni ise ergenlerin, internet ortamında kimliklerini gizleme ve istedikleri bir kimlikte görünme olanağına sahip olabilmeleridir. Ergenler arasında bu durum ideal ya da arzu edilen kimliği ortaya koyma çabalarının yanı sıra çoğunlukla arkadaşlarına şaka yapma amacıyla ortaya çıkabilmektedir. Ergenler, interneti gelişen iletişim repertuarlarında bir araç olarak kullanmak suretiye, kendilerince kimlik oyunlarını gerçekleştirmektedirler (Gross 2004).

Kimlik kazanma sürecinde zorlanan ergenler, interneti gerçek yaşam sorumluluklarından ve gerçek kimliklerinden kaçmaya yardımcı olarak görmeye

başlayabilmektedirler (Yang ve Tung 2007). Araştırmalar, internet dünyasının ergenlerin depresyonunu hafifleten bir rahatlama yeri olarak görülmeye başlandığını göstermektedir (Tsai ve Lin 2003).

Ergenler için yaşlıları ile yakın ve anlamlı ilişkiler kurmak çok önemlidir. Yakın yaşıt ilişkileri, ergenlerin benlik saygıları ve iyilik halleri ile pozitif olarak ilişkili iken; yaşlıları ile ilişki problemleri yaşamak ise depresyonun ve olumsuz benlik algısının en temel yordayıcıları olduğu araştırmalar sonucunda ortaya konulmuştur (Gross ve ark. 2002).

Ergenlerin yaşlıları ile olan etkileşimlerinde internet kullanımının etkileri, internette geçirilen süre, kullanılan aktivite ve etkileşime girilen kişilere (yabancı/tandık) göre farklılık gösterebilmektedir. Ergenlerin yaşlıları ile kurduğu yüz yüze ilişkiler, sosyal yeterlik kazanmalarında oldukça önemli bir role sahiptir. Bununla birlikte, ergenler arasında "elektronik arkadaşlıklar" geliştiren ergenlerin sayısı ise artmaktadır. Bu durum çocukların kişilerarası iletişim becerilerini geliştirmelerini engellediğinden, endişe vericidir. Kendi yatak odalarında yalnız başlarına internet kullanımı, ergenlerin diğer sosyal aktiviteler için zamanlarının çalınmasına, arkadaşlık ilişkileri kurma ve geliştirmelerinin engellenmesine yol açmaktadır. Diğer yandan ergenler internet yoluyla başkaları ile iletişim kurmakta ve geniş bir sosyal çevreye de sahip olabilmektedirler (Subrahmanyam ve Lin 2007).

Ergenlerde problemlili/patolojik internet kullanımı ya da internet bağımlılığının oluşmasında, internet kullanım davranış örüntüleri önemli bir rol oynamaktadır (Davis 2001). Bu nedenle, ergenlerin interneti hangi amaçlarla, hangi aktiviteler için ne kadar süre kullandıkları ve bunlarla internetin patolojik kullanımı ya da internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin yaygınlıkla incelendiği görülmektedir. Araştırmalar çoğunlukla ergenlerin interneti, iletişim ve eğlenme amacı ile kullandığını, bunu bilgi arama amacının takip ettiğini göstermektedir (Tsai ve Lin 2003, Bayraktar ve Gün 2006, Yang ve Tung, 2007).

Ergenlerin özellikle kızların interneti; arkadaşları ile iletişim kurmak, yeni insanlarla tanışmak, çeşitli gruplara katılmak ve kişisel yardım almak amacıyla kullandıkları belirlenmiştir. Ergenler, hem yakındaki hem de uzaktaki arkadaşları ile ilişkilerini sürdürmek için interneti kullanmalarının kendileri için çok önemli olduğunu ifade etmişlerdir. Aynı zamanda internetin "şimdi ve burada" olmayı sağlayan imkânı ile günün haberlerinden ve dedikodulardan bilgi sahibi olmak için iletişimi kurmak açısından interneti sıklıkla kullandıklarını belirtmişlerdir (Kraut ve ark. 1998). Erkekler ise sanal ortamda sörf yapmayı ve şiddet içeren oyunları daha çok tercih etmektedirler (Gross, 2004).

Ergenlerde sağlıklı internet kullanımının birçok nedeni olabilmektedir. Genellikle ergenlerin gelişimsel ihtiyaçları problemlili/patolojik internet kullanımının en önemli nedenini oluşturmaktadır (Lin ve Tsai, 2002). Bu sağlıklı/patolojik kullanımın bir nedeni, ergenlerin kişilik gelişiminin ve hızlı psikolojik olgunlaşmanın ortasında olmaları, maddeler ya da aşırı internet kullanımı gibi bağımlılık yapıcı çeşitli etkenlerin zararlı etkilerine daha çok maruz kalabilmeleri olabilir (Kaltiala-Heino ve ark., 2004). Ayrıca, ergenlerde yenilik ve heyecan arayışı en temel kişilik özelliği olduğu için alkollü araba kullanma, ilaç kullanma, dalma ya da paraşütle atlama gibi riskli ve tehlikeli davranışlara yönelebildikleri dikkate alındığında, internette sörf yapmak ya da birçok çevirim içi aktivitede bulunmak ergenler için yaygınlıkla ileri teknoloji tehlikesi/macerası haline gelmeye başlamıştır (Akt: Lin ve Tsai, 2002).

Ergenlerin internet kullanım davranış örüntüleri ve internet bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırma bulguları genel olarak değerlendirildiğinde, ergenlerin internet kullanım amaçlarının internet bağımlılığının oluşmasında önemli bir etmen olduğunu göstermektedir (Gross 2004, Kraut ve ark. 1998, Subrahmanyam ve Lin 2007, Tsai ve Lin 2003, Yang ve Tung 2007).

2.5. İnternet Bağımlılığının İlköğretim Öğrencileri Üzerindeki Olumsuz Etkileri

Aşırı bilgisayar ve internet kullanımının çocuk ve ergenler üzerinde birçok etkileri vardır. Sınırsız internet kullanımının psikolojik, bedensel, sosyal gelişim ve başarı açısından birçok olumsuz etkilerini görmekteyiz. İnternet kullanımında, özellikle çocuk ve ergenler risk altındadır. Çünkü onlar internet ortamından gelen bütün uyarılara karşı daha açık olabilmektedirler. Bu durum ise çocuk ve ergenlerin internetteki olumsuz etkilerine karşı yetişkinlerden daha çok etkilenmelerine neden olmaktadır.

Sosyal Yaşam İle İlgili Etkileri: İnsan doğası gereği sosyal bir varlıktır. Her insan bir toplum içinde doğar, büyür ve gelişir. Bireyin doğduğu toplumu tanınması ve o toplumun bir üyesi olması, belirli bir süreç içerisinde gerçekleşir. Yeni doğan bir çocuğun, içerisinde bulunduğu toplumda yaşayabilmesi için bazı bilgileri öğrenmesi gerekir. Bu bilgiler o topluma ait kuralları, alışkanlıkları, değerleri ve inançları kapsar. Birey bu bilgileri öğrenmek ve öğrendiklerini benimsemek zorundadır. Bunu yapmak için de toplumdaki kişilerle, gruplarla etkileşimde bulunur, çeşitli ortamlara katılır. Böylece birey sosyal bir varlık haline gelir (Bayraktutan,2005).

Sanal dünyanın sosyokültürel anlamda önemli bir alternatif haline gelmiş olması arkadaşlarla, eş-dostla buluşmak yerine evde chat yapmayı veya internet üzerinden oyun oynamayı tercih edilir duruma getirmiştir. Bu durum çocuk ve ergenlerde sosyal izolasyona neden olmaktadır (Ögel, 2012).

İnternet bağımlıları sosyalleşmede ciddi sorunlarla karşılaşabilmektedir. Sosyalleşme sürecinde internet bağımlıları aşağıdaki sorunları yaşarlar:

- Sadece internet içinde kaldığı için sosyalleşmenin diğer evrelerini gerçekleştiremezler.
- Toplumsal bir kimlik kazanmaları güçtür.
- İnternet dışında kulüp, meslek grupları gibi farklı sosyalleşme kaynaklarını tanıyamazlar.

- Toplumun örf, adet ve geleneklerini öğrenmede eksiklikler yaşayabilirler.
- Bireyin kendi davranış kalıpları değil, internetin davranış kalıpları gelişir. İnternette çıktığı anda kullandığı davranış kalıpları yok olmaktadır.
- Birey toplumun değil, internet toplumunun normatif beklentilerini üstlenir.
- İnternetle toplumun getirdiği denetim kaybolur (Ögel, 2012).

Çocuklar kendilerini sosyal yaşamdan soyutladıkları için yakın ilişkilerin eksikliğini İnternette arkadaşlıklar ve dostluklar kurarak gidermektedirler. Böylece kurduğu “çevrimiçi ilişkiler” aracılığı ile diğer kişilerle konuşmakta, duygu ve fikirlerini paylaşmakta, oyunlar oynamakta böylece kendilerini hem yalnız hissetmemekte hem de gerçek yaşamdaki gibi etkileşimler yaratmaktadırlar (Gross ve diğer.,2002: 75-77).

Çocuklar internete kendi evleri, arkadaşlarının evleri, okullar, kütüphaneler ve internet kafeler gibi pek çok yerden bağlanabilirler. Çocuklar, internette daha çok oyunlara ve sohbet odalarına girmek, e-posta göndermek ve almak için bağlanmaktadırlar. Bu bağlanmalar sırasında, internetin iletişim ve bilgiye ulaşma olanaklarından yararlanan çocuklar, ekranda açılan uygun olmayan içerikteki farklı web sayfaları ile karşılaşabilirler. Buna bağlı olarak, çocuklar internet üzerinden herhangi bir ortam aracılığıyla suça, sömürü ve tacize hedef olabilirler. Özellikle pornografik sitelerin ergenler üzerinde olumsuz cinsel görüntülerin oluşmasına neden olmaktadır (Odabaşı ve diğer., 2007).

Türkiye Bilişim Şurası (2002) raporuna göre 7-15 yaş gurubundaki çocukların %90'ının interneti, eğlence ve yararlı olmayan siteleri incelemek için kullandığı belirtilmektedir. Bu raporda çocuklar için internetin tehlikeleri şu şekilde sıralanmıştır (internet Kurulu 2002):

- Pornografik ya da olumsuz ve tehlikeli içerikli web siteleri gibi sitelerin kolayca ulaşılabilir olması.
- Çocuklar için yararlı olabilecek içerikteki sitelere kolay ulaşılacak kaynakların bulunmaması.
- İnternetin aile içi çatışmalara neden olması.
- Ekonomik yönden (telefon ve alışveriş faturaları gibi) zararlı olması.
- Günlük işleri aksatacak yönde zaman kaybına neden olması
- İnternette kişinin kendisini olduğu gibi yansıtmaması nedeniyle kimlik kargaşasına neden olması.
- İnternetin yararlı amaçlarla kullanılmaması, internetin bağımlılık yapması.

İnternette 4,2 milyon pornografik web sitesi bulunmakta ve günde 2,5 milyar pornografik e-posta, 1,5 milyar dosya indirme gerçekleşiyor. Bu rakamlarla birlikte, sohbet odalarında cinsel taciz oranı %89; cinsel istismara uğrayanların oranı ise % 20 olarak belirlenmiştir. Avrupa genelinde internet kullanan çocuklar üzerinde yapılan araştırmada, 8-16 yaş arasındaki 10 çocuktan dokuzunun pornografik siteleri ziyaret ettiği sonucuna ulaşılmıştır (Odabaşı ve diğer., 2007).

Fiziksel Etkileri: Özellikle gelişim çağındaki çocuklar ve ergenler, internet kaynaklı sağlık sorunları açısından risk altındadır. Bilgisayar kullanımıyla ilişkili sağlık sorunlarının bir kısmı, bilgisayar ekranının oluşturduğu elektromanyetik alandan kaynaklanmaktadır. Ayrıca radyasyon riski de vardır (Ögel, 2012).

Bilgisayar karşısındayken genellikle durağan bir pozisyonda belirli hareketler sürekli yinelenir. Bu durum ise tekrarlayan zorlayıcı travmalar için risk oluşturmaktadır. Tekrarlayan zorlayıcı travma belirtileri hafif bir ağrıdan şiddetli ağrılara kadar değişik düzeyde olup, işlev zorluğuna yol açabilir. Hareketsizlikten kaynaklanan fiziksel sorunlar ve kilo sorunları da karşılaşılabilecek durumlardır (Makas, 2008).

Çocukların uzun süre bilgisayar kullanmaları; göz yorgunluğu, sırt ağrısı, baş ağrısı, omuz ağrısı, el-bilek ağrısı ve boyun ağrısı gibi sağlık sorunlarına sebep olabilir. Bunların yanı sıra bilgisayar ekranı, göz kataraktından beyin tümörüne kadar ulaşan hastalıklara da sebep olabilmektedir (Demirci ve Nazik, 2001).

Bilgisayar ve internet kullanımında fiziksel etkilerin azaltılabilmesi için iyi bir duruşun sağlanması gerekmektedir. İyi bir duruşun başlıca özellikleri şunlardır (Odabaşı ve diğer.,2007):

- Başın dik, sırtın destekli, kolların rahat, gözlerin bilgisayar ekranının üst düzeyi ile yakın düzeyde ve ekranın tam karşısında olması gerekir.
- Bilgisayar karşısında, köprücük kemikleri yere paralel olmalıdır. Eğer yukarı doğru kalkmış olursa, omuz ve boyun kaslarında gerginlikle beraber ağrı oluşabilir.
- Omuzlar yuvarlak ve çene öne doğru çıkık olmamalıdır.
- Kalçaların arka kısımları sandalyeye yaslanmış olmalı, bel mutlaka desteklenmiş olmalıdır.
- Ayaklar yerde dümdüz durmalı ya da bir ayak desteği üzerine konmalıdır.
- Ön kol ve bilek aynı çizgi üzerinde yere paralel olmalıdır.
- Kullanıcının bilgisayara olan uzaklığının 50-70 cm. olması gerekmektedir.

Akademik Etkileri: İnternette geçirilen zamanın fazla olması öğrencilerin ders çalışma saatlerinde azalma meydana getirmektedir. Öğrencilerin gelecekleri için hayati önem taşıyan dönemde, internet başında geçirilen zamanın fazla olması kendisi, ailesi ve çevresi için büyük bir kayıp olabilmektedir (Ögel, 2012).

İnternet öğrencilerin derslerine katkıda bulunmaktadır. Sorunlu internet kullanımının olmadığı durumlarda, internetin öğrencilerin ders başarısını olumsuz yönde etkilemediği görülmektedir (Makas, 2008). Fakat internetin uzun süre bilinçsizce kullanılması yalnızlığa, geç saatlere kadar uyanık kalmaya, yorgunluğa ve ders kaçırmaya, derse ayrılması gereken zamanın büyük bir çoğunluğunun internet

ve bilgisayara ayrılması akademik başarıyı olumsuz etkilemektedir (Kubey ve ark., 2001).

Öğrenciler, verilen ödevleri kafa yormadan ve zahmetsizce internetten bulup, yazıcıdan çıktı alarak teslim edebiliyorlar. Bu durum hem etik sorunlara neden olabilmekte hem de öğrenciler kolaycılığa kaçmayı öğrenmektedir (Ögel, 2012). Oysa ödev kavramının altında yatan düşünce öğrencilerin araştırma, analiz ve sentez, yeni bilgiyi ayıklayıp derleyebilme becerilerini geliştirebilmesidir. İnternet bu becerilerin geliştirilebilmesi için iyi bir ortamdır. Ancak ödev konusunda eğitimcilerin son derece duyarlı davranması gereklidir. Öğrencilerin ödevleri kaynağı belli olmayan internet ortamında bulup çıktısının alınması ve ödev olarak sunulması öğrencilerin hazırcılığa alışmasına neden olabilmektedir (Öz, 2001).

Psikolojik Etkileri: İnternet bağımlılığı insanların psikolojik özelliklerini ve psikososyal yaşantılarını da etkilemektedir. İnternette amaçsızca çevrimiçi kalmaları, insanlarda psikiyatrik ve psikolojik sorunlar oluşturabilir (Dinç, 2010).

Ergenlerde yalan söyleme, sorumluluklarını yerine getirememe, uyku bozukluklarından kaynaklanan sorunlar, kolayca kaçma, yüz yüze iletişim kurmakta zorlanma gibi sorunlar görülebilir. Bu davranışlar zamanla içselleşebilir ve yetişkin bir birey olduğunda davranış halini alabilir. Ayrıca ergenlerin internette olumlu yetişkin modellerden yoksun kalmaları, olumlu davranışların içselleştirilmesini de güçleştirebilir (Ögel, 2012).

Bilgisayar teknolojilerindeki ilerlemelerle birlikte, internette herhangi bir metin hazırlanabilir, dünyanın herhangi bir köşesindeki bilgiye ulaşılabilir, oyun oynanabilir ve internet sanatsal çalışmalarda kullanılabilir (Esgin, 2001). Şiddet içerikli oyunlar uzmanlar tarafından farklı boyutlarda ele alınmaktadır. Bir kısım uzmanlar, bu tür oyunların çocuğu rahatlatacağını, çocuğun içerisindeki gizli bir parçasını boşaltarak bir boşalma yöntemi olabileceğini savunurken; bir kısım uzmanlar ise bu tür oyunların çocukları arzu ettikleri konuma şiddetle, güçle ulaşmaya şartlayacağını, hayatın gri tonlarını atlayarak, sadece akla-kara arasında

seçime götüreceğini öne sürmektedirler (Dinç, 2010). Çocuk; şiddet içeren bilgisayar oyunları oynarken, bilgisayar ekranına sıçrayan kanları temizlemekten zevk alıyorsa, oyun puanını arttırmak, oyunun açılış ekranında ismini en üste yazdırmak, bileklerine sancılar girecek, boynu tutulacak kadar oyuna yoğunlaşmak için saatlerini harcayabiliyor ise bir şeyler ters gidiyor anlamına gelmektedir. Bu durum çocukların şiddeti içselleştirmesine neden olabilmektedir (Odabaşı ve diğer., 2007).

İnternet kullanımının sosyal ilişkileri ve ruhsal iyilik halini olumsuz yönde etkilediği, insanların internete ayırdıkları zamanın önceden sosyal etkinliklere ayırdıkları zamanın yerini aldığı düşünülebilir. Bu açıdan bakıldığında internet, eğlencenin özelleşmesini temsil etmektedir ve edilgen, sosyal olmayan bir eğlence aracı olan TV ile benzer bir işlev görmektedir. İnternet, bireyler ve gruplar arasındaki etkileşimi artırma amacıyla kullanılmakta; ancak sosyal ilişkilerde azalmaya yol açmaktadır. Bu durum ise bireylerin kendilerini yalnız ve mutsuz hissetme ihtimallerini arttırmaktadır (Aydın, 2007).

2.6. Depresyon, Yalnızlık, Öz-Yeterlik ve İnternet Bağımlılığı

Bu bölümde depresyon, yalnızlık ve öz-yeterlik değişkenlerine ve bu değişkenlerin internet bağımlılığıyla ilişkisine yer verilmiştir.

2.6.1. Depresyon

Depresyon; kişinin en az iki hafta süreyle kendini mutsuz, değersiz, çökkün hissetmesi, hoşlandığı etkinliklere ilgisinin kaybolması veya bu etkinliklerden zevk almaması durumudur (Ercan ve Turgay, 2004:9). Depresyon sık sık psikiyatrik bozukluklar içerisinde “Yaygın bir soğuk algınlığı” olarak adlandırılmıştır. Günümüz toplumunun en önemli ruh sağlığı problemlerinden biridir (Kişin, 1993).

Depresyon, duygusal alanda; disfori, anhedoni, sinirlilik, üzüntü, anksiyete, bilişsel alanda; değersizlik, çaresizlik, benlik saygısında azalma, karamsarlık, umutsuzluk, kendini küçük görme, suçluluk duyguları, konuşma ve düşüncede yavaşlama, varsanılar, sanrılar, obsesif düşünceler, hiponkondriyak uğraşlar, ölüm ve intihar düşünceleri, bellek, dikkat ve konsantrasyon bozuklukları, vejetatif alanda;

enerji azlığı, yorgunluk, bitkinlik, güçsüzlük, iştah değişiklikleri, kilo kaybı (nadiren kilo alımı), uyku bozuklukları, ajitasyon, cinsel ilgi ve etkinlikte azalma, kabızlık, harekette yavaşlama, somatik yakınmalar, kadınlarda adet düzensizlikleri, sosyal alanda; toplumdan uzaklaşma, sosyal-mesleki işlevlere karşı ilgi kaybı, intihar girişimleri gibi belirtileri içeren bir sendromdur (Tezcan, 2000).

Depresif belirtilerden biri veya birkaçı çoğu insanın günlük yaşamında yer alır. Bu tür insanlar bu durumdan yakınır, yakınmalarını mimikleri, hareketleriyle, sözleriyle dile getirirler ama günlük yaşamlarını sürdürebilirler. Dikkatsizlik, dikkatin odaklaştırılamaması, dalgınlık, unutkanlık, düşüncenin dağılması insanların en sık yakındıkları zihinsel işlev bozukluklarıdır. Oysa bunların hepsi depresyonlarla en sık olarak ortaya çıkan bilişsel belirtiler arasında bulunur. Görülüyor ki, insan günlük yaşamında depresif belirtilerden biri ya da birkaçıyla iç içedir. Önemli olan, bunların bulunması değil, bunların sıklık, şiddet ve süre bakımından depresyon sendromu ya da hastalığı oluşturmasıdır (Köknel, 2005).

Depresif duygu durumu yaşamakta olan kişi yaşadıklarını genellikle çöküntü duygusu, hüznün, umutsuzluk ve yüreksizlik olarak tanımlar. Yüzü kederli, gözleri ve ağzı aşağıya doğru sarkıktır. Bakışları boş ve omuzları düşüktür. Bazı durumlarda ise kişi depresyonda olduğunu kabul etmez ve depresyonun varlığı başkalarının gözlemlerine dayanarak tanınır. İştah bozulmaları oldukça sıktır, uyku güçlükleri de oldukça sıktır. Uykuya dalmada güçlükler, uyanıp tekrar uyuyamama ya da erken uyanma olarak yaşanılabilir. Psikomotor ajitasyon, yerinde duramama, sürekli dolaşma, el ovuşturma, saçları, deriyi, giysileri ya da diğer objeleri ovma veya çekiştirme biçiminde görülür. Değersizlik duyguları, kendisini yetersiz hissetmekten, kişinin kendi değerine ilişkin gerçeğe hiç uymayan olumsuz inançlara kadar değişen tonlarda ortaya çıkabilir. Dikkati toparlayamama, düşünmede yavaşlık ve karar verme güçlüğü sık görülen belirtiler arasındadır (Geçtan, 1995: 154-155).

Depresyonu ortalama insanın üzüntü ve elem duygularından ayıran en önemli özellik, keder duygusuna karamsarlığın da eşlik etmesidir. Depresyona eğilimli kişi, olumsuzluklardan hiçbir zaman kurtulamayacağı inancını sürekli taşır. Aslında bu

inancın gerisinde yoğun suçluluk duyguları bulunur. Baskıcı vicdanın beklentilerini karşılamak ve suçluluk duygularını ödünlemek amacıyla kusursuz olmak ve herkes tarafından seilmek çabasında olan böyle bir insan, küçük bir yanlış yaptığında ya da diğer insanların olağan eleştirileriyle karşılaştığında derhal çöküntüye girer, değersiz ve yeteneksiz biri olduğu duygusuna kapılır (Geçtan, 1999: 58).

2.6.1.1. Çocuk ve Ergenlerde Depresyon

Çok yakın zamanlara kadar, çocuklarda depresyon görülmediği düşünülmekteydi. Erişkinlerde olduğu gibi çocuklarda da depresyon görülmektedir. Bilimsel araştırmalar ve depresyondaki çocukların ayrıntılı olarak değerlendirilmesi sonucunda, çocukluk ve ergenlik döneminde depresyon görülebileceği kesin olarak gösterilmiştir. Erişkinlerde, ergenlerde ve çocuklarda depresyonun temel belirtilerinde önemli benzerlikler olmasına karşın, yaşa bağlı belirgin ayrılıklar da vardır. Bu ayrılıkların bilinmesi, çocuklarda depresyonun daha iyi tanınmasını sağlayacak ve göz ardı edilmesine engel olacaktır (Ercan ve Turgay, 2004: 11).

Çocukluk çağı depresyonu; yetersiz, zayıf ya da olumsuz ebeveyn ilişkisinden kaynaklanabileceği gibi ailede depresyon öyküsünün varlığından da kaynaklanabilmektedir. Çocukluk çağı depresyonunun oluşumunda; genetik yapı, öğrenme ve özdeşimin de etkili olabileceği düşünülmektedir. Çevresel stres faktörlerinin çocukluk ve ergenlik çağı depresyonunda etkisi olmaktadır. Anne babadan sürekli uzak kalma, aile içi sorunlar, ekonomik sıkıntılar, okulda yaşanan sorunlar, arkadaş grubunda yaşadığı zorluklar gibi sorunlar da çocuk ve ergenlerde depresyona sebep olabilmektedir (Öztürk, 2002).

Çuhadaroğlu ve Taşgın (2006), depresif çocukları şöyle tarif etmektedir: Üzgün görümlü, ağlamaklı, yavaş hareket eden, monoton bir sesle konuşan, kendilerini olumsuz olarak değerlendiren çocuklardır. Ayrıca okul başarılarında düşme, konsantrasyon güçlüğü, baş ağrısı, karın ağrısı gibi somatik şikayetler ile irritabilite ve anksiyete semptomları gözlenebilir.

Ergenlik depresyonunun belirgin özelliklerinden biri irritabilite ve öfkenin varlığıdır. Ergenlerde psikososyal, bilişsel yapı ve başetme yetilerinin yeterince gelişmemiş olması; öfkelerini, davranışlarını kontrol edememelerine hatta sebepsiz öfkelenmelerine sebep olabilmektedir (Çetinkaya ve diğer., 2008). Ergenler, içinde bulundukları dönem itibariyle duygu, düşünce ve ilişkilerinde ani değişiklikler yaparlar. Depresyondaki ergenler bu değişiklikleri daha hızlı yaşayabildikleri gibi, yetişkinlere benzer şekilde sosyal geri çekilme, ilgi ve etkinlikte azalma, arkadaş ilişkilerinde bozulma, okul başarısında düşme, okul ve evden kaçma, madde ve alkol kullanma eğilimi ile intihar düşünce ve girişimleri gibi depresyon belirtileri gösterebilirler (Tamar ve Özbaran, 2004).

Çocuklarda ve ergenlerde tipik depresyon belirtileri olmayıp daha çok davranış ve tutum değişiklikleri belirgindir. Okul çağındaki çocuklarda depresyon, kendini geri çekme, okulda arkadaşları ile ilişkilerinde bozulma, okul başarısızlığı, ilgi ve etkinliklerde azalma, dikkatini toplayamama şeklinde görülebilir (Erdoğan ve Tamar 2002). İştah artışı şeklinde iştah değişiklikleri, uyku bozukluğu ve aşırı uyuma, üzgün bakış, daha çok sessiz sakin olmayı tercih etme, odasında uzun süre yalnız vakit geçirmeyi tercih etme, öfke krizleri gösterebilir. Enürezis, enkoprezis gibi bozukluklar, baş ve karın ağrısı gibi somatik yakınmalar da bu dönemde depresif belirtiler arasında sayılabilir. Okul çağı çocuğundaki depresyonda intihar düşünce ve planı ergenlik dönemine göre daha az olup, görüldüğünde dikkate alınmalıdır. Ergenlik başlangıçlı depresyon, çocukluk dönemi depresyonuna göre erişkin depresyonuna daha çok benzerlik gösterir (Şenol ve diğer. 1999).

Çocuk ve ergenlerde depresyonla ilişkilendirilebilecek belirtiler:

- Kendini mutsuz veya boşlukta hissetme.
- Eskiden zevk alabildiği şeylerden zevk alamama ya da eskisi kadar hoşlanmama.
- Sık sık ve basit şeyler için ağlama isteği duyma
- Gelecekte umutsuz olma
- Değersizlik duygularının bulunması: Evde kimse tarafından sevilmediğini veya kardeşinin daha fazla sevildiğinden söz etmesi.

- Suçluluk duygularının olması: Bütün olumsuzlukların nedeni olarak kendini suçlaması.
- Sık sık ölümden veya kendini öldürmekten söz etme.
- İntihara kalkışma ya da kendisine zarar verici diğer davranışlarda bulunma.
- Anne-babayı sinirlendirinceye kadar uğraşma. En yakınlarındakilerle ilişkilerinin bozulması.
- Gergin sıkıntılı, huzursuz olma.
- Bedensel yakınmalar: Sık sık baş karın ağrısı ya da yorgunluk hissetme.
- İştahında değişiklikler olması: Eskisine göre daha az veya daha çok yemesi.
- Uyku bozuklukları: Gece geç uyuma, sabah zor uyanma. Uyku alışkanlığında değişiklikler, yalnız uyuyamama, huzursuz uyuma, uykuya dalmadan önce veya uyku sırasında korkma, geceleri sık kötü rüya gördüğünü söyleme.
- Sinirlilik ve öfke patlamaları.
- Aşırı alınganlık.
- Derse ilgide azalma, ders başarısında belirgin düşüş.
- Arkadaş ilişkisinde bozulma ya da olumsuz arkadaşlar kurma, kendini yalnız hissetme.
- Müzik zevkinde değişiklik: Daha marjinal müzik dinleme (örneğin pop müzik dinlerken aniden metal müzik dinleme veya halk müziği severken, arabesk müziğe yönelme gibi) (Ercan ve Turgay, 2004: 12).

2.6.1.2. Depresyon ve İnternet Bağımlılığı

Bu bölümde depresyon ve internet bağımlılığını inceleyen araştırma sonuçlarına yer verilmiştir.

Aykut ve Ceyhan (2008), 529 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları araştırmaya göre depresyonun patolojik internet bağımlılığını yordadığını belirlemişlerdir. Depresyonun internet kullanımını arttırdığı belirlenmiştir. İnternet kullanan öğrencilerin 89'unda depresyon belirtileri görülmüştür. Bu araştırmada depresyon, patolojik internet kullanımını % 3,3 oranında açıklamıştır.

Morrison ve Gore (2010), depresyon ve internet bağımlılığı arasında açık bir bağlantının olduğunu belirlemişlerdir. Aşırı internet kullanan bireylerin depresif sinyaller verdiklerini ve bu tür insanlar üzerinde durulması gerektiğini belirtmişlerdir. Araştırmada depresif özellikler gösteren katılımcıların, internette daha çok pornografi, çevrimiçi sohbet - oyun siteleri ve sosyal grupların bulunduğu sitelerle meşgul oldukları belirlenmiştir.

Güney Kore'de internet bağımlılığı olan bir grup üzerinde yapılan araştırmada depresyonun, madde kullanımı ve obsesif-kompulsif bozukluğa göre internet bağımlılığını yordamada daha güçlü olduğu belirlenmiştir. Depresif özellikler gösteren ergenin; dürtüsel, dışa yönelimli, saldırgan, sinirli ve madde problemlerini yatıştırmak için interneti kullandıkları belirtilmiştir (Kim ve ark., 2007).

Young ve Rogers (1998) internet bağımlılığı ile depresyonun ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Düşük benlik saygısı bulunan, reddedilme korkusu, ilişkide onay ihtiyacı, depresyonun artışına katkıda bulunabilmekte ve bu durum da internet kullanımını artırmaktadır. Elektronik ortamda kişi göz teması kurmadan, gerçek kimliği dışında, yüz ifadesi olmadan ve sesli çekimin olmadığı bir ortamda iletişime geçme olanağı bulabilmektedir. Bu durum ise kullanıcının daha az tehdit algılamasını sağlamaktadır. Bu durumdaki kişi daha sık internete girmeyi tercih etmektedir.

Morgan ve Cotten (2003), e-posta kullanımı, sohbet odaları, anlık mesajlaşmaların depresyon belirtilerini azalttığı, internet üzerinde kurulan sosyal desteğin depresyona göre patolojik internet kullanımını daha iyi açıkladığını belirtmiştir. Shaw ve Gant (2002), depresyon belirtileri olan bir grup üzerinde

yaptığı araştırmada katılımcıların belli bir süre internet üzerinden iletişime geçtikten sonra, depresyon ve yalnızlık durumlarında belirgin bir azalma olduğu görülmüştür. Ayrıca katılımcıların sosyal destek algıları ve benlik sayılarında da artış görülmüştür.

Güney Kore’de yapılan araştırmaya göre, stres, üzüntü ve depresyon gibi yaşam olaylarının, internet bağımlılığını arttırdığını göstermektedir. Depresyon belirtileri gösteren katılımcıların; internet üzerinde oyun oynamak, yeni toplumsal ilişkiler oluşturmak, yeni arkadaşlıklar edinmek, çevrimiçi sohbet için internette daha fazla vakit geçirdikleri görülmüştür. Katılımcıların gerçek hayatta göremedikleri yakın ilişki ve paylaşımları, internet üzerinde arama eğiliminde oldukları ve interneti alternatif olarak kullandıklarını belirlenmiştir (Lee ve ark., 2003).

Selfhout ve ark. (2009), bir grup ergen üzerinde yaptıkları araştırmada, kızların daha çok depresyon; erkeklerin ise sosyal kaygılarından dolayı interneti kullandıklarını belirtmiştir. Aile ve arkadaşlık ilişkileri yeterince gelişmeyen, güçlü dostluk ilişkileri bulunmayan bireylerin, internet üzerinden iletişime geçme, internet kanalıyla paylaşımına geçme ve çevrimiçi sohbet etme eğilimlerinin olduğunu; sosyal desteğin artması ve arkadaşlık ilişkilerinin güçlü olması, katılımcıların depresyon ve internet bağımlılığını azaltacağını belirtmişlerdir.

2.6.2. Yalnızlık

İnsanın psikolojik anlamda mutluluğunu ve iyilik halini etkileyebilecek yaşantılardan birisi de yalnızlıktır. Özellikle gelişmiş batı toplumlarında, kendilerini yalnız hisseden insanların sayısındaki artış bilim insanlarının ilgisini çekmekte; yalnızlık sorunu günden güne artan bir ilgi ile yeni boyutları da içerecek şekilde araştırmalara konu olmaya devam etmektedir (Duru, 2005).

Sullivan (1953)’a göre yalnızlık, insanın ona gereksinimi olan kişilerarası yakınlık karşılanmadığı zaman ortaya çıkan, hoş olmayan ve kurtulmak için bireyin her şeyi yapabileceği güdüleyici bir yaşantıdır (Akt: Demir, 1990). Peplau ve

Perlman (1982), yalnızlığı insan ilişkileri bazında algılamakta ve kişinin gerçekte var olan ilişkilerinin bu konudaki beklentilerini karşılayamamasından kaynaklanan bir duygu olarak tanımlamaktadırlar. Buna göre insan, nesnel bir nedeni olmaksızın bir sürü insanla beraberken kendini yalnız hissedebilir (Akt: Kurtaran, 2008).

Asher ve Paquette (2003)'e göre yalnızlık, “mutsuzluk, boşluk, özlem gibi duygulara yol açan kişinin sosyal ve kişisel ilişki yetersizliğinin bilişsel bir farkındalığıdır.” Bu anlamda uygun ilişkiler kurma, sürdürme ve bitirme becerisi olmayan kişi kendini kimsesiz, reddedilmiş hissedecek ve yabancılaşma endişesi duyacaktır.

Weiss, yalnızlık konusunda ileri sürülebilecek farklı görüşleri göz önüne alarak genel bir sınıflama yapmıştır. Bu sınıflamada yalnızlık objektif (sosyal) ve subjektif (ferdi/şahsi) yönleri ile ele alınmaktadır. Bu duruma göre yalnızlık, kişinin ihtiyaç duyduğu sosyal ilişkilerden mahrumiyetine karşı bir tepkisi olabileceği gibi kişinin değişik sosyal ilişkileri bulunmasına rağmen, bu ilişkilerde samimiyetin, yakınlığın bulunmayışına gösterilen bir tepki de olabilir (Weiss, 1973; Akt: Bilgi, 2005).

Leiderman (1980) yalnızlığı, “Bireyin diğerlerine duyulan belirsiz bir ihtiyaçla birlikte, diğerlerinden ayrı olduğu duygusunun farkında olduğu bir duygu durumu” olarak tanımlamaktadır. Leiderman'a (1980) göre yalnızlık, fiziksel olarak tek başına olunan; ancak yalnız olmaktan dolayı olumsuz, nahoş duyguların yaşanmadığı tek başına olma durumunun aksine, nahoş bir yaşantıdır. Sadler ve Johnson'a (1980) göre yalnızlık, “İçsel dünyadaki ilişkisel gerçekliğe ilişkin temel sistemde bir bozulmanın olduğunu işaret eden, farklı bir öz farkındalık biçimi oluşturan, toptan ve çoğu zaman akut bir duyguyu barındıran bir yaşantıdır.” Sermat (1980) yalnızlığı, bireyin halihazırda sahip olduğu kişiler arası ilişkilerin düzeyi ile sahip olmayı arzu ettiği gerek geçmişte yaşadığı gerekse hiç yaşamadığı ilişkilerin düzeyi arasındaki uyumsuzluk olarak tanımlamaktadır (Akt: Koçak, 2008).

Yalnızlık duygusunun bilinçle belirmesi huzursuzluk yaratmaktadır, gerçekte bütün huzursuzlukların kaynağı budur. Yalnız olmak, her şeyden kopmak, insanca güçlerini kullanmama demektir. Böyle olunca yalnızlık, çaresizlik, dünyayı nesnelerle kavrayamamak, insanları canlı olarak algılayamamak, dünyanın insan karşı koymadan üstüne çullanması demektir. Bu yüzden yalnızlık duygusu aşırı huzursuzluk doğurur. Bundan başka utanma ve suçluluk duygusunun da kaynağıdır. İnsanoğlunun karşısına her zaman o aynı sorun çıkmıştır. Birey yalnızlığını gidermek için çeşitli çözüm yolları arar. Bu çözüm yolları bir ölçüde, bireyin eriştiği kişilik düzeyiyle ilgilidir. Bebeğin benlik duygusu çok az gelişmiş durumdadır. Bebek kendisini annesiyle bir sayar, annesi yanında olduğu sürece yalnızlık duymaz. Bebeğin yalnızlık duygusu, annesinin fiziksel varlığı ve teniyle giderilir. Çocukta yalnızlık duygusunun ve kişiliğin gelişmesiyle annenin fiziksel varlığı yetersiz kalmaya başlar; işte o zaman yalnızlığı başka yollarla giderme isteği belirir, artar ve güçlenir (Fromm, 1995:17-19).

2.6.2.1. Çocuk ve Ergenlerde Yalnızlık

Okul çağındaki çocuklarda yalnızlık, araştırmacılar tarafından uzun yıllar ihmal edilmiştir. Çocuklarda yalnızlık son zamanlarda araştırılmaya başlanmıştır (Qualter, 2003). Konuyla ilgili literatürler incelendiğinde yalnızlık kavramının öncelikle yetişkinlerde ve ergenlik sonrası gençlerde araştırıldığı gözlenmiştir. Yalnızlığın çocuklarda karşılaşılan bir sorun olabileceği, onların da bu durumdan olumsuz etkilenebileceği araştırmacıların dikkatini çekmemiştir (Körel, 2011).

Kendisini yalnız hisseden çocukların akranlarıyla zayıf bir ilişkisi vardır, bu çocuklar kendilerini dışlanmış hissederler. Dolayısıyla bu duygu benlik saygısını da olumsuz yönde etkiler. Kendine güvenemeyen kişiler olmalarına neden olur ve bunun sonucunda çocuklarda mutsuzluk, keyifsizlik, can sıkıntısı, yabancılaşma gibi duygular oluşur (Bullock, 1998; Akt: Duru, 2008).

Travmatik olaylar, durumlar ve kayıplar gibi olaylar çocukların yalnızlık duygularıyla ilişkilendirilmiştir. Bu durumlar karşısında çocukların yalnızlık ile ilgili

duygusal tepkileri, yetişkinlerin yalnızlık durumundaki duygusal tepkilerine benzemektedir (Jons, Cavert, Snider ve Bruce, 1985; akt: Qualter, 2003). Asher ve Wheeler (1985; Akt: Qualter, 2003) tarafından yapılan araştırmaya göre, çocukların sosyal beceri eksikliğinden dolayı çevrelerindeki akranları ve arkadaşlarıyla iletişim kuramadıkları, bu nedenle yalnız oldukları belirtilmiştir.

Sosyal olarak reddedilen çocukların, yalnızlaştığı görülmüştür. Reddedilen, sosyal olarak izolasyona uğrayan çocukların, yalnız oldukları ve akranlarıyla nadiren konuştukları ifade edilmiştir (Parkhurst ve Asher, 1992; Akt: Qualter, 2003).

Bullack (1993) olumlu ebeveyn ilişkileri olan çocukların, akranlarıyla daha fazla iletişime geçtikleri, daha girişken oldukları ve çevreleriyle daha olumlu ilişkiler geliştirdikleri; olumsuz ebeveyn ilişkileri bulunan çocukların ise akranlarıyla olumsuz etkileşimler yaşadıkları ve akran etkileşimde anksiyete belirtileri gösterdikleri görülmüştür.

Ebeveynleri boşanmış çocukların üzüntü, yalnızlık duyguları yaşadıkları ve gergin oldukları görülmüştür. Ayrıca ebeveynlerin boşanması, çocuklarda düşük benlik saygısının gelişmesine ve daha sonraki dönemlerde yalnızlığa yatkınlığa neden olabilmektedir (Shaver ve Rubenstein, 1980; Akt: Bullack, 1993). Araştırmalar gösteriyor ki yalnız çocuklarda sigara kullanımının, özgüven eksikliğinin ve anksiyetenin yüksek olduğu görülmüştür (Page, 1991; ; Akt: Bullack, 1993).

Çocuklarda yalnızlığın birçok nedeni olabilir. Öğretmenler özellikle yalnız çocukların gösterdikleri ipuçlarına karşı dikkatli olmalıdırlar. Bullock (1998; Akt: Körler, 2011), öğretmenlerin çocukları gözlemlerken dikkat etmesi gereken durumları şöyle sıralamıştır:

- Çocuk; ürkek, utangaç, güvensiz ya da mutsuz görünüyor mu?
- Çocuk, çevresinde olup bitene karşı ilgisiz mi?
- Çocuk, arkadaşları tarafından dışlanmış mı?

- Çocuk, diğerlerinden isteyerek mi uzak duruyor?
- Çocuk, bir iletişim başlatma ve sürdürme sosyal becerisine sahip mi?
- Çocuk, gerekli sosyal becerilere sahip olmasına rağmen bu becerileri kullanmakta gönülsüz mü?
- Çocuk, akranları tarafından zorbalığa maruz kalıyor mu?
- Çocuktaki yalnızlık geçici bir duruma mı özgü, yoksa süreklilik arz eden bir durum mu?

Russell, Peplau ve Cutrona (1980), Marcoen ve Bumagne (1985; Akt: Demirtaş, 2007), ergenlerde yalnızlığı, hoş olmayan bir durum olarak genel doyumsuzluk, mutsuzluk, kaygı, utanma ve akran grubu tarafından dinlenmeme gibi durumlarla bağlantılı görmektedirler. Yalnızlığı ilk yıllarda, dışlanma, saldırganlık, düşmanlık ve anormal davranışlar dışında, uyumsuzluk gibi ikincil dışa vurulan davranışlar olarak tanımlamaktadırlar. Bu durumun çağdaş toplumlarda yaygın ve kronik sorun olduğunu belirtirken, ilk ergenlik dönemindeki çocuklar tarafından sıkıntı ve rahatsızlık veren bir durum olarak görüldüğünü belirtilmektedirler. İnsanın kendisi ile ilgili korku, endişe ve toplumdan kaçış gibi durumları “içe dönük” sorunlar altında toplamaktadırlar.

Yapılan çalışmalar yalnızlık duygularının ergenler arasında oldukça sık görüldüğünü göstermektedir (Brennan 1982, Williams 1983). Çalışmalar ergenler arasındaki yalnızlık duygusunun depresyon, özgüven eksikliği, alkolizm, mutsuzluk duyguları, kendini çekici bulmama ve sosyal çekingenlikle ilintili olduğunu göstermiştir (Oullet ve Johsi 1981, Moore ve Schultz 1983, Mijuskovic 1988, Brage ve ark. 1993). Roberts ve diğer. (1998), diğer gelişimsel dönemlerde olduğu gibi yalnızlık, ergenlik döneminde de bireyi intihara iten nedenler arasında önemli bir yere sahiptir (Akt: Eskin,2001). Erikson’un psikososyal gelişim kuramı (1963; Akt: Demirtaş, 2007), ergenlik ve erken yetişkinlik dönemi boyunca yalnızlığa karşı yakınlık krizinin olduğunu önerir. Bu nedenle genç insanlar, yalnızlığa karşı daha savunmasız durumdadırlar. Çünkü ergenler, yakınlık arayışı ile onu bulmadaki başarısızlık arasında çelişki yasarlar. Birçok araştırmacı, bu dönemin yalnızlığı etkileyen özelliklerini ve gelişimsel görevlerini tartışmışlardır.

Yaşam boyunca kişilerin kendilerini en fazla yalnız hissettikleri dönemler, ergenlik ve genç erişkinlik dönemleridir. Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve psikolojik gereksinimlerinin incelendiği bir çalışmada, öğrencilerin yalnızlık düzeyi; sınıf, cinsiyet, kardeş sayısı, ebeveynin sağ olup olmaması, anne-baba eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir. Aynı çalışmada, kızların duyarlılık, bağımsızlık, yakınlık, duyguları anlama, başkalarından yakınlık görme gereksinimi erkeklerinkinden; erkeklerin ise karşı cinsle ilişki gereksinimi, kızlardan anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Ergenin kişiliğini bulma, kendini kabul ettirme ve bir gruba girme gibi gereksinimlerini dengeli bir şekilde karşılanması durumunda yalnızlık azalmaktadır (Öz, 2004; Akt: Öztürk ve diğer., 2006).

Ergenlik döneminde meydana gelen yalnızlık duygusunun nedenlerini Mijuskovic (1986; Akt. Bilgiç, 2000) şu şekilde açıklamaktadır:

- Aileden ayrılma ve uzaklaşma,
- Parçalanmış aile,
- Bireyin farkındalık düzeyinin artması,
- Özgürlük hissinin artması ve bunu ürkütücü olması,
- Anlamlı amaçlar için mücadele verme,
- Toplumdaki ergenlerin marjinal durumu, toplumun ergeni algılaması,
- Şiddetli bireyselleşme yönünde mücadele etmesi ve bu nedenle başarısızlığı ve dışlanması,
- Yoğun popülerlik beklentisi,
- Düşük benlik saygısı ve başkalarının kendini kabulü konusunda kötümser düşünmesi,
- Başarısızlığa ve içe kapanıklığa neden olan mesleki ve eğitsel isteksizlik,
- Ciddi derecede utangaçlık ve benlik bilincinin düşük olması.

Ayrıca ergenlik döneminde, bir kümeye girme ve bir kümeden çıkarılma, ergenin davranışlarını yeniden örüntüler. Genel olarak, kümenin hayran olduğu yetenekleri ve davranışları olan genç, kümenin yıldızı olurken; bazı ergenler kümenin üyelerince reddedilirler. Bu gençler daha çok kümenin isteklerine uymayan,

üyeler ile alay eden, anlayışsızlık gösteren, kavgacı, gürültücü olan, sırdaş olmayan, sinirlilik, zorbalık, inatçılık gibi huyları olanlardır. Kimi genç de kümeden atılmamalarına karşın, küme içinde yalnız kalabilirler. Bunlar, kümenin isteklerine uymakla birlikte kümenin beğeneceği yetenekleri olmayanlardır. Bu grupta yer alan gençlerin kümeden atılmaları sonucunda yalnızlıklarını iki türlü yasadıkları düşünülmektedir. Bunlardan birincisi, yalnızlığı mutsuzluk olarak algılayıp ya diğerlerine yaklaşmaya devam etmekte ya da dışlanmanın verdiği olumsuz duygu ile akranlarına düşmanlık beslemektedir. Bu tür yalnızlık akran baskısından kurtulmayı sağlamaktadır. Burada birinci tür yalnızlık gönülsüz, ikinci tür yalnızlık ise gönüllü olarak istenen bir durumdur (Bilgiç, 2000).

Eskin (2001), yalnızlık duygusunun lise öğrencisi ergenler arasında, tahmin edildiği gibi oldukça yaygın olduğunu, ergenlerin edilgen etkinlik, ilişki arama, kendini etkinleştirme, okuma, ders çalışma, düşünme ve hayal etmeyi yalnızlık duygularından kurtulmak için sıklıkla kullandıklarını belirtmiştir.

Yapılan araştırmalarda hoş olmayan bir duygu olan yalnızlığın doyumsuzluk, mutsuzluk, kaygı, utanma, anlaşılama, yabancılaşma, yalıtım, alkolizm, intihar eğilimi, depresyon ve suça yönelimle ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca araştırmalarda, yalnızlık ile çekingenlik, sosyal anksiyete arasında pozitif ilişki olduğu ancak yalnızlık ile atılganlık, riske girme, benlik saygısı ve kendini açma arasında ise negatif ilişki olduğu anlaşılmıştır (Koçak, 2003; Akt: Bilgi, 2005).

2.6.2.2. Yalnızlık ve İnternet Bağımlılığı

Burada yalnızlık ve internet bağımlılığını inceleyen araştırma sonuçlarına yer verilmiştir.

Amichai ve Artzi (2003), internet kullanımı ile yalnızlık arasında ilişkinin olduğunu, içe dönük bireylerin, dışa dönük bireylere göre internet kullanım oranlarının daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Yine internet kullanımının kullanıcıların

kişilik özelliklerinden etkilendiğini, yalnız kullanıcıların interneti daha yüksek oranda kullandıklarını belirlemişlerdir.

Kim ve diğerleri (2009), arkadaşlık ilişkileri zayıf ve sosyal becerileri zayıf bireylerin çevrimiçi etkileşimlerinin daha yüksek olduğu, sosyal yaşamdan uzak yalnız bireylerin, hayatla ilgili diğer problemlerinde de artış olduğunu belirtmiştir. Kullanıcılar yalnızlıklarını ve hayat ile ilgili sorunlarını azaltmak için ya da sorunlarından kaçmak için bir araç olarak interneti kullanmaktadırlar.

Sum ve diğerlerinin (2008), yaptığı araştırmada, internette harcanan zaman ile yalnızlık arasında ilişki bulunmuştur. Akraba ve arkadaş ilişkileri zayıf olan kullanıcıların, interneti daha sık kullandığı belirtilmiştir. Yalnız bireyler, aidiyet duygusunu tatmak, arkadaşlıklar kurmak ve sosyal hayatlarını geliştirmek, aktif olabilmek için bazı çevrimiçi sosyal aktivite gruplarına katılırlar. Sosyal etkileşim özellikle yalnız olan bireyler için çekici olabilecek çevrimiçi yollara dönüşür. Birçok yalnız birey için bu durum internet kullanımının artışına ve kişilerin yaşamlarında internet ile ilgili problemlerin doğmasına yol açar (Morahan ve Schumacher, 2003:433).

Coget ve diğerleri (2002), sosyal alanda yalnız olan bireylerin, interneti kullanarak farklı arkadaşlıklar kurduklarını ve yalnızlık duygularını bu şekilde gidermeye çalıştıklarını belirtmiştir. Fakat normal hayatta arkadaşların ve sosyal çevrenin olmaması, bireyi çevrim içi arkadaşlığa yönelmekte ve bu durumda kullanıcıları memnun etmemekte, yalnızlıklarını da arttırabilmektedir.

Seepersad (2004)'ın yaptığı araştırmaya göre pasif, çekingen, sosyal iletişimi zayıf olan kullanıcıların internet kullanım oranlarının daha yüksek olduğu; kullanıcıların yalnızlığıyla başa çıkmak, eğlenmek için internete daha sık bağlandıkları belirlenmiştir. Martin (1999) internet kullanımının yalnız bireyler üzerindeki olumlu ve olumsuz yönlerine değinmiştir. Yalnız bireylerin, internet ortamında çevrimiçi sohbet etmeleri, arkadaşlıklar kurmaları ve paylaşımlarda bulunmaları kullanıcıların sosyal dünyasını genişletmekte ve bu yolla da

kullanıcıların özsaygıları gelişebilmektedir. Ayrıca internet ortamında kazanmış oldukları sosyal becerilerini dış dünyaya transfer edebilirler. Buna karşılık, internet ortamında kullanıcının gerçek kimliği değişebilmektedir. Kullanıcılar bu yolla dış dünyadan izole olabilmekte ve daha yalnız bireyler haline gelebilmektedir. Bu durum da bireylerin daha da mutsuz olmasına neden olmaktadır.

Moody (2001)'e göre, duygusal yalnızlığı bulunan kullanıcıların çevrimiçi internete girme oranı daha yüksektir. Kullanıcılar sosyal yalnızlığını gidermek, sosyal gruplarla iletişim kurmak, çevrimiçi sohbet etmek, e-posta göndermek için interneti daha sık kullanmaktadırlar. Fakat online iletişimde kalite düşük olmakta ve yüz yüze arkadaş ilişkilerindeki gibi güçlü bağlar kurulamamaktadır.

Morahan ve Schumacher (2003), yalnız insanların online olarak daha fazla vakit geçirdikleri, daha fazla e-posta kullandıkları, interneti duygusal destek amaçlı olarak kullandıkları, internet iletişiminin anonimliğinden hoşlandıkları için internet iletişimini yüz yüze iletişime tercih ettikleri ve internet iletişimlerini sakladıklarını belirtmişlerdir. Yalnız bireylerin, interneti diğerlerinden daha fazla kullanarak yalnızlık ile ilgili olumsuz ruh hallerini düzelttikleri tahmin edilmektedir. Sonuç olarak yalnız bireylerin diğerlerinden daha fazla internet kullanımları sonucu, sanal ortamda hissettiklerini dile getirmede diğer insanlardan daha rahat oldukları tahmin edilmektedir.

2.6.3. Öz- Yeterlik

Öz-yeterlik, Sosyal Öğrenme Kuramına dayanmaktadır. Bandura'ya göre öz-yeterlik, davranışların oluşmasında etkili olan bir niteliktir ve "Bireyin, belli bir performansı göstermek için gerekli etkinlikleri organize edip, başarılı olarak yapma kapasitesi hakkında kendine ilişkin yargısı" olarak tanımlanmaktadır (Bandura, 1997; Akt: Aksu, 2008). Bir başka deyişle, öz yeterlik, bireyin belirli bir alanda, beklenen bir ya da bir dizi davranışı gerçekleştirmek için gereksinim duyacağı becerilere ne ölçüde sahip olduğuna ilişkin inancıdır (Özerkan, 2007:29). Ayrıca bu inancın insan yaşamında önemli bir yere sahip olan bilişsel süreçleri, motivasyonel süreçleri,

duygusal süreçleri ve seçim yapma süreçleri gibi dört temel psikolojik süreci de etkilediği belirtilmektedir (Bandura, 1997; Akt: Akbaş ve Çelikkaleli, 2006). Bu açıdan bakıldığında, algılanan öz-yeterlik inancının yüksek olması, bireylerin kendilerine daha yüksek hedefler oluşturmaya ve verdikleri kararlarda tutarlı olmalarını sağlayarak, onların bilişsel süreçlerinin ve motivasyonlarının daha da yüksek olmasını etkileyebilmektedir (Locke ve Latham, 1990; Akt: Aksu, 2008).

Öz-yeterlik; algılanan, gözlenen bir beceri değildir. Bazı şartlar altında bireyin becerileri ile ne yapabilirim sorusuna verdiği cevap ile ilgili duyduğu içsel inançtır. Yani, bireyin durumlarla mücadele etmede ve bunu değiştirmede; yeteneklerini ve becerilerini koordine etmek amacıyla yapabilecekleri hakkındaki inancıdır. Aynı zamanda öz-yeterlik inancı, davranış hakkında basit bir kestirim aracı, inançlar ve nedensel özellikler değildir. Nedensel özellikler, olaylarla açıklanır. Oysa öz-yeterlik inancında vurgulanan, bireyin ne yapabileceğinin kapasitesidir (Umaz, 2010).

Leithwood (2007) öz yeterliğin, bir kişinin yetenek veya kapasitesine ilişkin inancı olduğunu belirtirken, kişinin öz yeterlik algısının bir kişinin gerçek yeteneği veya kapasitesi olmadığına işaret etmiştir. Bir kişi herhangi bir davranışa ilişkin olarak kendi performansını yeterli görüyor olabilir ama gerçekte ortaya koyduğu performans yetersiz olabilir. Bunun tersi de söz konusu olabilir. Örneğin mükemmeliyetçi ve sürekli daha iyinin arayışında olan bir kişi performansını yeterli görmeyebilir. Ancak bu kişinin ortaya koyduğu performans esasında oldukça iyi olabilir. Bu nedenle öz yeterliğin algısal bir durum olduğu, kişinin gerçek performansının düzeyiyle tam olarak tutarlı olmayabileceği söylenebilir.

Öz-yeterlik yapısı farklı özelliklere sahiptir. Bu nitelikler önemlidir; çünkü bunlar, diğer yapılarla karşılaştırma yapmayı sağlar ve öz-yeterlik yargılarını nasıl ölçeceğimiz ile ilgili ipuçları verir. Birincisi öz-yeterlik yargıları, kişilik ya da psikolojik özelliklerden daha çok, aktiviteyi gerçekleştirme kapasitesine odaklanır. Diğer bir deyişle öz-yeterlik “Neden hoşlanıyorum?”dan daha çok “Bir şeyi ne kadar iyi yapabiliyorum?” sorusuna hitap eder. İkincisi öz-yeterlik algıları farklıdır; çünkü

onlar sadece alana özgü olmayıp duruma ve göreve özgüdür. Duruma özgülüğe gelince, öğrenci işbirliğinden daha çok rekabete dayanan sınıf yapılarında matematik öğrenmek için düşük yeterlik algısını ifade edebilir. Buna rağmen, öz-yeterlik ölçümlerinin doğası çok boyutludur; çünkü özel bir alandaki görev ve aktiviteleri içerir. Örneğin; kişi toplama ve çarpma problemlerini çözme yeteneği ile ilgili duygularını söyleyebilir fakat çıkarma ve bölme problemlerini çözmeye yönelik düşük yeterlik algısına sahip olabilir. Bu çok boyutlu analiz, öz-yeterliği değerlendirmede mikroanalitik niteliklere ışık tutar. Öz-yeterliğin üçüncü niteliği performansı gerçekleştirmeye dayalı olmasıdır. Örneğin; öğrencilerin akranlarından daha iyi nasıl yazabileceklerinden daha çok, özel bir performans seviyesinde ne kadar iyi makale yazabilecekleri ölçü alınır. Son olarak, öz-yeterlik inançları önceki özel görev ve aktiviteler ile ilgili değerlendirmelerdir. Önceki özellikler nedensel yapı içerisindeki yeterlik algısının rolünü değerlendirmek için gerekli olan yöntemi, geçici olarak sağlar (Telef, 2011).

Öz-yeterlik, zamanla deneyimler aracılığıyla gelişen bir inançtır. Bireylerin ne yapabilecekleri konusunda öz yeterliliklerini doğrudan deneyim yoluyla geliştirebildikleri gibi, diğer insanları gözlemlemeleri ya da başkalarının yorumlarını dinlemeleri yoluyla da geliştirilebilirler. Bireyin öz kavramı, zamanla değişebilen bir kavramdır ve bireyin yetenekli olduğu alanlara özgüdür. Örneğin; matematik alanında bir bireyin öz kavramı yüksek olabilirken, fen alanında öz kavramı düşük olabilir. Öz-yeterliğin gelişimi, Bandura'nın Sosyal Öğrenme Kuramının özellikleriyle ilgilidir. Bu kurama göre, öz-yeterlik inancı, kendini yansıtmaya ve kendini gözlemlemede, ilişkilerin neden sonuçlarını anlamada kullanılan sembolik dil yoluyla etkilenir. Ek olarak bu bilişsel özellikleri, bir bireyin öz yeterlik gelişimini, çevreden aldığı sosyal tepkiler doğrudan etkiler (Lee ve Ko, 2010).

Öz-yeterlik inançlarının üretken bir şekilde düşünüp düşünmeme, kişisel zayıflık, iyimserlik ya da karamsarlık, aktivitelere yönelik ne kadar çaba harcandığı, zorluklar ile yüz yüze gelindiğinde sebat etme ve kendini motive edebilme, düşünce ve davranışlarını nasıl kontrol edeceği, stres ve depresyona yönelik incinebilirlik gibi insan yaşamının neredeyse birçok alanıyla ilgili olduğu deneysel kanıtlar tarafından desteklenmektedir. Bu yüzden öz-yeterlik inançları sonuçtan daha çok başarı

seviyesini güçlü bir şekilde etkileyebilir. Öz-yeterlik inançları bir de insanların sürdürmüş oldukları eylem akışının ve yaşamdaki tercihlerinin kritik belirleyicisidir. Tipik olarak, insanlar kendilerini yetenekli hissettikleri aktivitelerle ilgilenirler ve yapamayacakları şeylerden kaçınırlar. Bu durum lise ve kolej seviyesinde genç insanların akademik tercihlerine ulaşmalarını sağlar (Pajares, 2005).

Öz-yeterlik insan davranışını birkaç yolla etkiler: Birincisi, davranış seçimine etki eder. İnsanlar yetenekli olduğu ve kendilerine güven duydukları görevler ile meşgul olurken, yetenekli olmadıkları ve kendilerine güvenmedikleri görevlerden kaçınırlar. İkincisi; öz-yeterlik, insanların anksiyeteye yönelik ne kadar çaba harcayacaklarını ve ne kadar uzun süre sebat gösterebileceklerini belirlemelerine yardımcı olur. Üçüncüsü; öz-yeterlik, inançları, kişinin düşünce modellerini ve duygusal tepkilerini etkiler. Düşük öz-yeterliğe sahip insanlar bir şeyin olduğundan daha zor olduğuna inanabilir, bu inançları stresi artırabilir ve kişinin problemi çözmeye yönelik dar bir vizyona sahip olmasına neden olabilir (Kumar ve Lal, 2006).

Öz-yeterlik bir çalışma alanını isteyerek seçme, o işi başarabilmek için büyük bir motivasyon hissetme, çaba gösterme ve o çalışma üzerinde zaman harcama gibi sonuçları doğurmaktadır (Yılmaz ve diğer., 2012). Ancak Bandura (1997; Akt: Yılmaz ve diğer., 2012), bireyin bir işi başarabilme ile ilgili inancının başarılı bir yaşantı sonucu yükselmesinin, o iş ile paralel olan diğer alanlardaki öz-yeterlik inancının yükselmesini sağlayabileceği üzerinde durmaktadır.

Öz yeterlik hissi ne kadar güçlü olursa, o kişide o kadar çok çaba, ısrar ve direnç olur. Aynı zamanda yeterlilik inançları bireylerin düşünme biçimlerini, problem çözme becerilerini ve duygusal tepkilerini etkiler. Öz-yeterliğe yeterince sahip olmayan insanlar, olayların görüldüğünden zor olduğunu düşünürler, her şeye dar bir görüş açısından bakarlar ve karşılaştıkları problemleri çözemezler. Fakat öz-yeterliği yüksek olan insanlar zor işlerde ve olaylarda rahatlık duygusu içinde daha güvenli ve güçlü olurlar (Kaptan ve Korkmaz, 2001).

Algılanan öz- yeterliği yüksek olan birey, herhangi bir işin üstesinden gelebilmek için düşük olan bireylere göre daha çok çaba harcar, daha ısrarlı ve sebatkârdır. Ayrıca algılanan öz-yeterliği yüksek olan birey, herhangi bir şeyi denemekten, yaşantı geçirmekten; öz-yeterliği düşük olana göre daha az korkar. Algılanan öz yeterliği yüksek olan insanlar, çevreyi daha çokkontrol edebileceğinden olayların üstesinden gelebilirler ve dolayısıyla da yeni şeyleri denemekten korkmazlar (Senemoğlu, 2004: 231).

Öğrencilerin başarılı olmalarının, onların öz-yeterlik algıları ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. Yapılan araştırmalara göre öz-yeterlik inancının akademik başarıyı arttırdığı gözlenmiştir. Yani, öz-yeterlik ile öğrenci başarısı arasında bir ilişkinin olduğu saptanmıştır (Akbaba, 2004: 63).

Öz-yeterlik düzeyi, bireyin psikolojik sağlığı ile de yakından ilişkilidir. Yoğun duygusal yaşantı geçiren bireylerde öz yeterlik algılarının yüksek olması, bu yaşantıyı en az zararla geçirmesinde olumlu bir etkiye sahiptir (Bauer ve Bonanno, 2001: 424-448).

Öz-yeterliğin ikinci bilgi kaynağı akranlardır. Çocuğun sosyal dünyası hızlı bir şekilde genişlediğinde, akranları kişinin yetenekleri ile ilgili önemli bir bilgi kaynağıdır. Bu çerçevede içerisinde yeni arkadaşlık deneyimleri onların kendi kişisel yeteneklerini onaylayıp geliştirebilir (Pastorelli ve diğer., 2001). Düşük sosyal yeterlik duygusu olumlu akran ilişkilerinde içsel engeller oluşturabilir. Bu yüzden, sosyal olarak kendini yetersiz gören çocuklar sosyal ortamlardan geri çekilir, akranları tarafından düşük kabul gördüğünü algılar ve düşük benlik değerine sahip olurlar. Bazen yüksek yeterlik duygusu, bazı davranış biçimlerinde sosyal bağlanmadan daha çok sosyal ayrılmaya sebep olabilir. Örneğin; çocuk, saldırganlığın istediği şeyi elde etmede etkili bir yol olduğunu algıladığında, kolayca saldırganlığa başvurabilir (Bandura, 1991).

Okul, öz-yeterliğin üçüncü bilgi kaynağıdır. Öğretmenler, çocuğun gelişimi esnasında entelektüel yeterliğinin şekillenmesinde, yeteneklerini belirlemede ve öz-

düzenleyici beceriler geliştirmesinde önemli katkıda bulunur. Eğitim- öğretimin nasıl yapılandırılacağı, öğretimin zorluğu ya da kolaylığı, performans hakkında geri bildirim, yarışma, sınıf etkinlikleri, öğretmenin ilgilenme şekli ve miktarı, okul değişiklikleri ergenin öz-yeterliği üzerinde birçok potansiyel etkiye sahiptir (Pastorelli ve diğer., 2001).

2.6.3.1. Öz Yeterlik ve İnternet Bağımlılığı

Aykut ve Ceyhan (2008), patolojik internet kullanımı konusunda yaptıkları araştırmada, bilgisayar öz yeterliğinin depresyon ve yalnızlığa göre patolojik internet kullanımını açıklamada daha düşük bir değişken olduğunu belirlemişlerdir. Bilgisayar öz yeterliği yüksek olan kullanıcıların patolojik internet kullanım oranlarının, öz yeterlikleri düşük olan kullanıcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Whitty ve McLaughlin (2007), öz yeterlikleri yüksek olan bireylerin, interneti kullanım oranlarının daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Bilgisayarda özel beceriler gerektiren programların kullanılması, müzik-videoların indirilmesi, çevrimiçi oyunların oynanması, çeşitli hobilerle ilgilenme ve internette sörf etmek öz yeterliği daha yüksek bireyler tarafından daha sık kullanılmakta olduğu belirtilmiştir.

2.7. Konuyla İlgili Yurtdışı ve Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar

Bu bölümde internet bağımlılığı ile ilgili yurt dışında yapılmış çalışmalardan daha sonra yurtiçinde yapılmış çalışmalardan söz edilecektir.

2.7.1. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar

Morhan-Martin ve Schumacher (2000), ergenlerde internet bağımlılığını araştırmışlardır, araştırmaya 277 ergen katılmıştır. Veri toplama aracı olarak, 13 maddelik patolojik internet kullanım anketi kullanılmıştır. Araştırmada, 4 ve daha

fazla maddeyi olumlu işaretleyen kullanıcılar patolojik internet kullanıcısı olarak değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda, katılımcıların %81'i patolojik internet kullanıcısı olarak belirlenmiştir. Erkeklerin kadınlara göre daha fazla interneti kullandıkları tespit edilmiştir. İnternette en sık kullanılan faaliyetler olarak: Yeni insanlarla tanışmak ve sohbet etmek, internette online oyun oynamak, kumar oynama ve sanal seks olarak belirlenmiştir.

Andrade (2003), internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırmaya, yaş aralığı 12-16 olan 82 öğrenci katılmıştır. Araştırmada, internet bağımlılığı ile sosyal destek ve yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Fakat sosyal destek azaldıkça, depresyonun arttığı belirlenmiştir. Araştırmada internette en çok kullanılan faaliyetler olarak: Mesajlaşma, internette bilgi okuryazarlığı, online oyun oynama, online sohbet etme olarak belirlenmiştir.

Chak ve Leung (2004), ergenlerde internet bağımlılığının utangaçlık ve kontrol odağı ile ilişkisini araştırmışlardır. Araştırmaya 722 kişi katılmıştır. Katılımcıların %36'sı erkek, %64'ü kadın olarak belirlenmiştir. Katılımcıların yaş aralığı 12-26 olarak tanımlanmıştır. Veri toplama aracı olarak: İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Utangaçlık Ölçeği, Kontrol Odağı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada katılımcıların %14,7'sinde internet bağımlılığı tespit edilmiştir. Araştırmada utangaç katılımcıların daha çok online oyun, online haber, e-posta kullanımı, online sohbet gibi internet etkinliklerini yoğun bir şekilde kullandıkları belirlenmiştir. Kontrol odağı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İnternette geçirilen zaman, online oynanan oyunlarda sınırlama, kişinin kendisini kontrol etmesiyle ilişkili bulunmuştur.

Ng ve Hastings (2005), internette online oyun bağımlılığını araştırmışlardır. Araştırmada, internet yoluyla anket yollanarak katılımcıların doldurması istenmiştir. Gönderilen ankete toplam 91 kişi yanıt vermiştir. Veri toplama aracı olarak: Kişisel Bilgi Formu, Oyun ve Oyun Alışkanlıklarıyla İlgili Anket kullanılmıştır. İnternette haftalık online oyun oynama zamanı olarak, katılımcıların %13'ü 7-10 saat, %25'i 11-20 saat, %34'ü 21-40 saat, %11'i 40 saat ve üstü zaman geçirdiklerini belirlemişlerdir. Katılımcılar online oyun oynayarak, oyun arkadaşlarıyla sohbet

ederek zaman geçirmenin daha eğlenceli olduğunu belirtmişlerdir. Katılımcıların yalnızlıklarını gidermek ve öz güven kazanmak için de oyun oynadıkları belirlenmiştir. Online oyun oynama ile parasal sorunlar arasında ise herhangi bir ilişki bulunmamıştır.

Ha ve diğer.(2007), ergenlerde internet bağımlılığı ile depresyon arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırmaya 452 (259 erkek ve 193 kadın) kişi katılmıştır. Tüm katılımcıların günlük internet kullandıkları belirlenmiştir. Erkeklerde kızlara göre internet kullanımı daha yüksek bulunmuştur. Araştırmada 131 (% 29) kişide hafif düzeyde internet bağımlılığı, 8 (%1,8) kişide ise şiddetli derecede internet bağımlılığı görülmüştür. İnternet bağımlılığı ile yaş farklılıkları arasında ise anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Araştırmada sigara bağımlısı olan katılımcıların internette daha fazla zaman geçirdikleri ve internete en fazla girilme amacı olarak, internette online oyun oynama tercih edilmiştir. Araştırmada alkol bağımlılığı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir. Depresif belirtiler internet bağımlılığı için en önemli belirleyici olarak görülmüştür.

Siomos ve diğer. (2008), Yunan ergen öğrencilerinde internet bağımlılığı konusunda araştırma yapmıştır. Araştırmaya 85 okul, 120 sınıfta okuyan toplam 2200 kişi katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Ergen Demografik Özellikler anketi ve İnternet Bağımlılığı Ölçeği Kullanılmıştır. Araştırmada ergenlerin %70,9'unun internete erişim ve interneti kullanma olanağının olduğu belirlenmiştir. Çalışmaya katılanların %61,4'ünün haftada en az bir kez interneti kullandığı, % 5,8'inin ise haftada 20 defadan fazla internete girdiği belirlenmiştir. İnternet bağımlılığı sıklığı toplam örneklem içerisinde %5,9 (erkeklerde %4,4, kızlarda %1,5) oranında olduğu görülmüştür. İnternet kullanıcılarının e-posta kullanımı, oyun oynama, sohbet etme, haber okuma gibi konularda interneti daha sık kullandıkları belirlenmiştir.

Yu Yen ve diğer. (2008), Tayvan'da, internet bağımlılığı ile ergenlerdeki psikiyatrik belirtiler arasındaki ilişkiler ve madde kullanımlarıyla karşılaştırma ile ilgili araştırma yapmışlardır. Araştırmaya toplam 3662 (2328 erkek, 1334kadın) öğrenci katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 15.4 ve yaş aralığı 11-21 olarak belirlenmiştir. Veri toplama aracı olarak: Kısa Semptomlar Envanteri, Chen İnternet

Bağımlılığı Ölçeği, Madde Kullanım Deneyimi Anketi kullanılmıştır. Araştırmada katılımcıların 733 (%20,8)'ünde internet bağımlılığı olduğu belirlenmiştir ve internet bağımlısı olanların 322 (%9,2)'sinde daha önce madde kullanımı olduğu belirlenmiştir. Araştırmada, internet bağımlılığı puanları ile madde kullanım puanları arasında anlamlı bir ilişki görülmüştür. Araştırmada internet bağımlılığı puanları yüksek olan ergenlerde; yüksek düzeyde depresyon, fobik anksiyete ve ek semptomlar yüksek; kaygı oranları düşük bulunmuştur.

Jang ve ark. (2008), Koreli ergenlerde internet bağımlılığı ve yaşanan psikiyatrik belirtilerini araştırmışlardır. Araştırmaya 7. ve 12. sınıfta okuyan, yaş ortalaması 13,9 olan toplam 912 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak: İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Belirti Tarama Listesi (SCL 90-R) kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, kullanıcıların %90,1'inin evde internet kullanım olanağının olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların %38,1'i internet üzerinde oyun oynamayı, %36,9'u kişisel bilgi arama, %25'i ise akranlarıyla sohbet-iletişim amacıyla interneti kullandıkları belirlenmiştir. Araştırmada internet bağımlılığı ile şiddet, obsesif-kompulsif davranış, kişiler arası duyarlılık, depresyon ve düşmanlık arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Yen ve diğer. (2009), Tayvanlı 2619 öğrenci ile internet bağımlılığı üzerine araştırma yapmıştır. Araştırmaya 877 erkek ve 1742 kadın katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Chen İnternet Bağımlılığı ölçeği kullanılmıştır. Araştırmaya göre öğrencilerin %12,9'unun internet bağımlısı olduğu ve bağımlılık durumun erkeklerde %20, kızlarda % 9,4 olduğu saptanmıştır.

Lam ve diğer. (2009), ergenlerde internet bağımlılığı ve ilişkili faktörler konusunda araştırma yapmışlardır. Araştırma, Çin'de yaşları 13 ile 18 olan 1618 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Araştırmada, Young tarafında geliştirilen İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, katılımcıların 1392 (%89,2)'si günlük kullanıcı olduğu, 158 (%10,2)'nin orta derecede internet kullanıcısı olduğu ve 10 (%0,6)'unun ciddi internet bağımlısı olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların %45,1'nin interneti eğlence amaçlı kullandıklarını, %19,9'nun bilgi edinme amacıyla kullandıkları ve %15,8'inin ise okul arkadaşlarıyla görüşme ve iletişim amacıyla

kullandıkları belirtilmiştir. Araştırmada erkeklerin interneti kullanım oranı, kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur.

Leung ve Lee (2011), internet bağımlılığının, internette bilgi okur-yazarlığı, ebeveyn stilleri, internet faaliyetleri ve internetteki riskler arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırmaya, Hong Kong'da bulunan 9-19 yaş aralığında 718 ergen katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak: İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Ebeveyn Tarzları Ölçeği, Bilgi Okur-Yazarlığı Anketi, Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada, internette bilgi okur-yazarlığı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Özellikle yayın ve teknoloji okur-yazarlığı, bilgi okur-yazarlığının internet bağımlılığı olasılığını arttırdığı belirlenmiştir. Ebeveyn tutumları ile internet bağımlılığı arasında da anlamlı bir ilişki saptanmıştır. İnternete girme konusunda herhangi bir sınırlama getirmeyen ebeveynlerin çocuklarının, internet bağımlısı olma durumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. İnternet bağımlılığı indeksi ile taciz, şiddet, pornografik içerik arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ergenlerin internet yoluyla pornografi, şiddet, siber zorbalığa maruz kalma durumlarının yüksek olduğu belirtilmiştir.

Yu Yen ve diğer. (2011), internet bağımlılığının, online aktivitelerin ve depresyonun düşmanlık üzerindeki etkilerini araştırmışlardır. Araştırmaya Tayvan'dan 2262 (1074 erkek, 1188 kız) öğrenci katılmıştır. Veri toplama aracı olarak: Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Depresyon Ölçeği, Buss-Durkee Düşmanlık Envanteri kullanılmıştır. Araştırmada, internet bağımlılığı ve depresyon puanları ile gerçek dünya ve online ortamdaki düşmanlık arasında, pozitif bir ilişki saptanmamıştır. İnternet üzerinden online sohbet, bilgi alışverişi, oyunlar bireyler arasında bir iletişim sağladığından düşmanlığı azalttığı belirtilmiştir. Katılımcıların, interneti daha çok online iletişim kurma, sohbet etme, oyun oynama ve diğer etkinlikler için kullanıldığı belirlenmiştir.

Guo ve diğer. (2012), internet bağımlılığı ve depresyon arasındaki ilişkiyi, Çin'de göçmen olan, ebeveynleri ölmüş veya boşanmış çocuklarda araştırmışlardır. Araştırmaya yaş aralığı 8-17 olan 3254 çocuk katılmıştır. Veri toplama aracı olarak: İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Çocuklar için Depresyon Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu

kullanılmıştır. Araştırmada internet bağımlılığı ile depresyon arasında anlamlı olarak yüksek bir ilişki saptanmıştır (internet bağımlılığı %28, depresyon %13,3). Ayrıca araştırmada beslenme durumu, kişisel sağlık durumu, sigara içme alışkanlığı ile depresyon arasında ilişki saptanmıştır.

Jlang ve diğer. (2012), Çin’de 697 (382 erkek ve 315 kız) öğrenci ile araştırma yapmışlardır. Veri toplama aracı olarak: İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Üç Boyutlu Kişilik Envanteri kullanılmıştır. Araştırmada internet bağımlılığı yaygınlığı %6,9 (48 kişi) bulunmuştur. Araştırmacıların yenilik arayışları, zarardan kaçınma boyutları ve ödül bağımlılığı boyutları ile internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Araştırmada internet kullanımı ile erkek cinsiyet, genç yaş, sigara ve alkol kullanımı arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır.

Israelashvili ve ark. (2012), İsrail’de ergenlerin internet bağımlılığını çeşitli değişkenlere göre araştırmışlardır. Araştırmaya toplam 278 öğrenci katılmıştır. Katılımcıların %51,5’i erkek, %48,5’i kadındır. Araştırmaya her okul türünden öğrenci seçilmiştir. Katılımcıların %87,6’sı internette evde ulaşabildiğini, %12,4’ü ise okul ve akrabalarının yanında internete girdiklerini bildirmişlerdir. Araştırmada internet bağımlılığı kriterine uyabilen öğrenci sayısı %6 olarak saptanmıştır. Erkeklerin internet kullanımı kızlara göre daha yüksek bulunmuştur. Araştırmada ergenlerin ego gelişimi, öz bilinç puanları ile internet bağımlılığı puanları arasında ilişki bulunmuştur. Yüksek öz benlik kavramı ve gelişmiş egoya sahip katılımcıların, internet bağımlılığı puanlarında anlamlı bir azalma saptanmıştır.

Wang ve diğer. (2012), Çin’de ergenlerin internet bağımlılığı düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemişlerdir. Araştırmaya 13-24 yaş aralığında 9532 kişi katılmıştır. Katılımcıların %50,5’i erkek ve % 49,5’i ise kadından oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak: İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların % 7,5 (n=712)’i internet bağımlılığı kriterlerine uygun bulmuştur. Erkeklerde bağımlılık düzeyinin kadınlardan daha fazla olduğu belirlenmiştir. Araştırmada internet bağımlısı olmayan kullanıcıların, internet bağımlısı olan kullanıcılara göre benlik saygısı, yaşam doyum düzeylerinin daha yüksek olduğu ve bu iki grup arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir.

Hawi (2012), Lübnan’da ergenlerde internet bağımlılığını araştırmıştır. Araştırmaya anketlerin tamamını cevaplayan 817 kişi katılmıştır. Katılımcıların %43’ü erkek, %57’si kadından oluşmuştur. Araştırmada katılımcıların internet kullanım seviyelerine göre, %21,8’inde internet bağımlılığı yok, %39,2’si hafif düzeyde kullanıcı, %34,9’u orta düzeyde kullanıcı ve %4,2’si yüksek düzeyde internet bağımlısı olarak belirlenmiştir. Aşırı internet kullanıcıların %74,5’i 12-16 yaş aralığında bulunan ergenlerden oluşmaktadır. İnternet bağımlılığı bulunanların %52,9’u devlet okullarında, %47,1’i özel okullarda okumaktadır. Katılımcıların günlük olarak ortalama 3 saati internette geçirdikleri belirlenmiştir. Bu durum ise özellikle öğrencilerde akademik problemlere, fiziksel sorunlara yol açabilmektedir. Yine çok yüksek oranda internet kullananların günlük internette zaman geçirme saati hafta içi günlük 6,5 saat, tatil günlerinde ise 10 saat olabilmekte ve ergenlerin kötü zaman yönetimine, uykusuzluğa neden olabilmektedir. İnternetteki faaliyetlerin dağılımına bakıldığında katılımcıların %84,2’sinin iletişim amaçlı interneti kullandığını, %65,7’ sinin bilgi, araştırma ve mesajlaşma için interneti kullandığını, %51,2’sinin eğlence, müzik, film ve oyun amacıyla interneti kullandıkları ve %4,6’sının ise diğer amaçlar için interneti kullandıklarını bildirmişlerdir. Katılımcıların %2,1’i facebook, %1,2’si pornografi, % 0,1’i alışveriş için interneti kullanmakta. Araştırmada her iki cinsiyet için de internetteki faaliyetler arasında en çok tercih edilen, iletişim ve mesajlaşma olmuştur. Akademik performansı yüksek öğrencilerin, internet faaliyeti olarak iletişim ve mesajlaşmayı daha çok kullandıkları; akademik başarıları düşük öğrencilerin ise internet faaliyeti olarak oyunu tercih ettikleri görülmüştür. Araştırmada erkeklerin, kadınlara göre daha fazla internet bağımlısı oldukları belirlenmiştir. Seks ve internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Okul başarıları ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Okul performansı düşük olan katılımcıların internet bağımlılığının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

2.7.2. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar

Bayraktar (2001) internetin ergenlerin gelişimindeki etkisini incelemeyi amaçladığı çalışmasını Kuzey Kıbrıs’ta yaşayan 12-17 yaş aralığındaki 686 öğrenci

ile gerçekleştirmiştir. Araştırmada Young (1998) tarafından geliştirilen, İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin dilimize uyarlanması yapılarak, internet bağımlılığının değerlendirilmesinde bu ölçek kullanılmıştır. Ayrıca araştırmasında Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda internetin çoğunlukla erkek ergenler ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki kişiler tarafından kullanıldığı bulunmuştur. Sosyo-ekonomik düzey arttıkça internet kullanımı da artmaktadır. İnternet kullanan ergenler interneti çoğunlukla eğlence ve iletişim amaçlı kullanmaktadırlar. Araştırmada internet problemleri internet kullanımı da ele alınarak internet kullanan ergenlerin % 1,1'inin internet bağımlısı olduğu bulunmuştur. İnternet bağımlılığı ile depresyon arasında bir ilişki bulunmasına rağmen, bu ilişkinin yönü belirlenememiştir.

Cengizhan (2005), aşırı internet kullanım oranını belirlemeye çalışan bir araştırmada, öğrencilerin sorun olarak nitelendirdikleri bulgular üzerinde durmuştur. Çalışma, bilgisayar ve internet kullanımlarının üst düzeyde olduğu düşünülerek Marmara üniversitesi öğrencilerinden 57 kişilik çalışma grubu üzerinde yürütülmüştür. Bulgulara bakıldığında; 54 kişinin (%95) evinde bilgisayar olduğu belirlenmiştir. İnternet kullanımı nedeniyle yaşadıkları olumsuzlukları sorulduğunda; 29 kişi (%50) zaman kaybı, gereksiz işler için zaman harcama gibi nedenler belirtmiş, en önemli gördükleri sorunu zaman olarak belirlemişlerdir. Bununla birlikte diğer işler için (ders çalışma, ödevler, projeler, vb.) zaman ayıramadıklarını ifade etmişlerdir.

Baytemir (2006), ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin bazı demografik özelliklerine, algıladıklarına ve sosyal destek düzeylerine göre interneti kullanma amaçlarını araştırmıştır. Araştırmaya, 329 ilköğretim öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak: Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada, interneti eğlence amacıyla kullanan öğrencilerin, internet kullanma sürelerine göre algıladıkları sosyal destek düzeylerinin anlamlı olarak değişmediği bulunurken, eğlence dışında internet kullanan öğrencilerin internet kullanma süreleri ile algıladıkları sosyal destek düzeyleri anlamlı bulunmuştur. Öğrencilerin ailelerinden, arkadaşlarından ve öğretmenlerinden algıladıkları sosyal

destek düzeyi ile interneti eğlence ya da eğlence dışı amaçlarla kullanma arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. İnternette ödev yapmak için erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre interneti iki kat daha fazla kullandıkları belirlenmiştir (%68 – %32). Bunun yanında interneti eğlence amacıyla kullananların %35'inin ayrıca ödev yapmak amacıyla da interneti kullandıkları, eğlence dışındaki amaçlarla kullananlarda bu oranın %75 olduğu belirlenmiştir. İnterneti eğlence amacıyla kullananların %83'ü ayrıca interneti sohbet amacıyla kullandıkları, eğlence dışında amaçlarla kullananların ise sadece %8'inin sohbet amacıyla interneti kullandıkları belirlenmiştir. Sohbet amacı ile internet kullanımının kızlara göre erkek öğrenciler arasında dört kat daha fazla (%81 - %19) olduğu belirlenmiştir.

Kurtaran (2008), internet bağımlılığını yordayan değişkenleri araştırmıştır. Araştırmaya, 650 lise öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak: İnternet Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği, Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, depresyon, yalnızlık ve benlik saygısı değişkenlerinin, internet bağımlılığını çok az açıkladığı belirlenmiştir. Araştırmada, internet bağımlılığının, benlik saygısının negatif yönde; yalnızlığın ise pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı, ancak depresyonun internet bağımlılığını anlamlı olarak yordamadığı belirlenmiştir.

Günüç (2009), internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırmaya 754 lise öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların yaş aralığı 14-20 olarak belirlenmiştir. Araştırma sonucunda, internet bağımlısı grubunda 76 (%10,1) birey, bağımlı olmayan grupta 257 (%34,1) birey, bağımlılık eşiği grubunda 222 birey, risk grubunda (olası bağımlı) 199 birey bulunmuştur. Araştırmada erkeklerin kızlara göre bağımlılık düzeyi daha yüksek bulunmuştur. İnternet bağımlılığı ile anne-baba öğrenim durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Sigara kullanan bireylerin, sigara kullanmayan bireylere göre daha fazla internet bağımlısı olduğu ve ailenin ekonomik gücü arttıkça internet bağımlılığının daha arttığı belirlenmiştir.

Kullanıcıların, internet kullanım amacı olarak en sık bilgi araştırmasını kullandıkları belirlenmiştir. Ayrıca sohbet, pornografi ve oyun da kullanım amaçları arasında tercih edilmiştir. Katılımcıların, günlük 1 ile 3 saat interneti kullandıkları belirlenmiştir. Bağımlı olan grubun ise günlük ortalama 4,3 saat interneti kullandığı belirlenmiştir. Çalışma sonunda yüksek güvenilirlik ve geçerliliğe sahip internet bağımlılığı ölçeği geliştirilmiştir.

Yücel (2009), ergenlerde akran ilişkileri ve yalnızlık düzeylerinin evde internet kullanımına etkisini araştırmıştır. Araştırmaya 300 ergen katılmıştır. Veri toplama aracı olarak: Genel Bilgi Formu, Akran İlişkileri Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmada, internet kullanım amacı olarak katılımcıların 46'sı eğitim, 27'si eğlence, 12'si sohbet amaçlı, 32'si bilgi edinme amacıyla interneti kullandıklarını açıklamışlardır. Araştırmada, ergenlerin internet kullanım amaçları ile yalnızlık puan ortalamaları arasında ilişki saptanmıştır. Araştırma sonucunda, ergenlerin akran ilişkileri, yalnızlık düzeyleri ile evlerde internet kullanımları arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Araştırmada, evinde internete sahip olan ergenlerin, arkadaşları ile olan ilişkilerinin olumlu olarak geliştiği, arkadaşlarına daha bağlı, arkadaşlarına güven duyabilen ve karşılıklı özdeşim kurabilen kişiler oldukları, dolayısıyla yalnızlık düzeylerinin azaldığı belirlenmiştir.

İnan (2010), ilköğretim II. kademe ve ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığını araştırmıştır. Araştırmaya, 524 öğrenci katılmıştır. Katılımcıların %52,5'i kadın, % 47,5'i erkeklerden oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak: Kişisel Bilgi Formu ve İnternet Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, katılımcıların 2'si (%0.4) internet bağımlısı, 48'i (%9.2) semptom gösterenler (olası bağımlı veya risk altında olanlar), 474'ü (%90.5) semptom göstermeyen olarak bulunmuştur. İnternet bağımlılığı oranının erkeklerde daha yüksek olduğu, evlerinde internet bağlantısı bulunan katılımcıların, interneti daha sık kullandıkları ve annenin eğitim düzeyi arttıkça katılımcılarda internet bağımlılığının arttığı belirlenmiştir. Katılımcıların interneti en çok oyun ve online sohbet için kullandıkları belirlenmiştir.

Taıyıldız (2010), lise ğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin bazı değişkenlere göre yordamasını araştırmıştır. Araştırmaya, 807 lise ğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak: İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, İletişim Becerileri Envanteri kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, algılanan sosyal destek ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu, sosyal destek arttıkça internet bağımlılığının azaldığı belirlenmiştir. İletişim becerileri arttıkça internet bağımlılığının azaldığı, kendini ifade etme, karşılıklı iletişim azaldıkça internet bağımlılığının arttığı saptanmıştır. Akademik not ortalaması düşük olan katılımcıların internet bağımlılıklarının daha yüksek olduğu ve erkeklerin kadınlara oranla daha fazla internet kullandığı araştırmada belirlenmiştir.

Esen (2010), ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenleri araştırmıştır. Araştırmaya 700 lise ğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak: İnternet Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Yaşam Doyum Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, katılımcıların %3,2'inde internet bağımlılığı olduğu belirlenmiştir. Bunların %56,5'i erkek, %43,5'i kadındır. Katılımcıların %16,7'sinin haftada 22 saatten fazla internette zaman geçirdikleri, %6' sının internete düzenli bir şekilde bağlanmadığı belirlenmiştir. Araştırmada, internet bağımlılığı ile romantik ilişkiler arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Fakat algılanan sosyal destek ve yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu araştırmada belirlenmiştir.

Canan (2010), üniversite ğrencilerinde internet bağımlılığı, disosiyatif belirtiler ve sosyodemografik özellikler arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırmaya, 1034 üniversite ğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak: Disosiyatif Yaşantılar Ölçeği, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Sosyodemografik Veri Formu kullanılmıştır. Araştırmada, 101 öğrencide internet bağımlılığı olduğu belirlenmiştir. 927 öğrencide ise herhangi bir internet bağımlılığı belirlenmemiştir. Araştırmada katılımcıların, 77'sinin websurf, 17'sinin e-posta, 156'sının video izleme, 603'ünün sohbet, 32'sinin ders çalışma, 149'unun oyun oynama amacıyla interneti kullandıkları belirlenmiştir. Araştırmada, alkol ve sigara kullanımı ile internet bağımlılığı arasında

anlamalı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca erkeklerin kadınlara göre daha fazla interneti kullandıkları belirlenmiştir.

Özkan (2010), ilköğretim II. kademe öğrencilerinin bilgisayar-internet kullanım durumlarını araştırmıştır. Araştırmaya, yaş aralığı 12-15 olan 444 öğrenci katılmıştır. Araştırma sonucunda, katılımcıların büyük bir çoğunluğunun okullarında bilgisayar derslerinin haftada 2 ile 3 saat aralığında işlendiği belirlenmiştir. Araştırmada, öğrencilerinin bilgisayar kullanma düzeyleri orta seviyede çıkmıştır. Bunun yanında katılımcıların bilgisayar kullanma seviyelerini, çok az oranda düşük seviyede buldukları belirlenmiştir. Öğrencilerin büyük bir kısmının evde ve okulda bilgisayar kullandığı belirlenmiştir. Öğrencilerin bilgisayarda interneti sıklıkla haftada 1 ile 3 saat arasında- kullandıkları belirlenmiştir. Araştırmada, öğrencilerin %49,3'ünün ödev yapma, %27,3'ünün oyun oynama, %12,6'sının sohbet etme, %8,3'ünün hobi, %2,5'inin diğer amaçlarla interneti kullandıkları belirlenmiştir.

Üneri ve Tanıdır (2011), bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirmesini araştırmıştır. Araştırmaya, yaş ortalaması 15.77 olan 211 lise öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak: Back Depresyon Ölçeği, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Sosyodemografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, katılımcıların %24,2'si internet bağımlısı olarak belirlenmiştir. Erkeklerin kadınlara göre daha bağımlı olduğu ve depresyon ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Araştırmada, sigara kullanımı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Özgün (2011), internet bağımlısı olan ve olmayan ergenlerde mizaç özellikleri ve psikiyatrik semptomların karşılaştırılmasını araştırmıştır. Araştırmaya, 303 lise öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak: Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Güçler ve Güçlükler Anketi kullanılmıştır. Araştırmada, katılımcıların 20 (%6,6)'sinde internet bağımlılığı belirlenmiştir. İnternet bağımlılarının %35'i kız, %65'i erkektir. Katılımcıların, sosyo-demografik özelliklerine göre, internet bağımlısı olanlarla olmayan olguların dağılımları açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Araştırmada internet bağımlısı olan ve

olmayan öğrencilerin anne ve babalarına ait özelliklerine göre dağılımlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Katılımcılarda yaşanan yer ve gelir düzeyi açısından internet bağımlılık durumu dağılımında, anlamlı bir fark bulunmamıştır. Katılımcıların yaşlarına göre internet bağımlılığında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Araştırmada, annelerin eğitim durumuna göre katılımcıların, internet bağımlılığı ölçek puanlarında anneleri lise ve üzeri eğitim seviyesinde olanların ölçek puanları diğerlerinden anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Babaların eğitim durumu açısından katılımcıların, babaları ilköğretim ve öncesi eğitim düzeyinde olanların ölçek puanları, lise ve sonrası olanlara göre anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. İnternet bağımlısı öğrenciler ile bağımlı olmayanlar arasında güçler güçlükler anket puanlarına göre toplam güçlük puanı ve davranış sorunları puanı internet bağımlısı öğrencilerde anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Buna karşılık duygusal sorunlar, akran sorunları, sosyal davranış, dikkat eksikliği ve hiperaktivite puanları açısından internet bağımlısı olanlarla bağımlı olmayanlar arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Ergenlerde internet bağımlılığı ölçek puanı ile depresif, siklotimik, hipertimik, irritabil ve anksiyöz mizaç puanları arasında pozitif yönde ve yüksek düzeyde korelasyon bulunmuştur. Ayrıca internet bağımlılığı ölçek puanları ile toplam güçlük puanı ve zorlukların yaşama etki puanı arasında pozitif yönde ve yüksek düzeyde, duygusal sorunlar, davranış sorunları ve dikkat eksikliği hiperaktivite puanları arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki bulunmuştur.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, araştırmada kullanılan ölçme araçları ve istatistiksel yöntemlere ait açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, betimsel yöntemli ilişkisel tarama modeli bir yordama çalışması niteliğindedir. Tarama modelleri, geçmişte var olmuş ya da var olan bir durumu mevcut şekliyle betimlemeyi amaçlayan modellerdir. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. Önemli olan anlaşılmak istenen durumu uygun bir biçimde belirlemektir (Karasar, 2005).

Betimsel araştırmalar, verilen bir durumu olabildiğince tam ve dikkatli bir şekilde tanımlarken ilişkisel araştırmalar iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden sonuç ile ilgili ipuçları elde etmek amacıyla yapılan araştırmalardır (Büyüköztürk ve diğer., 2009).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, 2012–2013 Eğitim-Öğretim yılı İzmir İli Buca İlçesinde bulunan devlet ilköğretim okullarının 6. 7. ve 8. sınıfında okuyan öğrencilerdir. Bu okullarda toplam 18.078 öğrenci öğrenim görmektedir (Buca İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü, 2013).

Araştırmanın örneklemini, Buca ilçesinde bulunan ilköğretim okullarında öğrenim gören 236'sı kız, 240'ı erkek olmak üzere toplam 476 öğrenciden oluşmuştur.

Araştırmanın örneklemini belirlenirken “Basit Tesadüfî Örneklem” yöntemi kullanılmıştır. Basit tesadüfî örnekleme evreni oluşturan her elemanın örneğe girme şansı eşittir. Dolayısıyla hesaplamalarda da her elemana verilecek ağırlık aynıdır (Arıkan, 2004:141).

Araştırma için uygun örneklemini belirleyebilmek amacıyla ilk olarak farklı büyüklükteki evrenler için $p=.05$ örneklem büyüklükleri tablosundan yararlanılmıştır. Söz konusu tabloda 10.000 kişilik evrende % 5'lik örneklem hatası ile çalışmak için gerekli örneklem büyüklüğü 370; 25.000 kişilik evrende % 5'lik örneklem hatası ile çalışmak için ise gerekli örneklem büyüklüğü 384 olarak belirtilmiştir (Baş, 2005). Bu araştırmanın evrenini de 18.078 ilköğretim öğrencisi oluşturduğu için araştırmada 476 öğrenciye ulaşılmıştır.

Örnekleme yer alacak ilköğretim öğrencilerinin belirlenmesinde ise bir random yöntemi olan ‘rastgele sayılar tablosu’ kullanılmıştır. Buna göre 80. Yıl Betontaş İlkokulu, Makbule Süleyman Alkan Ortaokulu, Kozağaç Ortaokulu, Ege İhracatçıları Birliği Ortaokulu, Süleyman Bilgen İlkokulu, Meşkure Şamlı Ortaokulu araştırmanın yapılacağı okullar olarak belirlenmiştir. Hedeflenen örneklem sayısına ulaşmak için de belirlenen okullardan her sınıf düzeyinde en az birer şube kura yöntemiyle seçilmiş ve toplam 476 öğrenci araştırma örneklemini oluşturmuştur. Örneklemin okullara göre dağılımı tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1
Örneklemin Okullara Göre Dağılımı

Okulun Adı	n (Sayı)	%(Yüzde)
80. Yıl Betontaş İlkokulu	65	14
Makbule Süleyman Alkan Ortaokulu	92	19
Kozağaç Ortaokulu	94	20
Ege İhracatçıları Birliği Ortaokulu	68	14
Süleyman Bilgen İlkokulu	86	18
Meşkure Şamlı Ortaokulu	71	15
Toplam	476	100

3.3. Veri Toplama Araçları

Verilerin elde edilmesinde “İnternet Bağımlılığı Ölçeği”, “Çocuklar İçin Öz-Yeterlilik Ölçeği”, “Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği”, “UCLA Yalnızlık Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

3.3.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Young (1996) tarafından, DSM - IV'ün "Patalojik Kumar Oynama" ölçütlerinden uyarlanarak oluşturulan "Tanı Anketi" daha sonra geliştirilmiş ve 20 soruluk bir "İnternet Bağımlılık Ölçeği" oluşturulmuştur. Young'ın başını çektiği "İnternet Bağımlılık Merkezi'nin <http://www.netaddiction.com>" adresinden de ulaşılabilen bu test bir kendi kendini değerlendirme(self report) testi olup, genellikle yukarıda belirtilen internet adresine ulaşanların kendilerini değerlendirebilecekleri bir şekilde hazırlanmıştır. Likert tipi bir ölçek olan İnternet Bağımlılık Ölçeği'nde katılımcıdan "Hiçbir zaman" "Nadiren" "Arada sırada" "Çoğunlukla" "Çok sık" ve "Devamlı" seçeneklerinden birini işaretlemesi istenmektedir. Bu seçeneklere sırasıyla 0,1,2,3,4 ve 5 puan verilmektedir. 80 ve üzeri puan alanlar "İnternet bağımlısı" olarak tanımlanmaktadır. 50-79 puan arası alanlar "Sınırlı Semptom gösterenler", "50 puan ve altı " alanlar "Semptom Göstermeyenler" olarak tanımlanmıştır (Bayraktar, 2001).

Bayraktar (2001)'in araştırması sırasında İngilizce'den Türkçe'ye çevrilen ölçek, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümündeki beş öğretim görevlisi tarafından incelenmiş ve sorular anlam bütünlüğünü bozmayacak şekilde 12-17 yaş grubu ergenlerin anlayabileceği şekilde uyarlanmıştır. Çeviri testin standardize edilmiş Alpha değeri açısından güvenilirliği .91, Spearman - Brown değeri açısından da .87'dir. Bu sonuçlar testin güvenilir olduğunu düşündürmektedir (Bayraktar, 2001). Ayrıca bu çalışmada ölçeğin güvenirlik için Cronbach alpha katsayısı .91 olarak hesaplanmıştır.

3.3.2. Çocuklar İçin Öz-Yeterlik Ölçeği

Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği, Muris (2001) tarafından 12–19 yaşları arasındaki ergenlerin sosyal, akademik ve duygusal öz-yeterliklerini ölçmek amacı ile geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Telef (2011) tarafından yapılmıştır. Çocuklar için öz-yeterlik ölçeğinin Türkçe ve İngilizce formlar arasındaki korelasyonlar ölçeğin geneli için .95, alt faktörlerden akademik öz-yeterlik .93, sosyal öz-yeterlik .94 ve duygusal öz-yeterlik .91 ($p < .01$) olarak bulunmuştur. Açıklayıcı Faktör Analizi sonunda toplam açıklanan varyansın %43,74 olduğu ve maddelerin 3 faktör altında toplandığı saptanmıştır. Ölçeğin maddelerinin faktör ortak varyansına ilişkin öz değerlerine bakıldığında ise .30 ile .59 arasında hesaplandıkları görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA=.049, NFI=.95, CFI=.96, GFI=.94 ve SRMR=.066 olarak bulunmuştur. Ölçeğin ayırt edici geçerliği çalışmasında alt-üst % 27'lik grup karşılaştırması yapılmıştır. Elde edilen t testi değerlerinin 10.98 ile 21.17 arasında değiştiği ve tüm maddelerin $p < .001$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmüştür. Çocuklar için öz-yeterlik ölçeğinin iç tutarlık katsayıları incelendiğinde ölçeğin geneli için .86, alt boyutlarından akademik öz-yeterlik için .84, sosyal öz-yeterlik için .64, duygusal öz-yeterlik için .78 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayıları ise .75 ile .89 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçüt-bağımlı geçerliği için Schwarzer ve Jerusalem (1979) tarafından geliştirilen lise öğrencileri için Piko, Gibbons, Luszczyńska, Teközel (2002) ve ilköğretim ikinci kademe öğrencileri için Vardarlı (2005) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmış olan Genel Öz-yeterlik

ölçeği kullanılmıştır. İki ölçeğin uygulanmasından elde edilen puanlar arasında Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu .57 ($p<.001$) olarak bulunmuştur. Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği Beşli Likert tipi (1= hiç ve 5= çok iyi) bir ölçektir. Toplam öz-yeterlik alt faktör puanları ilgili maddeler toplanarak hesaplanır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 105, en düşük puan ise 21'dir. Ölçekten alınan yüksek puan ergenin ilgili öz-yeterlik düzeyinin yüksek olduğuna ve ölçekten alınan düşük puan ise ergenin öz-yeterlik düzeyinin düşük olduğuna işaret etmektedir (Telef, 2011). Ayrıca bu çalışmada ölçeğin güvenirlik için Cronbach alpha katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3. Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği

Bu araştırmada öğrencilerin depresyon düzeyini belirlemek için Kovaks tarafından 1980 yılında geliştirilmiş olan "Çocuklar için Depresyon Ölçeği" kullanılmıştır. Verilen cevaplara 0 ile 2 arasında değişen puanlar verilir. B,E,G,H,I,J,L,N,O,P,S,Ü,V maddeleri ters olarak puanlanan maddelerdir. Bu puanların toplanmasıyla depresyon puanı elde edilir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 54'tür. Toplam puanın yüksek oluşu, depresyon düzeyinin ya da şiddetinin yüksekliğini gösterir. Kesim noktası 19'dur. Ölçek Beck Depresyon Envanteri esas alınmakla birlikte, çocukluk depresyonuna özgül okul durumu, arkadaş ilişkisi gibi alanlarla ilgili sorularda eklenerek 27 madde olarak 1980 yılında Kovaks tarafından geliştirilmiştir. Dil 6-17 yaş çocukların anlayabileceği şekilde sadeleştirilmiştir (Öy, 1991: 134).

Çocuklar için Depresyon Ölçeği Öy (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Çocuklar için Depresyon Ölçeği 6-17 yaşlarına uygulanabilen bir ölçek olmasına rağmen, yapılmış olan bir çalışmada 9 yaşın altındakilerin ölçeği anlamada güçlük çekecekleri, 14 yaşın üstündekilerin ise ergenlik dönemine girmeleri nedeniyle sonuçlarda sapmaya neden olabilecekleri düşünülmüş ve 9-14 yaşa uygun görülmüştür. Normatif veriler üç değişik sosyo-ekonomik düzeyi temsil ettiği düşünülmüş ve okullardan toplanmıştır. Ölçek 210 kız, 222 erkek, toplam 432 öğrenciye uygulanmıştır. 432 öğrencinin ÇDE' den aldığı en düşük puan 1, en

yüksek puan 32, ortalaması 11.32 (sd=5.71) olarak bildirilmektedir. Kız öğrencilerin aldığı en düşük puan 1, en yüksek puan 32, ortalaması 11.59 (sd=6.07) bulunurken, erkek öğrencilerin aldığı en düşük puan 1, en yüksek puan 31, ortalama 11.08 (sd=5,33) olarak bulunmuştur. Kızlarla erkeklerin puanlarının anlamlı farklılıklar göstermedikleri bildirilmiştir. Kesim puanı 19 olarak bulunmuştur. Ölçek, 380 öğrenciye ilk uygulamadan bir hafta sonra ikinci kez uygulanmış ve test-tekrar test güvenirliği .80 olarak bulunmuştur. Ölçüt bağıntılı geçerlik: Çocuklar için Depresyon Ölçeği puanlarının Çocukluk depresyonu Dereceleme Ölçeği puanları ile korelasyonu .61 olarak bulunmuştur. 59 öğrenciyle DSM-III tanı ölçütleri kullanılarak, depresyona yönelik ruhsal görüşme yapılmıştır. Klinik olarak depresyon tanısı alan; ancak ölçeğe göre depresyon tanısı almayanların oranı, % 66.67, klinik olarak depresyon tanısı almayan; ancak ölçeğe göre depresyon tanısı alanları oranı %12.50, ölçeğin doğru tanı koyma oranı ise % 84.75 olarak bildirilmiştir (Öy, 1991: 135-136).

Psikiyatri kliniğine başvuran depresyon tanısı almış 8, depresyon tanısı almamış; ancak diğer psikiyatrik tanılar almış olan 42 (toplam=50) çocuğun, Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği'nden aldıkları puanlar karşılaştırılmış ve depresyon tanısı alanların daha yüksek puan aldıkları saptanmıştır (Öy, 1991: 137). Ayrıca bu araştırmada ölçeğin güvenirlik için Cronbach alpha katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır.

3.3.4. UCLA Yalnızlık Ölçeği

Bireylerin genel yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla Russell, Peplau ve Ferguson tarafından 1978 yılında geliştirilen UCLA (University of California Los Angeles) Yalnızlık Ölçeği'nin tüm maddeleri olumsuz ifadeler içeren bir ölçektir. Bu ölçek Russell, Peplau ve Cutrona tarafından 1980'de tekrar gözden geçirilmiş ve ölçeğin maddelerinin yarısı olumlu, yarısı olumsuz yönde olacak şekilde düzenlenmiştir (Demir, 1989).

UCLA Yalnızlık Ölçeği 10'u düz, 10'u ters yönde kodlanmış 20 maddeden oluşmaktadır. Bireylerden maddelerde yer alan durumları ne sıklıkla yaşadıklarını dörtlü likert tipi ölçek üzerinde belirtmeleri istenmektedir. Ölçek olumlu yöndeki ifadeleri içeren maddelere (1, 4, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20), “hiç yaşamam” 4, “nadiren yaşarım” 3, “bazen yaşarım” 2, “sık sık yaşarım” 1 puan; olumsuz ifadeleri içeren maddelere (2, 3, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17, 18) ise bunun tam tersi olarak, “hiç yaşamam” 1, “nadiren yaşarım” 2, “bazen yaşarım” 3, “sık sık yaşarım” 4 puan verilerek puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20'dir. Ölçekten alınan puan arttıkça yalnızlık düzeyi de artmaktadır (Demir, 1989).

UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin güvenirliği çeşitli teknikler kullanılarak test edilmiş ve güvenirlik yüksek bulunmuştur. Ölçeğin Russell ve Ferguson (1978) tarafından ilk geliştirme aşamasında yapılan çalışmalarda ölçeğin iç tutarlılığı .96, iki ay ara ile yapılan ölçeğin tekrarı yöntemi ile elde edilen güvenirliği $r=.73$ olarak saptanmıştır. Ölçeğin gözden geçirilmesi sırasında Russell, Peplau ve Cutrona (1980) ilk geliştirilen ölçek ile gözden geçirilerek elde edilen ölçek arasındaki ilişkiyi .91 olarak bulmuş ve iç tutarlılığının .94 olduğunu belirtmişlerdir (Demir, 1989).

Ölçeğin orjinali için yapılan geçerlik çalışmasında Russell, Peplau ve Ferguson, Beck Depresyon Envanterini ölçüt olarak kullanarak benzer ölçekler geçerliğini saptamışlar ve geçerlik katsayısını .67 olarak bulmuşlardır. Ölçeğin tekrar gözden geçirilmesi çalışmasında Russell, Peplau ve Cutrona, Beck Depresyon Envanteri ile UCLA Yalnızlık Ölçeği arasında .62'lik bir korelasyon saptamışlardır (Demir, 1990).

Ülkemizde ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Demir (1989) tarafından yapılmıştır. Demir (1989)'in yaptığı çalışmada ölçeğin iç tutarlılığı ile ilgili analizler toplam 72 kişi üzerinde hesaplanmış ve cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .96 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin beş hafta ara ile yapılan test tekrar test güvenirlik katsayısı .94 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada ise Cronbach alpha katsayısı .89 olarak hesaplanmıştır.

Demir (1989), tarafından yapılan bir geçerlik çalışmasında, ölçeğin yalnızlıktan yakınan ve yakınmayanları ayırt etmede yeterli olup olmadığı incelenmiştir. Bu amaçla Demir (1989) nörotik depresif tanısı konulmuş ve yoğun yalnızlık duygusu yaşayan 36 kişilik hasta bir grup ve bu hasta grup ile benzer demografik özellikler gösteren ve yalnızlıktan yakınmayan 36 kişilik normal bir grup oluşturmuştur. Her iki gruba UCLA Yalnızlık Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Çok Yönlü Depresyon Envanteri'nin Sosyal İç Dönüklük alt ölçeği uygulanmıştır. Sonuçta, UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin Beck Depresyon Ölçeği ile .77 ve Sosyal İç Dönüklük alt ölçeği ile de .82 düzeyinde bir korelasyonun olduğu bulunmuştur. Ayrıca UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin geçerliğine ilişkin bulguların, yalnızlıktan yakınan ve yakınmayan bireyleri birbirinden anlamlı düzeyde ayırt ettiği bulunmuştur.

3.3.5. Kişisel Bilgi Formu

Öğrencilerin demografik bilgilerini toplamak için araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Bu formda öğrencilerin cinsiyeti, okulu, sınıfı, okul başarısını nasıl algıladıklarını, evde internet bağlantısının olup olmadığı, günde kaç saat internet kullandıkları, anne babalarının internet kullanımını denetleyip denetlemedikleri, internete nereden bağlandıkları, interneti hangi amaçlarla kullandıkları, ailelerinin aylık geliri, anne babalarının birliktelik durumları, anne babalarının eğitim durumları gibi kişisel bilgileri içeren sorular yer almaktadır.

3.4. Veri Toplama Süreci

Araştırma 2012–2013 Eğitim-Öğretim Yılında İzmir ili Buca ilçesinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı altı ilköğretim okulunda yapılmıştır. Araştırmanın izni için ilk olarak Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünde bulunan Etik Kurula başvurulmuştur. Daha sonra İzmir Milli Eğitim Müdürlüğünden uygulama yapılacak okullar için valilik onayı alınmıştır. Uygulama yapılacak okulların müdürleri ve rehber öğretmenleri ile görüşülerek onay alınan tarihlerde ölçekleri uygulamak için okullara gidilmiştir.

Uygulamaya başlamadan önce okul rehber öğretmeni ile uygulama yapılacak sınıflara girilerek öğrencilere araştırmanın hangi amaçla yapıldığı, araştırmaya katılımın gönüllülüğü, ölçek sorularına içten ve samimi cevap vermenin önemi, ölçekler doldurulurken dikkat edilecek hususlar ile ilgili kısa açıklamalar yapılmıştır. Cevaplar 513 öğrenci tarafından yaklaşık 40-45 dakikada, ölçekler üzerinde işaretlenerek doldurulmuştur. Kişisel bilgi formunu ve ölçeklerin bazı maddelerini yanıtsız bırakan, 37 öğrenciye ait veri araştırmaya dahil edilmemiştir. Tüm uygulamalar tamamlandıktan sonra sonuçlar SPSS 18 programına aktararak analize hazır hale getirilmiştir.

3.5. Veri Çözümleme Teknikleri

Araştırmada verilerin analizinde anlamlılık değeri olarak $p < .05$ alınmıştır. Verilerde dağılımın normalliğini test etmek için, verilerin dağılımına histogram grafiği yoluyla bakılmış, çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri hesaplanmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerleri +1 ile -1 değerleri aralığında olanların normallik dağılımını sağlandığı görülmüştür. Normalik dağılımı sağlayanlara parametrik olan, normalik dağılımını sağlamayanlara ise parametrik olmayan tekniklerin kullanılmasına karar verilmiştir.

Veriler, Çoklu Doğrusal Regresyon analizi, Bağımsız Örneklem İçin t - testi, Kruskal Wallis H testi, Mann Whitney U analizi ve Tek Yönlü Varyans analizi (ANOVA) ile çözümlenmiştir. Tek Yönlü Varyans analizi (ANOVA) sonucunda anlamlı bir farklılık çıkması durumunda farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için LSD testi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde, araştırmadan elde edilen veriler, tablolaştırılarak verilmiş ve yorumlanmıştır. Veriler, örnekleme, örneklemin anne-babasını tanıtıcı biçimde ve alt problemlerin sırasına göre düzenlenmiş ve yorumlanmıştır.

4.1. Örneklemi Tanıtıcı Bulgular

Bu bölümde örneklemin belirlenen sosyodemografik değişkenlere göre dağılımı verilmiştir. Tablo 2’de örneklemin cinsiyete göre dağılımı yer almaktadır.

Tablo 2

Örneklemin Cinsiyetine Göre Dağılımı

Cinsiyet	n	%
Kız	236	49
Erkek	240	51
Toplam	476	100

Tabloda görüldüğü gibi, örneklemin % 49'u (n=236) kız, % 51'i (n=240) erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Tablo 3'te örneklemin sınıflarına göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 3
Örneklemin Sınıflara Göre Dağılımı

Sınıf	n	%
6	131	28
7	167	35
8	178	37
Toplam	476	100

Tablo 3'te görüldüğü gibi, öğrencilerin % 28'i (n=131) 6. sınıf; % 35'i (n=167) 7. sınıf; % 37'si (n=178) 8. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır.

Tablo 4'de öğrencilerin algıladıkları akademik başarılarına göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 4
Örneklemin Algıladıkları Akademik Başarılarına Göre Dağılımı

Okul Başarısı	n	%
Çok İyi	93	20
İyi	216	45
Orta	153	32
Kötü	14	3
Toplam	476	100

Öğrencilerin % 20'si (n=93) akademik başarısını çok iyi, % 45'i (n=216) akademik başarısını iyi, % 32'si (n=153) akademik başarısını orta, % 3'ü (n=14) akademik başarısını kötü olarak algılamaktadır.

Tablo 5'te öğrencilerinin evlerinde internet bağlantısı olup olmama durumlarına göre dağılımları bulunmaktadır.

Tablo 5

Örneklemin Evinde İnternet Bağlantısı Olup Olmama Durumuna Göre Dağılımları

Evde İnternet Bağlantısı Olup Olmama	n	%
Evet	354	74
Hayır	122	26
Toplam	476	100

Tablo 5'e göre öğrencilerin % 74'ünün (n=354) evinde internet bağlantısı bulunurken, % 26'sının (n=122) evinde internet bağlantısı bulunmamaktadır.

Tablo 6'da örneklemin günlük internet kullanımı sürelerine göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 6

Örneklemin Günlük İnternet Kullanım Sürelerine Göre Dağılımı

Günlük İnternet Kullanım Süresi	n	%
1 saatten az	93	20
1-2 saat arası	254	53
3-4 saat arası	82	17
5 saatten fazla	47	10
Toplam	476	100

Tablo 6'ya göre, öğrencilerin % 20'si (n=93) günlük 1 saatten az, % 53'ü (n=254) günlük 1-2 saat arası, % 17'si (n=82) günlük 3-4 saat arası, % 10'u (n=47) günlük 5 saatten fazla internet kullandıkları görülmektedir.

Tablo 7’de örneklemin ebeveynlerinin internet kullanımını denetleyim denetlememe durumuna göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 7

**Örneklemin Ebeveynlerinin İnternet Kullanımını Denetleyip
Denetlememe Durumuna Göre Dağılımı**

Ebeveyn Denetimi	n	%
Evet	341	72
Hayır	135	28
Toplam	476	100

Tablo 7’de görüldüğü üzere ebeveynlerin % 72’si (n=341) çocuklarını internet kullanımı konusunda denetlerken, % 28’i (n=135) çocuklarını internet kullanımı konusunda denetlememektedirler.

Tablo 8’de örneklemin internete bağlanma yerine göre dağılımı yer almaktadır.

Tablo 8

Örneklemin İnternete Bağlanma Yerine Göre Dağılımı

İnternete Bağlanma Yeri	n	%
Evden	359	75
Okuldan	13	3
İnternet kafeden	63	13
Diğer	41	9
Toplam	476	100

Tablo 8’de görüldüğü gibi, öğrencilerin büyük çoğunluğu % 75’i (n=359) evden, % 3’ü (n=13) okuldan, % 13’ü (n=63) internet kaffeden, % 9’u (n=41) diğer (arkadaş, komşu, akraba, telefon) yerlerden internette bağlandıklarını belirtmişlerdir.

Tablo 9’da örneklemin interneti kullanım amaçlarına göre dağılımları verilmiştir.

Tablo 9

Örneklemin İnternet Kullanım Amaçlarına Göre Dağılımı

İnternet Kullanım Amacı	n	%
Ödev Hazırlama	418	89
Film ve Eğlence	285	60
Sohbet (chat)	240	50
Oyun	300	63
Bilgi Edinme	268	56
Boş zaman	209	44

Tablo 9’da görüldüğü üzere, ilköğretim öğrencilerinin 418’i ödev hazırlama amacıyla, 285’i film seyretme ve eğlenme, 240’ı sohbet (chat) etme, 300’ü oyun oynama, 268’i bilgi edinme, 209’u boş zamanlarını değerlendirme amacıyla internette zaman geçirdiğini belirtmiştir. Öğrencilerin büyük çoğunluğu birden fazla amaçla interneti kullandığını ifade etmiştir.

4.2. Örneklemin Anne ve Babasını Tanıtıcı Bulgular

Bu bölümde, örneklemin anne ve babalarıyla ilgili bazı değişkenlere göre dağılımı verilmiştir. Tablo 10’da örneklemin anne-babalarının birliktelik durumlarına göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 10**Örneklemin Anne-Babalarının Birliktelik Durumuna Göre Dağılımı**

Anne-Baba Birliktelik Durumu	n	%
Sağ ve Birlikte	417	87
Anne Sağ-Baba Ölü	15	3
Anne Ölü-Baba Sağ	3	1
Anne Baba Boşanmış	41	9
Toplam	476	100

Tablo 10’da görüldüğü gibi, öğrencilerin % 87’sinin (n=417) anne babası sağ ve birlikte; % 3’ünün (n=15) annesi sağ, babası ölü; % 1’in (n=3) annesi ölü, babası sağ; % 9’unun (n=41) ise anne- babasının boşandığı görülmektedir.

Tablo 11’de örneklemin annelerinin eğitim durumlarına göre dağılımları verilmiştir.

Tablo 11**Örneklemin Annelerinin Eğitim Durumuna Göre Dağılımı**

Anne Eğitim	n	%
Okur-Yazar Değil	26	5
İlkokul Mezunu	257	54
Lise Mezunu	124	26
Üniversite Mezunu	65	14
Yüksek Lisans-Doktora	4	1
Toplam	476	100

Tablo 11’de öğrencilerin % 5’inin (n=26) annesinin okur-yazar olmadığı, % 54’ünün (n=257) annesinin ilkokul mezunu olduğu, % 26’sının (n=124) annesinin lise mezunu olduğu, % 14’ünün (n=65) annesinin üniversite mezunu olduğu, % 1’inin (n=4) annesinin yüksek lisans-doktora mezunu olduğu görülmektedir.

Tablo 12’de örneklemin babalarının eğitim durumlarına göre dağılımları yer almaktadır.

Tablo 12

Örneklemin Babalarının Eğitim Durumuna Göre Dağılımı

Baba Eğitim	n	%
Okur-Yazar Değil	4	1
İlk Okul Mezunu	245	51
Lise Mezunu	136	29
Üniversite Mezunu	88	18
Yüksek Lisans-Doktora	3	1
Toplam	476	100

Tablo 12’de öğrencilerin % 1’inin (n=4) babasının okur-yazar olmadığı, % 51’inin (n=245) babasının ilkokul, % 29’unun (n=136) babasının lise mezunu olduğu, % 18’inin (n=88) babasının üniversite, % 1’inin (n=3) babasının yüksek lisans-doktora mezunu olduğu görülmektedir.

Tablo 13’te öğrencilerin ailelerinin ekonomik durumlarına göre dağılımları verilmiştir.

Tablo 13

Örneklemin Ailelerinin Aylık Gelir Durumlarına Göre Dağılımı

Aylık Gelir	n	%
1000 TL den Az	114	24
1000 TL-2000 TL Arası	217	46
2000 TL-3000 TL Arası	97	20
3000 TL den Fazla	48	10
Toplam	476	100

Tablo 13’de görüleceği üzere, öğrencilerin %24’ü (n=114) ailesinin aylık gelirinin 1000 TL den az olduğunu, % 46’sı (n=217) 1000 TL-2000 TL arası olduğunu, % 20’si (n=97) 2000 TL-3000 TL arası olduğunu, % 10’u (n=48) 3000 TL den fazla olduğunu ifade etmişlerdir.

4.3. Örneklemin İnternet Bağımlılık Durumlarına İlişkin Bulgular

İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Öz-Yeterlilik Ölçeği, Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği’nden alınan puanlara ilişkin betimsel istatistikler Tablo 14’te sunulmuştur.

Tablo 14

İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Öz-Yeterlilik Ölçeği, Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği’nden Alınan Puanlara İlişkin Betimsel İstatistikler

Ölçekler	n	$\bar{x}$	ss	Minimum	Maximum
İnternet Bağımlılığı Ölçeği	476	23,928	17,235	0	84
Öz-Yeterlilik Ölçeği	476	71,609	13,798	32	102
Depresyon Ölçeği	476	13,004	7,677	0	40
UCLA Yalnızlık ölçeği	476	34,529	10,769	20	71

İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılık puanlarına göre dağılımları tablo 15’te verilmiştir.

Tablo 15

Örneklemin İnternet Bağımlılığı Durumlarına İlişkin Bulgular

İnternet Bağımlılığı Puanları	n	%
Semptom Göstermeyen	436	91
Sınırlı Semptom Gösterenler	37	8
İnternet Bağımlısı	3	1
Toplam	476	100

Öğrencilerin, madde toplam puanlarına göre, bağımlılık durumu üç gruba ayrılmış olup birinci grup “Semptom göstermeyen”, ikinci grup “Sınırlı semptom

gösterenler”, üçüncü grup ise “İnternet bağımlısı” olarak tanımlanmıştır. Araştırmada 476 öğrenciden 436’sı (% 91) semptom göstermeyen, 37’si(% 8) sınırlı semptom gösterenler (olası bağımlı veya risk altında olanlar) ve 3’ü (% 1) ise internet bağımlısı olarak belirlenmiştir. İnternet bağımlısı olan öğrencilerin 3’ü (% 100) erkektir. Bu sonuçlar dikkate alındığında internet bağımlısı ve sınırlı semptom gösteren öğrencilerin oranının düşük olduğu görülmektedir.

4.4. Alt Problemlere İlişkin Bulgular

4.4.1. Araştırmanın 1. alt problemi, “Öz-yeterlik, yalnızlık, depresyon, cinsiyet, algılanan akademik başarı ve aylık gelir gibi değişkenler ilköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığını nasıl yordamaktadır?” olarak belirlenmiştir. Bu alt probleme ilişkin veriler tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 16

İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yordanmasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	B	Standart Hata	Beta	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	-3,427	7,293	-	-0,47	0,639	-	-
Öz-Yeterlilik	-0,004	0,061	-0,003	-0,059	0,953	-0,192	-0,003
Depresyon	0,772	0,126	0,344	6,137	0,000*	0,354	0,273
Yalnızlık	-0,054	0,087	-0,034	-0,618	0,537	0,194	-0,029
Cinsiyet	5,647	1,445	0,164	3,909	0,000*	0,181	0,178
Okul Başarısı	2,052	1,061	0,092	1,933	0,054	0,209	0,89
Aylık Gelir	2,981	0,802	0,157	3,716	0,000*	0,143	0,169
R= .43		R ² = .19					
F _(6,469) =17,981		p=0,000*					

Tablo 16’da görüldüğü gibi ilköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı ile öz-yeterlik, depresyon, yalnızlık, cinsiyet, okul başarısı ve aylık gelir arasında (R= .43) olumlu ve orta düzeyde bir korelasyon bulunmaktadır. Araştırmada incelenen

değişkenler birlikte internet bağımlılığındaki varyansın %19'unu açıklamaktadır ($R^2 = .19$). Öz-yeterlik, depresyon, yalnızlık, cinsiyet, okul başarısı ve aylık gelir puanlarından internet bağımlılığının kestirilmesi için kurulan model test edildiğinde, modelin $p < .01$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Başka bir ifadeyle; öz-yeterlik, depresyon, yalnızlık, cinsiyet, okul başarısı ve aylık gelir, internet bağımlılığının $p < .01$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı yordayıcısıdır.

Depresyon, cinsiyet ve aylık gelir internet bağımlılığını pozitif yönde yordarken; öz-yeterlik, yalnızlık ve okul başarısı değişkenleri internet bağımlılığını anlamlı şekilde yordamamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre, yordayıcı değişkenlerin internet bağımlılığı üzerindeki önem sırası; depresyon ($B = 0,344$), cinsiyet ($B = 0,164$), aylık gelir ($B = 0,157$), okul başarısı ($B = 0,092$), yalnızlık ($B = -0,034$) ve öz-yeterliktir ($B = -0,003$).

Regresyon analizi sonucuna göre İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığının yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği (matematiksel model) aşağıda verilmiştir.

$$\text{İnternet Bağımlılığı} = -3,427 - 0,004\text{Öz-Yeterlik} + 0,772\text{Depresyon} + 0,054\text{Yalnızlık} + 5,647\text{Cinsiyet} + 2,052\text{Okul başarısı} + 2,981\text{Aylık Gelir}$$

4.4.2. Araştırmanın 2. alt problemi, “İlköğretim öğrencilerinin cinsiyetine göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” olarak belirlenmiştir. Bu alt probleme ilişkin veriler tablo 17’de verilmiştir.

Tablo 17

Örneklemin Cinsiyete Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının *t*-Testi Sonuçları

Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	<i>t</i>	Sd	<i>p</i>
Kız	236	20,78	16,92034	-4,01	474	0,000*
Erkek	240	27,02	17,01475			

* $p < 0,05$

Tablo 17’de görüldüğü gibi örneklemin cinsiyetine göre internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık ($t_{474} = -4,02$, $p=0,000$) olduğu görülmüştür. Erkek öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları ($\bar{x} = 27,02$), kız öğrencilerden ($\bar{x} = 20,78$) istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksektir.

4.4.3. Araştırmanın 3. alt problemi “İlköğretim öğrencilerinin algıladıkları akademik başarılarına göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” olarak belirlenmiştir. Bu alt probleme ilişkin veriler tablo 18’de gösterilmiştir.

Tablo 18

Örneklemin Algıladıkları Akademik Başarılarına Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Okul Başarısı	<i>n</i>	Sıra Ortalama	sd	χ^2	<i>p</i>	Anlamlı Fark
Çok iyi	93	193,09	3	24,062	0,000*	Çok iyi-iyi,
İyi	216	229,02				Çok iyi-orta,
Orta	153	273,9				Çok iyi- kötü,
Kötü	14	299,5				İyi-orta, iyi-kötü

$P^* < 0.05$

İlköğretim öğrencilerinin algıladıkları akademik başarılarına göre internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemeye yönelik olarak yapılan Kruskal Wallis H Testi sonucuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($\chi^2=24,06$, $p<0,05$). Grupların sıra ortalamaları dikkate alındığında akademik başarısını kötü olarak algılayan öğrencilerin internet bağımlılığı puanları en yüksek bulunmuştur (Sıra ort.= 299,5). Bunu akademik başarısını orta (Sıra ort.= 273,9), iyi (Sıra ort.= 229,02) ve çok iyi algılayan (Sıra ort.= 193, 09) öğrenciler izlemektedir. Akademik başarı arttıkça internet bağımlılığı puan ortalamalarının düştüğü görülmektedir. Bu farklılığın

kaynağını incelemek amacıyla yapılan ikili karşılaştırmalarda Mann Whitney U analizi kullanılmıştır. İkili karşılaştırmalar sonucuna göre; akademik başarısını çok iyi olarak algılayanlar ile (Sıra ort.=137,52) akademik başarısını iyi olarak algılayanlar (Sıra ort.=162,53, $U=8418,00$, $p=0,024$); akademik başarısını çok iyi olarak algılayanlar ile (Sıra ort.=98,62) akademik başarısını orta düzeyde algılayanlar (Sıra ort.=138,62, $U= 4801,00$, $p=0,000$); akademik başarısını çok iyi olarak algılayanlar ile (Sıra ort.=50,95) akademik başarısını kötü olarak algılayanlar (Sıra ort.=74,25, $U=367,500$, $p=0,009$); akademik başarısını iyi olarak algılayanlar ile (Sıra ort.=170,26) akademik başarısını orta olarak algılayanlar (Sıra ort.=205,81, $U=13340,500$, $p=0,002$); akademik başarısını iyi olarak algılayanlar ile (Sıra ort.=113,23) akademik başarısını kötü olarak algılayanlar (Sıra ort.=150,50, $U=1022,000$, $p=0,042$) arasında önemli farklar olduğu görülmüştür.

4.4.4. Araştırmanın 4. alt problemi “İlköğretim öğrencilerinin ailelerinin aylık gelirlerine göre internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” olarak belirlenmiştir. Bu alt probleme ilişkin veriler tablo 19’da verilmiştir.

Tablo 19

Örneklemin Ailelerinin Aylık Gelir Düzeylerine Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarına İlişkin Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı		Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
İnternet Bağımlılığı	Gruplararası	3092,443	3	1030,814	3,526	0,015*
	Gruplarıçi	138007,129	472	292,388		
	Toplam	141099,571	475			

* $p<0.05$

Araştırmaya katılan ilköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamalarının aylık gelire göre istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaştığı görülmektedir ($F_{(3,472)}=3,526$, $p<0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla LSD testi uygulanmıştır. LSD testi sonuçları tablo 20’de verilmiştir

Tablo 20
Örneklemin Ailelerinin Aylık Gelir Düzeylerine Göre İnternet Bağımlılığı
Puanlarına İlişkin LSD Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Aylık Gelir (I)	Aylık Gelir (J)	Ortalamalar Farkı (I-J)	Sh	p
İnternet Bağımlılığı	1000 TL den Az	1000 TL-'2000 TL Arası	-4,16	1,98	0,036*
		2000 TL-3000 TL Arası	-5,55	2,36	0,019*
		3000 TL den Fazla	-8,64	2,94	0,003*
	1000 TL-'2000 TL Arası	1000 TL den Az	4,16	1,98	0,036*
		2000 TL-3000 TL Arası	-1,38	2,09	0,508
		3000 TL den Fazla	-4,47	2,73	0,102
	2000 TL-3000 TL Arası	1000 TL den Az	5,55	2,36	0,019*
		1000 TL-'2000 TL Arası	1,38	2,09	0,508
		3000 TL den Fazla	-3,09	3,02	0,306
	3000 TL den Fazla	1000 TL den Az	8,64	2,94	0,003*
		1000 TL-'2000 TL Arası	4,47	2,73	0,102
		2000 TL-3000 TL Arası	3,09	3,02	0,306

*p<0.05

Tablo 20’de de görüldüğü üzere LSD testi sonucunda ailelerinin aylık geliri 1000 TL’den az olan öğrencilerin ($\bar{x}$ =20,02, ss=16,78) internet bağımlılığı puan ortalamaları, ailelerinin aylık geliri 1000TL-2000TL ($\bar{x}$ =24,19, ss=16,89) ve ailelerinin aylık geliri 3000TL’den fazla ($\bar{x}$ =28,66, ss=19,01) olan öğrencilerden $p<.05$ düzeyinde anlamlı derecede daha düşüktür. Diğer gruplar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

4.4.5. Araştırmanın 5. alt problemi “İlköğretim öğrencilerinin sınıflarına göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?” olarak belirlenmiştir. Bu alt probleme ilişkin veriler tablo 21’de verilmiştir.

Tablo 21
Örneklemin Sınıflarına Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Tek Yönlü
Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Varyansın Kaynağı		Kareler Toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
İnternet Bağımlılığı	Gruplararası	2537,655	2	1268,827	4,331	0,014*
	Gruplariçi	138561,9	473	292,943		
	Toplam	141099,6	475			

* $p < 0.05$

Tablo 21’de görüldüğü gibi örneklemin internet bağımlılığı puan ortalamalarının sınıflara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede farklılaştığı görülmektedir ($F_{(2,473)}=4,331$, $p < 0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla LSD testi uygulanmıştır. LSD testi sonuçları tablo 22’de verilmiştir.

Tablo 22
Örneklemin Sınıflarına Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının LSD Testi
Sonuçları

Bağımlı değişken	Sınıf (I)	Sınıf (J)	Ortalamalar Farkı (I-J)	SH	p
İnternet Bağımlılığı	6	7	-4,98953	1,99759	0,013*
		8	-0,27198	1,97027	0,089
	7	6	4,98953	1,99759	0,013*
		8	4,71755	1,84388	0,011*
	8	6	0,27198	1,97027	0,089
		7	-4,71755	1,84388	0,011*

* $p < 0.05$

Tablo 22’de görüldüğü üzere LSD testi sonucunda 6. sınıf öğrencilerinin ($\bar{x}=20,07$, $ss=16,64$) internet bağımlılığı puan ortalamaları 7. sınıf ($\bar{x}=27,06$, $ss=18,70$) öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşüktür ($p<.05$). 7. Sınıf öğrencilerinin ($\bar{x}=27,06$, $ss=18,70$) internet bağımlılığı puan ortalamaları 8. Sınıf öğrencilerinin puan ortalamalarından ($\bar{x}=22,34$, $ss=15,84$) istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksektir ($p<.05$). Diğer gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

4.4.6. Araştırmanın 6. alt problemi “İlköğretim öğrencilerinin evlerinde bilgisayar olup olmama durumlarına göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” olarak belirlenmiştir. Bu alt probleme ilişkin veriler tablo 23’te verilmiştir.

Tablo 23

**Örneklemin Evlerinde İnternet Bağlantısı Olup Olmaması Durumuna Göre
İnternet Bağımlılığı Puanlarının t-Testi Sonuçları**

İnternet bağlantısının olup olmaması	n	$\bar{x}$	ss	t	Sd	p
Evet	354	26,27	17,17	5,207	474	0,000*
Hayır	122	17,10	15,57			

* $p<0,05$

İlköğretim öğrencilerinin evde internet bağlantısı olup olmama durumuna göre internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($t_{474}=5,207$, $p=0,000$). Evlerinde internet bağlantısı olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları ($\bar{x}=26,27$), evlerinde internet bağlantısı olmayan öğrencilerden ($\bar{x}=17,10$) istatistiksel olarak daha yüksektir ($p<0.05$).

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde sonuç, tartışma ve önerilere yer verilmiştir.

5.1. Sonuç

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgulara dayalı olarak ulaşılan sonuçlara yer verilmiştir.

1. Öz-yeterlik, yalnızlık, depresyon, cinsiyet, akademik başarı ve aylık gelir gibi değişkenlerin ilköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığını anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur ($p<.05$). İnternet bağımlılığının en önemli yordayıcısının depresyon olduğu, bunu cinsiyet ve aylık gelirin izlediği görülmektedir.
2. İlköğretim öğrencilerinin cinsiyete göre, internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<.05$). Erkek öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları, kız öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksektir.
3. İlköğretim öğrencilerinin algıladıkları akademik başarılarına göre, internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$). Akademik başarısını kötü olarak algılayan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları en yüksek bulunmuştur. Bunu akademik başarısını orta, iyi ve çok iyi algılayan öğrenciler izlemektedir.
4. İlköğretim öğrencilerinin ailelerinin aylık gelirine göre, internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$). Ailelerinin aylık geliri 1000 TL'den az olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları, ailelerinin aylık geliri

1000TL-2000TL ve ailelerinin aylık geliri 3000TL'den fazla olan öğrencilerden düzeyinde anlamlı derecede daha düşüktür.

5. İlköğretim öğrencilerinin sınıflarına göre, internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$).
6. Sınıf öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları 7. sınıf öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşüktür. 7. Sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları 8. Sınıf öğrencilerinin puan ortalamalarından istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksektir.
6. İlköğretim öğrencilerinin evlerinde internet bağlantısı olup olmama durumlarına göre, internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$). Evlerinde internet bağlantısı olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları, evlerinde internet bağlantısı olmayan öğrencilerden istatistiksel olarak daha yüksektir.

5.2. Tartışma

Bu bölümde, ilköğretim öğrencilerinin internet bağımlılık durumları, günlük internet kullanım süreleri, internet kullanımları, internete bağlandıkları yerler, internet kullanım amaçları ve alt problemler sırasıyla verilerek tartışılmıştır.

5.2.1. İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Durumlarına İlişkin Bulgular Tartışılması

İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı durumlarına bakıldığında araştırmaya katılan öğrencilerin % 91'i semptom göstermeyen, % 8'i sınırlı semptom gösterenler (olası bağımlı veya risk altında olanlar) ve % 1 ise internet bağımlısı olarak bulunmuştur (Tablo 15). Bağımlı ve semptom gösteren öğrencilerin oranının düşük olduğu saptanmıştır. Veriler incelendiğinde bu araştırmanın örneklemine giren öğrencilerin bağımlılık açısından ciddi riskler taşımadığı söylenebilir. İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalarda farklı oranlar elde edilmiştir. Yen ve

diğerlerinin (2009) yaptığı araştırmada internet bağımlılığı oranı % 12,9; Lam ve diğerlerinin (2009) araştırmasında % 0,6; Siomos ve diğerlerinin (2008) araştırmasında % 5,9; Chak ve Leung (2004)'un araştırmasında % 14,7; Ha ve diğerlerinin (2007) araştırmasında %1,8; İnan (2010)'ın araştırmasında % 0,4; Esen (2010)'in araştırmasında % 3,28; Özgün (2011)'ün araştırmasında % 6,6 olarak belirlenmiştir.

5.2.2. İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Kullanımı İle İlgili Bulguların Tartışılması

Araştırmaya katılan ilköğretim öğrencilerinin günlük internet kullanım süreleri de şöyledir: Örneklemin % 20'si 1 saatten az, % 53'ü 1 ile 2 saat arası, % 17'si 3 ile 4 saat arası, % 10'u 5 saatten fazla internet kullanmaktadırlar. Öğrencilerin büyük çoğunluğunun günlük 1-2 saat arasında internet kullandığı belirlenmiştir (Tablo 6). Farklı çalışmalarda günlük internet kullanımıyla ilgili farklı sonuçlar tespit edilmiştir. Ülkemizde yapılan araştırmalarda Güneş (2009), katılımcıların % 73,7'sinin günde 1-3 saat, % 14'ünün 4-6 saat, % 3'ünün 7-9 saat ve % 2'sinin 10 saat ve üstü internet kullandıklarını belirlemiştir. Esen (2010), ergenlerin % 16,7'sinin haftada 22 saatten fazla internet kullandıklarını, % 13'ünün haftada 15-21 saat arasında internet kullandığını, % 27,6' sının haftada 6-14 saat arasında internet kullandığını ve % 42,7'sinin ise haftalık internet kullanımının 5 saatin altında olduğunu bulmuştur. Yurt dışında yapılan araştırmalarda ise Hawi (2012), ergenler üzerinde yaptığı araştırmada katılımcıların günlük ortalama 3 saati internette geçirdiklerini, bağımlı kullanıcıların ise günlük 6,5 saat ve tatil günlerinde 10 saat internete girdiklerini belirlemiştir. Ng ve Hastings (2005), katılımcıların haftada; % 13'ünün 7-10 saat, % 25'inin 11-20 saat, % 34'ünün 21-40 saat, % 11'inin 40 saat ve üstü zaman geçirdiklerini belirlemişlerdir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin % 72'sinin anne-babası internet kullanımını denetlerken, % 28'inin denetlemediği görülmüştür. Öğrencilerin büyük çoğunluğunun anne ve babasının internet kullanımını denetlediği anlaşılmıştır (Tablo 7). Anne ve babanın internet kullanımını denetlemeleri, öğrencilerin internet kullanımını sınırlamaktadır. Yücel (2009), yaptığı araştırmada ebeveynlerin

116'sının çocuklarının internet kullanımı denetlerken 34'ünün denetlemediğini bulmuştur. Kurtaran (2008), ebeveynlerin çoğunun çocuklarının internet kullanım sürelerini denetlediklerini belirlemiştir. Yapılan araştırmalarda benzer sonuçların olduğu görülmektedir. Bu durum çocukların aşırı internet kullanımını engellemektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin % 75'inin evden, % 3'ünün okuldan, % 13'ünün internet kafeden, % 9'unun diğer yerlerden internete bağlanmaktadırlar (Tablo 8). Araştırmada öğrencilerin büyük çoğunluğunun internete evden bağlandıkları görülmektedir. Bu sonuç öğrencilerin internete ulaşmakta sıkıntı yaşamadıklarını, her an internete ulaşabilme olanakları olduğunu göstermektedir. Yapılan araştırmalarda internete bağlanma yerleri ile ilgili farklı sonuçların bulunduğu görülmektedir. Özkan (2010), araştırmasında öğrencilerin 243'ünün evden, 148'inin okuldan, 34'ünün internet kafeden internete girdiğini belirlemiştir. İnan (2010), öğrencilerin 119'unun evden, 152'sinin internet kafeden, 13'ünün ise okuldan internete bağlandığını bulmuştur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin interneti kullanma amaçlarına bakılmış ve öğrencilerin 418'i ödev hazırlama, 285'i film seyretme ve eğlenme, 240'ı sohbet (chat) etme, 300'ü oyun oynama, 268'i bilgi edinme ve 209'u boş zamanlarını değerlendirme amacıyla internette zaman geçirdiklerini ifade etmişlerdir (Tablo 9). Öğrenciler ilk sırada ödev hazırlama, ikinci sırada oyun oynama, üçüncü sırada film seyretme ve eğlenme, son olarak da sohbet etme amacıyla interneti kullanmaktadırlar. İnternet kullanma amaçlarına ilişkin farklı araştırmalara bakıldığında, Lam ve diğer. (2009), katılımcıların % 45,1'nin interneti eğlence amaçlı kullandıklarını, % 19,9'nun bilgi edinme ve % 15,8'inin iletişim amacıyla interneti kullandıklarını belirlemiştir. Jang ve ark. (2008), katılımcıların % 38,1'inin internet üzerinde oyun oynamayı, % 36,9'unun kişisel bilgi arama, % 25'inin ise akranlarıyla sohbet-iletişim amacıyla interneti kullandıklarını saptamıştır. Hawi (2012), katılımcıların % 84,2'sinin interneti iletişim kurma amaçlı, % 65,7'sinin bilgi edinme, araştırma ve mesajlaşma için, % 51,2'sinin eğlenme, müzik dinleme, film seyretme ve oyun oynama amacıyla ve % 4,6'sının ise diğer amaçlar için interneti

kullandıklarını belirlemiştir. Morhan-Martin ve Schumacher (2000), internet kullanma amaçlarını sırasıyla; yeni insanlarla tanışmak ve sohbet etmek, internette online oyun- kumar oynamak ve sanal seks olarak belirlemişlerdir. Özkan (2010), yaptığı araştırmada, öğrencilerin % 49,3'ünün ödev yapma, % 27,3'ünün oyun oynama, % 12,6'sının sohbet etme, % 8,3'ünün hobi, % 2,5'inin diğer amaçlarla interneti kullandıklarını belirlemiştir. İnternet kullanım amacına bakıldığında yapılan araştırmalarda farklı sonuçların elde edildiği görülmektedir.

5.2.3. Öz-Yeterlik, Yalnızlık, Depresyon, Cinsiyet, Algılanan Akademik Başarı ve Aylık Gelir Gibi Değişkenler İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığını Nasıl Yordadığına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmanın 1. alt problemi “Öz-yeterlik, yalnızlık, depresyon, cinsiyet, algılanan akademik başarı ve aylık gelir gibi değişkenler ilköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığını nasıl yordamaktadır?” olarak ele alınmıştır. Bu alt probleme ilişkin bulgular aşağıda verilerek tartışılmıştır. Öz-yeterlik, depresyon, yalnızlık, cinsiyet, okul başarısı ve aylık gelir puanlarından internet bağımlılığının kestirilmesi için kurulan model test edildiğinde, modelin $p < .01$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Başka bir ifadeyle; öz-yeterlik, depresyon, yalnızlık, cinsiyet, okul başarısı ve aylık gelir, internet bağımlılığının $p < .01$ düzeyinde anlamlı yordayıcısıdır. (Tablo 16). Araştırmada incelenen değişkenler birlikte internet bağımlılığındaki varyansın %19'unu açıklamıştır.

Araştırma sonucunda depresyon, cinsiyet ve aylık gelir internet bağımlılığını pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordarken, öz-yeterlik, yalnızlık ve okul başarısı değişkenleri internet bağımlılığını anlamlı bir şekilde yordamamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre, yordayıcı değişkenlerin internet bağımlılığı üzerindeki önem sırası; depresyon ($B=0,344$), cinsiyet ($B=0,164$), aylık gelir ($B=0,157$), okul başarısı ($B=0,092$), yalnızlık ($B=-0,034$) ve öz-yeterliktir ($B= -0,003$).

Bu araştırmada sonucunda, depresyonun ilköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığını yordamada ilk sırada yordadığı belirlenmiştir. Bu sonuç literatürdeki

birçok araştırma sonuçları ile tutarlıdır. Aykut ve Ceyhan (2008), üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada depresyonun internet bağımlılığını yordadığını belirlemişlerdir. Morrison ve Gore (2010), depresyon ve internet bağımlılığı arasında açık bir bağlantının olduğunu belirlemişlerdir. Aşırı internet kullanan bireylerin depresif belirtiler gösterdiklerini ve bunların üzerinde durulması gerektiğini belirtmişlerdir. Bayraktar, (2001), Young ve Rogers (1998), patolojik internet kullanımı ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamışlardır. Lee ve ark. (2003) depresyon ile internet bağımlılığı arasında ilişki olduğunu belirlemiş, üzüntülü ve depresyonda olan kullanıcıların internet üzerinde oyun oynama, yeni toplumsal ilişkiler kurma, yeni arkadaşlıklar edinebilmek ve çevrimiçi sohbet amacıyla internette daha fazla vakit geçirdikleri belirlemişlerdir.

Bu çalışmada, yalnızlığın internet bağımlılığını anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmüştür. Bu sonuç literatür bilgileriyle tutarlı değildir. Kurtaran (2008)'in, Esen (2010)'in, Yücel (2009)'in, Kraut ve diğerleri (2002)'nin, Amichai ve Artzi (2003)'nin, Sum ve diğer. (2008)'nin, Morahan ve Schumacher (2003)'in, Moody (2001)'in ergenler üzerinde yaptıkları araştırmalarda yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Bu araştırmalar lise ve üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Onların bu sonucu bulmaları örneklemelerinin özelliklerine bağlanabilir. Yaşam boyunca kişilerin kendilerini en fazla yalnız hissettikleri dönemler, ergenlik ve genç erişkinlik dönemleridir (Öztürk ve diğer., 2006). Bu araştırmanın örneklemi ise ilköğretim ikinci kademe öğrencileridir. İlköğretim II kademe öğrencilerinin henüz ergenliğe tamamiyle girmemiş olmaları onların yalnızlık duygularını ergenler ve genç yetişkinler gibi yaşamadıklarını düşündürmektedir.

İnternet bağımlılığı ile öz-yeterliğe ilişkin bulgular incelendiğinde, öz-yeterliğin internet bağımlılığını anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmüştür. Bu sonuçlar Aykut ve Ceyhan (2008)'in araştırmasıyla desteklenebilir. Aykut ve Ceyhan (2008) patolojik internet kullanımı konusunda yaptıkları araştırmada öz yeterliğin, depresyon ve yalnızlık gibi patolojik internet kullanımını açıklayamadığını belirlemişlerdir. Bu araştırmada da öz-yeterliğin internet bağımlılığını açıklamada en

düşük düzeydeki yordayıcısı olduğu görülmektedir. Araştırmanın bu bulgusundan hareketle öz-yeterliğin, internet bağımlılığının önemli bir açıklayıcısı olmadığı söylenebilir.

Araştırmada, cinsiyetin internet bağımlılığını anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Bu sonuç Bayraktar, 2001; Esen, 2010; Yücel, 2009; İnan, 2010; Özkan, 2010; Kurtaran, 2008; Morhan-Martin ve Schumacher, 2000; Wang ve diğer., 2012 yaptıkları araştırma sonuçları ile desteklenmektedir.

5.2.4. İlköğretim Öğrencilerin Cinsiyetine Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmanın 2. alt problemi “ İlköğretim öğrencilerinin cinsiyetine göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” olarak belirlenmiştir. Bu alt probleme ilişkin bulgularda örneklemin cinsiyete göre internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılığı puan ortalamaları daha yüksektir (Tablo 17). Literatürdeki pek çok araştırmada da erkeklerin kızlara göre internet bağımlılığı puanlarının daha yüksek olduğu ve erkeklerin daha fazla interneti kullandıkları belirlenmiştir (Yen ve diğer.,2009; Lam ve diğer.,2009; Siomos ve diğer., 2008; Chak ve Leung, 2004; Ha ve diğer.,2007; Wang ve diğer., 2005; Wang ve diğer., 2012; Günüç, 2009; Taçyıldız, 2010; Bayraktar, 2001). Bu araştırmalara karşın bazı araştırmalarda kız ve erkekler arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür (Bayraktar ve Gün, 2007; Kaltiala-Heino ve ark., 2004,). Kültürel özellikler göz önüne alındığında Türk toplumunda erkekler, kızlara göre daha serbesttirler. Ebeveynleri ve toplum tarafından kızlara göre daha az denetlenirler. Buna karşılık kızların aile ve toplum içinde her alanda daha fazla denetlenmeleri onların internet bağımlılığına ve kullanım oranlarına da yansıyabilmektedir. Bu durum kızların internet bağımlılığı puanlarının erkeklere göre daha düşük olmasının nedeni olabilir. Ayrıca erkeklerin kızlara göre internet bağımlılığı puanlarının daha yüksek olmasının çeşitli nedenleri

olabilir. Örneğin, pornografik sayfaları ziyaret edenlerin yaklaşık %85'inin erkek olduğu tahmin edilmektedir (Kuloğlu, 2001; Akt: Denizci, 2009). İnternette kumar ve online oyun oynanması, gençlerin erken zamanlarda bir sapma davranış içine girmesine ve bağımlılık geliştirmesine neden olabilmektedir (Sayar, 2002:67). Erkeklerin kızlara göre internet üzerinde oynanan oyunlar ve aktivitelerle daha çok meşgul olmaları onların internet bağımlılık düzeylerini yükseltebilir.

5.2.5. İlköğretim Öğrencilerin Algıladıkları Akademik Başarılarına Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmanın 3. alt problemi “İlköğretim öğrencilerin algıladıkları akademik başarılarına göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” olarak ele alınmıştır. Araştırma sunucunda, ilköğretim öğrencilerinin akademik başarılarına göre internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür (Tablo 18). İnternet bağımlılığı puan ortalaması en yüksek olanlar akademik başarılarını kötü olarak algılayan öğrencilerdir. Bunu akademik başarısını orta, iyi ve çok iyi algılayan öğrenciler izlemektedir. Bu sonuç yapılan birçok araştırma sonucuyla tutarlıdır. DiNicola (2004)'nın üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada öğrencilerin, % 7,9'unun internetin akademik hayatlarını olumsuz etkilediğini, %14'ünün derse geç kaldığını ve % 20,7'sini yeterince uyumadıklarını belirlemiştir. Robert ve diğer. (2001)'in yaptığı araştırmada akademik başarılarını düşük olarak algılayan öğrencilerin gece geç saatlere kadar internette kaldıklarını ve ertesi gün sınıfa yorgun ve uykusuz geldiklerini belirlemiştir. Literatüre bakıldığında akademik başarı arttıkça internet bağımlılığının azaldığı görülmektedir (Bayraktar ve Gün, 2007; Young, 1996; Kandell, 1998; Mythily ve diğer., 2008). İnternet kullanım nedeniyle öğrencilerin akademik başarısını doğrudan etkileyen ödev yapma, ders çalışma gibi etkinliklere ayrılan sürenin azalması, onların akademik başarılarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

5.2.6. İlköğretim Öğrencilerin Ailelerinin Aylık Gelir Düzeylerine Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmanın 4. alt problemi “İlköğretim öğrencilerin ailelerinin aylık gelir düzeylerine göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” olarak ele alınmıştır. Araştırma sonucunda, ailelerinin ekonomik durumuna göre öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür (Tablo 19). Ailelerinin aylık gelir durumu 1000 TL’den az olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları, 1000TL-2000TL ve 3000 TL’den fazla olan öğrencilerden anlamlı derecede daha düşüktür. Ailesinin aylık geliri düşük olan öğrencilerin internet bağımlılığı puanlarının, yüksek olan öğrencilerin internet bağımlılığı puanlarına göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Araştırma bulguları literatürdeki çalışmaların bazılarıyla tutarlıdır (Hur, 2006; Bayraktar, 2001; Kafai ve Sutton, 1999). Ancak yapılan bir kısım araştırmalarda öğrencilerin internet bağımlılığının ailenin sosyo-ekonomik düzeyine göre farklılaşmadığı belirlenmiştir (Park ve diğer. 2008; Yoo ve diğer., 2004; Esen, 210). Ailelerinin ekonomik durumu yüksek olan öğrencilerin evlerinde bilgisayar ve internet bağlantısının olması, internette erişim konusunda kolaylıklarının olması bu öğrencilerde bağımlılığın daha yüksek olmasına neden olabilir.

5.2.7. İlköğretim Öğrencilerinin Sınıflarına Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmanın 5. alt problemi “İlköğretim öğrencilerinin sınıflarına göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” olarak ele alınmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında sınıflarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür (Tablo 21). 6. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamalarının, 7. sınıf öğrencilerden daha düşük olduğu, 7. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamalarının, 8. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamalarından

daha yüksek olduğu belirlenmiştir. İnternet bağımlılığı puan ortalamalarının en yüksek olduğu grup 7. sınıf öğrencileridir. Bu sonuç, 8 sınıf öğrencilerinin zamanlarını ders çalışmayla geçirdiklerini ve SBS sınavına hazırlandıklarını düşündürmektedir. 6. sınıf öğrencilerinin ise öğrenimin ilk kademesinden ikinci kademesine yeni geçmeleri, ders programlarının farklılaşması ve derslerin içeriklerinin değişmesinden dolayı derse ayrılan sürenin artmasına neden olabilmektedir. Bu durum internete ayrılan süreni azaltabilmektedir. 7. sınıf öğrencilerinin ikinci kademedeki farklılığa alışmaları ve bu dönemde SBS sınavının olmaması öğrencilerin internette daha fazla zaman harcamalarına neden olabilmektedir. Bu durumun ise 7. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarının daha yüksek olmasını açıklayabilir. Konuyla ilgili yapılan araştırma sonuçları sınıf düzeylerine göre internet bağımlılığının farklılaştığını ortaya koymuştur. İnan (2010)'ın yaptığı çalışmada öğrencilerin sınıf düzeylerine göre internet bağımlılığı puanları arasında farklılaşmanın olduğu belirlenmiştir. Bu farkın 8. sınıflar ile 10. sınıflar; 11. sınıflar ile 6., 10. ve 12. Sınıfta öğrenim gören öğrenciler arasında olduğunu belirlemiştir. DiNicola (2004)'nın üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, öğrencilerin sınıf düzeylerinin internet kullanımında önemli bir rol oynadığını belirlemiştir.

5.2.8. İlköğretim Öğrencilerin Evlerinde İnternet Bağlantısı Olup Olmama Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Farklılaşmasına İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmanın 6. alt problemi “İlköğretim öğrencilerin evlerinde internet bağlantısı olup olmama durumlarına göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” olarak ele alınmıştır. Öğrencilerin evlerinde internet bağlantısı olup olmamasına göre internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür (Tablo 23). Evlerinde internet bağlantısı olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları, olmayan öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırma bulguları literatürdeki çalışmalarla tutarlıdır (Yücel, 2009; İnan, 2010; Taçyıldız, 2010; Özkan, 2010). Evde internet bağlantısının olması, öğrencilerin zorluk yaşamadan internete

ulaşmasını sağlayabilmektedir. Bu durumun ise öğrencilerin, internete girme süresini arttırdığı ve internet bağımlılığı konusunda risk oluşturduğu söylenebilir.

5.3. Öneriler

Bu araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda anne-babalara, eğitimcilere ve araştırmacılara aşağıdaki öneriler sunulabilir:

Anne-Babalara Öneriler

1. Anne-babalar; çocuk, ergen psikolojisi, gelişimi yönünde daha çok bilgilenererek bu dönemde onların ihtiyaçlarını zamanında karşılayabilmelidir.
2. Aileler çocuklarının sağlıklı bir şekilde gelişebilmeleri için internet kullanımlarını bilinçli bir şekilde takip edebilirler.
3. Aileler çocuklarının internet başında fazla zaman geçirmemesi, hem fiziksel hem de ruhsal birtakım olumsuz etkilere maruz kalmamaları için internet hakkında bilinçli ve bilgili olmalıdırlar.
4. Depresyon ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki göz önüne alındığında, ailelerinin çocuklarının ruhsal durumunu dikkatle izlemeleri ve gerektiğinde bir uzmandan yardım almaları uygun olabilir.
5. İnternet bağımlılığının akademik başarı üzerindeki olumsuz etkileri göz önüne alındığında anne babaların, çocuklarının derse ayırması gereken süreyi denetlemeleri uygun olabilir.
6. Araştırmada çıkan 7. sınıf öğrencilerinin internet bağımlık durumlarının 6. ve 8. sınıf öğrencilerinden yüksek olması, anne babalar bu sınıf düzeyindeki öğrencilerin internet kullanımlarını daha çok sınırlayabilirler ve çocuklarını internet kullanımı konusunda bilgilendirebilirler.
7. İnternet çocuğun odasında ve çok yakınında olmamalı evin ortak kullanım alanlarında olmalıdır.
8. Aileler çocuklarına boş zaman etkinlikleri kazandırmalı, sosyal etkinlikler için zaman ayırmalıdırlar.

Eğitimcilere Öneriler

1. Okul psikolojik danışma/rehberlik servisleri tarafından, internet bağımlılığına ilişkin farkındalığın artırılmasını yönelik çalışmalarla birlikte; ailelere, çocuklara ve ergenlere yönelik bilinçli ve güvenli internet kullanımını amaçlayan eğitim çalışmaları yapılabilirler.
2. Okul psikolojik danışma/rehberlik servisi, öğrencilerin internet bağımlılığına neden olan psikolojik problemlerin farkında olmalı, bu anlamda gerekli sağlatım ve yönlendirmeyi zamanında yapılması faydalı olabilir.
3. Okul psikolojik danışma/rehberlik servislerinde öğrencilere yönelik internet bağımlılığı konusunda, önleyici rehberlik çalışmaları yapılmalı, öğrencilerin bağımlılık seviyesine gelmeden önemlerin alınmasında gereken hassasiyet gösterilebilir.
4. Okul psikolojik danışma/rehberlik servisleri, ailelerin çocuklarıyla sağlıklı ve verimli bir iletişim sağlayabilmeleri için eğitim seminerleri düzenleyebilir.
5. Öğretmenlerin, okul idarelerinin, internet kullanımı ve internet bağımlılığı konusunda öğrencilerin farkındalığını arttırmaları, hem sınıf içinde hem de dışında çocukları internet bağımlılığından uzaklaştırmak amacıyla çocukların bazı özelliklerine göre sınıf içi ders uygulamaları yapmaları ciddi önem arz edebilmektedir.

Araştırmacılara Öneriler

1. Araştırma, İzmir İli Buca İlçesindeki ilköğretim öğrencilerine yönelik yapılmıştır. İzmir dışındaki ilköğretim okullarında ve örneklem grubu genişletilerek araştırma yapılabilir.
2. Araştırma, lise ve üniversite gibi öğrenim düzeyleri ve yaşları farklı öğrenciler üzerinde yapılabilir.
3. İnternet bağımlılığını açıklayan farklı psiko-sosyal değişkenler kullanılarak araştırmalar tekrar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Akkapulu, E. (2005). Ergenlerin Sosyal Yetkinlik Beklentilerini Yordayan Bazı Değişkenler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akbaba.,S. (2004). *Psikolojik Sağlığı Koruyucu Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. İstanbul: Öğreti Yayınları.
- Akbaş, A., Çelikkaleli, Ö. (2006). Sınıf Öğretmeni Adaylarının Fen Öğretimi Öz-Yeterlik İnançlarının Cinsiyet, Öğrenim Türü ve Üniversitelerine Göre İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt. 2, Sayı. 1.
- Aksu, H.H. (2008). Öğretmen Adaylarının Matematik Öğretimine Yönelik Öz-Yeterlilik İnançları. *Abant İzzet Baysal eğitim Fakültesi Dergisi*. Cilt.8, sayı. 2.
- Amichai, Y., Artzi, E.B. (2003). Loneliness and Internet use. *Computers in Human Behavior*. 19: 71–80.
- Andrade, J. A. (2003). The Effect of İnternet Use on Children’s Perceived Social Support. *Cyberpsychology & Behavior*. Vol. 8, No. 2.
- Arıkan, R. (2004). *Araştırma Teknikleri ve Rapor Hazırlama*, Ankara: Asil Yayıncılık.
- Arısoy, Ö.(2009). İnternet Bağımlılığı, *Türkiye Klinikleri J Psychiatry*, 2.
- Arı, R. (2003). *Gelişim ve Öğrenme*, Konya: Atlas Kitabevi.

Asher, S. R. ve Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *American Psychological Society*, 12:3, 75-78.

Aydın, A. (2003). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*, İstanbul: Alfa Yayınları.

Aydın, S. (2007). ÖSS'ye Hazırlanan Ergenlerde İnternet Kullanımının Psikososyal Durum İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Aydoğdu, C. (2003). Televizyon ve bilgisayarın (18-24 yaş) gençler üzerindeki psikolojik etkileri: Hendek örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Baş, T. (2005). *Anket Nasıl Hazırlanır Uygulanır Değerlendirilir*, Ankara: Seçkin Yayınları.

Bacanlı, H. (1999). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Bayraktufan, F. (2005). Aile İçi İlişkiler açısından İnternet kullanımı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, N. J: Prentice-Hall.

Bandura, A. (1991). Social Cognitive Theory of Self-Regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 248–287.

Bauer, J. J., Bonanno G.A. (2001). The Narrative Differentiation Of Self-Efficacy And Other Self-Evaluations while Adapting To Bereavement. *Journal Of Research in Personality*, No. 35.

- Baytemir, K. (2006). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Bazı Demografik Özelliklerine Ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerine Göre İnterneti Kullanma Amaçlarının İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bayraktar, F. (2001). İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bayraktar, F. ve Gün, Z. (2007). Incidence and correlates of internet usage among adolescents in North Cyprus. *Cyberpsychology & Behavior*, 10;191-197.
- Beard, K.W. (2005). Internet addiction: a review of current assessment techniques and potential assessment questions. *CyberPsychology & Behavior*, 8 (1), 7- 14.
- Beard, K. W., ve Wolf, E. M. (2001). “Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction”, *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), s: 377-380.
- Bila, C. (2001). Bireysel ve Kitle İletişim Aracı Olarak İnternet ve Toplumsal Etkileri. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bilgiç, N. (2000). Arkadaşlık Becerisi Eğitiminin İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerine Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bilgi, A. (2005). Bilgisayar Oyunu Oynayan ve Oynamayan İlköğretim Öğrencilerinin Saldırganlık, Depresyon ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Bölükbaş, K. (2003). İnternet Kafeler Ve İnternet Bağımlılığı Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma: Diyarbakır Örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Buca İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü (2013). Buca Sayısal Bilgileri. 16.01.2013 tarihinde temel eğitim bölümünden alınmıştır.

Bullock, J.R. (1993). Children's Loneliness and Their Relationships with Family and Peers. *Family Relations*, Vol, 42. No, 1.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç E., Akgün Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, E. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayıncılık.

Canan, F. (2010). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Disosiyatif Belirtiler ve Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki. Tıpta Uzmanlık Tezi, Düzce Üniversitesi, Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı.

Caplan, S. E. (2005). A Social Skill Account of Problematic Internet Use. *The Journal of Communication*, 55(4), s: 736.

Cengizhan, C. (2005). *Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: bağımlılık*. VIII. Ulusal PDR Kongresi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Çetinkaya, S., Arslan, S., Nur, N., Demir, Ö. F., Özdemir, D., Sümer, D. (2008). Sivas İl Merkezinde Sosyo-Ekonomik Düzeyi Farklı Üç İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Depresyon Düzeyi. *Yeni Symposium Journal*. Cilt: 46, Sayı: 3, 99–103.

Ceyhan, A.A., ve Ceyhan, E. (2008). Loneliness, Depression, and Computer Self-Efficacy as Predictors of Problematic Internet Use. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol. 11. No. 6.

- Cesarone, B. (1994). Video Games and Children. ERIC Digest. [http:// www.kidsource.com/kidsource/content2/video.games.html](http://www.kidsource.com/kidsource/content2/video.games.html)adresinden 03.10.2012 tarihine alınmıştır.
- Celkan, H. Y. (2005). *Sosyal Bir Kurum Olarak Aile, Küreselleşme ve Toplum*, Ankara: Hegem Yayınları, 35-40.
- Chen, K., Chen, I. ve Paul, H. (2001). Explaining online bahavioral differences: An Internet dependency perspective, *The Journal of Computer Information Systems*, 41(3), s: 59.
- Chak, K., Leung, L. (2004). Shyness and Locus of Control as Predictors of Internet Addiction and Internet Use. *Cyberpsychology & Behavior*. Vol. 7, No. 5.
- Chou C, Condrón L, Belland JC. (2005). A review of the research on Internet addiction. *Educ Psychol Rev*. 17:363-388.
- Cranmer, S. (2006). Children and Young People's Uses of The Internet for Homework, *Learning, Media and Technology*, Vol.31, No.3.
- Cockburn, T. (2005). New Information Technologies and The Development of a Children's Community of Interest. *CommunityDevelopment Journal*, Vol.40, No.3.
- Coget, J.F., Yamauchi, Y., Suman, M. (2002). The Internet, Social Networks And Loneliness. *It&Society*. Vol. 1, No.1, S, 180-201.
- Çöpür, M., Elmas, İ. ve Can, Y. (1995). Madde Bağımlılığı ve Antisosyal Kişilik. *Kriz Dergisi*, 3(1-2), 194-196.

- Çuhadaroğlu Çetin, F. ve Taşğın, E. (2006). Ergenlerde major depresyon: Risk etkenleri, koruyucu etkenler ve dayanıklılık. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 13 (2), 87.
- Davis, R.A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Comput Human Behav* 17: 187-195.
- Demirci, A. ve Nazik H. (2001). Çocuk ve Bilgisayar. *Tüketici Bülteni*.
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23); 14-18.
- Demir, A. (1990). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Demirtaş, A. S. (2007). İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek ve Yalnızlık Düzeyleri İle Stresle Başa Çıkma Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Yüksek İisans Tezi. Gazi Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Denizci, Ö.M. (2009). Bilişim Toplumu Bağlamında İnternet Olgusu ve Sosyopsikolojik Etkileri. *Marmara İletişim Dergisi*, 15: 47-63.
- DiNicola, M. D. (2004). Pathological internet use among college students: The prevalence of pathological internet use and its correlates. Doctoral Dissertation. Ohio University.
- Dinç, M. (2010). *İnternet Bağımlılığı*. İstanbul: Ferfir Yayınları

- Duru, E. (2005). Amerika’da Lisansüstü Öğrenim Gören Türk Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerinin Türkiye Örneklemleri ile Karşılaştırılması ve Yalnızlık Düzeyinin Bazı psiko sosyal değişkenler açısından incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 30, 16-26.
- Duru, E. (2008). Yalnızlığı Yordamada Sosyal Destek ve Sosyal Bağlılığın Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23 (61), 15-24.
- Ekici, Ş. (2009). Bir iletişim ortamı olarak internet ve Türkiye’de internetin regülasyonu. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ersanlı, K. (2005). *Davranışlarımız*. Samsun: Eser Matbaası.
- Ercan, E. S., Turgay, A. (2004). *Mutsuz Çocuk, Çocukluk ve Ergenlik Döneminde Depresyon*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Erdoğan, İ. ve Tamar, M. (2002). Çocuk ve Ergenlerdeki Majör Depresif Bozukluğa Eşlik Eden Tanıların Dağılım ve Sıklığının Araştırılması. *Türkiye’de Psikiyatri*; 4: 100–106.
- Esgin, A. (2001). Sanal Dünya, Çocuk ve Aile. *Çocuk Çocuk*. (9), 24-26.
- Esgin, A. (2001). *Sanal Dünya, Çocuk ve Aile*. 1. Ulusal Aile Hizmetleri Sempozyumu (2000’li Yıllarda Aile Hizmetleri). 9-11 Mayıs 2001. Ankara.
- Eskin, M. (2001). Ergenlikte Yalnızlık, Başetme Yöntemleri ve Yalnızlığın İntihar Davranışı ile İlişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4: 5-11.
- Esen, E. (2010). Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Fortson, B. L, Scotti, J.R., Cihen Yu-C, Malone Judith, D. B. ve Kevin S. (2007). İnternet use, abuse and dependence among students at a Southeastern Regional University, *Journal of American College Health*, Vol. 56, No. 2.
- Fromm, E. (1995). *Sevme Sanatı* (10. Basım). (Y. Salman, Çev.). İstanbul: Payel Yayınevi. (Orijinal Çalışma Basım Tarihi 1967).
- Geçtan, E. (1995). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E. (1999). *İnsan Olmak*. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Gönül, A. S. (2002). Patolojik İnternet Kullanımı (İnternet Bağımlılığı Kötüye kullanımı). *New Symposium*, 40 (3); 105-110.
- Grohol, J.M. (2012). İnternet addiction guide. <http://psychcentral.com/netaddiction> Adresinden 10.10.2012 tarihinde alınmıştır.
- Gross, E. F., Juvonen, J., Gable, S.L. (2002). İnternet Use and Well-Being in Adolescence, *Journal of Social Issues*, Vol. 58, No.1.
- Gross, E.F. (2004). Adolescent İnternet use: What we expect, what teens report. *J Appl Dev Psychol*, 25: 633- 649.
- Griffiths, M. (2000). Does İnternet and computer "addiction" exist? Some case study evidence, *Cyberpsychology & Behavior*, 5, 211-218.
- Griffiths, M.D. (1995). Technological addictions. *Clinical Psychology Forum* 76:14-19.
- Griffiths, M.D. (1996). İnternet addiction: An issue for psychopathology?. *Clinical Psychology Forum*, 97.32-36.

Greenfield, D.N.(1999). Psychological characters of compulsive internet use: a preliminary analysis. *Cyberpsychol Behav*, 2: 403-412.

Goldberg, I. (1999). Internet Addiction Disorder. <http://http://www.cog.brown.edu/people.html>. Adresinden 21.09.2012 tarihinde alınmıştır.

Guo,J., Chen, L., Wang, X., Liu, Y., Chui, C.H. (2012). The Relationship Between Internet Addiction and Depression Among Migrant Children and Left-Behind Children in China. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*. Vol. 15, No.11.

Günüç, S. (2009). İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Bazı Demografik Değişkenler İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Günç, S., Kayrı, M. (2009). İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*.

Ha, J.H., Kim, S.Y., Bae, S.C., Bae, S., Kim, H., Sim, M. (2007). Depression and Internet Addiction in Adolescents. *Psychopathology*, 40:424–430.

Hall, A.S., Parsons, J. (2001). Internet addiction: College student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *Journal of Mental Health Counseling*, 23(4), 312-327.

Hawi, N.S. (2012). Internet addiction among adolescents in Lebanon. *Computers in Human Behavior*, 28: 1044–1053.

Hur, M.H. (2006). Demographic, Habitual, and Socioeconomic Determinants of Internet Addiction Disorder: An Empirical Study of Korean Teenagers. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol. 9, No.5.

Israelashvili, M., Kim,T., Bukobza, G. (2012). Adolescents' over-use of the cyber world – Internet addiction or identity exploration?. *Journal of Adolescence*, 35: 417–424.

Işık, U. (2007). Medya Bağımlılığı Teorisi Doğrultusunda İnternet Kullanımının Etkileri Ve İnternet Bağımlılığı. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

İnternet Kurulu (2002). Gençlerin İnternet Kullanımı. Çalıştay Raporu. <http://kurul.ubak.gov.tr/calistay/> Adresinden 15.09.2012 tarihinde alınmıştır.

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

Janoschka, A. (2004) *Web Advertising. New forms of communication on the Internet*. Philadelphia, PA, USA: John Benjamins Publishing Company.

Jang, K.S., Hwang, S.Y., Choi, J.Y. (2008). Internet Addiction and Psychiatric Symptoms Among Korean Adolescents. *Journal of School Health*. Vol. 78, No. 3.

Jiang, D., Zhu, S., Ye, M., Lin, C. (2012). Cross-sectional survey of prevalence and personality characteristics of college students with internet addiction in Wenzhou, China. *Shanghai Archives of Psychiatry*. Vol.24, No.2.

Kandell, J.J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyber Psychology & Behavior*, 1; 11-17.

- Karaca, M. (2007). Sosyolojik bir olgu olarak internet gençliği: Elazığ örneği. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kandell, J.J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyber Psychology & Behavior*, 1; 11-17.
- Kaltiala, H.R., Lintonene, T., Rimpela, A. (2004). Internet addiction? Potentially problematic use of the internet in a population of 12-18 year-old adolescents. *Addict Res Theory*, 12: 89-96.
- Kafai, Y.B., Sutton, S. (1999). Elementary school students' computer and Internet use at home: Current trends and issues. *Journal of Educational Computing Research*, 21; 345-362.
- Kigin, T. J. (1993). The Role of Self-Efficacy as a Protective Factor in Depression Vulnerability. Unpublished Doctoral Dissertation, Arizona State University.
- Kim, S. Y., Ha, J. H., Bae, S.C., Bae,S., Kim, H., Sim, M., Lyoo, I. K., Cho, S.C. (2007). Depression and Internet Addiction in Adolescents. *Psychopathology* 40: 424–430.
- Kim, J., LaRose, R., Peng, W. (2009). Loneliness as the Cause and the Effect of Problematic Internet Use. *Cyberpsychology & Behavior*. Vol. 12, No. 4.
- Kinci, A. (2002). Bir Kötü Alışkanlık Olarak İnternet, *COGİTO Dergisi*.

- Koçak, E. (2008). Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Körler, Y. (2011). İlköğretim ikinci Kademe Öğrencilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Yalnızlık Düzeyleri ve Yalnızlık İle Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi. Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Köknel, Ö. (2005). *Ruhsal Çöküntü Depresyon*. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?. *Am Psychol* 53: 1017-1031.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T. ve Scherlis, W. (2002). Internet paradox: a social technology that reduces social involvement and psychological well-being?. *Journal of Social Issues*, 58 (1), 49-74.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik psikolojisi*. Ankara: Remzi Kitapevi, 236 s.
- Kumar, R., Lal, R. (2006). The Role of Self-efficacy and Gender Difference among the Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, Vol. 32, No. 3, 249–254.
- Kurtaran, G. (2008). İnternet Bağımlılığını Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Kubey, R.W., Lavin, M.J. ve Barrows, J.R. (2001) Internet use and collegiate academic performance decrements:Early findings. *Journal of Communication*, 51; 366-382.
- Lam, L.T., Peng,Z., Mai, J.C., Jing, J. (2009). Factors Associated with Internet Addiction among Adolescents. *Cyberpsychology & Behavior*. Vol. 12, No. 5.
- Lee, T.W. ve Ko, Y. K. (2010). “Effects of Self-Efficacy, Affectivity and Collective Efficacy on Nursing Performance of Hospital Nurses” *Journal of Advanced Nursing*, 66(4): 839-848.
- Lee, S., Sang, L., Chang, G. (2003). Internet Over-Users’ Psychological Profiles: A Behavior Sampling Analysis on Internet Addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol.6. No. 2.
- Leithwood, K. (2007). What we Know About Educational Leadership. *Intelligent Leadership*, Springer, 41–66.
- Leung, L., Lee, P.S.N. (2011). The Influences of Information Literacy, Internet Addiction and Parenting Styles on Internet Risks. *New media & society*. Vol.14, No.1: 117–136.
- Lin, S.S.J, Tsai, C.C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Comput Human Behav*, 18: 411-426.
- Makas, Y. (2008). Lise Öğrenimi Gören Gençlerin İnternet Kullanımının Psikososyal Durum İle İlişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Martin, J.M. (1999). The Relationship Between Loneliness and Internet Use and Abuse. *CyberPsychology & Behavior*, Vol. 2, No. 5.

- Mcmanian, S. I., Morrison, M. (2006). Coming of age with the internet: A qualitative exploration of how the internet has become an integral part of young people's lives, *New Media Society*; 8; 73.
- Mitchell, K. J., Wells, M. (2007). Problematic Internet Experiences: Primary or Secondary Presenting Problems in Persons Seeking Mental Health Care?, *Social Science & Medicine*, Vol.65, Issue 6.
- Moody, E.J. (2001). Internet Use and Its Relationship to Loneliness. *Cyberpsychology & Behavior*. Vol. 4, No. 3.
- Morrison, C. M. ve Gore, H. (2010). The Relationship between Excessive Internet Use and Depression: A Questionnaire-Based Study of 1,319 Young People and Adults. *Psychopathology*, 43:121–126.
- Morgan, C., Cotten, S. (2003). The Relationship between Internet Activities and Depressive Symptoms in a Sample of College Freshmen. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol.6.No. 2.
- Morahan-Martin, J., Schumacher, P.(2000). Incidence and correlates of pathological internet use among college students. *Comput Human Behav*, 16: 13-29.
- Morahan, J., Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, Vol. 19, 659–671.
- Moody, E.J. (2001). Internet Use and Its Relationship to Loneliness. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol. 4, No. 3.

- Mythily, S, Qiu, S, Winslow, M. (2008). Prevalence and Correlates of Excessive Internet Use among Youth in Singapore. *Annals Academy of Medicine*, vol. 37 no.1.
- Ng, B.D., Hastings, P.W. (2005). Addiction to the Internet and Online Gaming. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol. 8, No. 2
- Odabaşıoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y., Kalyoncu, Ö., Ayhan, Ö. (2007). On Olgunluk Bir Seri İle İnternet Bağımlılığı Klinik Görünümleri, *Bağımlılık Dergisi*, 8.
- Odabaşı. H.F., Kabakçı I., Çoklar A.N. (2007). *İnternet, Çocuk ve Aile*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Orhan, F., Akkoyunlu, B. (2004). İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Kullanımları Üzerine Bir Çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (26), 107-116.
- Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Öztürk, Ö., Odabaşıoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y., Ayhan, Ö. (2007). İnternet Bağımlılığı: Klinik Tedavisi, *Bağımlılık Dergisi*, Cilt:8
- Öz, İ. (2001). Bilişim Teknolojilerinin Çocuklar Üzerindeki Etkileri. *Çocuk Çocuk Dergisi*, Sayı:9, s.29.
- Özerkan, E. (2007). Öğretmenlerin Öz-Yeterlik Algıları ile Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Benlik Kavramları Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Öztürk, O. (2002). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.

- Öztürk, H., Sevindik, N.S., Yaman, S.Ç. (2006). Öğrencilerde Yalnızlık ve Sosyal Destek İle Bunlara Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt. 16, Sayı.1, S. 383-394.
- Özkan, E. (2010). İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Bilgisayar-İnternet Kullanım Durumlarının Değerlendirilmesi(Uşak İli Örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özgün, F. (2011). İnternet Bağımlısı Olan ve Olmayan Ergenlerde Mizaç Özellikleri ve Psikiyatrik Semptomların Karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y. ve Kalyoncu, Ö.A. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi, *Bağımlılık Dergisi*, 8 (1); 36-41.
- Öy, B. (1991). Çocuklar için depresyon ölçeği: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2, 132-137.
- Pajares, F. (2005). Self-Efficacy during Childhood and Adolescence. Implications for Teachers and Parents. In F. Pajares & T. Urdan (Eds.). *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents*, Vol. 5, pp. 339–367.
- Park, S.K., Kim, J.Y. ve Cho, C.B. (2008). Prevalence of Internet addiction and correlations with family factors among South Korean adolescents. *Adolescence*, 43(172); 895-909.
- Pastorelli, C., Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Rola, J., Rozsa, S., Bandura, A. (2001). Structure of Children's Perceived Self-Efficacy: A Cross-national Study. *European Journal of Psychological Assessment*, 17, 87–97.

- Robert W. Kubey, M. J., John R. B. (2001). Internet Use and Collegiate Academic Performance Decrements: Early Findings. *Journal of Communication*.
- Sayar, K., (2002). Psikolojik Mekan Olarak Siber Alan. *Yeni Sempozyum* 40 (2): 60-67.
- Selfhout, M. H.W., Branje, S. J.T., Delsing, M., Meeus, W. H.J. (2009). Different types of Internet use, depression, and social anxiety: The role of perceived friendship quality. *Journal of Adolescence*, 32: 819-833.
- Seepersad, S. (2004). Coping with Loneliness: Adolescent Online and Offline Behavior. *Cyberpsychology & Behavior*. Vol. 7, No. 1.
- Senemoğlu, N. (2004). *Gelişim Öğrenme ve Öğretim*. İstanbul: Gazi Kitabevi.
- Shaw, L.H., Gant, L.M. (2002). In Defense of the Internet: The Relationship between Internet Communication and Depression, Loneliness, Self-Esteem, and Perceived Social Support. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol.5. No. 2.
- Shapira, NA., Goldsmith, TD., Keck, PE. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *J Affect Disord*, 57: 267-272.
- Siomos, K.E., Dafouli, E.D., Braimiotis, D.A., Mouzasand, O.D., Angelopoulos, N.V. (2008). Internet Addiction among Greek Adolescent Students. *Cyberpsychology & Behavior*. Vol.11, No. 6.
- Siyez, D. M. (2007). “Fiziksel Gelişim”, Editör: KAYA, A., Eğitim Psikolojisi. Ankara: Pegem A Yayıncılık, s. 49-71.
- Sum, S., Mathews, M., Hughes, J. (2008). Internet Use and Loneliness in Older Adults. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol. 11, No 2.

- Subrahmanyam, K. (2000). The Impact of Home Computer Use on Children's Activities and Development. *The Future of Children*, 10 (2), 123-144.
- Subrahmanyam, K., Kraut, R. E., Greenfield, P. ve Gross, E. (2001). New forms of electronic media: The impact of interactive games and the Internet on cognition, socialization, and behavior. In D. Singer & J. Singer (Eds.), *Handbook of Children and the Media*, (pp. 73-99). Los Angeles, CA: Sage.
- Subrahmanyam, K., Lin, G. (2007). Adolescents on the net: Internet use and well-being. *Adolescence* 42: 659-677.
- Suler, J. (1996). Why is this thing eating my life? Computer and cyberspace addiction at the "palace". <http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/eatlife.html> adresinden 10.10.2012 tarihinde alınmıştır.
- Suler, J. (1999). Healthy and pathological internet use. *CyberPsychology and Behavior*, 2; 385-394.
- Şenol, S., Karacan E. ve Şener, Ş. (1999). *Çocuklarda ve Ergenlerde Depresyon. Ben Hasta Değilim Çocuk Sağlığı ve Hastalıklarının Psikososyal Yönü*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Şahin, F. (2007). *İnternet ve çocuk istismarı*. Sosyal Pediatri Günleri "Basın Yayında Çocuk Sağlığı Sempozyumu", Bildiri Özetleri. http://www.rtuk.org.tr/sayfalar/IcerikGoster.aspx?icerik_id=e564061a-3fa6-479c-9295-9376c25c6a06. Adresinden 24. 07. 2012 tarihinde alınmıştır.
- Tamar, M., Özbaran, B.,(2004). Çocuk ve Ergenlerde Depresyon, *Klinik Psikiyatri* s2-82-94.

- Taçyıldız, . (2010). Lise ğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Telef, B. B. (2011). Öz-Yeterlikleri Farklı Ergenlerin Psikolojik Semptomlarının İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tezcan, E. (2000). Depresyonun Ayırıcı Tanısı. *Duygudurum Dizisi*. 2, 77–98.
- Tezci, E. (2003). Dijital Bölünme ve Ortaya Çıkardığı Sonuçlar. http://www.edevletmodeli.org//WPX/Dijital_Bolunme_Ortaya_Cikardigi_Sonular.pdf. Adresinden 17. 07. 2012 Tarihinde Alınmıştır.
- Thurlow, C., Lengel, L. ve Tomic, A. (2004). Computer mediated communication: Social interaction and the internet. *Sage Publications*. 150-159.
- Tsai, C.C, Lin, S.S.J. (2003). Internet addiction of adolescents in Taiwan: An interview study. *Cyberpsychol Behav*, 6: 649-652.
- Tsai, C.C. ve Lin, S.S.J., Tsai, M.J. (2001). Developing an İnternet attitude scale for high school students. *Computers & Education*, 37(1), 41–51.
- Treuer, T., Fabian, Z. ve Füredi, J. (2001). Internet addiction associated with features of impulse control disorder: is it a real psychiatric disorder? *Journal of Affective Disorders*, 66(2-3), 283.

- Tuncer, N. (2000). Çocuk ve İnternet Kullanımı. *Türk Kütüphaneciliği*, 14 (2), 205-212.
- Tuncer, N. (2001). İnternet: Çocuklar ve Yasaklar. *Türk Kütüphaneciliği*. (15), 427-435.
- TÜİK. (2012). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması, <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=1080> Adresinden 18.10.2012 Tarihinde Alınmıştır.
- Umaz, D. (2010). Diyarbakır'daki İlköğretim Öğretmenlerinin Öz-yeterlik Düzeyi ve Yaşadıkları İletişim Sorunları. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Üneri, Ş.Ü., Tanıdır, C. (2011). Bir Grup Lise Öğrencisinde İnternet Bağımlılığı Değerlendirmesi: Kesitsel Bir Çalışma. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24:265-272
- Wang, R., Bianchi, S. M., Raley, S. B., (2005). Teenagers' Internet Use and Family Rules: A Research Note, *Journal of Marriage and Family*, 67.
- Wang, L., Luo, J., Bai, Y., Kong, J., Luo, J., Gao, W. (2012). Internet addiction of adolescents in China: Prevalence, predictors, and association with well-being. *Addiction Research and Theory, Early Online*: 1–8.
- Whitty, M.T., Mclaughlin, D. (2007). Online Recreation: The Relationship Between Loneliness, Internet Self-Efficacy and The Use Of The Internet For Entertainment Purposes. *Computers in Human Behavior*, No. 23: 1435-1446.
- Widyanto, L. ve McMurran, M. (2004). The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & Behavior*, 7 (4), 443-450.

- Yan, Z. (2005). Age Differences in Children's Understanding of the Complexity of The Internet, *Journal of Applied Developmental Psycholog*, Vol.26, Issue 4.
- Yang, S.C., Tung, C.J. (2007). Comparison of internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Comput Human Behav* 23: 79-96.
- Yalçın. N. (2006). *İnterneti doğru kullanıyor muyuz? İnternet bağımlısı mıyız? Çocuklarımız ve gençlerimiz risk altında mı?* VIII. Akademik Bilişim Konferansı(AB2006), 9-11 Şubat 2006, PamukkaleÜniversitesi, Denizli. Çevrim-içi:<http://ab.org.tr/ab06/bildiri/113.doc>, adresinden 19.07.2012 Tarihinde Alınmıştır.
- Yen, J.Y., Fang, J., Yen, M.D., Chen,C.S, Tang,T.C., Ko, C.H. (2009). The Association between Adult ADHD Symptoms and Internet Addiction among College Students: The Gender Difference. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol. 12, No 2.
- Yen, J.Y., Fang Yen, C.,Yi Wu,H.,Jen Huang, C.,Hung Ko, C. (2011). Hostility in the Real World and Online: The Effect of Internet Addiction, Depression, and Online Activity. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*, Vol. 14, No. 11.
- Yılmaz, E., Yiğit, R., Kaşarcı, İ. (2012). İlköğretim Öğrencilerinin Öz yeterlilik Düzeylerinin Akademik Başarı Ve Bazı Değişkinler Açısından İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı. 23, 371-388
- Yoo, H.J., Cho, S.C. Ha, J., Yune, S.K.,Kim, S.J., Hwang, J. (2004). Attention deficit hyperactivity symptoms and Internet addiction. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 58, 487-494.

- Young, K.S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychol Behav*, 3:237-244.
- Young, K.S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 3; 237-244.
- Young, K.S., Rogers, R.C. (1998). The Relationship Between Depression and Internet Addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol. 1. No. 1.
- Young, K.S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *The American Behavioral Scientist*, 48(1); 402-415.
- Yörükoğlu, A. (1996). *Gençlik Çağı*. İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım, 35 s.
- Yu Yen, J., Hung Ko, C., Fang Yen, C., Huei Chen, S., Lun Chung, W., Chung Chen, C. (2008). Psychiatric symptoms in adolescents with Internet addiction: Comparison with substance use. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 62: 9–16.
- Yücel, N. (2009). Ergenlerde Akran İlişkileri ve Yalnızlık Düzeylerinde Evde İnternet Kullanımının Etkisinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimler Enstitüsü.
- Qualter, P. (2003). Loneliness in Children and Adolescents. *Pastoral Care In Education*, Vol, 21. No,2.

EK-1

İTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki sorularda, size en uygun düşen ifadeyi (X) ile işaretleyiniz:

		Hiçbir Zaman	Nadiren	Arada Sırada	Çoğunlu kla	Çok Sık	Devamlı
1	Ne sıklıkla planladığınızdan daha fazla süre internette kalıyorsunuz?						
2	Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?						
3	Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?						
4	Ne sıklıkla internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurarsınız?						
5	Ne sıklıkla bir işe başlamadan önce e-postanızı (e-mail) denetlersiniz?						
6	Ne sıklıkla okula devamınız internetten dolayı olumsuz etkilenir?						
7	Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?						
8	Çevrenizdekiler ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın fazlalığından şikayet eder?						
9	Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?						
10	Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?						
11	Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?						
12	Ne sıklıkla İnternetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?						
13	Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıncı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?						
14	Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü Ne sıklıkta uykunuz kaçır?						
15	İnternette olmadığınız zamanlarda ne sıklıkla interneti düşünür veya internete girmeyi hayal edersiniz?						
16	Kendinizi ne sıklıkla internetteyken "yalnızca birkaç dakika daha" derken bulursunuz?						
17	Ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın miktarını azaltmaya çalışır ve başarısız olursunuz?						
18	İnternette kaldığınız süreyi ne sıklıkla saklamaya çalışırsınız?						
19	Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?						
20	Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlırsınız?						

EK-2**Çocuklar İçin Öz-yeterlik Ölçeği**

Sevgili öğrenciler, aşağıdaki soruları dikkatlice okuyup, sizin duygu ve düşüncelerinizi yansıtan her soru için sadece bir cevabı işaretleyiniz. Aşağıdaki sorulara cevabınız “Hiç” ise 1’i, “Biraz” ise 2’yi “Oldukça iyi” ise 3’ü, “İyi” ise 4’ü “Çok iyi” ise 5’i işaretleyiniz. Teşekkürler.

		Hiç	Biraz	Oldukça iyi	İyi	Çok iyi
1.	Sınıf arkadaşlarınız sizinle aynı görüşte olmadığı zaman kendi görüşlerinizi ne kadar iyi ifade edebilirsiniz?	1	2	3	4	5
2.	Olumsuz bir olay karşısında kendi kendinize moralinizi yükseltmeyi ne kadar iyi başarabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
3.	Yapılacak başka ilgi çekici şeyler olduğunda dersinizi ne kadar iyi çalışabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
4.	Çok korktuğunuzda yeniden sakinleşebilmeyi ne kadar iyi başarabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
5.	Çevrenizdeki diğer çocuklarla arkadaşlık kurmada ne kadar iyisiniz?	1	2	3	4	5
6.	Sınav için hazırlanmanız gereken bir üniteye ne kadar iyi çalışabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
7.	Tanımadığınız bir kişi ile sohbet etme konusunda ne kadar iyisiniz?	1	2	3	4	5
8.	Sinirlerinize ne kadar iyi hâkim olabilirsiniz?	1	2	3	4	5
9.	Her gün ev ödevlerinizi tamamlama konusunda ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5
10.	Sınıf arkadaşlarınız ile ne kadar uyumlu çalışabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
11.	Duygularınızı ne kadar iyi kontrol edebiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
12.	Her dersinizde ders boyunca dikkatinizi ne kadar iyi toparlayabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
13.	Çevrenizdeki diğer çocuklara sizin hoşlanmadığınız bir şeyi yaptıklarını ne kadar iyi anlatabilirsiniz?	1	2	3	4	5
14.	Kendinizi iyi hissetmediğinizde kendi kendinize moral vermede ne kadar iyisiniz?	1	2	3	4	5
15.	Okuldaki derslerin tümünü anlamayı başarma konusunda ne kadar iyisiniz?	1	2	3	4	5
16.	Komik bir olayı bir öğrenci grubuna ne kadar iyi anlatabilirsiniz?	1	2	3	4	5
17.	Okuldaki çalışmalarınızla ailenizi memnun etmeyi ne kadar başarabiliyorsunuz?	1	2	3	4	5
18.	Diğer çocuklarla arkadaşlığınızı sürdürebilme konusunda ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5
19.	Sizi rahatsız eden düşüncelerinizi bastırma konusunda ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5
20.	Herhangi bir sınavı geçme konusunda ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5
21.	Olması muhtemel şeyler için endişe etmeme konusunda ne kadar başarılısınız?	1	2	3	4	5

EK-3

ÇOCUKLAR İÇİN DEPRESYON ÖLÇEĞİ (ÇDÖ)

Aşağıda gruplar halinde cümleler yazılıdır. Her gruptaki cümleleri dikkatlice okuyunuz. Her grup içinden bugün de dahil olmak üzere, son iki haftadır yaşadıklarınızı en iyi şekilde tanımlayan cümleyi seçip, yanındaki numarayı daire içine alınız.

A	0	Kendimi arada sırada üzgün hissederim.	N	0	Okul ödevlerimi yapmak için her zaman kendimi zorlarım.
	1	Kendimi sık sık üzgün hissederim.		1	Okul ödevlerimi yapmak için çoğu zaman kendimi zorlarım.
	2	Kendimi her zaman üzgün hissederim.		2	Okul ödevlerimi yapmak sorun değil.
B	0	İşlerim hiçbir zaman olumlu yönde gitmeyecek.	O	0	Her gece uyumakta zorluk çekerim.
	1	İşlerimin yolunda gidip gitmeyeceğine emin değilim.		1	Birçok gece uyumakta zorluk çekerim.
	2	İşlerim yolunda gidecek.		2	Oldukça iyi uyurum.
C	0	İşlerimin çoğunu doğru yaparım.	Ö	0	Arada sırada kendimi yorgun hissederim.
	1	İşlerimin çoğunu yanlış yaparım.		1	Bir çok gün kendimi yorgun hissederim.
	2	Her şeyi yanlış yaparım.		2	Her zaman kendimi yorgun hissederim.
D	0	Birçok şeyden hoşlanırım.	P	0	Hemen her gün canım yemek yemek istemez.
	1	Bazı şeylerden hoşlanırım.		1	Çoğu gün canım yemek yemek istemez.
	2	Hiçbir şeyden hoşlanmam.		2	Oldukça iyi yemek yerim.
E	0	Her zaman kötü bir çocuğum.	R	0	Ağrı ve sızılardan endişe etmem.
	1	Çoğu zaman kötü bir çocuğum.		1	Çoğu zaman ağrı ve sızılardan endişe ederim.
	2	Arada sırada kötü bir çocuğum.		2	Her zaman ağrılarımın dolayısı endişe ederim.
F	0	Arada sırada başıma kötü bir şeylerin geleceğini hissederim.	S	0	Kendimi yalnız hissetmem.
	1	Sık sık başıma kötü şeylerin geleceğinden endişelenirim.		1	Çoğu zaman kendimi yalnız hissederim.
	2	Başıma kötü şeylerin geleceğinden eminim.		2	Her zaman kendimi yalnız hissederim.
G	0	Kendimden nefret ederim.	Ş	0	Okuldan hiç hoşlanmam.
	1	Kendimi beğenmem.		1	Arada sırada okuldan hoşlanırım.
	2	Kendimi beğenirim.		2	Çoğu zaman okuldan hoşlanırım.
H	0	Bütün kötü şeyler benim hatam.	T	0	Birçok arkadaşım var.
	1	Kötü şeylerin bazıları benim hatam.		1	Birkaç arkadaşım var ama daha fazla olmasını isterim.
	2	Kötü şeyler genellikle benim hatam değil.		2	Hiç arkadaşım yok.
I	0	Kendimi öldürmeyi düşünmüyorum	U	0	Okul başarımla iyi.
	1	Kendimi öldürmeyi düşünürüm ama yapmam.		1	Okul başarımla eskisi gibi iyi değil.
	2	Kendimi öldürmeyi düşünüyorum		2	Eskiden iyi olduğum derslerde çok başarısızım.
İ	0	Her gün içimden ağlamak gelir.	Ü	0	Hiçbir zaman diğer çocuklar kadar iyi olamıyorum.
	1	Bir çok günler içimde ağlamak gelir.		1	Eğer istersem diğer çocuklar kadar iyi oluyorum.
	2	Arada sırada içimden ağlamak gelir.		2	Diğer çocuklar kadar iyiyim.
J	0	Her şey her zaman beni sıkır.	V	0	Kimse beni sevmez..
	1	Her şey sık sık beni sıkır.		1	Beni seven insanların olup olmadığına emin değilim
	2	Her şey arada sırada beni sıkır.		2	Beni seven insanların olduğundan emin değilim.
K	0	İnsanlarla beraber olmaktan hoşlanırım.	Y	0	Bana söyleneni genellikle yaparım.
	1	Çocuğu zaman insanlarla birlikte olmaktan hoşlanmam.		1	Bana söyleneni hiçbir zaman yapmam.
	2	Hiçbir zaman insanlarla birlikte olmaktan hoşlanmam.		2	Bana söyleneni hiçbir zaman yapmam.
L	0	Herhangi bir şey hakkında karar vermem.	Z	0	İnsanlarla iyi geçinirim
	1	Herhangi bir şey hakkında karar vermek zor gelir.		1	İnsanlarla sık sık kavga ederim.
	2	Herhangi bir şey hakkında kolayca karar veririm.		2	İnsanlarla her zaman kavga ederim.
M	0	Güzel, yakışıklı sayılırım.			
	1	Güzel, yakışıklı olamayan yanlarım var.			
	2	Çirkinim.			

EK-4**UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ (UCLA_LS)**

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler verilmektedir. Sizden istenilen her ifade de tanımlanan duygu ve düşünceyi ne sıklıkla hissettiğiniz ve düşündüğünüzü her biri için tek bir rakamı daire içine alarak belirtmenizdir.

		Ben Bunu Hiç Yaşamam	Ben Bu Durumu NADİREN Yaşarım	Ben Bu Durumu BAZEN Yaşarım	Ben Bu Durumu SIK SIK Yaşarım
1.	Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum.	1	2	3	4
2.	Arkadaşım yok.	1	2	3	4
3.	Başvurabileceğim hiç kimsem yok.	1	2	3	4
4.	Kendimi tek başıyım gibisi hissediyorum.	1	2	3	4
5.	Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum.	1	2	3	4
6.	Çevremdeki insanlarla bir çok ortak yönüm var.	1	2	3	4
7.	Artık hiç kimseyle samimi değilim.	1	2	3	4
8.	İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşılmıyor.	1	2	3	4
9.	Dışa dönük bir insanım.	1	2	3	4
10.	Kendimi yakın hissettiğim insanları var.	1	2	3	4
11.	Kendimi grubun dışına atılmış gibisi hissediyorum.	1	2	3	4
12.	Soysal ilişkilerim zayıftır.	1	2	3	4
13.	Hiç kimse gerçekten beni tanımıyor.	1	2	3	4
14.	Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum.	1	2	3	4
15.	İstediğim zaman arkadaş bulabilirim.	1	2	3	4
16.	Beni gerçekten anlayan insanlar var.	1	2	3	4
17.	Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum.	1	2	3	4
18.	Çevremde insanlar var ama benimle değil.	1	2	3	4
19.	Konuşabileceğim insanlar var.	1	2	3	4
20.	Derdimi anlata bileceğim insanlar var.	1	2	3	4

EK-5**KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

Sevgili öğrenciler,

Bu çalışma ile sizlerin internet kullanım durumlarınız incelenmektedir. Lütfen sizden her maddeyi dikkatli bir şekilde okuyarak, kendinize uygun bulduğunuz bir seçeneği işaretleyiniz. Cevaplarınız sadece araştırma amacıyla kullanılacak ve bilgiler saklı tutulacaktır. Lütfen size en uygun seçeneğin yanına (X) işareti koyun ve hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Yardımcı olduğunuz ve içtenlikle yanıtladığınız için teşekkür ederim.

Musa ÇETİNKAYA
PDR Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Cinsiyetiniz : (1) Kız (2) Erkek

2. Okulunuz (Lütfen Yazınız):.....

3. Sınıfınız : (1) 6 (2) 7 (3) 8

4.Okul başarınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?

(1) Çok iyi (2) İyi (3) Orta (4) Kötü (5) Çok kötü

5. Evinizde İnternet bağlantınız var mı? (1) Evet (2) Hayır

6. Günde kaç saat internet kullanırsınız? (Lütfen yazınız.....saat)

7. Anneniz- babanız internet kullanımınızı denetliyor mu? (1) Evet (2) Hayır

8. İnternete çoğunlukla nereden bağlanırsınız?

(1) Evden (2) Okuldan (3) İnternet kafeden (4) Diğer.....

9. İnternete genellikle hangi amaçlarla kullandığınızı işaretleyiniz(birden çok seçenek işaretleyebilirsiniz)

- | | |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| (1) Ödev hazırlamak | (2) Film -Eğlenme |
| (3) Sohbet etmek (Chat yapma) | (4) Oyun oynama |
| (5) Bilgi edinme | (6) Boş zamanları değerlendirme |

10. Ailenizin aylık geliri durumu nasıl? (1) 700 TL den az (2) 700 TL- 1000 TL arası
(3) 1000TL- 2000 TL arası (4) 2000TL den fazla

11. Anne – babanız : (1) Sağ ve birlikteler (2) Anne sağ – baba ölü
(3) Anne ölü –baba sağ (4) Anne ölü – baba ölü
(5) Anne – baba boşanmış

12. Anne-babanızın eğitim durumu :

	Anne	Baba
Okur-yazar değil	(1)	(1)
İlk Okul mezunu	(2)	(2)
Lise mezunu	(3)	(3)
Üniversite mezunu	(4)	(4)
Yüksek Lisans- Doktora	(5)	(5)

Ek-6

30 Ekim 2012

T.C.
İZMİR VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : B.08.4.MEM.0.35.20.00-020/65714

Konu: Musa ÇETİNKAYA 'nın
Araştırma İzni

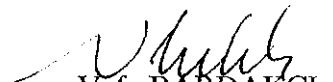
VALİLİK MAKAMINA
İZMİR

- İlgi: a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 07/03/2012 tarihli ve B.08.0.YET.00.20.00.0/3616 sayılı yazısı(Genelge 2012/13)
b) Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü 'nün 15/10/2012 tarihli ve 2001 sayılı yazısı.

Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri ABD Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans öğrencisi Musa ÇETİNKAYA 'nın "**İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının İncelenmesi**" konulu tez çalışması için kullanacağı ölçekleri, İzmir ili Buca ve Karabağlar ilçelerinin ekli listede yer alan okullarının 6,7 ve 8.sınıf öğrencilerine uygulamak istediği ilgi (b) yazı ile belirtilmektedir.

Söz konusu ölçeklerin uygulamasının, ekli listede adı geçen okullarda, 2012-2013 öğretim yılında eğitim öğretimi aksatmadan yapılması, araştırma sonucunun bir örneğinin Müdürlüğümüze verilmesi kaydıyla uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görüldüğü takdirde olurlarınızı arz ederim.


Vefa BARDAKCI
Müdür

OLUR

30/10/2012
Mehmet Suat İLHAN
Vali a.
Vali Yardımcısı

EKLER:

- 1) Araştırma Değerlendirme Formu(1 Sayfa)
- 2) Okul Listesi (1 Sayfa)