



ANKARA
HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**İNTERNET BAĞIMLILIĞI: TÜRKİYE’DE YAPILAN
ÇALIŞMALAR
VE UZMAN GÖRÜŞLERİ IŞIĞINDA BİR
DEĞERLENDİRME**

Murat SAFRAN

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Umur IŞIK

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
GAZETECİLİK ANABİLİM DALI
YENİ MEDYA BİLİM DALI**

Mart - 2022



**İNTERNET BAĞIMLILIĞI: TÜRKİYE’DE YAPILAN ÇALIŞMALAR
VE UZMAN GÖRÜŞLERİ IŞIĞINDA BİR DEĞERLENDİRME**

MURAT SAFRAN

**YÜKSEK LİSANSTEZİ
GAZETECİLİK ANABİLİM DALI
YENİ MEDYA BİLİM DALI**

**ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Mart 2022

ETİK BEYAN

Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Murat SAFRAN

18/03/2022

İNTERNET BAĞIMLILIĞI: TÜRKİYE’DE YAPILAN ÇALIŞMALAR VE UZMAN
GÖRÜŞLERİ İŞİĞİNDE BİR DEĞERLENDİRME
(Yüksek Lisans Tezi)

Murat SAFRAN

ANKARA HACI BAYRAM VELİ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Mart 2022

ÖZET

Bu çalışmada, problemli internet kullanımı veya sorunlu internet kullanımı olarak ortaya çıkan internet bağımlılığının; yapılan çalışmalar üzerinden değerlendirilmesi ve konunun uzmanları cephesinden açıklanması amaçlanmaktadır. Çalışmamızda, ülkemizde son 6 yılda yapılan 30 internet bağımlılığı konulu tez ve 30 makale içerik analizi yöntemi ile incelenerek konuya yönelik yapılan çalışmalar belli kriterler eşliğinde ele alınmıştır. Bu çalışmalarda özellikle hangi yaş grupları ve okul düzeyleri üzerinde, hangi yöntem ve ölçekler kullanılarak araştırmaların yapıldığı saptanmıştır. Ayrıca, en çok araştırılan sosyal medya kanalları, internet kullanım durumları, internet bağımlılığını en çok araştıran bilim dalları ve internet bağımlılığı çalışmalarına en çok konu olan başlıklar ayrı ayrı tablolaştırılmıştır. Daha sonra ise İnternet bağımlılığının psikolojik ve sosyal hayata olan etkilerini aktarabilmek için konunun uzmanları ile yarı yapılandırılmış bir görüşme gerçekleştirilmiştir. Bu görüşme alanında; bir Uzman Psikolog, iki Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Uzmanı, bir İletişim uzmanı akademisyen ve bir de PDR Uzmanı Akademisyen olmak üzere toplam 5 uzman ile tamamlanmıştır. Uzmanlara, internet bağımlılığının tanımlanması, tedavi edilmesi ve önlenmesine yönelik toplam 11 soru sorulmuş ve alınan cevaplar alt başlıklar halinde son bölümde aktarılmıştır. Çalışmanın sonucuna göre, ülkemizde internet bağımlılığı araştırmalarının en çok psikoloji anabilim dalı tarafından yapıldığı tespit edilmiştir. Konu olarak ise internet bağımlılığının ebeveyn ilişkileri ile olan yönlerinin araştırıldığı görülmüştür. Yöntem olarak en çok anket yönteminin, ölçek olarak ise internet bağımlılığı ölçeğinin kullanıldığı sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal medya ortamlarından en çok Facebook’un inceleme konusu olarak tercih edildiği belirlenmiştir. Okul ortamı olarak ise en çok lise öğrencileri üzerinde internet bağımlılığı çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Uzman görüşleri ise sonuçlar kısmında detaylı bir şekilde aktarılmıştır.

Bilim Kodu : 111502
Anahtar Kelimeler : İnternet Bağımlılığı, Gençler, Sosyal Medya, Sorunlu İnternet Kullanımı
Sayfa Adedi : 141
Tez Danışmanı : Doç. Dr. UMUR IŞIK

INTERNET ADDICTION: STUDIES IN TURKEY AND AN EVALUATION IN THE
LIGHT OF EXPERT OPINIONS

(Master Thesis)

Murat SAFRAN

ANKARA HACI BAYRAM VELİ UNIVERSITY
THE INSTITUTE OF GRADUATE STUDIES

March 2022

ABSTRACT

In this study, it is aimed to evaluate the internet addiction, which occurs as problematic internet use or problematic internet use, through the studies done and to explain it from the point of view of the experts. In our study, 30 dissertations and 30 articles on internet addiction made in the last 6 years in our country were examined by content analysis method and the studies on the subject were discussed with certain criteria. It seems that in these studies researches were carried out on which age groups and school levels, and which methods and scales were used. In addition, the most researched social media channels, internet usage situations, the sciences that most research internet addiction and the topics that are the most subject to internet addiction studies are separately tabulated. Afterwards, a semi-structured interview was conducted with the experts of the subject in order to convey the effects of internet addiction on psychological and social life. The interviews were completed with a total of 5 experts, one of whom is a Psychologist, two Psychological Counseling and Guidance Specialists, one Communication Specialist academician and one PDR specialist academician. A total of 11 questions were asked to those experts regarding the definition, treatment and prevention of internet addiction, and the answers were given in the last section under sub-headings. According to the results reached out it has been determined that internet addiction researches in our country are mostly conducted by psychology departments. As a subject, it was seen that the aspects of internet addiction with parent relationships were investigated. It was concluded that most of the time questionnaire was used as a method and the internet addiction scale was the most favorable scale chosen. It has been determined that among social media environments, Facebook is mostly preferred as the subject of investigation. As a school environment, internet addiction studies were carried out mostly on high school students. Expert opinions are given in detail in the results section.

Science Code : 111502

Key Words : Internet Addiction, Youth, Social Media, Problematic Internet Use

Number of Pages : 141

Thesis Advisor : Doç. Dr. UMUR ISIK

TEŐEKKÖR

Tez çalıřmam boyunca hiçbir fedakârlığı esirgemeyen deęerli ailem ve eřim Bűőra Safran'a, tecrűbelerinden ve bilgisinden her daim istifade ettięim kıymetli hocam Doç. Dr. Umur Iřık'a, hem çalıřma hayatımda hem de Lisansűstű eęitimim dűneminde maddi manevi desteklerini esirgemeyen Dr. Harun Tuncer'e ve Dr. Ahmet Uçar'a katkılarından dolayı teőekkűr ederim.



İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLOLARIN LİSTESİ	x
GRAFİKLERİN LİSTESİ	xi
RESİMLERİN LİSTESİ	xii
KISALTMALAR	xiii
1. GİRİŞ	1
2. İNTERNET VE BAĞLI TEKNOLOJİLERLE ŞEKİLLENEN YENİ MEDYA	5
2.1. Bilgisayarlar ile İnternetin Tarihçesi ve Gelişimi	10
2.2. Bilgisayar ve İnternetin Türkiye’deki Gelişimi	12
2.3. İnternet İletişiminin Özellikleri ve Yüz Yüze İletişim	14
2.4. İnternet İletişiminde Katılma Biçimleri ve Araçları	17
2.4.1. Elektronik (Sanal) Forumlar	18
2.4.2. Webbloglar (Blog)	19
2.4.3. Wiki ve Wikiler	19
2.4.4. Elektronik Posta (E-Posta)	20
2.4.5. Tele Konferans ve Video Konferans Yöntemleri	20
2.4.6. Sohbet (Chat) Sistemleri	20
2.4.7. World Wide Web (İnternet Sitesi)	21
2.5. Dünyada ve Türkiye’de İnternet İstatistikleri	21
2.6. İnternetin Sosyal Yaşama Etkileri ve Etki Araştırmaları	27

	Sayfa
2.6.1. İnternetin Sosyal Yaşama ve Sosyalleşmeye Etkileri	28
2.6.2. İletişimde Etki Araştırmaları	30
2.6.2.1. Güçlü etkiler dönemi	31
2.6.2.2. Sınırlı etkiler dönemi	32
2.6.3. Yeniden Etkiler Dönemi	33
2.6.3.1. Gündem belirleme kuramı	34
2.6.3.2. Suskunluk sarmalı kuramı	34
2.6.3.3. Yetiştirme/ekme kuramı	35
2.6.4. Dijital İletişime Yönelik Yeni Kuram ve Araştırmalar	36
2.6.4.1. Üçüncü düzey (ağ) gündem belirleme kuramı	37
2.6.4.2. Çevrimiçi medya ve suskunluk sarmalı	38
2.6.4.3. Dijital aktivizm	40
2.6.4.4. Dijital hikâye anlatıcılığı bağlamında çapraz medya stratejisi	41
2.6.4.5. Dijital çağda sanal etkileyiciler	43
3. BAĞIMLILIK VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI	47
3.1. Kavram Olarak Bağımlılık	47
3.2. İnternet Bağımlılığı	50
3.3. İnternet Bağımlılığının Zararları	53
3.3.1. Aşırı İnternet Kullanımında Ortaya Çıkan Bedensel Sorunlar	53
3.3.2. Aşırı İnternet Kullanımında Ortaya Çıkan Sosyal Sorunlar	54
3.3.3. Aşırı İnternet Kullanımında Ortaya Çıkan Psikolojik Sorunlar	55
3.4. İnternete Yönelim Motivasyonları	58
3.5. Türkiye’de İnternet Kullanım Motivasyonları	63
4. NİTEL BİR ARAŞTIRMA; GENÇLER VE BAĞIMLILIK KONUSUNDA YAPILAN ARAŞTIRMALAR VE UZMAN GÖRÜŞLERİ	73

	Sayfa
4.1. Araştırmanın Amacı	73
4.2. Araştırmanın Önemi	74
4.3. Araştırmanın Yöntemi	75
4.4. Araştırma Evreni	77
4.5. Veri Toplama Aracı	77
4.6. Araştırma Bulguları	80
4.6.1. Tez ve Makalelerin İncelenmesi	80
4.6.2. İncelenen Tezlerin Sonuçları ve Önerileri	93
4.6.2.1. İncelenen çalışmaların sonuçları ve önerileri	94
4.6.2.2. İnternet bağımlılığı çalışmalarının önerileri	98
4.6.3. Uzman Görüşleri Işığında İnternet Bağımlılığı	102
4.6.4. İnternet Bağımlılığının Tanımlanması ve Tedavi Yöntemleri	102
4.6.5. İnternet Bağımlılığında Sosyal Hayata Yansıyan Meseleler.....	106
4.6.6. İnternet Bağımlılığında Ulusal ve Uluslararası Düzeyde Yapılması Gerekenler	109
4.6.7. Bireyleri İnternet Bağımlılığına İten Sebepler	113
4.6.8. Medya Okuryazarlığı Dersinin Önemi	115
4.6.9. İnternet Bağımlılığında Gelecek Projeksiyonlar	119
5. SONUÇ VE DEĞERLENDİRME	123
KAYNAKLAR	129
EKLER	135
EK 1. İçerik Analizi Yapılan Tezler	136
EK 1. İçerik Analizi Yapılan Makaleler	138
ÖZGEÇMİŞ	141

TABLoların LİSTESİ

Tablo	Sayfa
Tablo 2.1. 2021 dünya internet kullanımı ve nüfus istatistiğı.....	22
Tablo 2.2. En yüksek internet kullanıcı sayısına sahip 20 ülke- 2021	24
Tablo 2.3. Türkiye internet kullanıcı sayıları (2000-2015).....	25
Tablo 2.4. Avrupa için internet, Facebook ve nüfus istatistikleri	27
Tablo 3.1. Türkiye’de 16-64 yaş arası kişilerin medyada harcanan günlük zamanı	65
Tablo 3.2. Türkiye’de 2020-2021 yıllarında kategorilerine göre mobil uygulama kullanımı.....	67
Tablo 3.3. Haziran ayı toplam indirme oranlarına göre indirilen mobil uygulama sıralaması.....	68
Tablo 4.1. İncelenen çalışmaların türleri.....	80
Tablo 4.2. İncelenen tezin çalışıldığı ana bilim dalı	81
Tablo 4.3. İncelenen makalenin yayınlandığı alan.....	82
Tablo 4.4. İncelenen çalışmanın dili	83
Tablo 4.5. İncelenen tezin üzerinde durduğu ana konu	84
Tablo 4.6. İncelenen makalenin üzerinde durduğu ana konu.....	85
Tablo 4. 7. Tez ve makalelerde kullanılan araştırma yöntemleri	86
Tablo 4.8. Çalışmada incelenen sosyal medya ortamları.....	86
Tablo 4.9. Doktora tezlerinde kullanılan ölçekler.....	87
Tablo 4.10. Yüksek lisans tezlerinde kullanılan ölçekler	89
Tablo 4.11. Tıpta uzmanlık tezlerinde kullanılan ölçekler	90
Tablo 4.12. Makalelerde kullanılan ölçekler.....	91
Tablo 4.13. Çalışmalarda incelenen okul ve ortam değişkenleri	92
Tablo 4.14. İnternet bağımlılığı tezleri ve makalelerinin sonuçları	94
Tablo 4.15. İnternet bağımlılığı makalelerinin sonuçları.....	96

GRAFİKLERİN LİSTESİ

Grafik	Sayfa
Grafik 2.1. Hane halkı bilişim teknolojileri kullanımına ilişkin temel göstergeler	26
Grafik 3.1. Türkiye’de internet kullanıcılarının en çok tercih ettiği sosyal medya uygulamaları	70



RESİMLERİN LİSTESİ

Resim	Sayfa
Resim 3.1. Türkiye’de internet kullanıcılarının nüfusa göre oranları	64
Resim 3.2. Türkiye’de mobil cihaz ve mobil internet kullanıcı oranları	66



KISALTMALAR

Bu çalışmada kullanılmış kısaltmalar, açıklamaları ile birlikte aşağıda sunulmuştur.

Kısaltmalar

Açıklamalar

ABD

Amerika Birleşik Devletleri

ADSL

Asymmetric Digital Subscriber Line

BLOG

Sanal Ortam Günlükleri

CIA

Computer Industry Almanac

E-POSTA

Elektronik Posta

GSM

Global System for Mobile Communications

HTML

Hypertext Markup Language

ISS

İnternet Servis Sağlayıcılarının

IWS

İnternet World Stats

SEO

Search Engine Optimization

TR

Türkiye

TÜİK

Türkiye İstatistik Kurumu

TV

Televizyon

VB

Ve Benzeri

WWW

World Wide Web

1. GİRİŞ

İnsanoğlu var olduğu günden beri hayatını kolaylaştırma yolunda hep arayış içerisinde olmuştur. Bu arayış ve hep yeni şeyleri merak etme dürtüsü teknolojinin doğmasına ve günümüze kadar gelişmesine imkân sağlamıştır. Tekerleğin icadı, sanayi devrimi, telgraf, telefon gibi ulusları kökten sarsan ve devrim niteliğinde değişikliklere yol açan bu icatlar, insanlığı iletişim ve haberleşme bakımından hep bir adım ileriye taşımıştır. Özellikle son 25 yılımıza damga vuran internet ise bu gelişmelerin tabiri caizse tavan noktası olmuş ve birçok eski teknolojiyi bünyesinde toplamıştır. İnternet, artık yaşadığımız bu çağda herkesin bir şekilde kullandığı/kullanmak zorunda kaldığı çok yönlü bir ortamdır. Özel şirketler, devlet kurumları ve bizzat devletler, toplumsal örgütler, eğitim kurumları, askeri kurumlar ve doğrudan bireyler hayatının en önemli çeşitli alanlarında interneti aktif bir şekilde kullanmaktadır.

İnternet, kendisinden önceki teknolojilere göre çok hızlı yayılmakta ve kullanımı her geçen gün katlanmaktadır. Bunun için güncel kullanım verilerine bakmamız yeterli olacaktır. Tüm dünyadaki internet kullanıcı sayısı Mart 2021 itibarıyla 5 milyar 168 milyon 870 bin 607 olarak raporlanmaktadır. Çeşitli motivasyon aygıtları olarak kullanılan internet tabanlı teknolojilerin motivasyonları arasında; iletişim/sohbet, alışveriş, mobil uygulama kullanımları, eğlence (video izleme, müzik dinleme, oyun oynama vb.), finans ve gündem takibi gibi konular gelmektedir. İletişim ve sohbet hem kullanım motivasyonu kategorisinde ilk sırada hem de kullanıcı deneyimlerinde ilk sırada yer almaktadır. 2020 yılında yüzde 92 olan sosyal medya uygulamaları kullanıcı oranı 2021 yılında yüzde 4,3'lük bir farkla yüzde 96,3'e yükselmiştir. Bugün ülke nüfusumuzun %96,3'ü aktif olarak sosyal medya kullanmaktadır. Aynı raporun 2. Sırasında Whatsapp gibi anlık mesajlaşma (Chat) uygulamaları gelmektedir. 2021 yılına göre mobil internet tabanlı mesajlaşma uygulamaları kullanan kişi sayısının oranı yüzde 96,1'dir. Kullanıcı sayısındaki gözle görülen bu yoğunluk ve motivasyon ilişkisi söz konusu iken, uzmanlar internetin etkilerini de merak etmektedir. Günümüzde hem internetin çıktığı günden bugüne üzerinde yapılmış çalışmalar ve ortaya atılmış kuramlar hem de önceki iletişim kuramlarının internete uyarlanması şeklinde çalışmalar bulunmaktadır.

Tüm bunlarla beraber; bu çalışmada günümüzde tüm dünya tarafından yoğun bir şekilde kullanılan internetin kişiler üzerinde meydana getirdiği etkileri, güncel kitle iletişim kuramları çerçevesinde ele alınmıştır. İnternetin bireyler üzerinde ne türden "bağımlılık ilişkileri" oluşturduğu, bu konuda yapılan araştırmalar perspektifinden incelenmiştir.

Bu bağlamda, kişilerin internetle değişen teknolojileri kullanma şekilleri de “kullanımlar ve doyumlar” yaklaşımı temelinde bireylerin yaşamlarında barındırdıkları çeşitli motivasyonların, kişisel düzeyde ise hedeflerine ulaşabilmenin aslında bir yansımasıdır. İnternetle birlikte bireylerin medyadan beklentisi ve motivasyonları da çeşitlenerek atmıştır. Literatürde internetin bağımlılık ilişkisini yordayan bu motivasyonlar; oyun, cinsellik, iletişim, farklı kimlik, gerçek yaşamı gizlemek gibi birçok özellik de beraberinde gelmiştir. Günümüzde insanların motivasyon araçları artık sosyal medya uygulamaları ve diğer mobil uygulamalar ekseninde gelişmektedir. Türkiye’de mobil uygulama kullanıcılarının neredeyse tamamına yakını sosyal medya ve iletişim odaklı sohbet uygulamalarını tercih etmektedir. 2020 yılına göre kıyas yapıldığında 2021 yılında bu uygulamaların kullanımı artmıştır. Bugün ülke nüfusumuzun yüzde 96,3’ü aktif olarak sosyal medya kullanmaktadır. Aynı raporun 2. Sırasında Whatsapp gibi anlık mesajlaşma (Chat) uygulamaları gelmektedir. 2021 yılına göre mobil internet tabanlı mesajlaşma uygulamaları kullanan kişi sayısının oranı yüzde 96,1’dir. Bu oranın 2020 yılında yüzde 92 olduğu bilinmektedir.

Yukarıda yer alan bilgiler ışığında, ülkemizde birçok medya, internet ve sosyal medya bağımlılığı çalışmaları yapılmıştır. Bu çalışmaların yarısından fazlasının bağımlı bireyler ve özellikle öğrenciler üzerine olduğu görülmektedir. Ancak konunun bir de uzmanlar cephesinden açıklanması gerekli görülmüştür.

Tüm bu yönleri ile “internet bağımlılığı” alanında uzman olan iletişim uzmanları, PDR uzmanları, psikiyatrlar ve psikologlardan oluşturulması, çalışmanın önemi doğrultusunda anlamları sonuçların elde edilmesi ve bu yönde atılacak adımlara ön ayak olmasını temenni etmektedir. Çünkü gerek sosyal bilimlerde olsun gerek diğer bilim dallarında olsun, bir problemin anlamlandırılmasında her ne kadar denek grubu olarak birincil muhatap konumunda olan, kişiler olsa da o alanla ilgilenen uzmanların görüşleri de düşüncenin ve problemin açıklanmasında büyük önem teşkil etmektedir.

Çalışma iki teorik bir içerik analiz tekniği ile yarı yapılandırılmış mülakat, sonuçlar ve değerlendirme olmak üzere toplam beş bölümden meydana gelmektedir. İlk olarak; internetin tanımlanması, bağımlılık ilişkileri ve genel özellikleri açıklanacaktır. Dünya ve Türkiye açısından tarihi gelişimi, internet iletişiminin özellikleri, katılma biçimleri ve araçları, internetteki motivasyon kaynakları ve bağımlılık nesneleri ile ilgili literatüre yönelik bilgiler verilmeye çalışılacaktır. Devamında ise, kitle iletişiminde etki araştırmaları ve yeni dönem kitle iletişim kuramlarının bazıları ele alınacaktır. Ayrıca ikinci bölümde, günümüzde bağımlılık ilişkisini artıran yeni kuram ve yaklaşımlara da yer verilecektir. Bunun yanında, internetin sosyal yaşama etkileri ve sosyalleşmenin önemine de değinilecektir. Devamında, internet bağımlılığı ile motivasyon ilişkileri karşılaştırılacak ve tablolar eşliğinde yorumlanacaktır. Bu sayede Türkiye’de insanların internete yönelme sebepleri sayısal oranlarla anlamlandırılmaya çalışılacaktır. Üçüncü ve son bölüm ise çalışmanın metodolojisi üzerinde durulacak ve yapılan mülakat sorularına uzmanların verdikleri cevaplar neticesinde elde edilen bulguların değerlendirilmesin gerçekleştirilecektir. Bu bölümde, uzmanların hazırlanan 11 soruluk görüşme sorularına verdikleri cevaplar aktarılacaktır. Sorulara verilen cevaplar belli kategoriler çerçevesinde alt başlıklar halinde ele alınacaktır.



2. İNTERNET VE BAĞLI TEKNOLOJİLERLE ŞEKİLLENEN YENİ MEDYA

Dünyanın geleneksel kitle iletişim araçları olan gazete, radyo ve televizyon gibi araçlardan çok hızlı bir şekilde internetle birlikte başlayan yeni medya düzenine geçiş yapmaktadır. Bu geçişin en önemli getirisi artık kendini yenileyebilen ve anında kitlelere ulaşabilen araçların yaygınlaşması olmuştur. Bu değişimle birlikte artık her iki medya türünün de olmazsa olmazı olan içerikleri de hem üretim aşamasında hem de yaygınlaşma aşamasında dönüşüme uğramıştır. Yeni medya olarak adlandırılan ve her geçen gün daha da gelişen ve dijitalleşen bu medya sistemleri internetin bir noktadan diğer noktaya olan hızı dahil olmuştur.

Bilginin her türlü dijital ortama aktarıldığı ve yayılabildiği teknolojik gelişmelerle bilinen günümüzde internet; iletişimin vazgeçilmez teknolojik gelişmesi ve artık hemen hemen bütün insanları doğrudan veya dolaylı yoldan ilgilendiren, içerisinde bilgi yüklü ve sosyal ağlar ile dünyayı birbirine bağlayan ağıdır. İnternet özel kuruluşlar ve resmi kuruluşların tamamında hem bilgiyi saklamak hem çevrimiçi uygulamalardan yararlanmak hem de uluslararası platformda söz sahibi olabilmek için artarak kullanılmaktadır.

İnternet, iki veya daha çok sayıda bilgisayarın birbiriyle bağlantısı anlamına gelen bilgisayar ağlarının aralarında tekrar bağlantı kurmalarıyla oluşan, dünya çapında yaygın bilgisayar ağlarına dayalı bir iletişim sistemi olarak tanımlanmaktadır (Roberts ve Hogan, 1996: 12-207). İnternet ortaya çıktığı günden bu yana küresel anlamda çok hızlı bir gelişim göstermektedir.

Bilgisayar teknolojisinden sonra ortaya çıkan internet, bu bilgisayarlarda bugün çok katlı kütüphanelerden daha fazla bilgiyi dijital olarak depolayabilme, bilgiyi çok hızlı işleme (veri tabanı programları, bazı analiz programları vb) özellikleriyle herhangi iki bilgisayar arasında veri iletişimini olanaklı kılma özellikleri göstermektedir. İnternetin felsefesini oluşturan temel altyapı ana hatlarıyla böyledir. İnternet bir bilgi teknolojisi sistemidir. İnternet 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 bilgilere insanlar kolay, ucuz, hızlı ve güvenli bir şekilde erişebilmekte, onu paylaşabilmekte ve ona yeni şeyler

ekleyebilmektedir. We Are Social 2021 raporuna göre 5 milyardan fazla internet kullanıcısı bulunmakta olup bu sayı her geçen gün artmaktadır.

Bunun dışında internet ortamında belli bilgilerin bir arada bulunmasını ve arayıcılara daha kolay yoldan bulma imkânı sunan arama motorları da bulunmaktadır. Web arama motoru veya internet arama motoru, web'de sistematik bir şekilde internet kullanıcılarının istedikleri bilgilere anında erişebilmek için sıkça kullandıkları bir yazılım türüdür (Sever, Tonta ve ark. 2002). Birincil işlevi internette veya internetin bir kısmında bulunmuş olan verileri bir araya getirmek ve raporlamaktır (Palvi ve Tarun, 2020). Günümüzde en çok ve en yaygın olarak kullanılan arama motoru Google'dır. Onun dışında sırayla; Microsoft Bing, Baidu, Yahoo, Yandex, Duck Duck Go, Dogpile, Board Reader, Wolfram Alpha, İxquick, Ask gibi internet tabanlı arama motorları bulunmaktadır. Bunların yanında bir de kendi içinde arama motoruna sahip olan web siteleri bulunmaktadır. Bunlar; Facebook, Instagram, Twitter, Wikipedia, Youtube, Vimeo, Slideshare, Creative Commons Search. Arama motorları bilgi erişim sistemlerinin bir alt konusu konumundadır. Ayrıca günümüzde arama motorlarında bulunan bilgilerin güvenilirliğini ve bulunma hızını artıran Arama motoru optimizasyonu (SEO) isimli aranan bilgiyle uyumlu ve entegre yazılar da bulunmaktadır. Web sitesinin, bilinen aramalar için arama motorlarındaki (başta Google olmak üzere) sonuçlarda, birinci sıralarda ve birinci sayfada yer alabilmesi için yapılan işlemlerdir. İnternet, kullanan kişilerin %90'ı arama motorlarını, burada yer alan bilgilere erişim sağlamak için kullanmaktadır. Bu nedenle SEO uyumlu yazılar aranan niteliği öne çıkarmakta ve buldurmakta önem arz etmektedir. Bu optimizasyonlar internette içerik oluşturan, bilgi paylaşan ve bu bilgilerin daha çok insan tarafından ulaşılmasını sağlamak isteyenler için daha üstte ve daha önde yer alma imkânı bulmalarını sağlamaktadır.

Bilgisayarın insanlar açısından çok hızlı kullanılmaya başlanması ve ilgi gösterilmesinin bir diğer önemli yanı da hızlı ve anlık iletişim imkânı sunmasıdır. Yeni medya kanalları olarak da adlandırılan sosyal medya kanalları bu iletişim hızını her geçen gün artırmaktadır. İletişim birey ile birey (ya da bireyler) arasında yapılan bir anlam yüklü simgeler gönderimi, alımı, işletimi, yeniden gönderimi, yeniden alımı ve yeniden işlenimi, vb. olarak ifade edilmektedir (Oskay, 1982; 310). İletişim her toplumda insanlar arasında kurulmaktadır. Bir başka deyişle toplumsal ilişkinin

temellerini oluşturan kurumlardan bir tanesidir. İletişimin olmadığı veya zayıf olduğu toplumlarda toplum değil sadece insanların var olduğu bir kalabalık demek daha doğrudur. Bir toplumda “ilişki” den bahsediliyorsa dolaylı olarak “iletişim” den de bahsediliyor demektir. Günümüzde ise bu toplumların iletişiminden bahsediliyorsa, artık internetten de bahsedilmektedir. İnternet, bireyler için iletişimde yadsınamaz oranda var olan bu iletişim önemini bir üst seviyeye taşımış, insanlara kendini kabullendirmekte zorlanmamıştır (Şenyapılı, 1981: 30).

İnternette iletişimi sağlayan temel sosyal medya kanallarının birçoğu artık insanların belli bir oranı tarafından günlük aktif olarak kullanılmaktadır. (Bu oranlar çalışmanın ilerleyen sayfalarında verilmiştir) Bunlara yeni medya kanalları, sosyal ağlar, sosyal medya ağları olarak da isimlendirilebilmektedir. Bilinen ilk sosyal medya platformu 1997’de kurulan ve kullanıcılarına profil oluşturma, mesaj gönderme gibi özellikleri olan “sixdegrees.com” adlı platformdur. 2001 yılından sonra kurulan Blackplanet, Asianavenue, Migente, Cyworld gibi sosyal ağ platformları, arkadaşlık kurmak isteyen kişilerin kullanımına farklı özellikler sunmuştur. 2004 yılından sonra ise MySpace ve Facebook gibi günümüzde milyonlarca kişi tarafından kullanılan platformlar internet kullanıcılarına hizmet verir hale gelmiştir (Kobak ve Biçer, 2008: 6-8). Bugün kullanılan en yaygın sosyal medya kanalları şunlardır; Facebook, Twetter, Instagram, YouTube, Whatsapp, Linkedlin. İnternet tabanlı bir şekilde gelişim gösteren sosyal medyanın ana özelliklerini aşağıdaki şekilde sıralayabilmek mümkündür (Mavnacıoğlu, 2009: 292):

- Kullanıcılar, zaman ve mekân sınırlaması olmadan paylaşım yapabilmekte ve karşılıklı bir şekilde görüş alışverişinde bulunabilmektedirler.
- İletişim belli kurallar içerisinde değil, daha samimi bir ortamda gerçekleşmektedir.
- Kullanıcıların üretmiş oldukları içerikleri mobil ortamlar aracılığıyla da paylaşabilmektedir.
- Kullanıcılar kendi arkadaşlarını ve sosyal çevresini sosyal paylaşım ağları aracılığıyla takip edebilmekte, paylaşılan içeriklere yorum yapabilmektedir.
- Sosyal medya bilgi kirliliği sağlamakta ve kimi zaman dezenformasyon kaynağına dönüşebilmektedir.

- Kullanıcılar sosyal medyada hem takip eden hem de edilen durumuna düşmekte ve mahremiyet zedelenmektedir.

İnternet teknolojisinin güç kazanması bilgi ve veriye ulaşım açısından kolaylık sağlamış, böylelikle diğer kitle iletişim araçları üzerinden yayınlanan, sunulan içeriğe erişim imkânı ortaya çıkmıştır. Yeni medya üzerine araştırmalar yapan Manuel Castells, enformasyon ve bilgi teknolojilerinin toplumsal hayatı değiştirdiğini savunmaktadır. Ona göre; gerçek anlamda kitlesel bir iletişim gerçekleştirebilmek için internet ve kablosuz teknolojilere ihtiyaç duyulmaktadır (Castells, 2012: 229). İnternetin yüz yüze iletişime farklı boyutlar kazandırdığını belirterek ağ toplumunun haberleşme teknolojilerinden fazlasıyla faydalandığını ifade etmektedir. Castells'in de belirttiği gibi internet yaş sınırlamasını ortadan kaldırmaktadır. Her yaştan, her kesimden, her ülkeden farklı niteliklere sahip katılımcılar oluşan bu sanal cemaatin bir üyesi olabilmektedir. Başta sosyal medyanın etkisiyle birlikte internet toplumsal bir katılım ortamı oluşturmuş, baskın ve tekdüze özellikler taşıyan geleneksel medyanın etkisini kırarak alternatif demokrasi ortamları meydana getirmiştir (Dahlgren, 2009). Sayısallaşan dünyanın etkisiyle birlikte bireylerin psikolojik, sosyolojik, ekonomik yapıları değişikliğe uğramaya başlamış, internet her ortamda başvuru bilgi deposu, iletişim ağı, eğlence ortamı gibi konularda önemli bir kaynak durumuna gelmiştir. Bunların yanında bireyin sosyal hayatında uçtan uca farklı noktalarda da işlev gören internet ortamı hayatı kolaylaştırmak açısından da tercih edilmektedir. Bunlardan bazıları aşağıda sıralanmıştır:

- Bilgi, makale, ödev, sayısal veriler, güncel analiz ve raporlara erişim
- PDF kitap okuyabilme, konferans, duyuru ve kayıtlara ulaşabilme
- Alışveriş edebilme, ürün satışı yapabilme
- Seyahat rezervasyonları, yolculuk biletleri ve çeşitli alternatif yolculuklar bulabilme (bla bla car vb.)
- Mobil bankacılık, döviz, hisse senedi işlemleri, kur takibi, çevrimiçi borsa vb.
- Kolay adres bulma, yön tarifi, yol yardımı gibi hizmetlere erişim
- Anlık haber takibi, ülke ve dünya gündemine yönelik bilgi edinebilme imkânı

Günümüzde 4,5 milyardan fazla insan interneti aktif olarak kullanmakta ve farklı sebeplerden dolayı bu oran gittikçe artmaktadır. Yukarıda sıralanan imkânlar ve her geçen gün hem kişisel hem de devlet kurumları düzeyinde sağlanan yeni olanaklarla

internet hayatımıza bir adım daha yaklaşmaktadır. İnternette bilginin yanında; sohbet etme, oyun oynama, müzik ve film erişimi, alışveriş ve akademik araştırma gibi bir takım yan olanaklar da bulunmaktadır. Wingate (1998: 98), bu olanakları 4 ana başlıkta kategorize etmektedir. Bunlar; 1) Ağ üzerinde kullanımı tamamen ücretsiz olan milyonlarca **bilgi** dosyası. 2) Dünyanın farklı yerlerinden iş ya da eğlence için **iletişim** kurabileceğimiz insanlar. 3) Bilgisayarınıza kopyalayabileceğiniz ve ağı daha verimli kullanmaya yarayacak **programlar**. 4) Rezervasyon, hava durumu, bilet işlemleri gibi işlerimizi halledebileceğimiz **servislerdir**.

İnternetin yer aldığı iki bilgisayarın birbirine bağlanabilmesi ve bilgi alışverişinde bulunabilmesi için İnternet Protokolü (IP) adresleri denilen kendilerine özgü adreslerin bulunması gerekmektedir. IP adresleri sayılar halindedir. Sayıları her zaman hatırlayabilmek olanaksız olduğundan, her bilgisayara alan adı (domain name) denilen bir isim verilmektedir. Alan adları, bilgisayarın bulunduğu yer hakkında bilgi verir ve üç kısımdan oluşmaktadır. Her kısım bir nokta ile diğerinden ayrılmaktadır. Örnek: tubitak.gov.tr. Bunun yanında birçok ülkenin de kendine özgü kodları bulunmaktadır. Örneğin; Avusturalya: au, Kanada: ca, Almanya: de, Hollanda: nl, Türkiye: tr gibi.

Artık beş milyara yakın kullanıcı internetten aktif olarak yararlanmaktadır. Kişilerden ziyade; medya kuruluşları, ulusal ve uluslararası kurumlar, siyasetçiler ve sivil toplum kuruluşlar, çeşitli örgütleri ve Devlet yapıları da interneti aktif halde kullanmaktadır. Yankın, bu dijital dönüşüm ve robotik teknolojisinin yeni iş modelleri, yeni meslekler, yeni çalışma biçimleri meydana getirmekle yetinmeyip, iş hayatı için farklı dijital modellerin oluşturulması potansiyeller taşıdığını belirtmektedir (Yankın, 2019: 02). Bütün bu bilgiler ışığında internetin hem birey bazında hem de resmi kuruluşlarda kitle bir iletişim aracını ve kamusal alanı temsil ettiği görülmektedir. Bugün birçok devlet interneti, vatandaşlarının bilgilerini kayıt altına almak, resmî birtakım işlerini halledebilmeleri için teknik altyapı hizmeti sunmak suretiyle de değerlendirmektedir. Buna ülkemizden de örnekler verilebilmektedir. En büyük örneği yurttaşların tüm abonelik, takip, başvuru ve diğer vatandaşlık hizmetlerini takip edebildiği “e devlet” uygulaması ve sağlıkla ilgili tüm detaylarını takip edebildikleri “e nabız” sistemidir. 20 Nisan 2016 tarihinde başlayan e-Devlet, e-Devlet Kapısı veya Dijital Türkiye, devlet hizmetlerinin kullanıcı

ihtiyaçları göz önüne alınarak elektronik ortamda, güvenli, kesintisiz ve hızlı olarak ortak bir nokta üzerinden vatandaşa doğru bilgiye ulaştırılmasını amaçlayan web tabanlı bir sistemdir. T.C. Cumhurbaşkanlığı Dijital Dönüşüm Ofisi tarafından oluşturulmuştur. E-Devlet sistemine T.C Kimlik Numarası kullanarak giriş yapılmaktadır. 803 kurum tarafından sunulan 5.808 adet hizmetin bulunduğu e-Devlet kapısının 54 milyondan fazla kullanıcısı bulunmaktadır.

2.1. Bilgisayarlar ile İnternetin Tarihçesi ve Gelişimi

Başlangıçta sadece hesap makinesi olarak tasarlanan ve kullanılan bilgisayar, genel dünya ve teknoloji tarihi içerisinde kısa denilebilecek bir dönemde hem bilgi saklama hem de ağlar vasıtasıyla birbirine bağlandıktan sonra bilgiyi paylaşma görevini üstlenmiştir. Bilgisayarın 1970’lere kadar hesap makinesi olarak işlem görmesi daha sonraları ona iletişimden diğer alanlara her türlü hizmet alanında yaygın olarak kullanılacak bir görev ykleyecekti.

İlk işlevsel dijital bilgisayarlar Atlantik’te soğuk savaş döneminde askeri amaçlarla kullanılmıştır. Colossus ve Eniac isimli iki dev bilgisayar makineleri ilk zamanlarda güvenli olmayan valf ile birbirine bağlydılar. Bu valfler Amerika’da vakum tüpleri olarak isimlendiriliyordu. Daha sonra 1950 yılında İngiliz bilgisayar öncüsü Alan Turing tarafından bu valfler piller ile değiştirildi. Teknoloji alanında yaşanan gelişmeler, oda büyüklüğünde olan bilgisayarların da küçülmesine ve modernleşmesine katkı sağladı. Bu çalışmalardan ilki Gordon Teal tarafından yapıldı. Teal, germanyumu silikon ile değiştirdi ve ona “ip” adını verdi. Ekim 1954 senesinde küçük silikon çipler satılmaya başlandı. Bu çipler aslında bugün hepimizin kullandığı akıllı telefonlarda bile bulunmaktadır. Temelleri 1954 yılında atılmıştır. ip (Chip) silikon gibi yarı iletken ve milimetrik ölçülerdeki bir yüzey üzerine çok karmaşık elektronik devrelerin yerleştirilmesi olarak tanımlanmaktadır. Pratik olarak ifade edersek, tanımdan da anlaşılacağı gibi çok küçük bir alanda çok fazla bilgi saklanmasını sağlayan teknolojik bir üründür diyebiliriz (Burke ve Briggs, 2004: 45-65).

Texas Intruments için çalışan mühendis Jack Kilby 1959 yılında elektronik devrelerin tüm bileşenlerinin tamamen birleştiği bir devre yapmış ve patentini almıştır. İsmi *-günümüzde de bildiğimiz gibi-* daha sonra Intel olacak olan bu devre

Fairchild şirketinin kurucularından biri olan Robert Noyce patentinin kullanım haklarını satın almıştır. 1964 tarihinde Intel'in bir başka kurucu ortağı olan ve aynı zamanda başkanı Gordon Moore, tek bir çipin her 18 ayda ikiye katlanacağı bir dizi pilden oluşan bir sistem oluşturmuştur. Bugün Moore yasası olarak bilinen bu sistem, bilgisayar teknolojisi için önemli kolaylıklar sağlamıştır. Yine bugün bilgisayarlar için kalp niteliği taşıyan mikroişlemciler ise 1971 yılında Marcian Hoff tarafından teknolojiye kazandırılmıştır (Burke ve Briggs, 2004: 45-65).

Bugün hepimizin bildiği ve bilgisayardan telefona, taşınabilir büyük disklerden flaş disklerle kadar olan “Bellek” icadı da bilgisayar teknolojisinin gelişimine devrim niteliğinde katkı sağlamıştır. Özellikle bilginin depolanmasında ve saklanmasında büyük payı olan belleklerin başlangıcı 1940'lara kadar dayanmaktadır. Amerikan bilgisayar mühendisi ve sistem bilimcisi Jay Wright Forrester “Bir kasırga projesi” üzerine çalışmaktadır. Bunun, uçağın sabit durmasına katkı sağlayacağını düşünmekteydi. 1953 yılında bu teknolojinin bilgisayarlarda bellek olarak kullanılması fikri buradan yola çıkılarak gerçekleştirilmiştir. IBM için çalışan John Mackus, 1957'de yeni bir bilgisayar dili geliştirmiştir. Bu FORTAN, yani formül gönderme sisteminin ismidir. Bu tür çok sayıda dilin ilk çalışması ise Alman mühendis Konrad Zuse tarafından geliştirilmiştir. Bu tarihten 3 yıl sonra ilk elektronik bilgisayarlar üretilmiştir (Kaynak: <https://s3w.net/OCiDJ>).

Mikroişlemcilerin icat edilmesinden ve yaygınlaşmasından bu yana, yazılımlar büyüyen artmıştır. Mikroişlemciler yeni teknolojik gelişmenin ve bilgisayarların “üretici yönünü” temsil etmektedir. İletişim sisteminin fiziksel bileşenleri için kullanılan “hardware” kavramının karşısı olan “software” yeni bir mana kazanmıştır. Günümüzde bu manaya yazılım denilmektedir. Bu gelişmelerin bilgisayarın hayatımızda canlı olarak rol almasına katkı sağlamıştır. Tarihte böyle bir programlama yazılımı olmasaydı hiçbir bilgisayar işlevini yerine getiremeyecekti (Topaloğlu; 2021: 21).

Bunun yanında literatürde yapılan birtakım çalışmalara göre bilgisayar tarihi içindeki kronolojik kilometre taşlarının kesin çizgilerle bilinmesinin güç olduğundan ve bu terimlerin yanlış yönlendirmeye mahal verebileceğinden bahsedilmektedir. Çünkü bilgisayarlar soğuk savaş dönemlerinde askeri alanda ve uzay çalışmalarında, karşı tarafa üstünlük sağlamak amacıyla kullanılmıştır. O tarafta bilgisayarların akademik

ve ticari kullanım şekli birbirinden oldukça farklıdır. Bilgisayarlar artık sadece iş alanında değil, ‘tüm medya etkinliklerinin temel kaynağı’ olarak hizmet vermektedir (Burke ve Briggs; 2004).

1963 yılında PDP8 adında bir bilgisayar, William Olsen tarafından piyasaya sürülmüştür. Ürüne yoğun ilgi gösterilmiş ve Olsen’in “Digital Equipment Corporation” şirketi 1965-75 seneleri arasında satışların 9 kat artmasına vesile olmuştur. Yine o yıllarda (1975) ilk bilgisayar satışının yapıldığı bir dükkân Los Angeles’ta açılmıştır. Hemen arkasından video oyunları geliştirilmiş ve çoğaltılmıştır. Bunu, 1980 yılında video oyunu geliştiricisi Nicholas Bushnell’in Atari adlı şirketinin 100 milyon dolarlık video oyunu ve ev bilgisayarı satışından anlamaktayız. Bilgisayarlara iş dışında zevk ve vakit geçirme amaçlı ilk bağımlılık ve motivasyon sağlayıcılık da bu zamanlarda başlamaktadır. 1983 yılından itibaren resmi rakamlara göre Amerikan evlerindeki 15 milyon televizyon ekranında video oyunu oynanmaktaydı.

Ekim 1992 yılına geldiğimizde, Londra’da Financial Times’da “Bilgisayarlar ve İletişim” başlıklı bir yazı yayımlanmıştı. Bu yazıda bilgisayar ve iletişimin gittikçe birbirine yakınlığına vurgu yapılmaktadır (Burke ve Briggs; 2004). Bu bir nebze internetin çıkışıyla olabilecek yakınlaşmanın temellerinden bahsetmektedir. Çünkü bilginin diskler vasıtasıyla saklanması sağlayan bilgisayarlar, ağlar vasıtasıyla da paylaşımını ve ulaşılır olmasını kalıcı sağlayacaktı.

2.2. Bilgisayar ve İnternetin Türkiye’deki Gelişimi

Türkiye’de internet altyapısına öncülüğün Ege Üniversitesi aracılığıyla 1986 senesinde kurulan TÜKEVA (Türkiye Üniversiteler ve Araştırma Kurumları Ağı) gösterilmektedir (Saka, 2014: 1-11). Bu ağ aslında internet olarak tanımlanmamaktadır. Sadece geniş alan ağı olarak Avrupa’daki EARN/BİTNET ağlarına Türkiye’deki bazı üniversite ve akademik kuruluşları ilişkilendiren bir ağıdır (Akgül, 2014). 1990-91’de Bilkent Üniversitesinde kurulan BİLSERV ve GNU, 1992 yılında ise LİNUX gibi açık kaynak işletim sistemleri de bulunmakta olup bu sistemlerin (ağ) hat kapasitesi zaman içerisinde yetersiz kalmıştır. Aynı sene (1991 sonlarına doğru) ODTÜ ve TÜBİTAK, internet teknolojilerini kullanan yeni bir ağın tesis edilmesi yönünde bir proje başlatmışlardır. Bu çerçevede ilk deneysel bağlantı

1992 yılının Ekim ayında Hollanda'ya yapılmıştır. PTT'ye 1992 yılında yapılan başvurunun sonuçlanmasını takiben, 12 Nisan 1993'de de 64 Kbps kapasiteli kiralık hat ile ODTÜ Bilgi İşlem Daire Başkanlığı sistem salonundaki yönlendiriciler kullanılarak, ABD'de NSFNet (National Science Foundation Network)'e TCP/IP protokolü üzerinden Türkiye'nin ilk internet bağlantısı gerçekleştirilmiştir. Bu ilk bağlantının tarihi Türkiye'de internetin doğum günü olarak kabul edilip, ülke çapında etkinliklerle iki hafta süren İnternet Haftası adı altında kutlanmaktadır. 64kbit/san hızında olan ilk hat uzun bir süre Türkiye'nin internete tek çıkışı olmuştur. 1993-96 yılları arasında birçok üniversite de ODTÜ üzerinden çoğu X.25/leased line vb şeklindeki bağlantılarla internete bağlanmışlardır. Bu üniversitelerin, İstanbul'dan İTÜ ve Boğaziçi Üniversitesi, Ankara'dan Bilkent, Gazi ve Hacettepe Üniversiteleri olarak sayılabilir (Güvenir, 2005: 4).

ABD'de askeri hizmet amaçlı kurulan ilk internet ülkemizde direkt olarak haberleşme-iletişim ağı olarak kullanılmıştır. İnternetin ardından yine bazı üniversitelerimizde WEB siteleri de oluşturulmaya başlanmıştır. Bunlar şu şekilde sıralanabilir: “1994 senesinde İzmir Ege Üniversitesi, 1995'te Bilkent, 1995 yılında Boğaziçi Üniversitesi ve 1996 Şubat'ta İTÜ (İstanbul Teknik Üniversitesi) internet bağlantısını yaptılar. 1993 senesinde ilk web siteleri de kurulmuş oldu. Bunlar ODTÜ ve Bilkent üniversitelerinin kurmuş olduğu web siteleridir. Türkiye'de 2015 yılında 35 milyon civarı web sitesi bulunurken 8 milyonu aktif site olarak çalışıyor (Kaynak, <https://www.iha.com.tr/haber-dunyada-ve-turkiyede-kac-tane-web-sitesi-var-628848/>). Dünya geneline baktığımız zaman bu sayı 1 milyar 872 milyon 663 bin 711. (Kaynak, <https://www.internetlivestats.com/total-number-of-websites/>).

İnternet, ülkemizde üniversite dışında vatandaşların kullanımına 1996 senesinde açılmıştır. 1998'de ise Ulaştırma Bakanlığı'na bağlı olarak “İnternet Üst Kurulu” kuruldu. 1997 yılının sonlarına gelindiğinde tahminlere göre Türkiye'de internet servis sağlayıcılar üzerinden internet servisi alan ve internet erişimi olan ticari şirket sayısı 10 bine, internete bağlı bilgisayar sayısı ise 30 bine ulaşmıştı. 1994'te yaşanan kriz ortamı internetin gelişimini yavaşlatmış, 1996'da yaşanan tıkanmayı protesto için “İnterneti öldürmeyin!” sanal mitingi yapılmıştır. Sonraki yıllarda internet hem bilgisayarların hem de cep telefonlarının yaygınlaşması ve erişim kolaylığının sağlanması ile Türkiye'de internet kullanımı artmıştır.

2001 yılında İstanbul Bienalinde dijital kültürün etkilerinin fazlasıyla görüldüğü bir etkinlik düzenlenmiştir. Avrupa ve Bilişim şurası süreci, 2002’de E-devlet çalışmalarıyla devam etmiştir. 2003-2004 ADSL bağlantıları başlamıştır. 2005 yılında Bilgi Toplumu stratejisi ihale edilmiştir. İnternet, bireylerin “anonim” ya da “gerçek” kimlikleriyle toplumsal roller alabileceği fırsatlar da sunar (Şahan, 2014). Bu madde doğrultusunda düşünüldüğünde akla ilk sosyal medya kanalları gelmekte ancak, Türkiye’de birçok forum sitesi bu imkâna olanak sağlamaktadır. Örneğin, Nihayet İçimdesin (nihayeticimdesin.com) çağdaş sanat çevrelerinin ilk haberleşme forumlarından biriydi. 15 Şubat 1999’da ise Ekşi Sözlük ilk yazısını yayınlamış ve bugün Ekşi Sözlükte toplam 208 bin 286 kayıtlı kullanıcı ve 27 bin 262 yazar bulunmaktadır. Bunun yanında toplam başlık sayısı 1.812.238 ve toplam entry sayısı ise 10.571.908’dir (Kaynak, <https://124.im/h1EJo>).

Türkiye’de “tr” uzantılı İnternet adresleri (domain name-alan adı) ODTÜ tarafından verilmekte olup, İnternet adresi alan kuruluşların isimleri ve IP adresleri ODTÜ sayfalarında bulunmaktadır (Gürcan, 1999: 45).

Türkiye internet kullanmaya başladığı günden bugüne, dijital anlamda birçok adım atmış, yenilikleri hızlı bir şekilde kullanıma açmıştır. Kişisel düzeyde ve devlet düzeyinde hayatı kolaylaştırıcı projelere imza atılmıştır. 2020 yılında 62 milyon civarı olan internet kullanım oranı 2019’da 59 milyon olarak kaydedilmişti. 2018 rakamlarında ise bu sayı 5milyon civarı daha düşük rakamlarla kaydedilmiştir. Bu rakamlar internet kullanımının ve internet yatırımlarının her geçen gün arttığını, internet kullanımına daha fazla insanın dâhil olduğunu göstermektedir.

2.3. İnternet İletişiminin Özellikleri ve Yüz Yüze İletişim

İnternet teknolojisindeki hızlı ilerleme hayatımıza; birçok yeni alanı katmıştır. Bunların en bilinenleri; yeni medya, sosyal medya, sosyal ağlar, sanal dünya, sanal iletişim, anlık ileti, sanal sohbet, internet sohbeti gibi pek çok yeni kavramı katmıştır Lev Manovich (2001). Yeni medyanın ortaya çıkışını hazırlayan gelişmeleri 1830’lara kadar geriye götürmektedir.

Bir yanda “analitik makine” ile bilgisayar teknolojilerindeki gelişim başlarken, bunun paralelinde “dagerotip” ile başlayan süreçte medya teknolojilerinde

görüntünün, hareketli görüntünün, sesin, metnin farklı formlar kullanılarak saklanmasına tanık olunmuştur. Bu iki tarihi gelişimin birleşmesi ve tüm var olan medyanın sayısal veriye çevrilmesi sonucu yeni medya ortaya çıkmıştır. Zamanla gelişen bu veriler ise iletişim kavramının internet ortamına taşınmasına zemin hazırlamıştır.

Bilgi ve internet teknolojilerinin gelişmesine bağlı olarak iletişim biçimi ve araçları da değişmiştir. Dijital iletişim insanların birbirleri ile bağlantı kurduğu temel bir biçimi beraberinde getirmiştir. Bugün bilimsel çevreler tarafından Y kuşağı ile tanımlanan günümüz gençleri açısından bu yeni iletişim şekli oldukça kullanışlı ve önemlidir. Y kuşağı için yaşam biçimi ve iletişim “hızlı”, “kısa” ve “pratik” olarak ele alınmaktadır, Y kuşağının iletişim teknolojilerini kullanırken amaçlı ve bilinçli bir şekilde kullanmaları gerekmektedir. Y kuşağı internetin olduğu yıllarda dünyaya gelen ilk kuşaktır. Yapılan bilimsel araştırmalara göre bu kuşağa mensup gençler, yatmaya gitmeden önce bile sosyal medya hesaplarını kontrol etmektedir (Toruntay, 2011: 78-80).

İnternet iletişimi deyince akla Y kuşağının da iletişim biçimleri arasında yer alan “hızlı”, “kısa”, “pratik” kavramları öne çıkmaktadır. İnternet iletişimi sanal ortamda bu imkânı sağlamaktadır. Bunun yanında, bu yeni iletişim türünü klasik yöntemlerden ayıran en önemli özelliği iletişimin anlık ve görünürde daha pratik bir hal almasını sağlıyor gibi durmaktadır. Ancak öte yandan gerçek hayatın yüz yüze ve samimi iletişiminden de uzaklaşılmasına neden olmaktadır. İnternet ortamına kayan iletişim de aslında günümüzde, internetin içerisinde öbeklenen sosyal medya sayfalarına öbekleşmiştir. Gelenen bu süreçte kişilerarası iletişim de yüz yüze yapılmaktan çok, sosyal medya üzerinden gerçekleşmeye başlamıştır. Dolayısıyla iletişim zamanla yüz yüze olmaktan çıkarak, sosyal medya aracılığıyla gerçekleşir hale dönüşmüştür. Sosyal medya en yüksek derecede paylaşımın gerçekleştiği, online medyanın yeni bir türü olarak fırsatlar sunduğu en yeni fikirlerden biridir ve aşağıdaki özellikleri içermektedir (Vural ve Bat, 2010: 3348):

Katılımcılar: Sosyal medya katılımcıları cesaretlendirir ve ilgili olan her bir kullanıcıdan geri bildirim alır.

Açıklık: En çok sosyal medya servisleri geribildirime ve katılımcılara açıktır. Bu servisler oylama, yorum ve bilgi paylaşımı gibi konularda cesaret aşılarlar. Bunlar çok nadir ulaşımaya yönelik engeller koyarlar.

Konuşma: Geleneksel medya yayına ilişkin iken (içerik aktarımı ya da dinleyiciye bilgi ulaşımı), sosyal medya iki yönlü konuşmaya olanak tanınması bakımından daha iyidir.

Toplum: Sosyal medya topluluklara çabuk ve etkili bir oluşum için izin verir. Topluluklar da böylece sevdikleri fotoğraf, politik değerler, favori TV şovları gibi ilgili oldukları şeyleri paylaşırlar.

Bağlantılılık: Sosyal medyanın birçok türü, birbiri ile bağlantılı işler gerçekleştirir; diğer siteler, araştırmalar ve insanların ilgili oldukları herhangi bir konuda link verilmesine olanak tanımaktadır.

İnternet iletişiminin getirdiği anlık ve hız odaklı imkânlarının yanında bazı araştırmacılar ve bu alanda çalışma yapanlar, internet iletişimini yeni bir iletişim türü olarak konumlandırırken, bazıları da yüz yüze iletişimin ve gerçek hayattaki iletişim getirilerinin yerini tutmadığını hatta olumsuz yönde etkilediğini vurgulamaktadır.

Yüz yüze iletişim, tek başına bir iletişim yöntemi olmaktan ziyade, bireylerin içinde bulunduğu toplumsal sosyal yaşamla doğrudan ilintilidir. Bu sürecin içerisinde internet ve sosyal medya kullanımı öne çıkmaktadır. İnternet ve sosyal medya kullanımı, kullanıcıların kişilik özellikleriyle ilişkili bir süreç olarak değerlendirilebilmektedir. Özellikle sosyal kaygı yaşayan bireyler için yüz yüze iletişimin endişe verici olduğunu belirten araştırmalar bulunmaktadır. Sosyal kaygıları nedeniyle yüz yüze iletişim yerine sosyal platformlar aracılığı ile iletişim kurmayı seçen bireyler de bulunmaktadır.

Sosyal kaygı yaşayan kişiler özellikle anlık mesajlaşma hizmetini tercih etmektedir. Sosyal kaygısı düşük bireylerin, yüz yüze iletişim ve telefon görüşmeleri ile ilgili daha olumlu olduğu görülmüştür (Lundy ve Droin, 2016: 271). Yalnızlık düzeyi arttıkça, insanlar, yüz yüze iletişimden çok akıllı telefonlar aracılığı ile gerçekleştirilen iletişime yönelmektedir. Ayrıca, genç yetişkinlerin, ergenlerden daha fazla akıllı telefonla kurulan iletişimde sorun yaşadığı belirtilmiştir (Kim, 2017: 282).

Sözsüz iletişim sözlerin dışında iletişimin tüm sürecini içermektedir: vücudun konumu, durumu, hareketleri, ses özellikleri ve çevre (Cooper, 1985: 7).

Ayrıca iletişim olayının anlaşılması için dört anahtar kavramın bilinmesi gerektiğini savunulmaktadır. Bunlar: **Birincisi**, iletişim bir kişiye değil bir kişiyle yapılır. İletişim bir kişinin diğer bir kişiyle sadece konuşması demek değildir. Bunun iletişim olmadığını ancak dinleyicimiz bizden ona ulaşamayacağımız ölçüde uzaklaştığında anladığı zaman anlarız. **İkinci anahtarsa**; iletişimin bilgiden ayrı olmasıdır. İletişim bir eylem bilgi ise içeriktir. Ortam da kesinlikle mesajın kendisi değildir. Mesajın ifadesi ile mesajın kendisi karıştırılmamalıdır. **Üçüncü anahtar kavram**; iletişimin tekrarlanamaz oluşudur. İlk denemeden sonra bir daha benzer bir iletişim şansı yoktur. **İletişimin dördüncü anahtarı** ise, konuştuğumuz zaman mesajı tamamen dikkate almamızdır. Literatürde, internet iletişimi ile yüz yüze iletişimin karşılaştırılması yapılmış ve farkları açığa çıkarılmıştır. Bu karşılaştırmayı yapanlardan birisi Berger'dir. Ona göre bu iki iletişim biçimi arasında beş temel farklılık bulunmaktadır (Cooper, 1985: 9).

Berger, yüz yüze iletişim sürecini internet iletişimi ile kıyaslamış, bu iki olgunun beş temel noktada ayrıştığını ifade etmiştir. Bunları internet iletişiminin; yazılı, yönlendirilmemiş, isimsiz, daha çok izleyiciye açık ve sosyal varlığı azaltmaya yönelik olması şeklinde açıklamıştır (Berger, 2013: 567).

2.4. İnternet İletişiminde Katılma Biçimleri ve Araçları

İnternet iletişimi, kişiler arasında karşılıklı etkileşimi anlık olarak sağlamaktadır. Dinleyici, izleyici, okuyucu, paylaşımcı ve katılımcılar her an karşılıklı etkileşim sağlayabilmektedir. Bir deyişle internet, iletişim sürecinde ortamı ve imkânı zenginleştirmektedir. Buna karşılık, geleneksel medya dediğimiz, radyo, televizyon ya da gazetelerde alıcı ile vericiler arasında doğrudan bir etkileşim kanalı bulunmamaktaydı. İnternet, bu kanalın varlığını olanaklı kılmakta ve karşılıklı etkileşim imkânını, kullanıcılarına sağlamaktadır. Yeni iletişim teknolojilerinin sunduğu bu fırsatlar, her geçen gün katılımcı sayısını da artırmaktadır. Çünkü internet iletişiminde sunulan kolaylıklar bunu daha cazip hale getirmektedir.

Yeni iletişim teknolojilerinde, geleneksel kitle iletişim araçlarında bulunmayan 3 önemli özellik bulunmaktadır. Bu durum, ona olan kullanım sempatisini de artırmaktadır. Bu temel özelliklerden ilki **karşılıklı etkileşimdir**. Özellikle internet teknolojisi bilgi alışverişine hız kazandırmakta ve karşılıklı etkileşime olanak sağlamaktadır. Yeni iletişim teknolojilerinin ikinci temel özelliği **kitlesizleştirmedir**. Yeni iletişim teknolojileri büyük bir kullanıcı grubu içinde, her bireyle özel mesaj değişimi yapılabilmesini sağlamaktadır. Böylece büyük bir grup içinde istenilen kişiyle, istenilen zamanda mesaj alışverişi yapılabilmektedir. Bu durum yeni iletişim teknolojilerinin kitlesizleştirme özelliğini ortaya koymaktadır (Timisi, 2003). kitlesizleştirmenin genel olarak, kitle iletişim sisteminin kontrolünde mesajın göndericiden alıcıya doğru kayması olduğunu vurgulamıştır. Ona göre, kitlesizleştirme sayesinde sistemin kontrolü yavaş yavaş alıcıya doğru kaymaktadır. Yeni iletişim teknolojilerinin üçüncü önemli özelliği ise **eş zamansız** olabilmesidir. Yeni iletişim teknolojilerinde bireyler için istedikleri bir zamanda ileti gönderme ya da alma olanaklarına sahiptir. Söz konusu olanak, yeni iletişim araçları ve sosyal medya gibi anlık iletiye imkân tanıyan platformlar karşılıklı etkileşim kapasitesini artırmaktadır.

İnternet, eş zamansız özelliği ile bilgiye ve iletişime ulaşmada zaman ve mekân algısını ortadan kalmıştır. Ancak bunun yanı sıra internet kendine özgü katılım biçimleri de oluşturmakta ve sağlamaktadır. Bu araçlardan en önemlileri şunlardır:

2.4.1. Elektronik (Sanal) Forumlar

Forum; bir başkanın yönetiminde, toplumu ilgilendiren bir konuda, farklı gruplardan oluşan dinleyicilerin söz sırası alarak konuşma kuralları içerisinde yaptıkları tartışmalara verilen isimdir (<https://www.turkedebiyati.org/forum-nedir.html>). Eski Roma döneminde ise forum: halkın toplanıp; siyasi, kültürel ve sosyal yönden bilgi alışverişinde bulundukları, tartıştıkları alanlara denirdi. Bu forumlar Roma'da kamusal alan olarak önemli yer teşkil etmekteydi. Günümüzde, bu forumların yerini gelişen iletişim teknoloji sayesinde internet ile sanal forumlar bulunmaktadır. Bireyler, internet ortamında bulunan bu sanal imkânlar sayesinde, siyasal, sosyal ya da kültürel bir konu hakkında tartışma, örgütlenme ve kamuoyu oluşturma fırsatı bulabilmektedirler.

2.4.2. Webbloglar (Blog)

Webbloglar, “sanal ortam günlükleri” olarak bilinmektedir. Toplumda yaşanan güncel gelişme ve olayların yorumlanmasını sağlamaktadır. Blog veya Weblog teknik bilgi gerektirmeden, kendi istedikleri şeyleri, kendi istedikleri şekilde yazan insanların oluşturabildikleri, günlüğe benzeyen web siteleridir. İngilizcedeki "web" ve "log" kelimelerinin birleşmesinden oluşan weblog kavramının zamanla yaygınlaşmış adıdır (<https://tr.wikipedia.org/wiki/Blog>). Bloglar, dergi, gazete veya diğer geleneksel yazılı medyalara göre birçok avantaja sahiptir. Bunlardan en önemlisi, olayları sıcaklığına aktarabilme imkânlarıdır. İnternet ortamında yer alan bu blogların çeşitleri de bulunmaktadır. Bunlar; yazarların kişisel isimlerini taşıyan ve bireysel birtakım özelliklerin ön planda olduğu, ***kişisel blog sayfaları***. Uzman kişiler tarafından belirli konular etrafında hazırlanan ***temasal blog sayfaları***. Üyelik çerçevesinde kullanıcı grupları oluşturularak belirli gruplara hitap eden ***topluluk blogları***. Kurum ve firmaların kendi tanıtımlarını yaptıkları ve kendileri ile alakalı çeşitli bilgiler paylaştıkları **kurumsal blog sayfalarıdır** (Kaynak: <https://www.mediatick.com.tr/tr/blog/blog-nedir>).

2.4.3. Wiki ve Wikiler

En kısa tanımlamayla Wiki, “her ziyaretçinin sayfalarını dilediği gibi düzenleyebildiği bir web sitesidir.” İlk wiki 1995 senesinde Waed Cunningham tarafından oluşturulmuştur. Wikiler oldukça dinamik bir yapıyı ifade etmektedir. Sanal ortamdaki karşılaşmaların ve görüş alışverişlerinin yoğun bir şekilde yaşandığı ortamlardır. Wikiler, yazılı ve görsel belgelerin kolektif üretim ve paylaşımına imkân oluşturmaktadır. Bu yönüyle birçok ortak amaç güden topluluk ve cemaat tarafından kullanılmaktadır. Bu topluluklara, enformasyon akışının hızını artırmaktadır. Bu özelliği ile wikiler hem hızlı haberleşmeye olanak sunmakta hem de ortak enformasyon havuzuna zemin hazırlamaktadır. Wikiler birçok yazar için alternatif bir kanal niteliği taşımaktadır.

2.4.4. Elektronik Posta (E-Posta)

E posta veya açık ifade ile elektronik posta internetin icadından günümüze kadar kullanılan en yaygın iletişim ortamlarından birisidir. Günümüzde özellikle resmi yazışmalarda sıkça rastlanmaktadır. Kişisel veya kurumsal e-posta adresleri vasıtası ile yazıların, dosyaların veya diğer medya çeşitlerinin aktarımı için kullanılmaktadır.

Bugün e-posta aracılığı ile metin, dosya, görüntü, video gibi içerikler kullanıcılar arasında paylaşılabilir.

2.4.5. Tele Konferans ve Video Konferans Yöntemleri

Tele konferans, bilgisayar, tablet veya cep telefonundan internet olanaklarını kullanarak, iki ve daha fazla birey arasında geniş çaplı toplantı ve konferansa imkân veren bir internet sistemidir. En genel ifade ile şu şekilde tanımlanmaktadır: Telekonferans veya teleseminar, birbirinden uzak ama bir telekomünikasyon sistemi ile bağlantılı birkaç kişi ve makineler arasında canlı bilgi alışverişi ve kitle ifadesidir (<https://tr.wikipedia.org/wiki/Telekonferans>). Ayrıca tüm dünyada etkili olan Covid-19 pandemi sürecinde de hem devlet yetkilileri tarafından resmî işlerin ve toplantıların yapılmasına hem de özel kuruluşların personelleri ile rutin toplantılarını gerçekleştirmesine imkân sağlamıştır. Bu konferanslar, sesli ve görüntülü (video konferans) yöntemi ile yapılmıştır. Bunlar için son zamanlarda en çok kullanılan programlar; Zoom, Google Hangouts, FaceTime, Skype, Houseparty, Microsoft Teams, Jitsi Meet, Whereby, Starleaf, Free Conference Call. Bu uygulamalar artık insanların fiziki olarak bir arada olmadan aynı anda sesli ve görüntülü olarak toplantı yapmalarına hatta bu durumu kayıt altına almalarına imkân sağlamaktadır.

2.4.6. Sohbet (Chat) Sistemleri

İnternet kullanıcıları arasında eş zamanlı olarak mesaj alışverişine izin veren “Chat” yüz yüze iletişim biçimine yakınlığı örnekleyen bir uygulamadır. Kişisel bilgisayarda yazılan mesajlar anında diğer ekranda görülmekte, böylece metinler arasında etkileşimli bir değişime olanak sunmaktadır (Timisi, 2003: 3).

Ayrıca her geçen gün bir yenisi üretilen ve milyonlarca kişi tarafından kullanılan sosyal medya kanalları da çevrimiçi sohbet yapılmasına olanak sağlamaktadır. 2001 yılından sonra kurulan Blackplanet, Asianavenue, Migente, Cyworld gibi sosyal ağ platformları, arkadaşlık kurmak isteyen kişilerin kullanımına farklı özellikler sunmuştur.

Sosyal medya her ne kadar arkadaşlık ve sohbet platformları olarak kurulsada günümüzde bundan çok farklı işlemlerin gerçekleştirildiği alanların başında gelmektedir. Bunların başlıcaları alışveriş, reklam ve haber takibi gibi konulardır. İnsanların en çok rağbet ettiği bu sosyal platformlarda artık aktif olarak ürün tanıtımı, doğrudan ürün satışı ve haber takibi yapılmaktadır. Hemen hemen her haber kanalının, gazetenin, internet haber sitelerinin günlük veya anlık yayın yaptığı sosyal medya hesabı bulunmaktadır. Bu hesaplardan bireyler haber takibi yapabilmekte, bu haberi yayabilmekte ve geri dönüş sağlayabilmektedir.

Her geçen gün artan sosyal medya ilintili imkânlar, insanların daha fazla kullanmasına yol açmaktadır. Tüm bu durumlar gençler başta olmak üzere bireylerin kullanımını daha fazla cezbetmektedir.

2.4.7. World Wide Web (İnternet Sitesi)

World Wide Web, Dünya Çapında Ağ, İnternet üzerinde yayınlanan birbirleriyle bağlantılı hiper-metin dokümanlarından oluşan bilgi sistemine verilen isimdir (https://tr.wikipedia.org/wiki/World_Wide_Web). "World Wide Web" ibaresi HTTP ile anlaşılan sunucuların kolektif ağını ifade etmek için kullanılır. Sistem, İsviçre’de, bilim insanları tarafından bilgi paylaşımının gerçekleştirilebilmesi için geliştirilmiştir.

2.5. Dünyada ve Türkiye’de İnternet İstatistikleri

Dünyada ilk defa Amerika Bileşik Devletlerinde, askeri amaçla kullanılan internet; bugün iletişimden alışverişe birçok alanda vazgeçilmez bir konumda bulunmaktadır. Mevcut kullanıcıların çoğunluğu, interneti günlük değil anlık olarak kullanmaktadır. İnternet, artık sürekli açık durması gereken bir teknoloji mesabesinde.

İnternet World Stats'ın, internet araştırmalarında başta gelen kuruluşların, (Nielsen/NR, eTForcasts, C.I.Almanac, ITU, IWS, CIA) verilerine dayanarak verdiği bilgilere göre (<http://www.internetworldstats.com/stats.htm>), tüm dünyadaki internet kullanıcı sayısı -Mart 2021 itibarıyla- 5 milyar 168 milyon 870 bin 607 kişiye ulaşmıştır. Bu rakam 2007 yılında Doç. Dr. Umur Işık tarafından İnternet World Stats'tan aktarılan rakamlara göre 1 milyar 93 milyon olarak kaydedilmişti. İki veri karşılaştırıldığında yaklaşık 14 yılda dünya internet kullanım oranının, 5 kat artış gösterdiği görülmektedir. Bu verilere göre internet kullanımı her yıl bir önceki yıla oranla durmaksızın artış göstermektedir. Aşağıdaki tabloda, bölgeler dikkate alındığında en çok kullanıcı 2 milyar 762 milyon 187 bin 516 kullanıcı ile Asya kıtasına ait olsa da nüfusla orantılı rakamlar dikkate alındığında Kuzey Amerika ön plana çıkmaktadır. Kuzey Amerika nüfusunun yüzde 93,9'u internet kullanırken, Asya'da bu oran yüzde 63,8'de kalmaktadır. Ancak bu yüzde 10'luk dilim tüm dünya internet kullanıcısının yüzde 35'ini temsil etmektedir (Tablo 2.1).

Bölgeler	Tahmini 2021 Nüfusu	Dünya Nüfusuna Oranı (%)	İnternet Kullanıcı Sayısı	Nüfusuna Oranı (%)	Dünya İnternet Kullanım Yüzdesi	2000-2021 Artış Hızı
Asya	4.327.333.821	54,9	2.762.187.516	63,8	53,4	2.316,5
Avrupa	835.817.920	10,6	736.995.638	88,2	14,3	601,3
Afrika	1.373.486.514	17,4	594.008.009	43,2	11,5	13.058
Latin Amerika / Karayipler.	659.743.522	8,4	498.437.116	75,6	9,6	2.658,5
Kuzey Amerika	370.322.393	4,7	347.916.627	93,9	6,7	221,9
Orta Doğu	265.587.661	3,4	198.850.130	74,9	3,9	5.953,6
Okyanusya / Avustralya	43.473.756	0,6	30.385.571	69,9	0,6	298,7
DÜNYA TOPLAMI	7.875.765,587	100,0	5.168.780.607	65,6	100,0	1.331,9

Tablo 2.1. 2021 dünya internet kullanımı ve nüfus istatistiği

(Kaynak: <https://www.internetworldstats.com/stats.htm> Temmuz 2021)

Tabloda yer alan bilgiler doğrultusunda, tüm dünyada internet kullanım oranlarının artış gösterdiği niceliksel olarak tespit edilebilmektedir. 2000-2021 yılları arasında tüm dünyada internet kullanımı yüzde 1.331 oranında artış göstermiştir. Bugün

dünya nüfusundan internet kullananların sayısını çıkardığımızda, 2 Milyar 706 Milyon 984 Bin 980 kişi kalmaktadır. Yani bugün dünyanın yüzde 34'ü internet kullanmamakta olup yüzde 5,6'sı internet kullanmaktadır. 2007 yılında yapılan araştırmaya göre ise, dünya nüfusunun yüzde 16,6'sı internet kullanabilmekteydi. 2007-2021 -14 yılda- yılları arasında dünyanın nüfusuna oranla internet kullanımı yaklaşık yüzde 50 oranında artmıştır (Işık, 2007: 39).

Tablo 2.1.'de yer alan sayısal veriler, bölgelerin ekonomik ve teknolojik ilerleme düzeyi ile internet kullanımı arasındaki bağlantıyı rakamlar eşliğinde gözler önüne sermektedir. Gelişmiş ülkelerde nüfusun büyük bir bölümü internet kullanırken, az gelişmiş bölge ve ülkelerde internet kullananların nüfusa oranı oldukça düşük seviyelerde kalmaktadır. 2000 ile 2021 yılları arasındaki artış hızı dikkate alındığında, Afrika ve Ortadoğu gibi az gelişmiş bölgelerdeki artış dikkat çekicidir. Bu durum, internete penetrasyon konusunda bütün dünyada önemli gelişmeler kaydedildiğinin açık bir göstergesidir.

Tablo 2.1.'de yer alan dünya nüfus ve internet kullanım oranlarına mukabil, ülke bazında internet kullanım oranlarında da son yıllarda değişimler yaşanmaktadır. 2007 yılında Işık tarafından yapılan araştırmada, ABD'nin internet kullanımında önde olduğu görülmektedir. Yine aynı araştırmada ilk üç sırada; ABD, Çin ve Japonya yer almaktadır. Dünyanın toplam internet kullanım oranı ise, yüzde 16,6'dır. Tablo 2.1.'de bu oranların 2021 verilerine göz atılacak ve değişim sayısal veriler doğrultusunda değerlendirilecektir. Ayrıca 2000-2021 yılı ülke değişim oranları da tabloda yer almaktadır. Buna göre, Asya kıtasında 21 yıl içerisinde internet kullanım oranı yüzde 2316,5 artış göstermiştir. Bu artışın Avrupa kıtasında yüzde 601,3, diğer kıtalarda sırasıyla şu şekildedir: Afrika kıtasında yüzde 13.058, Latin Amerika ve Karibiler'de yüzde 2.658, Kuzey Amerika'da yüzde 221,9, Orta Doğu'da yüzde 5.953, Okyanusya'da yüzde 298.

	Ülke	İnternet Kullanıcı Sayısı	Tahmini 2021 Nüfusu	İnternet Kullanım Oranı (%)	İnternet Büyümesi 2000-21 (%)
1	Çin	854.000.000	1.439.062.022	59	3,796
2	Hindistan	560.000.000	1.368.737.513	41	11.200
3	ABD	313.322.868	331.002.651	95	328
4	Endonezya	171.260.000	273.523.615	63	8,560
5	Brezilya	149.057,635	212.392.717	70	2,980
6	Nijerya	126.078.999	206.139.589	61	63.000
7	Japonya	118.626.672	126.854.745	94	252
8	Rusya	116.353.942	145.934.462	80	3,751
9	Bangladeş	94.199.000	164.689.383	57	94,199
10	Meksika	88.000.000	132.328.035	67	3,144
11	Almanya	79.127.551	83.783.942	94	329
12	Filipinler	79.000.000	109.581.078	72	3.950
13	Türkiye	69.107.183	84.339.067	82	3.455
14	Vietnam	68.541.344	68.541.344	100	34.250
15	Bileşik krallık	63.544.106	67.886.011	94	413
16	İran	67.602.731	83.992.949	80	27.040
17	Fransa	60.421.689	65.273.511	93	710
18	Tayland	57.000.000	69.799.978	82	2.478
19	İtalya	54.798,299	60.461.826	91	415
20	Mısır	49.231.493	102.334.404	48	10.940
İlk 20 ülke toplamı		3.241.273.512	5.233.377.837	62	1.289
Diğer ülkeler toplamı		1.332.876.622	2.563.237.873	52	1.216
Dünya Toplamı		4.574.150.134	7.796.615.710	59	1.267

Tablo 2.2. En yüksek internet kullanıcı sayısına sahip 20 ülke- 2021

Kaynak: <https://www.internetworldstats.com/top20.htm> Temmuz 2021

Dünyada internet kullanımında ilk göze çarpan detay ülkelerin gelişmişlik düzeyleri ile olan ilişkidir. Ancak 2007 yılına göre ABD en çok internet kullanan ülke özelliğini son raporlara göre Çin'e devretmiştir. 2021 raporuna göre Çin, 854 milyon rakamla en ön sırada yer almaktadır. 1 Milyar 439 Milyon 62 Bin 22 nüfusa oranla Çin'de internet kullanım oranı Yüzde 59'dur. Ayrıca, 2000-2021 yılları arasında internet kullanımı yüzde 3,796 oranında artmıştır.

2007 yılında internet kullanımında 1. Sırada yer alan ABD ise 2021 rakamlarına göre 3. Sırada yer almaktadır. 313 Milyon 322 Bin 868 nüfusunun 331 Milyon 2 Bin 651'i (nüfusuna oranı yüzde 95) internet kullanmaktadır. ABD'nin 2000 yılından 2021 yılına kadar olan internet kullanım artışı ise yüzde 328'dir.

Türkiye internet kullanımı açısından oldukça ilerleme kaydetmiştir. Tablo 2.2.'ye bakıldığı zaman 2007 yılında Işık tarafından hazırlanan tabloda 16 sırada yer alan Türkiye ilk 20 ülke arasından 13. Sırada yer almaktadır. Ülke nüfusunun yüzde 82'si internet kullanmaktadır. Ayrıca 2000 yılı rakamlarıyla 2 milyon kullanıcıya sahip olan Türkiye'de, bu tabloda yer alan bilgilere göre, ülke nüfusuna oranla internet kullanan kişi sayısı 2000-2021 yılları arasında yüzde 3.455 artış yaşanmıştır. Bu oran ülkede internetin hem aşırı kullanımının arttığını hem de bireylerin internetle olan işlerinin her geçen gün çeşitlendiğini açığa çıkarmaktadır.

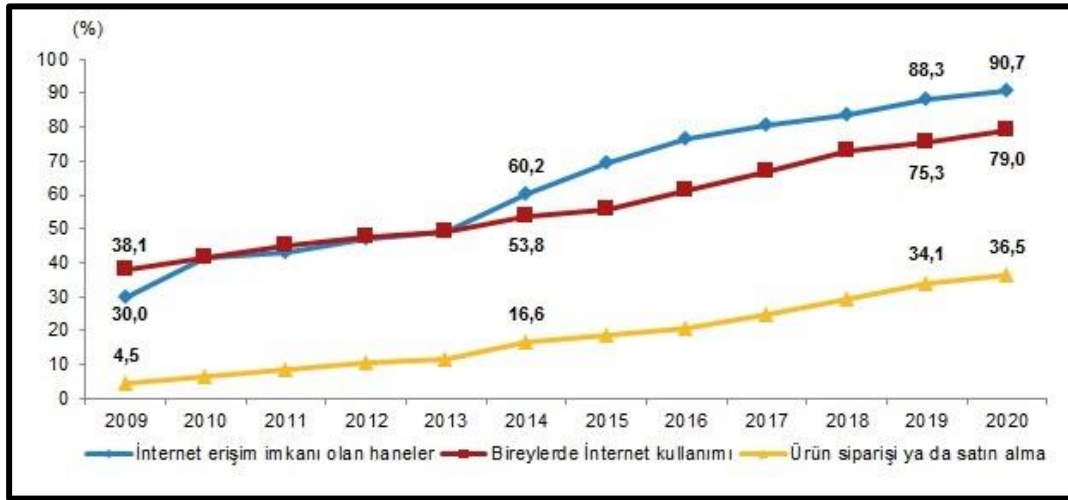
Yıl	Kullanıcılar	Nüfus	Nüfusa Oranı (%)	Kaynak
2000	2.000.000	70.140.900	2,9	İTÜ
2004	5.500.000	73.556.173	7,5	İTÜ
2006	10.220.000	74.709.412	13,9	Komp. Endüstriyel Almanak
2010	35.000.000	77.804.122	45,0	Komp. Endüstriyel Almanak
2015	46.282.850	77.695.904	59,6	IWS

Tablo 2.3. Türkiye internet kullanıcı sayıları (2000-2015)

Kaynak: <https://www.internetworldstats.com/euro/tr.htm>

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre Türkiye'de internete erişim imkânı birey bazında yüzde 79, hane bazında ise yüzde 90 oranlarındadır. 25 Ağustos 2020

tarihinde yayınlanan istatistiksel verilere göre, bir önceki sene bir önceki yılda yüzde 88,3 idi. Grafik 2.1.'de 2009-2020 yılları arasında hane halkı bilişim teknolojileri kullanımına ilişkin temel göstergeler yer almaktadır. Rapora göre 2009 yılında internet erişim imkânı toplam hanelere oranla yüzde 30 iken, bu oran 2020 yılında yüzde 90,7'ye yükselmiştir. Burada gözler görülür yüzde 60'lık bir artış bulunmaktadır. Aynı raporda 2009 yılı bireylerde internet kullanımı yüzde 38,1 iken 2020 yılında bu oran yüzde 79'lara yükselmiştir.



Grafik 2.1. Hane halkı bilişim teknolojileri kullanımına ilişkin temel göstergeler

Kaynak: [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679) Temmuz 2021

İnternetin dünyadaki gelişimini gözler önüne seren bir başka veri de web sitesi sayısındaki değişim ve kullanılan web siteleridir. Netcraft'ın raporuna göre 2021 yılında toplam 126 milyon 838 bin web sitesi bulunmaktadır. (Detaylar tablo 2.4'te).

2007 yılında Işık tarafından yapılan araştırmada yayında olan site sayısı 55 milyon civarlarında olduğu kaydedilmiştir. Web sitesi sayısı ortalama 4 kat artarak 14 yılda 200 milyona yaklaşmıştır (Kaynak: <https://news.netcraft.com/archives/2021/06/29/june-2021-web-server-survey.html> Temmuz 2021).

Türkiye uzun yıllar Avrupa birliğine girmeye çalışan üye ülkeler arasında yer almaktadır. Bu bakımdan Avrupa'nın internet kullanım oranları ile kıyaslanması dünya üzerinde ve kendi bölgesindeki yerine bir nebze daha ışık tutacağına inanılmaktadır. Tablo 2.4.'te Avrupa'nın toplam bölge olarak internet kullanım

oranları, devamında ise Avrupa ülkelerinin internet kullanım oranları yer almaktadır. Her iki veri bizlere önce Avrupa ve dünya kıyaslamasını sonrasında ise Avrupa ülkelerinin bireysel internet kullanımları ve Türkiye kıyaslamasını verecektir. Böylelikle Türkiye'nin Avrupa bölgesine göre internet kullanım durumuna yorum yapılabilecek ve sayısal olarak kıyaslanabilecektir.

Avrupa	2021 Nüfus Tahmini	Pop. Dünyanın %'si	İnternet Kullanıcıları Aralık 2020	Penetrasyon (% Nüfus)	İnternet % Dünya	Facebook 31-Aralık-2020
Avrupa	829.173.007	10,7	727.559.682	87,7	16,0	340.891.620
Dünyanın geri kalanı	6.887.050.202	89,3	3.808.689.126	55,3	84,0	1.858.536.950
Toplam Dünya	7.716.223.209	100,0	4.536.248.808	58,8	100,0	2.199.428.570

Tablo 2.4. Avrupa için internet, Facebook ve nüfus istatistikleri

Kaynak: <https://www.internetworldstats.com/top20.htm> Temmuz 2021

Avrupa, tüm dünyaya oranla nüfusunun yüzde 87,7'si internet kullanmaktadır. 829 milyon 173 bin 7 toplam nüfuslu olan Avrupa'nın 727 milyon 559 bin 682'si internet kullanmaktadır. İnternet World Stats'ın 2021 Avrupa ülkeleri internet kullanım raporuna göre (Kaynak: <https://www.internetworldstats.com/stats4.htm>) ilk 10 ülke şu şekilde sıralanmaktadır: Arnavutluk (Nüfusa Oranı yüzde 75,2), Andora (yüzde 94,5), Avusturya (yüzde 87,6), Belarus (yüzde 79,7), Belçika (yüzde 93,9), Bosna-Hersek (yüzde 80,8), Bulgaristan (yüzde 66,7), Hırvatistan (yüzde 91,5), Kıbrıs (yüzde 84,4), Çek Cumhuriyeti yüzde 87,7).

Türkiye, bu liste sıralamasında öncesinde İsviçre ve İsveç ile birlikte sondan 3. Sırada yer almaktadır.

2.6. İnternetin Sosyal Yaşama Etkileri ve Etki Araştırmaları

İletişim disiplini 20.yüzyılla birlikte kitle iletişim araçlarının insanlar üzerindeki etkisi üzerine araştırmalar yapmaktadır. 1990'lı yıllarla birlikte hayatımıza giren internet ise kitle iletişim araçları arasında en çok değişime ve gelişime olanak sunan bir mecradır. Bu yüzden kullanılmaya başlandığı ilk zamanlardan günümüze üzerinde çeşitli araştırmalar yapılmış ve etkileri tartışılmıştır. İnternetin ilk

zamanlarda tercihen kullanımı, yaygınlaşması ve ulaşılabilir olması ile birlikte daha çok insan tarafından kullanılmaya başlanmasına vesile olmuştur. Bu da interneti zamanla tercih olmaktan çıkarıp zorunlu bir alan olmaya evirmiştir. Daha sonra ise insanların internetle olan ilişkileri araştırılmış ve internetin etkileri yoğun bir şekilde tartışıla gelmiştir.

İnternet bağımlılığı kavramı olarak ilk defa 1996 yılında Goldberg tarafından ortaya atılmıştır. Yine aynı sene Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından internet bağımlılığı araştırmaları yapılmış ve bir çeşit kumar bağımlılığına benzetilmiştir. İnternet bağımlılığı üzerine ilk çalışmalar ise yine aynı senelerde bir psikolog ve İnternet bağımlılığı bozukluğu ve çevrimiçi davranış konusunda uzmanı olan Kimberly Sue Young O'Mara tarafından gerçekleştirilmiştir. Young (1996a) internet bağımlılığını bireyin internet kullanım isteğine engel olamaması, internetsiz geçirilen zamanın bir öneminin olmaması ve bireyin internete erişemediği zaman diğer bağımlılıklarda olduğu gibi yoksunluk belirtileri (aşırı sinirlilik hali ve saldırganlık) göstermesi olarak ifade etmiştir. İlerleyen zamanlarda ise internet bağımlılığına yönelik araştırmalar çoğalmış ve konunun derinlemesine incelenmesi sağlanmıştır. İnternet bağımlılığı çalışmalarının tarihsel gelişimine bakıldığında zaman onun ilk zamanlarda bir madde bağımlılığı temelinde ele alındığı görülmektedir. Ancak zamanla çalışmaların çeşitlenmesi ve farklı disiplinler tarafından (iletişim bilimleri, eğitim bilimleri, sosyoloji, psikoloji ve tıp) da internet bağımlılığı araştırmalarının yapılması farklı sonuç ve etkileri ortaya çıkarmıştır. Günümüzde internet bağımlılığı yukarıda bahsedilen bağımlılık kısılacından ziyade bir tür davranışsal bozukluk olarak da ele alınmaktadır.

İnternet bağımlılığının farklı disiplinler tarafından ele alınması ve kullanıcı odaklı araştırmaların yapılması, etkilerini de zamanla ortaya çıkarmıştır. Bu etkilerin araştırıldığı dönemlerde ortaya yeni iletişim kuramları ve çözüm önerileri de sunulmuştur. İnternetin kişisel düzeyde olduğu gibi toplumsal ve sosyal alanlarda da insanları etkilediği tartışılmıştır.

2.6.1. İnternetin Sosyal Yaşama ve Sosyalleşmeye Etkileri

Teknoloji hayatımıza girdiği günden bugüne hayatımızı daha kolay yaşanılabilir hâle getirmiştir. Teknoloji hayatımıza girdiği günden bugüne hayatımızı daha kolay yaşanılabilir hâle getirmiştir. Bugün etrafımız bu tür araçlarla çevrilmiş durumdadır. Bu

araçlar bireylerin hayatına dokunan her alanda etkinliğini gün geçtikçe hissettirmektedir. İnternet bu araçların artık bütünleşmesi ile bir şekilde kendisini vazgeçilmez kılmaktadır. Havalandırma sistemlerinden ısıtmaya, yangından alarm sistemlerine ve haberleşmeden eğlence sektörüne kadar çok çeşitli alanlarda 1. Kaynak konumundadır. Bilgisayar temelli bu teknolojilerin internetle birleştiğinde akıllı statüsü kazanması da tercih edilmesindeki oranı artırmaktadır. Teknolojinin ve özellikle internetin her alanda bu denli yaygın kullanımı insan-dijital, insan-makine, insan-teknoloji ilişkilerini geliştirmektedir. Tekeli, kişinin kendisini otonom bir varlık olarak bir amaca erişmeye yönelterek bireyler imajında oluşturduğu seçenekler doğrultusunda yönlendirmeye çabaladığını vurgulamaktadır. Ona göre imajında bir kişilik erozyonu görülmeye başladığından, göreceli olarak patolojik bir davranış biçiminin izlenmesi doğaldır (Tekeli, 1994: 139).

İnternetin, günlük hayatta neredeyse her alanda varlığı, insanın diğer insanlarla münasebetini de azaltmaktadır. Buna karşılık insan-teknoloji münasebetleri artmaktadır. Bugün insanlar günün çoğunluğunu internetle geçirmektedir. Adeta bireyin etrafı teknolojik iletişimlerle kuşatılmaktadır. İnternet kullanımının veya teknolojik kullanımın sayısal olarak artması aynı oranda bireylerin sosyal ilişki kurmasına katkı sağladığı ne yazık ki söylenemez.

Nitekim kişiler arası iletişim toplumun bağlarında meydana gelecek olan kuvvetli bağın da ilk şartlarından birisidir. İnsanlar birbirleri ile doğrudan etkileşime girdiklerinde, bilgiyi aktarmak için bakış, homurdanma, dokunma, duruş, kafa sallama, koku gibi bazı sözel olmayan ve jest mimiklerin yer aldığı iletişim kanallarından da yararlanmaktadırlar. Bu yönüyle kişilerarası iletişimde, beden dilinin etkili şekilde kullanıldığını söylemek de mümkündür.

İnsanların iletişimsel olarak birbirlerinden uzaklaşması demek, sosyalleşme açısından da uzaklaşmasını ve bir yerde yalnızlaşmasını doğurmaktadır. Bu ilişkiler insanların psikolojik ve ruhsal durumlarını da etkilemektedir. İnsanın kendi kendisine karşı tutumu, kendi kendisi ile ilgili görüşü ve kanısı; fiziksel, ruhsal ve toplumsal açılardan başkalarının tutumlarından da etkilenmektedir. Bu nedenden dolayı kişinin çevresi ile etkileşimde bulunması gereklidir. Sosyal etkileşimde bulunması, içinde bulunduğu toplum nezdinde kendi sosyalleşmesine de olumlu katkı sağlamaktadır. Elmacıoğlu, İnsanların yeteri kadar sosyalleşmemesini

günümüz dünyasının en önemli sorunlarından birisi olarak görmektedir (Elmacıoğlu, 1992: 72). Çünkü sosyalleşme toplumsal değerlerin birey nezdinde içselleştirilmesini amaçlamaktadır. Bu değerler içselleştirilmediği takdirde toplumsal yabancılaşma baş göstermektedir (Sezal ve diğer. 2003: 271). Toplumsallaşma kuramlarından öğrenme kuramına göre bireyin içinde bulunduğu toplumun sosyal öğretilerini öğrenmesinin onun kişiliğine etki edeceği vurgulanmıştır. Ancak günümüzde yukarıda da bahsedildiği gibi, insanın yoğun makine ve teknoloji ilişkisi, onun diğer türdeşleri ile olan ilişkilerini azaltmış ve yozlaştırmıştır. Sosyalliği internetin sanal ortamında arayan ve bir nebze doyuma ulaşmaya çalışan kişilerde zaman içerisinde ruhsal ve psikolojik sorunlar meydana gelmektedir. Daha içe dönük ve diğer insanlardan izole sanal bir hayat yaşayan bireylerin bu ruhsal bozuklukları daha ileri düzeye taşınmaktadır. Bugün toplumsal ilişkilerin, internetin de etkisi ile ani değişimleri, insanların toplum ve dünya görüşlerini ter yüz etmekte ve insanların kendilerini daha yalnız, daha güçsüz ve daha anlamsız hissetmelerine neden olmuştur.

Teknolojik gelişmeler her dönemde insan hayatını bir şekilde etkilemiş ve görünen o ki etkilemeye devam edecektir. Burada göz önünde bulundurulması gereken etki, internetin çok daha hızlı ve kuvvetli etkisidir.

2.6.2. İletişimde Etki Araştırmaları

İletişim araştırmalarına yönelik ilk çalışmalar sosyoloji, psikoloji ve sosyal psikoloji alanlarının temeli altında Amerika’da 20. Yüzyılın başlarında yapılmıştır. 2. Dünya savaşıdan sonra da üniversitelerde ilk kez iletişim odaklı bölümler açılmaya başlanmıştır. Daha çok köyden kente gözlerin artması ve kent hayatının kalabalıklaşması ile İletişim sürecine dayanan bir kültür ya da toplum anlayışının mevcut olması sebebiyle “iletişim” olgusu öncelikli bir teorik sorun ve demokratik bir toplumun başarısının bir ölçütü haline gelmiştir. 1925 yılında yazdığı kitapta Dewey iletişimi şu şekilde tanımlamaktadır “Emsalsiz olarak araçsal ve emsalsiz olarak sonuldur”. Ona göre iletişim, “Bireyleri olayların bunaltıcı baskısından serbestleştirmesi ve anlamı olan bir şeyler dünyasında yaşamayı olanaklı kılmasından ötürü de araçsal, bir topluluk açısından değerli olan nesneleri ve sanatları bir paylaşma olarak da sonuldur”. Dewey’e göre demokrasi bir yönetim biçiminden daha

fazla bir şeydir; gönüllü bir aradalığa dayalı hayat tarzını, ortak iletilmiş tecrübe tarzını temsil etmektedir (Dewey, 1996: 15).

Netice olarak zaman içerisinde kitle iletişim araçları ile insanlardaki iletişim arasında bir ilişki olduğu fark edildi ve bu araçların haber verme ile eleştiri yapma olanaklarının demokrasiye katkı sağladığı görüldü. Böylesi iyimser bir yaklaşımdan hareketle de basın; yasama, yargı ve yürütmenin yanı sıra, ama bu üç gücün dışından bu üç gücü denetleyen bir güç olarak tanımlanır; çoğulcu demokrasinin garantörü olarak “4. Güç” ibaresi kullanılmıştır. Basın kuruluşlarına, ideal bir yerden bakarak ve iktidar ilişkileri sorunsallaştırılmaksızın önemli bir toplumsal görev atfedildi (Cangöz, 2012: 52). Özellikle 2. Dünya savaşından sonra başlanan ve ağırlık verilen iletişim araştırmaları 1940’larda sonra sosyoloji biliminin yapısal işlevselci yaklaşımlarından olan pozitivistten yoğun bir şekilde etkilenmiştir. ABD ve Kanadalı bilim insanları tarafından geliştirilen bu iletişim çalışmaları 3 ana gruba (döneme) ayrılmaktadır. Bunlar:

- İlk dönem (1890-1930): Güçlü Etkiler Dönemi
- Orta dönem (1930-1960): Sınırlı Etkiler Dönemi
- Geç Dönem (1960’tan günümüze uzanan süreç): Yeniden Etkiler Dönemi

2.6.2.1. Güçlü etkiler dönemi

19. Yy’ın başlarından 2. Dünya savaşının başlamasına kadar geçen süreçte yapılan iletişim araştırmaları dönemine verilen isimdir. Çünkü bu dönemde medyanın insanlar üzerinde çok güçlü etkilere sahip olduğu düşünülmekteydi. İletişim kuramlarında bilinen; “Hipodernik Şırınga”, “Sihirli Mermi”, “Gümüş İğne” gibi kuramlar da bu dönemin mahsulleri arasında yer almaktadır. Bu dönem savunucuları, psikolojinin Uyarıcı-Tepki modelini de ilk bu dönemde kullanmışlardır. Öyle ki, bir şırıngada yer alan ilacın insan vücuduna olan enjekte edilmesinin veya bir merminin hedefinden sapmadan ulaşmasında olduğu gibi medya kanallarının verdiği mesajların da insanlara bu şekilde nüfuz ettiği ve insanları yönlendirdiği ileri sürülmektedir. Söz konusu bu medya araştırmaları, kitle iletişim araçlarının etkisiyle insanların davranışlarında yer alan değişimleri konu edinmekte ve incelemektedir. Ve insanların bu mesajlara uyacakları savunulmaktadır. Sonuç olarak medya araçlarını

elinde bulunduranların, insanları da istedikleri şekilde yönlendirebilecekleri ve kontrol altında tutabilecekleri iddia edilmektedir (Cangöz, 2012: 53).

Güçlü etkiler olarak adlandırılan bu dönem özet olarak medyanın yani kitle iletişim araçlarının insanları etkilemede ve yönlendirmede işe yarayabileceğinin fark edildiği dönem olarak kaydedilmektedir. Bu dönemde 3 temel kuram ortaya atılmış ve bunun sonucu olarak insanlar kitle iletişim araçları ile yönlendirilebileceği kabul görmüştür.

2.6.2.2. Sınırlı etkiler dönemi

Güçlü etkiler dönemi olan 1. Dönemde medya neredeyse her şeye gücü yeter bir erk konumuna yükseltilmişti. 2. Dönem olup sınırlı etkiler dönemi diye adlandırılan bu yeni dönemde ise bu anlayıştan vazgeçilmiş ve daha temkinli yaklaşımlar ortaya atılmıştır. Güçlü etkiler döneminde medya yönünde yapılan çalışmalar sahada insanlarla direkt olarak yapılan çalışmalardı. İkinci dönemde ise bu şekilde değil, askerlerden oluşturulan gruplarla yapılmıştır. Askerlerle yapılan bu çalışmaların en önemli noktası medyanın, insanların tutum ve davranışlarını sanıldığı kadar güçlü bir şekilde etkilemediğidir. Bu deneyler Amerikalı araştırmacı Hovland tarafından gerçekleştirilmiştir. Şöyle ki; askerler belli bir laboratuvar ortamında deneye muhatap kılıyor ve onlara savaşa ilgili filmler izlettiriliyor. Buna rağmen askerlerin savaşma motivasyonunda herhangi bir artış gözlenmemiştir. Eğitim seviyesi yüksek olan askerlerin, eğitimi daha az olanlara göre daha fazla bilgilendiği gözlenir. Ancak deney grubu ile kontrol grubu arasında anlamlı farklılıkların bulunmaması, ilk dönemin etki tanımlamasının değiştirilmesine, medyanın tüm insanlar üzerinde aynı derecede ve çok güçlü etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmasına yol açar.

Araştırmacı Paul Lazarsfeld ve ekibinin yaptığı seçim araştırmaları da ilk dönemin kuramlarının “medyanın güçlü etkilere sahip” varsayımını doğrulamaz. Bu çalışmalarda, seçim öncesi dönemde siyasi partiler tarafından yürütülen siyasi propaganda içerikli iletişim kampanyalarından farklı etkilendiği gözlenir. Farklı etkilenmenin nedeni ise insanların farklı sınıf, bölge ve sosyo-ekonomik yapıya sahip olması ile açıklanır. Dolayısıyla herkesin aynı tarzda etkilendiği homojen bir toplum yoktur. Bu araştırmalar sonucunda Lazarsfeld ve ekibi medya etkileri konusunda aktifleme, güçlendirme ve değiştirme olmak üzere üç farklı ve önemli etki tespiti yapar (Cangöz, 2012: 53):

Aktifleme: Siyasal kampanyalar insanların var olan yönelimlerini aktifler. Çünkü insanlar zaten medyadan kendi yönelimlerine uygun içerikleri seçerek takip ederler. Medya insanların toplumsal konumlarından kaynaklanan tercihlerini gerçekleştirmeleri için teşvik eder

Güçlendirme: Kararlı seçmenler için siyasal kampanyaların anlamı farklıdır. Medya, insanların sahip oldukları tutum ve fikirlerin daha güçlenmesini veya kuvvetlenmesini sağlar.

Değiştirme: Medya bireylerin var olan tutum, görüş veya davranışlarını tümüyle değiştirmede başarılı olamamaktadır. Örneğin, bireyler, kendi görüşleri ve yaşam tarzlarına uygun olmayan bir siyasal partinin seçim kampanyasından etkilenmemekte ve o partiye oy vermemektedir.

2.6.3. Yeniden Etkiler Dönemi

Televizyon, 1960'lı yıllarda insanların hayatına hızla girmiş ve kısa zamanda büyük atılımlar yapmış bir kitle iletişim aracıdır. İnternette olduğu gibi televizyon da önce ABD'de insanların hayatına girmiş daha sonra Avrupa'da ve Türkiye'de de kısa zamanda kamuoyu tarafından benimsenmiştir. Maliyetinin ucuz ve ulaşılabilirliğinin hızlı olması kısa zamanda televizyonun; opera, sinema, radyo gibi kendinden önceki diğer araçları geride bırakmasına yetmiştir. Televizyon görsel-işitsel bir kitle iletişim aracıdır. Bu yönüyle politikacıların da kendilerini ve politikalarını anlatabilmeleri için yeni bir ortam niteliği yüklenmekte ve tercih edilmektedir. Bu yönüyle televizyon o dönem ve sonrası için etki araştırmalarına konu olmuştur. Televizyon 1960'lardan sonra gün geçtikçe neredeyse her evin içine bir şekilde girmiş ve insanları kendi etrafında toplayabilmiştir. Bu da tüketimin akan bu görüntülerle daha olanaklı hale gelmesine zemin oluşturmuştur. Bu denli tercih edilebilir ve ulaşımı kola olan bir kitle iletişim aracının insanları etkilememesi de düşünülmemiş ve etki araştırmaları daha yoğun ve ciddi şekilde yapılmıştır.

Aşağıdaki kuramlar, günümüzde de araştırmalarda kullanılmakta ve bu tür yaklaşımların açıklanmasına kaynaklık etmektedir:

- Kullanımlar ve Doyumlar
- Gündem Belirleme

- Suskunluk Sarmalı
- Yetiştirme/Ekme Kuramı

Kullanımlar ve Doyumlar kuramı detaylı bir şekilde internet kullanım motivasyonları bölümünde açıklanacaktır. Bu bölümde geriye kalan; Gündem Belirleme, Suskunluk Sarmalı ve Yetiştirme/Ekme kuramları açıklanacaktır.

2.6.3.1. Gündem belirleme kuramı

Toplum olarak konuştuğumuz, üzüldüğümüz, sevindiğimiz veya birbirimize anlattığımız çoğu şeye dikkat edersek, medyanın üzerinde durduğu konular olduğunu fark edebiliriz. Medya, yerelde ve ulusalda meydana gelen olayları süzgecinden geçirip bir kısmını gündem ederken bir kısmını hiçbir şekilde ekrana getirmemektedir. Hatta medya, gündeme getirdikleri arasında da seçimler yaparak onları bir önem sıralamasına sokmaktadır. Silsile olarak bu düzen bireylere kadar yansımaktadır. Bireyler de bu önem derecesinden nasiplenip, ona göre gündeminde tutmaktadır. Gündem belirleme tezi de bu düşünceye dayanmaktadır.

2.6.3.2. Suskunluk sarmalı kuramı

19. ve 20. Yüzyılda kitle iletişimine yönelik oluşturulan kuramlardan birisi de “Suskunluk Sarmalı” kuramıdır. Suskunluk Sarmalı” (Spiral of Silence) Alman siyaset bilimci Elisabeth Noelle Neumann tarafından 1974 yılında ortaya atılmış bir kitle iletişim kuramıdır. Neumann, bu kuramda, kitle iletişim araçlarının bireyleri gerekli gördüğünde susturabildiğini ve kimi gruplara da konuşma gücü verebildiğini savunmaktadır (Boz, 1999). Bu kuram; sosyo-psiko yaklaşımlar arasında, bir kişinin kendi duygu ve düşüncelerini başkalarının düşüncesine göre şekillendirdiğini savunmaktadır.

Suskunluk Sarmalı Kuramı, kişisel düşüncenin, başkalarının ne düşündüğüne bağlı olduğunu ele alan temel sosyo-psikolojik düşünceden kaynaklanır ve şu varsayımlara dayanır (Mutlu, 1988; Mc Quail ve Windahl, 1997):

1. İnsanlar belli bir görüşü benimsemede yalnız kaldıklarını düşünüyorsa, bunu açıkça dile getirmekten çekinirler ancak bu görüşlerinin destekleneceğini biliyorlarsa çevrelerindeki diğer insanlarla bu görüşler hakkında konuşurlar.
2. Birey belli bir görüşün toplumda ne kadar geçerli olduğunu saptamada kitle iletişim araçlarını bir ölçüt olarak kullanabilir. Benimsediği görüş bu kitle iletişim araçlarında yeterli düzeyde yer almıyor ve dillendirilmiyorsa bunun yeteri kadar kabul görmeyen bir görüş olduğunun sonucuna varabilir.
3. İletişim araçlarının neredeyse tamamı az çok tekelsel bir biçimde aynı şeyleri dile getirmekte olup, insanları toplumdaki kanı iklimine ilişkin çoğu kez yanlış bir görüntüyle baş başa bırakmaktadırlar.
4. Belli bir görüşe sahip birçok insan, toplumdan ya da bulunduğu çevreden dışlanma çekincesi ile görüşünü açıkça savunamamaktadır. Suskun durdukça bu görüş olduğundan daha az yaygın ve geçerli sayılacak ve bu durum ise bir suskunluk sarmalının oluşmasına neden olacaktır.

Bir toplumda tartışmalı konular gündeme geldiğinde, kamuoyunun hükümeti veya toplumun bir üyesini tehdit etme gücü kitle iletişim araçları ile biçimlenebilmektedir (Neuman, 1998: 194).

2.6.3.3. Yetiştirme/ekme kuramı

1950'lerden sonra Amerika'da başlayıp yaygınlaşan televizyon insanlar arasında yaygın kullanıma eriştikten sonra iletişim araçları araştırmaları içerisinde yer almış ve 1960'lardan sonra etki araştırmaları yapılmaya başlanmıştır. Yetiştirme veya Ekme Kuramına göre televizyonun insanlar üzerindeki etkileri bir anda oluşmayıp zaman içerisinde oluşan birikintiler sonucu etki göstermektedir. Bu kuramın ana savlarından birisi, televizyonun insan davranışlarına değil tutumlarına etki ediyor olmasıdır. Netice itibarıyla Yetiştirme veya Ekme Kuramına göre televizyon, modern toplumların “merkezileşmiş bir öykü anlatma sistemidir” (Gerbner, 1998: 1). Bu kuramın çıktığı ve araştırmalarının yapıldığı tarihlerde insanlar toplumsal olayların birçoğunu televizyon aracılığı ile öğrenmekteydi. Ancak günümüzde internet bu durumun önüne geçmiş durumdadır. Ancak bu kuramı anlayabilmek için o günün şartlarına göre açıklama yapılması gerekli görülmektedir.

Yetiştirme/Ekme Kuramının kurucu ismi G. Gerbner, medyanın bir kültürde var olan egemen değer ve tutumları ektiğini öne sürmektedir. Yani medya insanları bir arada tutan değerleri yaymakta, benimsetmekte ve bu değerlerin sürdürülmesine katkı sağlar. Televizyon var olan liberal sistemin kültürel silahıdır; bu nedenle de bu sisteme istikrar kazandırmak ve güçlendirmek için çaba sarf eder (Cangöz, 2012: 54).

Kuram çerçevesinde yapılan araştırmalar, televizyon ve şiddet perspektifine yoğunlaşmaktadır. Televizyonu fazla seyreden insanların, televizyonun olumsuz anlamda verdiği etkilerden, az izleyen insanlara oranla daha fazla etkilendiğini varsaymaktadır. Televizyon dünyasında normal hayata oranla daha fazla yer alan şiddet, aksiyon, macera gibi programların, insanların tutum ve davranışlarını etkilediği ortaya çıkarılmıştır.

2.6.4. Dijital İletişime Yönelik Yeni Kuram ve Araştırmalar

Dijital dönüşüm olanca hızıyla devam etmektedir. Ve bu dönüşüm neticesinde gün geçtikçe hayatımıza daha derinden ve daha vazgeçilmez bir oranda nüfuz etmektedir. Bu, bugüne kadar bildiğimiz ve bildiğimizi zannettiğimiz çoğu şeyi yeniden sorgulamamıza ve tanımlamamızı da gerekli kılmaktadır. Bugün ile birkaç sene öncesinin dijital değişim ve dönüşümünü dahi kıyaslayacak olsak, birçok şeyin aynı olmadığını; değişip dönüştüğünü söyleyebilmekteyiz. Gerek geleneksel dönem kitle iletişim araştırmacıları ve kuramcılar olsun gerek yeni medya dönemi dijital araştırmacılar olsun, yeni medya kanallarının toplumda eşitsizlik ve adaletsizliği ortadan kaldırdığı ve sınırları yok ettiğini savunanlar olduğu gibi bunlara şüphe ile yaklaşanlar da izlenmektedir. 2019 yılında ortaya çıkan ve tüm dünyayı etkisi altına alan korona virüs pandemisi, dijital dönüşümünde hem daha hızlı hem de farklı boyutlar kazanmasına neden olmuştur.

En sıradan sayabildiğimiz sosyal medya platformlarına bile eklenen yeni bir akış veya detayın, bir anda popüler hale gelebilmesi, gündemi değiştirebilmesi veya aynı görüşe sahip kişilerin bir konu etrafında birleşip seslerini duyurabilmeleri olanaklı hale gelmiştir. Bu da dijital medya araçlarının gündelik yaşam pratiklerinde, bireylerin araç değil amaç olarak kullandığı ve vazgeçilmesinin her geçen gün daha düşünülmez bir hal aldığını göstermektedir. Dijital medya araçlarında geline bu nokta, kuram ve araştırmaların da yeniden yorumlanmasına, yeni kuramların

üretilmesine ve var olan kuramların dijitale uyarlanıp tekrar açıklamasına ortam oluşturmaktadır. Özellikle web 2.0 ve web 3.0 gibi yeni teknolojik gelişmeler, insan yaşamındaki alanlara da entegre edilebilmektedir. Semantik web ismi verilen sistemle birlikte artık her iş için insan bedenine ihtiyaç duyulmaması ve yapay zekâ denilen sistemlerin varlığı işleri halledebilmektedir. Bu nedenle dijital iletişim ve dijital kültür araştırmaları da yeniden önem kazanmaktadır.

Bu dönüşüm çerçevesinde insanların sanal âlemden neler yaptığı, sanal âleme nasıl ihtiyaç duydukları ve nelerden etkilenip zamanlarının büyük çoğunluğunu orada harcadıkları sorgulanmaktadır. Bunun yanında, kültürel yaşam, etik değerler de yeniden ele alınmaktadır. Ayrıca kullanımlar ve doyumlar, gündem belirleme savları da yeni teknolojik dijital medya çerçevesinde irdelenmektedir.

2.6.4.1. Üçüncü düzey (ağ) gündem belirleme kuramı

Üçüncü düzey (ağ) gündem belirleme kuramı, McCombs ve doktora öğrencisi olan Lei Cuo'nun çalışmaları neticesinde ortaya çıkmıştır. 2002 ile 2010 yılları arasında ABD/Teksas valiliğinde yapılan seçimlerin, geleneksel kitle iletişim araçları ile sosyal medya araçları arasında yapılan karşılaştırmalar bu kuramın temel araştırmalarını oluşturmaktadır. Burada, gündemin belirlenmesinde sosyal medyanın rolü tartışılmış ve gündemin bu şekilde mi yoksa farklı bir kaynakla mı belirlenip belirlenmediği sorunsalı üzerinde durulmuştur. Guo ve McCombs'a (2011: 1031) göre, geleneksel gündem belirleme yaklaşımında medya gündemindeki konu ve niteliklerin dikkati kamu gündemine yönelirken, ağ gündem belirleme yaklaşımında ise konular birbirleri ile ilişkilendirilerek demetler halinde toplanmaktadır.

Üçüncü düzey gündem belirleme kuramı, internet tabanlı iletişim teknolojilerinin gelişmesi ve kullanımının artmasıyla zorunlu hale gelmiştir. McCombs ve arkadaşları (2014: 789) “Sosyal medyada gündem konusu olan mesajlardan bir kısmı, vatandaşların uzun zaman kesitinde ve sıklıkla ilgili olduğu önemli konulara ilişkindir.” İfadelerini kullanmaktadır. Artık geleneksel medya olarak tabir edilen televizyon veya gazetelerde yer alan haberler, sosyal medya kaynaklı olabilmektedir. Ya da Twitter’da Trend-Topic (Trend olan konular ya kullanıcıların ortak çabasıyla ya da insanları belirli bir konu hakkında konuşmaya sevk eden bir olay nedeniyle popüler hale gelen konular veya durumlar) olan mesajlardan da haber

üretilebilmektedir. Bu durum 3. Düzey Gündem Belirleme çalışmalarında kamuoyu ve sosyal medya ilişkilerinin karmaşık bir hal almasına neden olmaktadır.

Üçüncü düzey gündem belirleme çalışmalarında yöntemi belirleyen kuramsal kavramlardan biri de yatay (horizontal) ve dikey (vertical) medya ayrımıdır. “Gazete ve televizyon gibi kitlesel medya kanalları dikey olarak isimlendirilmektedir. Onlar genel izleyicilere toplu biçimde ulaştırılmaktadır. Üçüncü düzey gündem belirleme kuramında dikey ve yatay medya ile ilgili bir diğer kavram da gündem birleştirme (agenda melding) kavramıdır. “Gündem birleştirme, izleyicinin bireysel tercihler ve bilişlere uygun muhtelif kaynaklardan gelen medya gündemini araştırması ve derlemesi sürecidir” (Shaw ve Colistra, 2014: 23-26). Burada birey hem üretime katılabilmekte hem de medyada yer alan gündeme müdahale edebilmektedir. Hatta bir grup insan var olan gündeme yeni gündemler ekleyebilmektedirler.

Sosyal medyanın ortaya çıkması, gündem belirleme fikrini tersine çevirecek dikkatin yeniden üretimini sağlamıştır. Sosyal medya, kamusal konulardaki kişilerarası iletişimin ve kamusal alanın dinamiklerinin önemli bir parçası olmuş bulunmaktadır (Neuman ve ark. 2014: 194).

Üçüncü Düzey gündem belirleme kuramının medyalar arası gündem belirleme çalışmalarında kabul edilip edilmeyeceği de araştırma konusu olmuştur. Yeni medya, gündem belirleme sürecini üç şekilde etkilemiştir. Bunlardan ilk olarak yeni medya araçlarının geleneksel medya araçlarına gündemi oluşturmakta alternatif kanal/kaynak niteliği taşımasıdır. Sosyal medya paylaşımları, blog yazıları ve paylaşılan videolar iki aşamalı akışlar olarak isimlendirilmektedir. İkincisi ise, yeni medyanın gündem oluşturmada ve belirlemede geleneksel medyayı güçlendirdiğidir. Üçüncüsü ise, geleneksel medyanın rolü değişmeden aynı kalacak, You Tube gibi yeni dijital platformların etkisi ile halk tarafından hangi konuların nasıl tartışılıyor olacağının değişmeden kalacak olmasıdır (Sayre vd. 2010: 7–32).

2.6.4.2. Çevrimiçi medya ve suskunluk sarmalı

Geleneksel medya ve suskunluk sarmalı kuramı yukarıda detaylı bir şekilde anlatılmıştı. Bu geleneksel medya araçlarına ek olarak, dijital medya kanallarının yaygınlaşması insanların enformasyona ulaşımını ve katılım biçimini değiştirmiştir.

Bireyler, akıllı telefonları ile fotoğraf, video, metin gibi içerikler oluşturabilmektedirler. Hatta kullanıcılar, diğer kullanıcılardan siyasilerin sosyal medya hesapları ile çevrimiçi olarak karşılıklı etkileşimde bulunma imkânı elde edebilmektedir. Artık kullanıcılar, kitle iletişim araçlarını içerik yönünden desteklemekte ve bu sürece dâhil olabilmektedirler.

Yukarıdan da hatırlanacağı üzere, suskunluk sarmalına göre izleyicilerin toplumdan dışlanma ve yalnız kalma korkularından ötürü, susmayı veya doğrusunu bilse dahi azınlıkta yer aldığından çoğunluğun yanlış fikrini kabullendiği bilinmekteydi. Yeni dönemde bazı suskunluk sarmalı araştırmacıları, bireylerin dijital medya kanallarında görüp duydukları haberler neticesinde, enformasyonun doğruluğu veya yanlışlığı vicdani değerleri ile çelişse dahi, çoğunluktaki gruba karşı mı koyuyorlar yoksa boyun mu eğiyorlar? Araştırması yapılmıştır.

Sosyal medya alanlarında anonim veya takma isimlerle görüşlerini bildirme imkânları bulunmaktadır. İnsanlar, görüşlerini belirtirken çoğunluğun görüşü değiştiği veya farklılaştığı anda tepki çekmemek için dijital kamusal alanda bu tür yöntemlere başvurabilmektedir.

Sosyal medya, dijital alanda insanların görüş ve önerilerini ya da kişisel paylaşımlarını; video, fotoğraf, grafik ya da filmlerle destekleyerek paylaşımlarına olanak sağlamaktadır. Ancak yapılan araştırmalar sonucunda kişilerin günlük hayatlarında izlenen suskunluk hallerinin dijital alanda olduğu saptanmıştır. Amerika’da yapılan araştırmada, katılımcılara Edward Snowden isimli Ulusal Güvenlik Ajansından (NSA) gizli bilgileri sızdırdığı iddia edilen eski bir CIA çalışanı hakkında sorular yönelmiştir. Çıkan sonuçlara göre; katılımcıların yüzde 86’sı bu konuyu yüz yüze konuşmaya istekli iken, sosyal medya kanallarında konuşmaya istekli olan kişilerin oranı neredeyse yarı yarıya düşmüş, yüzde 42 çıkmıştır. Araştırma sonucun göre suskunluk sarmalına normal hayatta takılan insanların, sosyal medya ortamında da göz önünde bulundurdıkları raporlanmıştır.

Sonuç olarak, yeni dijital medya kanalları insanların öz kimliklerini açığa çıkarmadan anonim olarak da katılım imkânı sunmaktadır. Yapılan farklı bir araştırma sonucuna göre, kişiler politik görüşlerini yüz yüze iletişimde daha rahat, internet ortamında daha çekimser davranarak paylaşmaktadırlar. Diğer bir araştırma sonucunda ise, kişilerin daha çok kendi görüşlerine yakın sosyal ağlarda veya

gruplarda görüşlerini paylaşmada istekli oldukları izlenmiştir. Diğer bir önemli detay ise, insanların bilgiyi kendi görüşlerine yakın platformlardan görüş almayı tercih etmeleridir. Burada “filtre baloncuğu” durumu açıkça yaşanmaktadır. Her ne kadar dijital alan da olsa, insanların suskunluk sarmalı engeline takıldığı açıkça görülmektedir. Siyasal, ekonomik veya diğer kaygılardan dolayı insanlar birçok alanda olduğu gibi sosyal medya alanında da görüşlerini bildirmekte temkinli davranmaktadır.

2.6.4.3. Dijital aktivizm

Biçer ve Şener’in (2021) Dijital İletişim Kuram ve Araştırmaları kitabında yer alan “Dijital Aktivizm ve Yeni Toplumsal Hareketler” araştırma makalesine göre yeni medyanın birey hayatında önemli bir role bürünmesi, yeni toplumsal hareketlerin bütün ilişki biçimlerini yapısal bir değişime uğratmaktadır. Bu açıdan bakıldığı zaman, dijital aktivist eylemlerin ve yeni toplumsal hareketlerin temelinde çevrimiçi topluluklar yer almaktadır. Bu toplulukların bir araya gelmek ve ortak görüş bildirebilmek için tercih ettikleri yeni ortam ise sosyal medya kanalları ve internet mecrasıdır. Bu sanal yeni alanlar tüm bireylere alternatif iletişim ve yeni olanaklar sunarken, aktivistlerin de seslerini duyurabilmeleri için gerçek hayatta olduğu gibi örgütlenme imkânı oluşturmaktadır. İnternet öncesi dönemde belirli grupların planlanarak bir araya gelebilmesi söz konusu iken, internet ve sosyal medya imkânları ile artık kısa sürede daha homojen grupların daha yoğun bir şekilde örgütlenmesi mümkün olmaktadır. Toplumsal örgütlenmeler netice itibarıyla sanal mecralarda ortaya çıkmadı ancak sanal ortamlarla birlikte zaman ve mekân engelini aşarak daha geniş alanlara daha kalabalık insanlarla yayılma kolaylığı sağlamıştır. İnternet başta olmak üzere tüm sanal platformlar ve sanal ağlar insanlara alternatif bir kamusal alan sunmaktadır.

İnternet ve küreselleşme kavramları içinde bulunduğumuz çağın en önemli gelişmeleri ve olguları arasında yer edinmektedir. Castells’e göre sanal ağlar hem yeniliğe hem de küreselleşmeye yol açmaktadır (Castells, 2008; 63). Bu küreselleşme ve yenilik, bireylerin bilgiye erişmesinde ve onu saklamasında-yaymasında oldukça kolaylıklar sağlamaktadır. Ayrıca internet sistemi ile birbirine bağlanan bilgisayarlar; eğlendirici, toplumsallaştırıcı, bilgilendirici ve ticari unsurları

da bünyesinde barındırmaktadır. Bu hız ve ağlarla örülmüş sanal dijital ortam, dünyanın bir araya gelebildiği yeni bir kamusal alan oluşturmuş ve kitleler arasındaki olası sınırları ortadan kaldırmıştır. Castells'çi yaklaşıma göre, bireylerin bu yeni oluşan ortamda ve sınırların olmadığı alanda hızdan ve mekansızlıktan yararlanarak örgütlenebildiği vurgulanmaktadır. Yine bu düşünüşe göre, sanal ağlarda izleyicinin geleneksel kitle iletişim araçlarından ziyade çok daha öteye giderek aktivizme bir kimliğe bürünüp konuşmaya ve sesini duyurmaya başladığı ileri sürülmektedir. Böylece günümüzde bir ağ toplumu varlığı oluşmaktadır. Bu da geçmişte var olan tek taraflı iletişimi geride bırakmış, kitlelerin küresel anlamda fikir üreticisi olmalarına ve bu fikirleri paylaşabilmelerine imkân sağlamıştır. Buna internetin bireyleri yeni veya anonim bir kimlikle var olabilmelerine verdiği imkân da katkı sağlamaktadır. İnsanlar internet ortamının bu özgürlükçü yanını benimseyerek daha varoluşçu bir yaklaşıma bürünebilmektedirler. Castells'e (2013) göre yeni toplumsal hareketler başta olmak üzere birçok yenilik internetle ve onun sosyal medya ağları ile başlamıştır. Çünkü internet, bireylerin sevinç ve hüznlerini paylaşmaları için serbest bir kamusal alan hazırlamaktadır.

2.6.4.4. Dijital hikâye anlatıcılığı bağlamında çapraz medya stratejisi

Hikâyeler, insanların var olduğu tarihten günümüze kadar uzanmaktadır. Bir deyişle hikâyeler, insanlık tarihi kadar geçmişe sahiptirler. İnsanlar hikâyelerle birlikte geçmişin ve kendi zamanlarındaki birikimleri geleceğe aktarmaktadır. Hikâye anlatıcılığı iletişim biçimleri arasında insanların toplumsal yaşamda yer alan vazgeçilmez anekdotlarından birisidir. Hikâye anlatıcılığı, geçmiş ile şimdi, şimdi ile gelecek arasında kurulan köprü niteliği taşımaktadır. Sütçü (2013: 76-92), hikâye anlatıcılığı hakkında şunları söylemektedir: her defasında başka aktörler, hikâyenin kuşaktan kuşağa aktarılmasını ve ilk deneyimin son dinleyicinin deneyimi haline gelmesini sağlamaktadır.

İnternet tabanlı teknolojilerin gelişmesi ve web 2,0 teknolojileri ile sosyal medya kanallarının aktif olarak kullanılması, geleneksel medyanın da dönüşümünü sağlamıştır. Bu teknolojiler ile birlikte her birey pasif izleyiciden aktif katılımcıya dönüşmüş ve içerik üretim sürecinde dâhil olmuştur. Bu, yeni medya ile birlikte iletişim alanını da değiştirmiş ve dönüştürmüştür. Bu alanlardan birisi olan hikâye

anlatıcılığı da dijital hikâye anlatıcılığına evrilerek, dijital alanlarda üretilen, yayılan ve tüketilen bir sürecin içerisinde girmiştir. Burada, dijital hikâye anlatıcılığının ne olduğunu açıklamadan önce, “yakınsama” kavramının tanımı önem arz etmektedir. Çünkü yeni medyaya yeni sıfatını kazandıran yakınsama (convergence) kavramıdır. Bu kavram, gelişen teknoloji ile farklı ortamların birbirine yakınlaşması, sınırların keskinliğini yitirmesi ve/veya iç içe geçmesi anlamlarına gelmektedir. Yakınsama kavramı bir yerde, dijital dönüşüme de öncülük etmektedir. Yakınsama, geleneksel medya araçları ile yeni medya araçlarını da farklılığa uğratmaktadır. (Holat, 2021:) Örneğin televizyon eskiden sadece birileri tarafından üretilen içerikleri diğer insanların tüketimi olarak biliniyordu. İnternet teknolojisi ve sosyal ağlarda gelişen yeni sistemler (IPTV: İnternet protokolü televizyon) televizyondan internete dönüşümü artırmıştır. Bu, dijital dönüşümde internet tabanlı yayın yapan platformların da artışına öncü olmuştur. Günümüzde bu yönde yayın yapan birçok platform bulunmaktadır (Netflix, Disney+, Apple Tv).

Jenkins’e göre, eski tüketiciler pasif olarak kabul ediliyorsa, yeni tüketicilerin de aktif olarak değerlendirilmesi gerekmektedir (Jenkins, 2018). Çünkü yakınsama ile eski tüketiciler ile yenileri arasındaki farklar da değişime uğramaktadır. İzleyici/okuyucunun hem bir içerik üreticisi hem de tüketicisi olduğu gerçeği zamanla içeriği yorumlayan, biçimleyen, şekillendiren, paylaşan, müdahale eden gibi birçok özelliklerle bezemektedir. Artık insanlar, sunulan hikâye ilgilerini çektiği zaman ona doğru yönelmektedir. Ona katılabilmek için aktif yollar araştırmaktadırlar. Bir yayını veya paylaşımı beğenme, bir tweet iletme, video veya fotoğraf gönderme, o postu olduğu gibi veya eklemeler yaparak paylaşma gibi tüm eylemler birer katılım biçimine verilebilecek örnekler arasında bulunmaktadır.

Dijital hikâye anlatıcılığının ne olduğunu anlatabilmek için birçok tanım bulunmaktadır. Bu tanımların ortak noktası, görüntü, ses, video gibi çoklu ortam araçlarının birleştirilerek medyalar arası bir biçimde hikâye anlatma sürecinde yer alması olarak ifade edilmektedir. Bu bağlamda artık hikâyeler dijital ortamda oluşturulabilmekte, paylaşılabilen ve saklanabilmektedir. İletişim biçimlerinde gelişen dijitalleşme tüm bu yapılanmalara imkân sağlamaktadır.

Çapraz medya (cross-media) ise, tek bir medya ile sınırlı olmayan, son yıllarda kullanılmasında popülerlik kazanan bir anlatı stratejisidir. Çapraz medya da içerik

değil dağıtım kanalları önemlidir. Genellikle aynı içeriğin dağıtılması için çoklu platformların kullanılmasını içeren uygulamalardır. Çapraz medya sisteminde içeriğin ana metnine sadık kalınır ve o içerik diğer medya kanallarına aktarılırken ve paylaşılrken yeniden kurgulanarak o ortamın imkânları doğrultusunda kendine has katkısını sunmaktadır. Son yıllarda bir anlatı stratejisi olarak popülerlik kazanan çapraz medya sistemi, hikâye evreni açısından bakıldığı zaman; film, dizi, belgesel, reklamlar, sosyal medya içerikleri, forum yazıları, kişisel düşünce ve paylaşımlar tek paylaşımdan ziyade farklı alanlara taşınabilmektedir. Bu süreç her paylaşımın arttığı noktada katılımcıların da görmesine imkân hazırlamakta ve aktif katılımcı sayısını artırmaktadır. Kişilerin tek bir yere mecbur kalmadan farklı platformlar, farklı paylaşım seçenekleri ve alternatifleri bulmalarına zemin hazırlamaktadır. Bu da internetin ve internet tabanlı sosyal ağların kullanımını artırmaktadır. Kişilere aktif katılımcı ve söz hakkı tanıyan bu ağlar, gün geçtikçe çoğalmaktadır.

2.6.4.5. Dijital çağda sanal etkileyciler

Dijital iletişim araçları, kişilerarası iletişimi hızlı bir şekilde değiştirmiş ve dönüştürmüştür. Bu değişim ve dönüşüm sadece iletişimin gerçekleştiği mekân, zaman veya araçlar bağlamında değil, kişilerin kimlikleri, kültürel yapıları ve iletişime yaklaşım biçimlerinde de meydana gelmiştir (Zerzan, 2013: 87). Sanal kültürün, geniş ölçüde kimlik ve gerçeklik algısının da yitimi olarak görmektedir. Çünkü özellikle sosyal medya kanalları günümüzde pazarlama aracı olarak da kullanılmaktadır. Burada tüketiciler, gerçekte var olmayan ama tüketim dünyasının hangi kapılarından girmesi noktasında kendisine yol gösteren sanal gerçekliğin istekli bir şekilde takipçisi olmaktadır. Bireylerin hayatı kendi istekleri doğrultusunda ve gönül rızası ile popüler olmuş sanal (dijitalde üretilen) rehberler tarafından şekillenmektedir. Sanal etkileyciler, teknolojik ortamda kusursuzun temsili (!) olabilecek şekilde biçimlendirilmiş kişiler veya imgelerden oluşmaktadır. İnsanların zihinlerinde olan değil olması gereken tipler bu sanal etkileyciler vasıtasıyla yeniden şekillenmektedir. Bireyler, bu kişileri olması gereken gibi kabul edip onları takip etmekte ve onlar gibi olmanın yollarını aramaktadırlar. Yine aynı sanal etkileyciler, kendileri gibi olmanın yollarını kullandıkları ürünlere, takip ettikleri şeylere bağlamakta olup buna teşvik etmektedir.

Sanal etkileyiciler, bilgisayarların tasarım ve düzenleyici teknolojilerinden yararlanarak, güzel görünme ve etkilme işlemine zemin hazırlayabilmektedir. Yapay zekâlar ve Computer Generated Imagery (CGI), yani bilgisayarlarla oluşturulmuş görüntüler, kişilerin iş ve aile yaşantılarına farklı değişiklikler getirmiştir. Sanal etkileyicilerin gittikçe yaygınlaşması ve ciddi anlamda etkileyebilme gücüne sahip olması, Jean Baudrillard'ın “Simülasyon ve Hipergerçeklik” teorisi ile bütünleşmektedir. Baudrillard, içinde yaşadığımız çağı yapaylıklar çağı olarak tanımlamaktadır. Ona göre, kaynağını hakikatten alan gerçeklik kaybolmuş, onun yerine üretilen bir gerçeklik yerleşmiştir. Bugün sosyal medyada (özellikle Instagram'da) bu tür üretilmiş sanal karakterler karşımıza çıkmaktadır. Sanal etkileyici olarak tanımlanan CGI kişileri, gerçek dünyada var olmadığı gibi sanal medyada oldukça ünlü ve takip edilir düzeydedir. Hatta ünlü markaların da temsilcileri olarak karşımıza çıkabilmektedir. HypeAuditör isimli web sitesinin 2019 yılında yayınladığı rapor bu duruma ışık tutmaktadır. Raporda, “en iyi Instagram sanal etkileyiciler” listeri yer almaktadır. Listede bulunan ilk 3 sanal etkileyici; Lil Miquel, Bermuda ve Shudu olarak kayıtlarda bulunmaktadır. Araştırmaya örnek olması bakımından 1. Sırada olan Lil Miquela hakkında genel bir bilgilendirme yapılacaktır.

Lil Miquel, Instagramda en çok takipçi sayısına sahip olan sanal bir etkileyicidir. 2020 temmuz ayında 2,5 milyon takipçisi bulunmaktaydı. Profilinde, “Change-seeking robot” yazısı yazmaktadır. Ayrıca çeşitli markalarla iş birliği yaptığı da fotoğraflarından anlaşılmaktadır. Aynı zamanda şarkı söyleyen Lil Miquel, YouTube, Spotfy ve Deezer gibi uygulamalarda yer almaktadır. Lil Miquel takipçilerini şık giyimi ve profesyonel hareketleri ile kolay bir şekilde etkileyebilmektedir. Ülger ve Işık'ın açıklamalarına göre, Lil Miquel bşr avatardır ve yüzünde homojenlik bulunmaktadır. Aşırı parlak ve pürüzsüz bir cilt ve simetrik yüz biçimi, hep aynı model saç tipi ve oldukça düzgün fiziği dikkat çekmektedir. Onun fazla mükemmel görüntüsü olduğunun da altını çizmektedirler. Lil Miquela'nın kusursuz gibi görünen fiziği ile oluşturulan “ideal beden” arzusu, bireylerin Instagram'da peşinden koşacağı bir amaç olarak sunulmaktadır. Bu “ideal beden” bedenin nasıl olması gerektiğini öğrettiği kadar, moda ve yaşam tarzı ile de yakından ilgilidir. Lil Miquela, günümüz dünyasında gerçek meslektaşlarının yaptıklarını sanalda yaparak, kalıplaşmış özneler üreten bir sanal etkileyicidir.

Sonuç olarak, dijital dünyada iletişimin evirildiği gibi ticari birtakım süreçlerde değişmiş ve dönüşmüştür. Gerçeğin yerine sanalın kullanıldığı bu sanal pazarlama alanlarında insanları da kitleler halinde peşinden sürükleyen ve yaptığını yaptıran, giydiğini giydiren, yediğini yediren, aldığını aldırın sanal etkileyici modeller meydana gelmiştir. Bu sanal etkileyicilerle birlikte yaşam tarzlarını düzenleyen kişilerin zaman içerisinde kendi kimlik ve kültürlerini kaybetmeleri de dile getirilen en büyük riskler arasında bulunmaktadır. Çünkü sanal etkileyiciler tüketim çılgınlığı aşılama ve ideal olarak lanse ettikleri kendi tarzlarını olması gereken gibi göstermektedirler. Ancak bu kişilerin takipçi sayıları ve büyük markalarla yaptıkları anlaşmalara bakılacak olursa, insanlar tarafından ciddi şekilde tutulduğu ve benimsendiği görülebilmektedir. Burada bir diğer önemli nokta ise, hakikat algısının da yeniden ele alınması gerekliliğidir. Çünkü sanal etkileyicilerin hazırladığı ve sunduğu birçok şey bilgisayar tabanında hazırlanmakta ve sunulmaktadır. Ancak insanlar buna doğru olan şey ve olması gereken gözü ile bakmaktadır. Bu da hakikatin ne olduğu ve ne olması gerekirken nereye dönüştüğünün



3. BAĞIMLILIK VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI

Bağımlılık her toplumda görülebilen ve çeşitli düzeylerde seyreden toplumsal problemlerden birisidir. Bireylerin ve toplumun hayatını derinden etkileyebilecek düzeyde güce sahip olan her türlü bağımlılığın temelde dikkatli bir şekilde ele alınması ve üzerinde durulması gerekmektedir. Bağımlılıklar; madde bağımlılığı, davranışsal bağımlılıklar gibi başlıklar altında incelenmektedir. İnternet bağımlılığı da birçok araştırmada davranışsal bağımlılık olarak ele alınmaktadır. Bu bölümde bağımlılığın kavramsal tanımlamasına ve internet bağımlılığının detaylarına açıklık getirilecektir.

3.1. Kavram Olarak Bağımlılık

Kavram olarak bağımlılık, herhangi bir şeye karşı aşırı istek duyma, vazgeçememe ve ona karşı istem dışı kullanma hareketleri sergilemekle bilinmektedir. Bağımlılıkta; bireyi etkisi altına alan olumsuz davranışlar artık terk edilmez davranışlara dönüşmüştür. Varoluşla birlikte başlayan bir hastalık kişisel bütünlüğün sağlanamamasından kaynaklanmaktadır (Dinç, 2010). Bu yönden bakıldığında zaman bağımlılık tedavi edilmesi gereken bir hastalık olarak tanımlanabilmektedir. Alan yazında yapılmış birçok araştırmada bağımlılık, uzun zaman kişilik bozukluğu olarak değerlendirilmiştir. Bağımlılık davranışlar biçimini içeren bir hastalıktır. Çünkü bağımlılığa ilişkin beyinde birçok nörokimyasal, nörofizyolojik değişimler saptanmıştır. Her bağımlılık türünün kendisine özgü seyri ve tedavisi vardır. Bu yüzden bağımlılığa hastalık demek doğru olacaktır (Ögel: 2017).

Hastalık boyutunda değerlendirilen her bağımlılığın o maddeye olan derecesine göre de bağımlılıklar kategorileştirilmiştir. Özellikle bağımlılıklar üzerinde yapılan araştırmalara göre; “Fiziksel Bağımlılık ve Ruhsal (davranışsal) Bağımlılık” olarak ikiye ayrılmıştır. Fiziksel bağımlılık; maddenin varlığına karşı duyulan fizyolojik bir istektir. Beden uyuşturucu maddeye karşı bir reaksiyon geliştirir. Madde alınmadığı zaman ortaya bazı belirtiler çıkar. Çünkü bedenin bulunduğu fizyolojik adaptasyon bozulmuştur. Ruhsal bağımlılık; alışkanlık, itiyat gibi diğer bazı terimler ile de açıklanır. Kişinin duygusal ya da kişilik yapısı gereği, gereksinimlerini tatmin etme, gidermek amacı ile de o maddeye düşkünlüğü biçiminde tanımlanabilir (Ögel: 2017).

Bir başka tanımda ise bağımlılık şu şekilde tanımlanmaktadır: Tedavi amacı gütmeyen herhangi bir maddenin, gittikçe artan miktarlarda kullanılmasıdır (Derin, 2013: 15). Bu tanımın akabinde Toraman'ın bağımlılıkta üç temel unsuru dikkat çekmektedir (Toraman, 2013: 17). Bunlar şu şekilde sıralanabilir:

- Her koşul ve durumda maddenin elde edilebilmesi için engellenmeyen bir istek ve isteğin olması
- Sürekli olarak kullanıldığı görülen zamanın/miktarın artma zorunluluğu
- Kullanılan madde/nesneye ve onun etkilerinin karşısında fizyolojik ve psikolojik ihtiyaç hissedilme durumu yani yoksunluk halidir.

Bağımlılık türlerinde fiziksel bağımlılık ve ruhsal (psikolojik veya davranışsal) bağımlılıklar farklı davranışsal değişkenlerle açıklanmaktadır. Fiziksel bağımlılık, fizyolojik istek, ruhsal bağımlılık ise davranışsal bir alışkanlık olarak açıklanmaktadır. Bağımlılık hangi maddeye veya davranışa göre olursa olsun bir anda ortaya çıkmayıp farklı evrelerden geçerek meydana gelmektedir. Bu evreler, hazırlık, ilk kullanım/deneyim, kullanmayı/ eylemi sürdürme, ilerleme, bırakma, tekrar kullanmayı/denemeyi düşünme, tekrar kullanım ve tekrar başlama olarak nitelendirilmektedir (Ögel, 1997). Bağımlılık tedavi merkezlerinde ise ortak bir tanımlama ile beyin hastalığı olarak nitelendirilmekte ve tedavi edilebilir olarak belirtilmektedir. Burada fiziksel ve davranışsal bağımlılıklar birbirinden ayrılmaktadır. Dünya sağlık örgütü ve diğer sivil toplum kuruluşlarına göre bağımlılıklar genel kategoriler altında incelenmektedir. Bunlardan ilki yüzyıllardır insanlığı tehdit eden fiziksel bağımlılıklardır. Diğerleri ise daha çok teknolojinin gelişimi ile ortaya çıkan davranışsal birtakım bağımlılıklardır.

Fiziksel Bağımlılıklar: Fiziksel bağımlılıklar, kişinin; maddenin varlığına karşı duyulan fizyolojik isteğinin engellenememesi sonucu kullanıma artarak devam etmesi olarak tanımlanmaktadır. Burada beden ilgili maddeye karşı bir reaksiyon geliştirmektedir. Söz konusu bu madde alınmadığı zaman ortaya bazı belirtiler çıkmaktadır. Dünya sağlık örgütü bağımlılık türüne göre fiziksel bağımlılıkları şu şekilde kategori etmektedir:

“Opiat Tipi Bağımlılık, Alkol, Barbitürat, Benzodiazepin Tipi Bağımlılık, Esrar Tipi Bağımlılık, Kokain Tipi Bağımlılık, Uyarıcı Tipi Bağımlılık, Hallusinojen Tipi

Bağımlılık, Solunan Çözücü Tipi Bağımlılık, Tütün Tipi Bağımlılık” (Kaynak: <https://npistanbul.com/amatem/bagimlilik-turleri>).

Davranışsal Bağımlılıklar: Davranışsal bağımlılıklar ise dünya sağlık örgütüne göre şu şekilde sıralanmaktadır:

“İnternet Bağımlılığı, Kumar Bağımlılığı, Seks Bağımlılığı, İlişki Bağımlılığı, Yeme Bağımlılığı.”

Buradan da görüldüğü gibi internet bağımlılığı davranışsal bir bağımlılık olarak tanımlanmaktadır. Ancak internet bağımlılığının diğer bağımlılıklardan ayrılan tarafı bu davranışsal bağımlılığın zamanla fiziksel etkilere de maruz bırakmasıdır. Bu yüzden internet bağımlılığı tek bir disiplin tarafından açıklanamamakta ve farklı disiplinlerin çalışmasına ve araştırmasına ihtiyaç duymaktadır. Bunların başında internet bağımlılığının ortaya atılmasına ön ayak olan psikoloji ve tıp bilimi gelmektedir. Daha sonra ise internet bağımlılığı sosyal bilimler ve iletişim bilimleri tarafından da ele alınmaktadır.

Bağımlılıklar, dünya genelinde uzun zamandır DSM başlığı altında incelenmekte ve açıklanmaktadır. DSM kelime açıklaması olarak İngilizce ismiyle “Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders”, Türkçe ismiyle Mental Bozukluklar olarak karşımıza çıkmaktadır. İnternet bağımlılığı da davranışsal bir bozukluk olarak özellikle DSM IV ve DSM V açıklamalarının içerisinde yer almaktadır. Özellikle bir el kitabı olarak yayınlanan DSM, Amerika’da Amerikan Psikiyatr Birliği tarafından zihinsel hastalıklara tanı koymak için yayınlanan bir kitaptır. İçerisinde belli tanı ölçütleri ve kriterleri yer almaktadır. Ülkemizde de 1952 yılından beri DSM IV TR versiyonu kullanılmaktadır (Kaynak: <https://124.im/aVE>).

Ancak günümüzde baktığımız zaman internet bağımlılığı DSM V’te yer almamaktadır. Söz konusu DSM V’te internet bağımlılığı ile ilgili tanı ölçütleri ve tedavi yaklaşımları da bulunmamaktadır. İnternet bağımlılığı ile ilgili ilk tanı ölçütlerini ortaya atan Young, onu bir kumar bağımlılığı benzeri dürtü kontrol bozukluğuna benzetmiştir. İnternet bağımlılığı yukarıda da belirttiğimiz gibi ve dünya sağlık örgütü tarafından belirlenen kategorilere göre davranışsal bir bozukluk olarak kabul edilmektedir. Ancak internet bağımlılığı neden ve sonuçlarına göre bakıldığında fiziksel ve psikolojik birçok etkisinin olduğu görülmektedir (Gençer ve ark. 2018: 93).

3.2. İnternet Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı internetin yayılmaya başlaması ile birlikte sorunlu (patolojik) internet kullanımı olarak ortaya atılmıştır. İnternet bağımlılığını internetin kullanımından sonra ilk defa kavram olarak ortaya atan kişi Amerikalı psikiyatrisi Dr. Ivan Goldberg'dir. İlk defa bilimsel çalışma ise 1996 yılında Pittsburgh Üniversitesinden Psikolog Kimberly Young tarafından yapılmıştır. İnternet bağımlılığı uluslararası literatüre “internet addiction” kavramı ile kazandırılmıştır. İlerleyen zamanlarda ise farklı çalışmalar ile araştırmacılar tarafından farklı isimlendirmelere maruz kalmıştır (Gwinnell ve Adamec, 2006: 148).

Bunlar kısaca şu şekilde sıralanmaktadır: İnternet Bağımlılığı Rahatsızlığı (Internet Addiction Disorder, Patolojik İnternet Kullanımı (Pathological Internet Use), Aşırı İnternet Kullanımı (Excessive Internet Use), Kompulsif İnternet Kullanımı (Compulsive Internet Use), Problemlı İnternet Kullanımı (Problematic Internet Use), Düzenlenmemiş İnternet Kullanımı (Unregulated Internet Usage), “İnternet Bağlılığı (Internet Dependency), İnternet veya Net Deliliği (Internetomania Or Netomania), İnternet Bağlılığı Davranışı (Internet Dependence Behaviour), Yanlış İnternet Kullanımı (Internet Misuse), Spesifik ve Genelleştirilmiş Patolojik İnternet Kullanımı (Specific and Generalized Pathological Internet Use), Uyumsuz İnternet Kullanımı (Maladaptive Internet Use), Onlinekolizm (OnLineakolizm), İnternet Kötü Kullanımı (Internet Abuse) (Doğan, 2013: 15-16).

İnternet bağımlılığı kavramının tanımlarına baktığımız zaman; internet kullanımı da amacını aşır kişide –ihtiyaç haricinde- sürekli kullanma ve çevrimiçi olmaya zihinsel olarak ittiği takdirde bağımlılık derecesine ulaştırdığı görülmektedir. İnternetin; yaşamımızın her alanında faydalı olarak kullanımı dışında, günlük hayatın diğer aşamalarında da engelleyici rolü, bağımlılık derecesinin olumsuz etkilerinde kendisini göstermesine yol açmaktadır. İnternet iletişiminin yaygınlaşması ve insanların artık internette daha fazla zaman harcamasına neden olan web tabanlı teknolojilerin artması ile paralel olarak yaygınlaşmaktadır. Bu hem klinik anlamda hem de sosyolojik ve psikolojik anlamda internetin insanlar üzerindeki etkisinin araştırılmasına ve zararlarının kategorileştirilerek onlara yönelik tedavi yöntemlerinin incelenmesine zemin hazırlamıştır.

Her bağımlılık veya insan hayatına olumsuz yönde etki eden nesnelerin belirlenmesi için bir takım bilimsel belirteçler hazırlanmakta ve çalışmalar o doğrultuda şekillenmektedir. İnternet bağımlılığına yönelik de etki araştırmaları ve tedavi yaklaşımları öncesi belirtilerinin ortaya konması için çalışmalar yapılmış, bunlar internet bağımlılığının hem tanımlanmasında hem de test edilmesinde kullanılmıştır. Bu yönde yapılan çalışmaların öncülerinden Günüş ve Kayrı'nın çalışmaları öne çıkmaktadır. İnternet bağımlılığının bulundurduğu belirtileri şu şekilde sıralamaktadır (Günüş ve Kayrı, 2010: 220):

- İnternetin bireyin zihnini sürekli meşgul etmesi
- İnternet kullanırken kontrolü kaybetme
- Çevrimdışı olduğunda mutsuzluk ve üzgün olma hali
- Distraksiyon (interneti antidepresan olarak kullanma)
- İnternet kullanımı konusunda dürüst olmama
- İnhibisyon-ket vurma
- Diğer internet kullanıcıları ile sanal içtenlikle ilişkiler kurma
- İnternet kullanımı yüzünden gerçek hayatta önemli bir ilişkinin kaybedilmesi

Yukarıda bahsedilen amacın profesyonel amaç dışında kullanılan internetin bağımlılık derecesinde değerlendirildiğı Young tarafından da kabul edilmektedir. İnternet bağımlılığını ölçmek için 1999 yılında belirlediğı 8 kriterli ölçekte sorulardan 4 tanesinden fazlasına evet cevabını verenlerin internet bağımlısı riski taşıdığı düşünölmüştür. Bu ölçütler (Tarı ve Cömert; 2012: 15-27):

- İnternetle meşgul olma
- Daha fazla çevrimiçi zaman ihtiyacı
- Tekrarlanan internet kullanımını azaltma denemeleri
- İnternet kullanımını azaltmaya çalışırken vazgeçememe
- Zaman yönetimi konuları
- Çevresel endişe (aile, okul, iş, arkadaşlar)
- Çevrimiçi harcanan zaman aldatmacaları
- İnternet kullanımı yoluyla ruh hali değişimi

İnternet bağımlılığının belirtilerine psikolojik açıdan baktığımız zaman kişinin zihinsel süreçte de bazı internet bağımlılığının varlığını ispatlayan belirtiler

bulunmaktadır. Psikiyatri Uzmanı Dr. Bahadır Bostan internet bağımlılığı konusunda 8 kriterden 5'ini yaşayanların internet bağımlısı olarak tanımlandığını açıklamıştır. Bostan söz konusu 8 kriteri şu şekilde sıralamıştır (Kaynak: <https://shortest.link/35Cb>):

- Zihnin sürekli olarak internette olup bitene takılı kalmasıdır. Günlük aktiviteleri ve sorumlulukları aksatacak şekilde internet ile ilgili aşırı zihinsel uğraşı olması ve dikkati başka yere vermekte zorlanma.
- İnternette kalma süresinin giderek artması ile daha fazla oranda internet kullanma ihtiyacı duyma
- İnternet kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması
- İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen bırakılması durumunda huzursuzluk, moral bozukluğu ya da sinirlilik, dikkat dağınıklığı, motivasyon düşüklüğü, isteksizlik, titreme, terleme gibi uygu durum değişikliği yaşama
- “Birkaç şeye bakacağım bir saati geçmez” gibi düşünceler ile başlayıp, internette kalma süresinin başlangıçta planlanandan daha uzun sürmesi.
- Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşama, ilişkilerin bozulması, sosyal hayattan uzaklaşma
- “Daha 1 saat bile olmadı, yeni başladım” gibi internette kalma süresi konusunda çevresindekilere yalan söyleme
- Aile, okul, ikili ilişkiler maddi sorunlar, sorumluluklar gibi alanlarda yaşanan sıkıntılardan, problemlerden, olumsuz duygulardan uzaklaşmak için internette vakit geçirme.

Almanya’da Neunkirchen’e bağlı Münchwies Kliniği’nde 20 yılı aşkın süre boyunca bilgisayar ve internet bağımlılığından yakınan insanları tedavi etmek için Psikosomatik Rahatsızlıklar Uzmanı olarak görev yapan Holger Feindel, internet bağımlılığının zararlarını; bedensel, sosyal ve psikolojik olarak 3 ana başlık altında toplamıştır. Ayrıca Feindel, okul veya meslekle ilgisi olmaksızın bir kişinin haftada 30-35 saat arası bilgisayar ve internet kullanmasının normal olmadığını vurgulamaktadır (Feindel, 2015; 13). Feindel’in bilgisayar ve internet bağımlılığından etkilenen insanların hayatında yaşadığı problemler şu şekilde sıralanmaktadır:

3.3. İnternet Bağımlılığının Zararları

Yukarıda bahsedilen internet bağımlılığının getirdiği bir takım bedensel ve sosyal zararlar aşağıdaki başlıklar altında sıralanabilir. İnternetin aşırı kullanımı her yaştan bireyi olmakla beraber özellikle genç yaş grubunu her alanda tehdit etmektedir. Yaşamın her alanında çeşitli problemlere yol açan aşırı ve kontrolsüz internet kullanımı beraberinde sosyal, bedensel, psikolojik ve diğer hususlarda çeşitli olumsuzlukları doğurmaktadır. Bu sıralamalar ve zararların bilinmesi ve anlamlandırılması için Dr. Feindel'in kitabından alınan bilgiler aşağıdaki başlıklar altında toplanmış ve açıklanmıştır.

3.3.1. Aşırı İnternet Kullanımında Ortaya Çıkan Bedensel Sorunlar

İnternetin aşırı kullanımı çeşitli fiziksel ve bedensel problemlerin yaşanmasına neden olmaktadır. Bunların başlıca sebebi, yetersiz hareket, bilgisayar veya cep telefonuna fazla bakmaktan kaynaklanan hatalı vücut konumlandırması ve en önemlisi yetersiz beslenme veya fast food denilen hazır ve paket gıda alımının artmasıdır. Bu durum cep telefonu veya tabletin günün neredeyse tamamına yakınında elinden düşmeyen özellikle gençlerin ve diğer bireylerin maruz kaldığı durumlar arasında yer almaktadır. Feindel bilgisayar ve internet bağımlılığından etkilenen insanların hayatında yaşadığı bedensel sorunları şu şekilde sıralanmaktadır (Feindel, 2015: 19):

- Sırt ağrısı
- Baş ağrısı
- Göz şikâyetleri
- El bileklerinde ağrılar
- Görme zayıflığı
- Tendon iltihaplanması
- Avuçlarda nasır
- Başparmak ekleminde artroz
- Yetersiz, sağlıksız beslenme
- Aşırı kilo kaybı
- Aşırı kilo alımı
- Yağ metabolizması rahatsızlıkları (kolesterol değerlerinin yükselmesi ve sair)

- Yanlış beslenme nedeniyle kan değerlerinde yaşanan değişiklikler (yükseleler ürik asit değerleri gibi)
- Uyku eksikliği
- Konsantrasyon sorunları
- Gece gündüz ritminin bozulması

3.3.2. Aşırı İnternet Kullanımında Ortaya Çıkan Sosyal Sorunlar

Feindel, internet bağımlılığının sonuçlarının çoğu zaman bedensel olduğunu ancak hastaların Tedaviye başladığında söyledikleri ilk problemlerin genelde sosyal sonuçlar olduğunu vurgulamaktadır. Ona göre internet bağımlılığı, genellikle “reel dünyaya” ait, “gerçek” ilişkilerin azalması ve hobi veya ilgi alanlarının azalmasıyla başlamaktadır. Kişi tamamen yalnızlaşır ve sonunda tamamen yalıtılmış bir hale gelmektedir. İnternet bağımlılığında yaşanan sosyal problemler ve sonuçlar şu şekilde sıralanmaktadır (Feindel, 2015: 22-23):

- Sosyal yaşamdan çekilme
- Giderek yalnızlaşma
- Yalıtılmışlık
- Hobilerin ve ilgi alanlarının ihmal edilmesi
- Düşen performans/okulda ve iş yaşamında hatalar
- Okul eğitiminin bırakılması
- Meslek eğitiminin ya da işin kaybı
- Aile üyeleri ile kavga
- Partnerin kaybı
- Yakın aile üyeleri ile teması kopartma
- Ev işlerini görme, devlet dairesine gitme gibi gündelik görevlerini ihmal etme
- Açılmamış postalar
- Maddi sıkıntılar
- Evin kaybedilmesi

3.3.3. Aşırı İnternet Kullanımında Ortaya Çıkan Psikolojik Sorunlar

Bireylerin aşırı internet ve sosyal ağları kullanmaları zamanla sanal dünya ile reel dünyanın birbiri içinde kaybolmasına neden olmaktadır. Bu iç içe geçiş durumu zamanla sanalın verdiği yapay hazlar ve güzelliklerle sempoinin sanal âleme kayması ile sonuçlanmaktadır. Bu durum, gerçek sosyal yaşamdaki birçok görevin ve insani davranışların terk veya tehirine zemin hazırlamaktadır. Feindel bu noktada kişinin belli bir zaman sonra kendine verdiği değerin, problemlerin üzerine eğilme durumunun ve çözme yeteneklerinin giderek gerilediğinden bahsetmektedir. Zamanla bağımlılık kişideki bu eksikliklerin artmasına ve çeşitli psikolojik sorunların yaşanmasına yol açmaktadır. İnternet bağımlılığında yaşanan psikolojik problemler ve sonuçlar şu şekilde sıralanmaktadır (Feindel, 2015: 25):

- Giderek artan sosyal güvensizlik
- Korku hastalıkları
- Depresyonlar
- Değersizlik ve çaresizlik duyguları
- Olgunlaşamama

Sanal dünyanın gerçek dünyaya karşı hem bu şekilde tercih edilmesi hem de iki ortamın birbiri ile iç içe geçmesi bireyler için oldukça önemli psikolojik ve sosyolojik sonuç niteliği taşımaktadır. Dr. Feindel tarafından Münchwies Kliniği'nde internet bağımlılığı hastalarına yönelik yapılan tedavilerden ve onlara yönlendirilen soruların cevaplarından bu durumu somut olarak ortaya koymaktadır. Ona göre internet bağımlısı kişiler her iki dünyada da olaylara ve kendilerine farklı şekillerde yaklaşmaktadırlar. Genelde bu kişiler sanalda ve gerçek dünyada durumları olumlu/olumsuz şeklinde değerlendirmektedir. Aslında bu sanal alanlar da gerçek kişiler tarafından üretildi. Buna rağmen insanlar kendi oluşturdukları bu dünyaya bağımlı oluyor ve bu dünyayı asıl olan gerçek dünyadan anlamlı bir şekilde ayrı tutuyorlar. Çünkü onlara göre bu dünyada gerçek olmasa bile belli bir zaman sonra gerçek gibi gelen takdir edilme, sevilme, beğenilme durumları mevcut. Bu kişilerin verdikleri cevaplar aşağıdaki tablolarda karşılaştırmalı olarak verilmiştir. İnternet bağımlılarının doktor sorularına verdikleri yanıtlar bizlere internet bağımlılığını

tetikleyen ve artıran nedenleri vermektedir. Bu nedenler kişilerin kendi itirafları ve samimi cümlelerinden meydana gelmektedir.

Örnek 1:

“Sanal Dünyada Ben”	“Gerçek Dünyada Ben”
Ağırlıksızım, günlerce dayanabiliyorum, hafıfım, yetenekliyim, ilgiliyim, seviliyorum (başarılarım sayesinde), havalıyım, takdir ediliyorum, diğerlerinin çoğundan daha iyiyim, lider kişiyim, bir timsalim, bütün olumsuz yüklerden kurtulmuş durumdayım, neşeliyim, daha hızlı daha güçlüyüm, muzafferim, her şey elde edebiliyorum, canım ne çekerse onu yapıyorum.	Ağırım, hantalım, yorgunum, tükenmiş durumdayım, bitkinim (bedensel olarak), endişe doluyum, günlük sorunlara teslim olmuş durumdayım, çatışmaların pençesine düşmüş durumdayım, zayıfım, beceriksizim, sevilmiyorum (sinir bozucu ve rahatsız ediciyim), yalnızım, anlaşılmıyorum.

Örnek 2:

“Sanal Dünyada Ben”	“Gerçek Dünyada Ben”
Dokunulmazım, kendime güveniyorum, kendimden eminim, zenginim, saygı gören biriyim, çok güçlüyüm,	Borçluyum, yalnızım, güçsüzüm, kendime güvenim yok, kırılғанım,

Örnek 3:

“Sanal Dünyada Ben”	“Gerçek Dünyada Ben”
Yaptığım işlerde iyiyim, sık sık olanların odağındayım. Tanınıyorum. Dikkatim sorumlarımdan uzaklaşıyor. Başka insanlara karşı son derece açığım. Hiçbir zaman yalnız değilim.	Fazlasıyla durgunum. Fazlasıyla dalgınım. Tek başıma mücadele etmek zorundayım. Kırılganım. Fazla naziğim. Başka kişilere güven duymuyorum.

Örnek 1, örnek 2 ve örnek 3 tablolarında açıkça görülüyor ki, internet ona bağlanan insanlara sanal ve tozpembe bir hayat sunmaktadır. Bu hayat ister sanal, ister ekrana dayalı isterse tamamen gerçek dışı olsun, insanlar burada ortama değil sonuca odaklandığı görülmektedir. Gerçek dünyada; yorgunluk, fiziksel problemler ve bir takım şahsi eksiklikler çeşitli yaşamsal gerçeklere mani olurken sanal hayatta bunların hiç birisi engel değil gibi geliyor ve insanlar istedikleri şeyi yapabiliyorlar. Gerçek dünyada çekingen ve durgun olan bir kişi sanal dünyada aktif ve hareketli olarak var olabiliyor (kendine göre). Feindeli'e (2015: 32-33) göre bu kişilerin (internet bağımlısı olan ve kendisini yukarıdaki durumlara benzer şekilde hissedenler) -çoğunda medya bilinci ve problem bilinci bulunmamaktadır. Ona göre bağımlılar teknolojiye duyulan yakınlık konusunda oldukça ileri düzeyde ve yeni medya kanalları ile yeni medya cihazlarını oldukça profesyonel biçimde kullanabiliyorlar. Ancak, medyanın sorumluluk bilinci ile kullanılması konusunda aynı beceriye sahip değiller. Aynı şekilde Feindeli, problem bilincinin internet bağımlısı kişilerde olup olmadığını da açıklamaktadır. Ona göre bağımlılar internette yaptıkları ve başarı elde ettikleri durumlarda bir problemin olduğunu düşünmeden her şeyin yolunda olduğuna inanırlar. Daha fazla zaman harcamalarının yaptıkları şeye değdiğini düşünürler. Bu durum onlara karşı gelmek isteyenlerle de aralarına mesafe koymalarına sebep olmaktadır. İşte, internet bağımlılarının yakın çevreleri ile olan fiziksel ve kalbî uzaklaşma burada doruğa ulaşmaktadır. Kendilerini iyi hissettiklerini sandıkları ve bu konuda birçok uzmana göre yanıldıkları bu ortama, yakın çevrelerini ve gerçek sosyal hayatlarını feda edebilmektedirler.

3.4. İnternete Yönelim Motivasyonları

İnternet kullanımında da önceki dönem geleneksel kitle iletişim araçlarında olduğu gibi insanların kullanımında bir takım motivasyon ilişkisi oluşturmaktadır. Özellikle kullanımlar ve doyumlar kuramının da konusu olan insanların medya ile ne yaptığı sorusu çerçevesinde araştırmacıların inceleme konusu olmuştur. Kullanılan internetin motivasyon sağlamaktan bağımlılığa dönüşmesi ise, bu konu üzerindeki ciddiyeti artırmış ve çalışmaların birçok alanda detaylandırılmasına vesile olmuştur.

Kitle iletişim araçlarının her teknolojik ilerlemesi ile birlikte bu araçların insanları nasıl ve ne derecede etkilediği de somut anlamda araştırma konusu olmuştur. Şüphesiz insanların internet kullanımı da bu araştırmalardan epey nasibini almış ve almaya devam etmektedir. İnternet çıktığı günden bugüne hiç durağan olmamış her geçen gün yeni bir alanla veya ilerlemeyle hayatımızdaki yerini almıştır. Bu da insanların internette yaptığı işlemlerin sayısını ve zamanını artırmıştır. Araştırmacılar cephesinde ise, insanların internette neler yaptığı, nasıl davrandığı, nelere önem verdiği ve nelerle motive olduğu inceleme konuları olmuştur. Bu araştırma ve incelemeler hem insanların bağımlılık düzeyine ulaşan internet kullanımının açıklanmasına yönelik bilimsel çalışmaları ciddileştirmiş hem de reklam veren veya pazarlama yapan internet takipçisi yatırımcılar tarafından kullanılmıştır.

En temel tanımı ile motivasyon, kişileri ihtiyaçları doğrultusunda harekete geçiren güç olarak tanımlanmaktadır. Motivasyonun temelinde ihtiyaç giderme ve belli güdülerini devinime geçirme dürtüsü bulunmaktadır. Bu güdüler kişiden kişiye değişse de temelinde kişisel benliklerini gerçekleştirme, eğlendirme, problemleri aşma, tatmin sağlama gibi egoya dayalı gereksinimler bulunmaktadır. Ancak günümüzde artık herkesin bir şekilde ulaşabildiği ve internetle eşgüdümlü olarak kullandığı akıllı telefonlar bu motivasyonların dışına çıkmış ve bağımlılık oluşturacak derece sınırları aşmış durumdadır. Bu konuda Şar ve Işıklar akıllı telefon kullanımının, en başta, bireylerin keyif almalarının yanında onların stresten, baskı ya da kaygıdan kurtulmasına olanak sağladığını belirtmektedir. Böyle bir pekiştirme durumunun mobil telefon için bağımlılığa kadar giden sürecin ilk başlangıç adımı olduğu düşünülmektedir (Şar & Işıklar, 2012: 264-275). Çünkü kişi, artık ihtiyaç kıskacından çıkmış onu bir motive aracı olarak kullanma evresine geçmiştir.

Özellikle internet ve internetin alt tabanında yer alan sosyal medya kanalları başta olmak üzere, teknolojinin her döneminde insanlar kitle iletişim araçlarına çeşitli ihtiyaçlar (sosyalleşme, iletişim, kabul görme, ticaret vs.) sonucu yönelme durumunda kalmıştır. Günümüzde bu alan yeni medya kanalları olarak ta adlandırdığımız Web 0.2 teknolojileridir. Web 0.2 teknolojileri olarak adlandırılan internette bireyler artık pasif izleyici değil aktif birer katılımcı ve içerik üreticidirler. O yüzden medyanın ve medya yönetenlerinin tek yönlü belirleyici olmaması durumu ortaya çıkmaktadır. İnsanlar kullanmış olduğu internet tabanlı kanallarda doyuma ulaşmak için de aktif belirleyiciliğini sürdürmektedir.

Kullanımlar ve doyumlar kuramı ilk olarak Elihu Katz tarafından ortaya atılmıştır. Yaklaşımına göre Katz; medya alanında yer alan çalışmalarda medyanın insanlara ne yaptığı hususunda değil, asıl insanların medya ile ne yaptığı sorusunun araştırılması gerektiğini savunmuştur. Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı kullanıcı odaklı bir yaklaşım olup, bireylerin medya tüketimi üzerindeki durumlarına odaklanmaktadır. Katz, kullanımlar ve doyumlar yaklaşımını beş varsayıma dayanarak formüle etmiştir. Bunlardan ilk üçü şöyledir: Birincisi; medya kullanımının doğrudan amaçlanmış davranış olduğudur. Bireyler, medya ya da medya içeriği seçiminde bulunan aktif kitle iletişim katılımcılarıdır. İkincisi; kitle iletişim araçları, bireyler tarafından gereksinimlerine yanıt vermek amacıyla kullanılır. Bireysel eğilimler, sosyal etkileşim ve çevresel faktörler, medya kullanım beklentilerini şekillendirir. Üçüncüsü; medya seçimini bireyler başlatır. Kitle iletişim araçları tarafından kullanılmak yerine, bireyler gereksinimlerini gidermek için medya ya da medya içeriklerini seçerler (Çöteli, 2016: 52).

Kullanımlar ve Doyumlar kuramı çerçevesinde yapılan araştırmaların birçoğu, bireylerin medya kullanımında, medyaya karşı etkin rol aldıkları tercihleri üzerinde yoğunlaşmaktadır. Aynı zamanda bireyin bu kanal veya platformları neden tercih ettiği de açıklanmaya değer görülmüştür. En genel anlamıyla Shao kullanımlar ve doyumlar kuramı kapsamında kullanıcılar tarafından üretilen içerikleri incelerken kişilerin bu içerikler için üç sebepten dolayı etkileşimde bulunacaklarını savunmuştur. Bunlar; Tüketim, Üretim ve katılımdır (Shao, 2008: 19). Bu üç genelleme ona kullanıcıların interneti kullanma başlıklarıdır. Tüketici olarak interneti kullanan bireyler toplumsal hayatta da olduğu gibi herhangi bir üretimde

bulunmayan, sadece izleyici, kullanıcı ve bu şekilde doyuma ulaşıcı kişilerdir. Üretici ise kullanılan bu ortamlarda gerek yorum yaparak veya direkt olarak içeriği üreten kullanımı gerçekleştiren ve aktif bir şekilde hem içeriği üreten hem de üretilenlere katkıda bulunan, değerlendiren, yargılayan konumunda doyuma ulaşmaktadır. Katılımcı ise herhangi bir üretimde bulunmayan ancak üretilen içeriklere yorum, beğeni, oylama gibi değerlendirmelerle katılımda bulunan bireydir.

Shao'nun bahsettiği bu üç grupta bulunan üyelerin tamamı günümüzde de dâhil interneti kullanıp bilinçaltında yatan doyuma ulaşmaya çalışmaktadır. Bu durum gençlerde daha çeşitli bir hal almaktadır. Öyle ki; gençler interneti birden fazla amaçta doyuma ulaşmak için kullanmaktadır. Bunların başında yine sosyal çevreleri ile iletişim kurma, sohbet etme, boş zamanlarını geçirme gibi durumlar gelmektedir. 2007 yılında üniversite öğrencileri üzerinde kullanımlar ve doyumlar araştırmaları kapsamında yapılan bir saha çalışmasında gençlerin interneti (sosyal medyayı) kullanmalarında etkili olan altı faktör saptanmıştır. Bunlar sırasıyla; sosyal kaçış, bilgilenme, boş zamanları değerlendirme, ekonomik fayda, sosyal etkileşim ve eğlence. Bireyin bu altı faktörden bir veya birkaçında doyuma ulaşmak için interneti kullanıyor olması bağımlılığın var olduğunu belirlememektedir. Bağımlılık asıl bu kullanımın ardından doyuma ulaştıktan sonra devam eden artı kullanımlar ve bunun sonu gelmeme durumunda ortaya çıkmaktadır.

İnternetin yanı sıra; radyo, televizyon, sinema hatta telefon telgraf gibi kitle iletişim araçlarının tamamı teknolojiyle birlikte icat edilip insanların kullanımına sunulmuştur. Bundan sonraki süreçte ise hepsi için birer birer ve toplu olarak (Kitle İletişim Araçları) etki araştırmaları yapılmıştır. Bu etki araştırmaları söz konusu araç veya araçların, insanların hayatında ne gibi etkiler oluşturduğunun belirlenmesine yönelik araştırmalardır. Şüphesiz her kitle iletişim aracı müstakil veya kitle halinde toplumların üzerinde olumlu veya olumsuz etkiler bırakmış, bırakmaya devam etmektedir. Ancak internet ve sosyal medya kanallarına bakıldığında, hem gelişim ve değişim sürecinin hızı kestirilemiyor hem de bireylerin hangi amaçla kullandığı net olarak belirlenemiyor. İnternet ve internet bağımlılığına odaklanan araştırmalarda onun tamamen insanlar üzerindeki etkinin insanlar tarafından değil, internet tarafından bakılması gerektiği göstermektedir. Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı açıklamaları ise; etki araştırmalarını, kitle iletişim araçları ile ilgili temel soru ve

sorunsalı ters yüz ederek aşmaya çalıştı: etki sorunsalının aksine, insanların medya ile ne yaptığı sorusunu, medyanın insanlara ne yaptığı sorusuyla yer değiştirdi. Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımının konu edindiği üç temel ana başlık şunlardır (Özçetin, 2010: 15):

- İnsanların, ihtiyaçlarını karşılamak için kitle iletişim araçlarını nasıl kullandıkları sorusuna cevap bulmak
- İnsanların kitle iletişim araçlarını kullanımlarında altta yatan güdüleri keşfetmek
- Bireysel kitle iletişim aracı kullanımının olumlu ve de olumsuz sonuçlarını belirlemek.

Geleneksel medya sosyal medyanın (yani yeni medyanın) içeriğini belirleyebilir ve sosyal medya bu süreci gerçekleştirebilir, yani sosyal medya ve geleneksel medya birbirlerini, kaynakları, yönlendiricileri ve daha fazlasını tamamlayabilir. Sosyal ağların, video ve fotoğraf paylaşım siteleri, mikrobloglar, filmler ve müzik siteleri gibi birçok kategorideki önemli ortak özellikleri aşağıdaki başlıklar altında toplanabilir:

Kişisel Profil: Sosyal web siteleri genellikle üyelerin kişisel bilgilerini içeren bir profil oluşturmalarını gerektirir ve kimin kendi üyesi olduğunu belirlemeyi amaçlar.

Çevrimiçi Bağlantı Kurma: Üye; web sitesi, aynı ortamda iletişim kurduğunuz kişi ve arkadaşlarla iletişim kurmanızı hatırlatır ve teşvik eder.

Çevrimiçi Gruplara Katılma: LinkedIn, Facebook, Instagram, My Space ve Flickr gibi siteler içinde çevrimiçi gruplar oluşturabilir, grubunuzu üye davet edebilir ve gruplara katılabilirsiniz.

Çevrimiçi Bağlantılara Başvurma: Birçok sosyal web sitesi, kullanıcılarına arkadaşlarıyla veya başkalarıyla e-posta adresleri, bırakma mesajları, genel veya özel bülten panoları gibi fırsatlar sunar. My Space ve Facebook üyelerimde telefon görüşmesi yapma ve günümüzde görüntülü görüşme seçenekleri dahi bulunmaktadır.

Kullanıcılar Tarafından Oluşturulan İçeriğin Paylaşılması: Birçok türden sosyal medya aracı, blog, mikroblog, resim, video, müzik vb. Paylaşım siteleri, kullanıcılara oluşturdukları içeriği arkadaşlarıyla veya diğer kişilerle paylaşma ve yayma fırsatı sunar.

Fikir ve Yorum: Sosyal içeriğe sahip web sitelerinin çoğu, diğer üyelerin yayınlanan bilgiler, haberler, videolar, görüntüler vb. Gibi içerik hakkında yorum yapmalarına izin verir.

Bilgi Edinme: Sosyal içeriğe sahip web siteleri genellikle çevrimiçidir, ancak sitenin tercihlerine ve özelliklerine göre çevrimiçi arama yapmadan, kişiyi, bilgiyi ve içeriği aradıktan sonra, kişi bilgi ve içeriği paylaşabilir. Örneğin, Twitter insanların çevrimiçi arama yapmasına izin verirken, LinkedIn insanları, işleri, işleri, şirketleri ve grup bilgilerini temel anahtar kelime aramalarıyla paylaşır.

Kullanıcıları Sitede Tutmak: Birçok sosyal web sitesi, kullanıcılarının sitede daha uzun süre kalmasını sağlamak ve daha kısa sürede geri dönmek için çeşitli özellikler geliştirmektedir.

Kullanımlar ve doyumlar kuramı ekseninde bakıldığında zaman geleneksel medya araçlarına göre yeni medya araçları ve özellikle internette yer alan sosyal medya platformları kişilerin sadece bir ihtiyacını gidermemektedir. Geleneksel medya da kişilerin kullanma amacı sadece haber alma, boş vaktini geçirme ve eğlence idi. Yeni medya da ise doyuma ulaşmak için bunlar yeterli gelmemektedir. Alışveriş, iletişim, sosyalleşme, var olma, çevrimiçi katılım... Ve sair. Bu kanallarda kalmayı, hatta hayatı bu kanallar yoluyla idame ettirmeyi zorunlu kılmaktadır. Artık yeni medya araçlarına en kolay ulaşım yolu olan akıllı telefonlar ve onlarında aktifleşmesi için internet paketleri gerekmektedir. Bu da insanların sürekli tetikte olması, vakti gelmeden takip etmesi zorunluluğunu doğurmaktadır. Yaklaşım 10 yıllık bir süreci ele alırsak, önceki yıllarda insanlar daha fazla konuşma ve kısa mesaj kullanım paketine ihtiyaç duyarken artık kısa mesaj ve konuşma paketinin az, internet kullanım kotasının fazla olduğu GSM paketlerine yönelmiş durumdadır. Yine bu yöneliş orta yaş grubundan ve yaşlılardan ziyade gençler tarafından kanıksanmakta ve fiiliyata dönüştürülmektedir. Gençler yeni medya kanallarına ulaşım sağlayabilmek için hep daha fazla internet kotasına ihtiyaç duymakta ve bu kota her geçen gün yine onlara vaat edilen sözde hizmetler çerçevesinde kendileri tarafından artırılmaktadır.

Birçok çalışmada, geleneksel medyaya göre yeni medya kanallarının insanların daha fazla kullanımına ve faydasına seslendiği belirtilmektedir. Çünkü geleneksel medya da gönderici taraf medya kanalları, alıcı taraf bireylerdir. Enformasyonun üretimine

ve yorumlanmasına bireyler doğrudan müdahale edemiyor ve katılamıyordu. Ancak yeni medya da bu durum tamamen tersine dönmektedir. Kişiler artık hem içerik üreticisi hem de üretilen diğer içerikleri yorumlayıcı ve değerlendircidir. Toplumsal işleyişin sosyal medya da olsa bir boyutunda resmen var olabilmek insanların elbette katılımcı tarafını beslemekte ve buna her geçen gün yeni kanallarla yeni zeminler hazırlamaktadır. Ancak geleneksel medya da her ne kadar hazır gönderilen içeriği birey her zaman alıcı konumunda beklese de Özer'in açıklamasına göre kullanımlar ve doyumlar kuramı tüketicilerin medyanın ürettiği ve ilettiği her enformasyonu doğrudan alıp kabul etmemektedir. Yine bu iletilerin kişi üzerinde bir üstünlüğü bulunmamaktadır. Sonuç olarak kullanımlar ve doyumlar kuramı alıcıları güçlü, karar verebilen, değerlendiren ve bir süzgeçten geçirdikten sonra kabul eden veya etmeyenler olarak konumlandırmaktadır (Özer, 2017: 17).

3.5. Türkiye’de İnternet Kullanım Motivasyonları

Dünyada olduğu gibi Türkiye’de de insanlar birtakım ihtiyaçları çerçevesinde interneti günlük aktif olarak kullanmaktadır. Bu kullanımlar kişiden kişiye değişmektedir. Bu kullanımlar arasında; iletişim/sohbet, alışveriş, mobil uygulama kullanımları, eğlence (video izleme, müzik dinleme, oyun oynama vb.), finans ve gündem takibi gibi konular önde gelmektedir. Bu tür araştırma ve incelemeler artık akademik camia tarafından da yapıp takip edilse de bazı firmalar, reklam verenler, hükümetler veya diğer birtakım kuruluşlar, insanların internette neler yaptığını ve alışkanlıklarını takip ederek rapor haline getirmektedir. Bu raporlar yıllık bazda veya belli dönemlerde yayınlanarak insanların kullanımına sunulmaktadır. Dünya’da 230’dan fazla ülkede çeşitli verilerin toplanması ve yayınlanmasına öncülük eden günümüz önde gelen şirketlerinden birisi olan “DataReportal” isimli şirketin dünya geneli ve ülke özelinde “We Are Social” raporları araştırmamızın bu bölümünde veriler ışığında vatandaşlarımızın internet kullanım motivasyonlarının ve alışkanlıklarının anlaşılmasında kullanılmıştır.

We Are Social 2021 Türkiye internet kullanım oranlarına baktığımızda; Türkiye’de 2020 yılına göre internet kullanıcı sayısının 3,7 milyon, yüzde olarak yüzde 6 arttığını görüyoruz. Sosyal medya kullanıcı sayısının ise 6 milyon ile yüzde 11 artış gösterdiğini görülüyor. Bu veri ile birlikte Türkiye’deki sosyal medya kullanıcı

sayımız Ocak 2021'de toplam nüfusumuzun yüzde 70,8'ine eşit olduğu görülmektedir. Özellikle Covid-19 pandemisi ile birlikte de artan internet kullanımının rakamlara yansıdığı da açık bir şekilde görülmektedir. Burada insanların önceki kullanım alışkanlıklarına; nazaran daha aktif, daha bütünleşik ve daha detaylı internet tabanlı uygulamaları kullandıkları dikkat çekmektedir.

İnternetin ilk çıktığı günden bugüne onu bir iletişim ve bilgi aracı olarak kullanan Türk internet kullanıcısının, internet kullanma konusundaki deneyimleri ve bilinci de gittikçe gelişmektedir. Özellikle sosyal medya ve akıllı telefon uygulamalarının hızlı erişim imkânları ve kolay kullanım özellikleri insanların günlük birçok işini internette yapmasına olanak sağlamaktadır. Özellikle akıllı telefonlara kurulabilen ve anlık kullanıma izin veren mobil uygulamaları bunlara örnek olarak gösterilebilir. Bunlar arasında; bilet alma, fatura ödeme, görüntülü ve sesli sohbet seçenekleri, hızlı alışveriş imkânları (kayıtlı adres ve kredi kartı seçenekleri, konum belirtebilme özellikleri vs.), sosyal medya kanalları, adres erişimi, yakındaki ortak amaçlı kişilerle eşleşebilme gibi birçok özellik bulunmaktadır. Her geçen gün çeşitlenen ve geliştirilen bu uygulamalar insanların yerinden kalkmadan birçok işlerini yerine getirmelerine zemin hazırlamaktadır. Özel işlerden ziyade kamu işlemlerinin birçoğu da bu uygulamalar üzerinden gerçekleştirilebilmektedir. Aşağıda bu kullanımlarla alakalı 2021 yılı internet, mobil uygulama ve web siteleri kullanım yüzdeleri bulunmaktadır.



Resim 3.1. Türkiye’de internet kullanıcılarının nüfusa göre oranları

Kaynak: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>

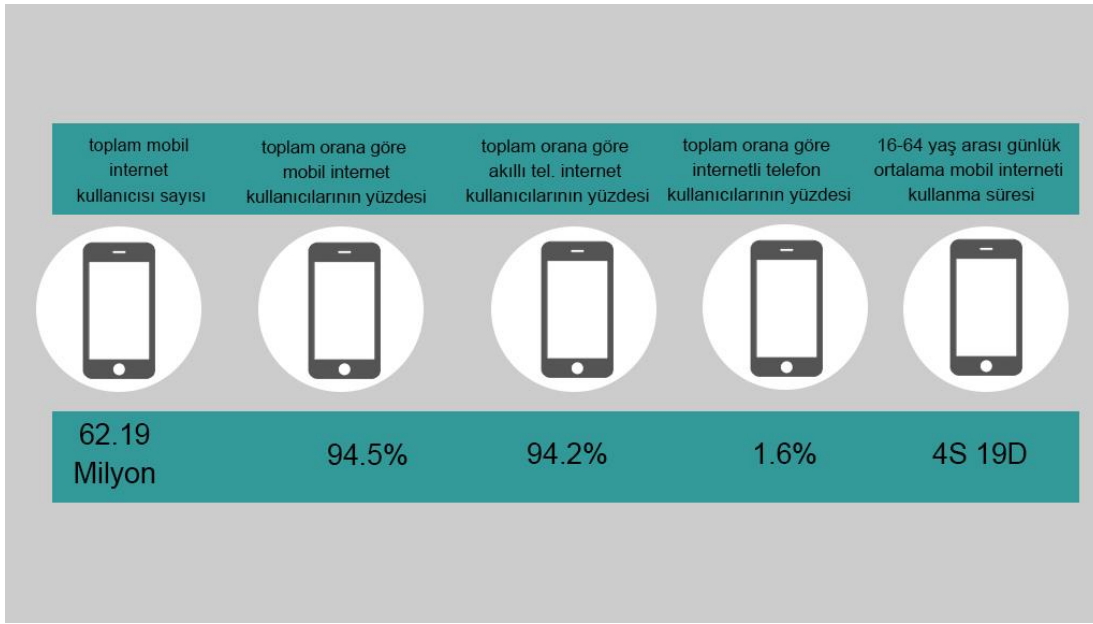
Resim 3.1.'de yer alan We Are Social'ın 2021 yılı ocak ayı raporuna göre ülkemizde 84.69 milyon insan yaşamaktadır. Nüfusun yüzde 79,4'üne tekabül eden 67,3 milyonluk 13 yaş ve üzeri internet kullanıcısı bulunmaktadır. Bunların 18 yaş ve üzeri oranı yüzde 71,4'lük bir oranla 60,5 milyondur. Son yıllarda dünya sağlık örgütünün de belirlediği genç yaş aralığı olan 16-64 yaş arası kişilerin internet kullanım oranları ise yüzde 65,5 ile 55,5 milyondur. Bu oranlar bizlere, interneti en çok 13 ve 18 yaş üzeri 64 yaş altı kişilerin kullandığını göstermektedir. Aşağıdaki tabloda ise ülkemizin günlük internette ve diğer medya araçlarında geçirdikleri saat ve dakika durumları yer almaktadır.

Kategori İsmi	Günlük Geçirilen Saat ve Dakika
İnternette harcanan zaman	7 saat 57 dakika
Televizyonda harcanan zaman	3 saat 13 dakika
Sosyal medyada harcanan zaman	2 saat 57 dakika
Basılı medyada harcanan zaman	1 saat 33 dakika
Müzik servislerinde harcanan zaman	1 saat 35 dakika
Radyoda harcanan zaman	0 saat 39 dakika
Podcast yayınına harcanan zaman	0 saat 36 dakika
Oyun konsolunda harcanan zaman	0 saat 58 dakika

Tablo 3.1. Türkiye’de 16-64 yaş arası kişilerin medyada harcanan günlük zamanı
Kaynak: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>

Tablo 3.1.'de yer alan We Are Social'ın 2021 yılı ocak ayı raporuna göre ülkemizde, internete harcanan zaman günlük ortalama 8 saattir. Aynı raporda televizyona 3 saat 13 dakika, sosyal medyaya yaklaşık 3 saat harcandığı görülmektedir. Bu oranlar arasında en dikkat çeken kısım basılı medyaya harcanan zamanın toplam 1 saat 33 dakika olmasıdır. Buna göre internet ve sosyal medyaya oranla; kitap, dergi, gazete gibi basılı yayınların artık daha az tercih ve takip edildiği göze çarpmaktadır. Burada kullanıcıların artık giderek internette ve sosyal medyada daha fazla zaman harcadığı, basılı yayınları takipte gerilediğini söyleyebilmekteyiz. Resim 1’de yer alan genç yaş grubunda internet kullanım oranının artmasıyla tablo 3.2’de internete harcanan zamanın artması arasındaki paralellik de dikkat çekmektedir. Buradan hareketle, artık yeni neslin ve özellikle Z kuşağı dediğimiz gençlerin daha az kitap gazete ve dergi okuduğunu, daha fazla internette zaman harcadığını göstermektedir.

Burada artık özellikle akıllı telefonların yayılması ve akıllı telefon ile internetin entegrasyonu ile çalışan mobil uygulamaların artmasının da payı bulunmaktadır. Akıllı cep telefonuna direk indirilebilen ve internetin açık olması ile sürekli kullanılan bu uygulamalar internet kullanımının artmasına da neden olmaktadır. Son yıllarda tüm dünyada olduğu gibi Türkiye’de de mobil cihaz ve mobil uygulama kullanımı artış göstermektedir. Resim 3.2’de ve Tablo 3.1’de bu durumu açıklayan oranlar ve tablolar yer almaktadır.



Resim 3.2. Türkiye’de mobil cihaz ve mobil internet kullanıcı oranları

Kaynak: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>

Resim 3.2’de yer alan We Are Social’ın 2021 yılı Ocak ayı raporuna göre ülkemizde 62.19 milyon mobil internet kullanıcıları bulunmaktadır. Rapora göre, toplam internet kullanım oranına göre mobil internet kullanıcılarının oranı yüzde 94,5’tir. bu orana benzer bir oran da akıllı telefonlarından internet kullanan kişi sayısıdır. Rapora göre bu oran yüzde 94,2’dir. Rapora göre 16-64 yaş arası günlük ortalama mobil internet kullanım süresi ise 4 saat 19 dakikadır. Bu oran yukarıda yer alan rapora göre günlük toplam 8 saat olan internet kullanımının neredeyse yarısına denk gelmektedir.

Mobil Uygulama	2021 Kullanım Oranı	2020 kullanım Oranı	Fark
Sosyal Ağ Uygulamaları	%96.3	%92	%4,3
Anlık Mesajlaşma (Chat) Uygulamaları	%96.1	%92	%4,1
Eğlence ve Video Uygulamaları	%87.1	%83	%4,1
Müzik Uygulamaları	%68.6	%64	%4,4
Alışveriş Uygulamaları	%68.5	%61	%7,5
Harita Uygulamaları	%68.4	%64	%4,4
Oyun Uygulamaları	%61.1	%60	%1,1
Bankacılık ve Finans Uygulamaları	%48.2	%44	%4,2
Sağlık Uygulamaları	%35.3	%28	7,3
Buluşma ve Arkadaşlık Uygulamaları	%11.1	%12	%1,1

Tablo 3.2. Türkiye’de 2020-2021 yıllarında kategorilerine göre mobil uygulama kullanımı

Kaynak: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>

Türkiye’de mobil uygulama kullanıcılarının neredeyse tamamına yakını sosyal medya ve iletişim odaklı sohbet uygulamalarını tercih etmektedir. 2020 yılına göre kıyas yapıldığında 2021 yılında bu uygulamaların kullanımı artmıştır. 2020 yılında yüzde 92 olan sosyal medya uygulamaları kullanıcı oranı 2021 yılında yüzde 4,3’lük bir farkla yüzde 96,3’e yükselmiştir. Bugün ülke nüfusumuzun yüzde 96,3’ü aktif olarak sosyal medya kullanmaktadır. Aynı raporun 2. Sırasında Whatsapp gibi anlık mesajlaşma (Chat) uygulamaları gelmektedir. 2021 yılına göre mobil internet tabanlı mesajlaşma uygulamaları kullanan kişi sayısının oranı yüzde 96,1’dir. Bu oranın 2020 yılında yüzde 92 olduğu bilinmektedir. Tablo 3.2’ye bakıldığında Türkiye’de mobil internet kullanıcılarının yukarıdan aşağıya doğru sıralanması şu şekildedir; sosyal ağ uygulamaları, anlık mesajlaşma (Chat) uygulamaları, eğlence ve video uygulamaları müzik uygulamaları, alışveriş uygulamaları, harita uygulamaları, oyun uygulamaları, bankacılık ve finans uygulamaları, sağlık uygulamaları, buluşma ve arkadaşlık uygulamaları. Tabloya bakıldığında 2021 yılında en az artışa muhatap kalan uygulamaların yüzde 1,1’lik büyüme ile “Buluşma ve Arkadaşlık Uygulamaları” ve “Oyun Uygulamaları” olduğu görülmektedir.

Uygulama İsmi	Ana Şirket
Tıktok	Bytedance
Whatsapp	Facebook
Hes (Hayat Eve Sığar)	Türkiye Sağlık Bakanlığı
Trendyol	Trendyol
Instagram	Facebook
Zoom	Zoom Video Communications
E-Devlet	Türkiye Cumhuriyeti
Eba	Eba
Facebook	Fecabook
Hepsiburada	Hepsiburada.Com

Tablo 3.3. Haziran ayı toplam indirme oranlarına göre indirilen mobil uygulama sıralaması

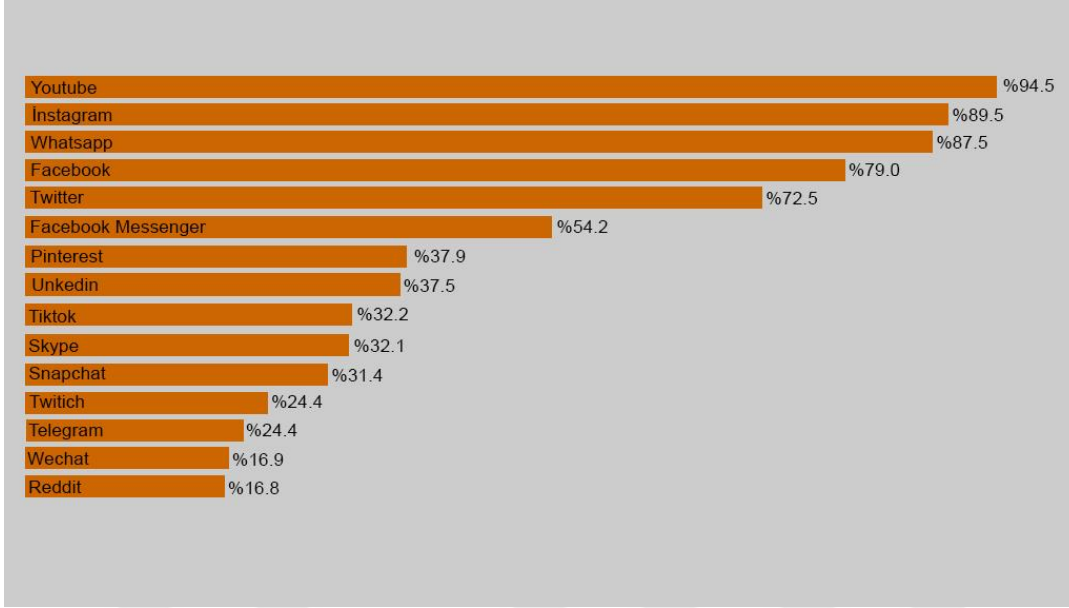
Kaynak: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>

Türkiye’de internet kullanıcılarının neredeyse tamamına yakınının tablo 3.2.’de sosyal medya uygulamaları kullandıkları yukarıda detaylı bir şekilde açıklanmıştır. Tablo 3.3.’de ise bu sonuçları doğrulamaktadır. Şöyle ki, son zamanların en çok kullanılan ve diğer sosyal medya uygulamaları ile entegre olabilen “TikTok” isimli uygulamadır. TikTok veya Çin’de bilinen adıyla Douyin, Musical.ly bazında yaratılan, video oluşturma ve paylaşmanın yanı sıra canlı yayın imkânı sağlayan bir sosyal medya uygulamasıdır (<https://tr.wikipedia.org/wiki/TikTok>). Türkiye’de 2020 yılında RTÜK Başkan Yardımcısı İbrahim Uslu, çocukların sosyal medya bağımlılığının arttığını belirterek "Araştırmaya konu olan örneklemden TikTok kullanmayanların oranı sadece yüzde 7. Uygulamayı kullananlardan kendi videolarını yapıp paylaşanların oranı ise yüzde 66” olarak açıklamıştı (<https://shortest.link/HLF>). Yetkiner ve Öztürk’ün (2020; 232) üniversite öğrencilerine yönelik, TikTok kullanıcılarının motivasyonlarını ölçen araştırmalarında konuyla ilgili dikkat çekici sonuçlara ulaşmışlardır. Çalışmaya göre öğrenciler TikTok uygulamasını kullanım motivasyonları şunlardır: eğlence, bilgi edinme, boş zamanları değerlendirme, rahatlama ve stresten uzaklaşma, sosyalleşme, iletişim ve kaçış. Bunların yanında TikTok uygulamasında yer alan ilginç videoların çekimleri de gençlerin olumsuz sonuçlarla ve hatta ölümlerle karşılaşmalarına neden olmaktadır. Bunlardan bir tanesi 20.08.2021 tarihinde İstanbul Esenyurt ilçesinde

yaşanmıştır. Bulundukları binanın çatısına video çekmek için çıkan 2 genç kızdan birisi çatıdan düşerek hayatını kaybetmiştir (<https://shortest.link/HM7>). Ayrıca yine TikTok videolarının zaman zaman tehlikeli challenge'larla popüler olması, kullanıcıların fiziksel yaralanmalara maruz kalmalarına da neden olmaktadır. The Guardian tarafından yayınlanan habere göre, #MilkCrateChallenge akımında süt sandıklarından oluşan piramit şeklinde tehlikeli bir parkurda Tiktok kullanıcıları, merdivenlerden çıkar gibi piramidin tepesine tırmanıp, piramidi devirmeden aşağı inmeye çalışıyor (<https://shortest.link/JbN>). Birçok doktor ise kullanıcıları bu durumlarda oluşan yaralanmalara karşı uyarmaktadır.

Tablo 3.3.'te 2. Sırada Whatsapp uygulaması bulunmaktadır. Whatsapp günümüzde en çok kullanılan anlık mesajlaşma ve iletişim uygulamasıdır. İnternet bağlantısı ile çalışan bu uygulama günümüzde akıllı telefonu olan hemen hemen herkesin kullanımında olan bir uygulamadır. Whatsapp, anlık mesajlaşmanın yanı sıra; ses kaydı, mp3, fotoğraf ve video gibi multimedya paylaşımı, görüntülü ve sesli arama yapabilme, konum, belge ve diğer bilgilerin paylaşılabilmesi gibi imkânlar sunmaktadır. Bu da kullanıcıların çok yönlü iletişim motivasyonlarının sağlanmasına zemin hazırlamaktadır.

We are social 2021 Ocak ayı raporuna göre Türkiye'de insanların interneti ne için kullandıkları, orada neler yaptıkları ve hangi akıllı telefon uygulamalarını ne oranda kullandıkları yukarıdaki tablolarda detaylı bir şekilde incelenmiştir. Özetle, kullanımlar ve doyumlar kuramının da yaklaşım prensiplerinde yer alan “insanlar medya ile ne yapıyor” sorusunun cevabı ve karşılığı belirlenmiştir. Rapora ve yapılan tablolara göre insanlar hem interneti hem de internet tabanlı uygulamaları şu başlıklar çerçevesinde ve sıralamasında kullanmaktadır; çevrim için sosyalleşme (sosyal medya), iletişim kurma (mesajlaşma ve Chat), müzik dinleme, video izleme, alışveriş yapma ve oyun oynama gibi eğlenme amaçlı ve sağlık takibi, harita, bankacılık işlemleri gibi günlük rutin işlerini halletme motivasyonları için kullanılmaktadırlar. Bunların yanında doğrudan arkadaş edinme, bulunduğu yeri tanıma gibi çeşitli uygulamaların da kullanımı dikkat çekmektedir. Bunlar uygulama bazında insanların kullandığı internet verileridir. Bu noktada en çok kişilerin sosyal medya uygulamalarını kullandığı bilinmektedir. Aşağıdaki tabloda ise, bu sosyal medya kanallarından en çok hangilerini kullandıkları görülmektedir.



Grafik 3.1. Türkiye’de internet kullanıcılarının en çok tercih ettiği sosyal medya uygulamaları

Kaynak: <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>

Uygulama bazında bakıldığında en çok indirilen sosyal medya uygulaması yukarıda TikTok olarak karşımıza çıkmıştı. Genel verilere baktığımız zaman ise tablo 9’da, en çok kullanılan sosyal medya platformunun yüzde 94,5’lik bir oranla You Tube olduğu dikkat çekmektedir. Hemen arkasından yüzde 89,5 ile Instagram gelmektedir. Instagram özellikle fotoğraf ve video paylaşımına izin veren bir uygulamadır. Burada insanlar özel efekt ismi verilen güzelleştirme veya değiştirmeler kullanarak fotoğraflarını veya resimlerini daha dikkat çekici, daha hoş ve kusursuza yakın hale getirebilmektedir. Bu da paylaşımı ve takibi artıran, kişisel beğeni sağlayan motivasyonların öne çıkmasına imkân sağlamaktadır. Burada insanlar, beğeni sayısı arttıkça daha fazla paylaşımda bulunarak bu sayıyı katlamaya çalışmaktadır. Ayrıca Instagram artık ürün satışı yapanlar için mağaza özelliği ve ürün etiketleme kolaylıklarını da kullanıcıların hizmetine sunmaktadır. Bu da platformun hem eğlence sosyalleşme amaçlı hem de ticari ve reklam amaçlı kullanımını doğrulamaktadır. Grafik 3.1’de yer alan verilere göre en çok kullanılan sosyal medya kanalları 2021 yılında şu şekilde sıralanmaktadır; You Tube, Instagram, Whatsapp, Facebook, Twitter, Facebook Messenger, Pinterest, Unkedin, Tiktok, Skype, Snapchat, Twitich, Telegram, Wechat, Reddir.

Görünen o ki, insanlar gün geçtikçe yaşamsal birçok motivasyonu internette bulmaya çalışıyor. İnternette bulduğu veya bulduğunu sandığı bu motivasyonu her seferinde

daha fazla kullanmaya ihtiyaç duyuyor. Bu ihtiyaçlar zamanla zorunluluktan çıkıp sorunlu internet kullanımına veya fazla zaman harcadığı için diğer işleri ihmal etmeye neden oluyor. Bu motivasyonlar, bağımlılık çalışan çoğu uzmana göre ele alınması gereken ciddi bir problemdir. Bu motivasyonlar kişilerin aslında eğlenceden sosyalliğe, iletişimden birçok ihtiyacını karşılıyor ancak gerçek yaşama gelindiğinde bunların çakıştığı dikkat çekmektedir. Yüz yüze iletişimden uzak kalan kişiler, sosyal medyada ve sanal iletişimde jest mimikler ve duygular olmadan iletişim kurdukları için, yüz yüze iletişime geçişte afallayabilmekte ve iletişim kazaları yaşanmaktadır. Bu aslında bireylerin birbirlerine olan tahammül sınırını da azaltmaktadır. Bu da kavgaların, kızgınlıkların ve ayrışmaların önünü açmaktadır.

İnternet kullanımında öne çıkan bir diğer konu da kullanıcıların web sitelerinde yaptıkları gezinme ve arayıştır. Web siteleri yukarıda detaylı bir şekilde açıklanmıştır. Çeşitli bilgi ve kaynakların yer aldığı web siteleri, günümüzde kişisel bloglarla da oldukça önem kazanmış ve sık kullanım kategorilerinde yerini almış durumdadır. We are social 2021 Ocak ayı raporuna göre Türkiye’de insanların en çok kullandığı arama motoru www.google.com’dur. Bunun akabinde kullanılan diğer web siteleri sosyal medya ve haber siteleridir. Bu haber siteleri ise sırasıyla; Hürriyet, Sabah ve Sözcü gazetelerine ait olan web siteleridir. Bu durum bizlere, insanların Türkiye’de haber okuma işlevini basılı mecradan değil web siteleri üzerinden gerçekleştirdiği sonucunu vermektedir.



4. NİTEL BİR ARAŞTIRMA; GENÇLER VE BAĞIMLILIK KONUSUNDA YAPILAN ARAŞTIRMALAR VE UZMAN GÖRÜŞLERİ

İnternet bağımlılığının dünyada olduğu gibi ülkemizde de ilk zamanlardan beri birtakım çalışmalar yapılmış ve yapılmaya devam etmektedir. 1990'lı yılların sonuna doğru kullanımı yaygınlaşan internet, ülkemizde 2000'li yıllarda bağımlılık çalışmalarını beraberinde getirmiştir. İlk çalışma 2001 yılında Bayraktar (2001) tarafından yapılmıştır. Bu çalışma Kuzey Kıbrıs'ta yaşayan 12-17 yaş arası okula devam eden 686 ergeni kapsamaktadır. Araştırma daha çok interneti hangi grupların ve cinsiyetin kullandığına yönelik sonuçlar üzerinde yoğunlaşmıştır. Bu çalışmayı takip eden senelerde artık internet bağımlılığının hem kullanıcıları etkilemesi üzerinden hem de aşırı kullanımına yönelik çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Özellikle son 5-10 yıl içerisinde internet bağımlılığı ülkemiz akademik alan yazında sıkça araştırma konusu olarak tercih edilmektedir. Sadece internet bağımlılığı ile kalmayıp, sosyal medya bağımlılığı, Facebook bağımlılığı gibi daha özel konularda ve geniş boyutlarda çalışmalar yürütülmektedir. İnternet bağımlılığı bunların yanında artık tek bir bilimsel çevre veya disiplin tarafından değil farklı disiplinler tarafından da irdelenmeye başlanmış durumdadır.

Bu bölümde çalışmamızın amacı, önemi ve yöntemi aktarıldıktan sonra verilerin değerlendirilmesi ve sonuçlar yer almaktadır. Sonuçlar kısmında ilk olarak internet bağımlılığı konusunda yapılan araştırmaların tabloları ve açıklamaları bulunmaktadır. Akabinde ise internet bağımlılığı konusunda uzmanlarla yapılan görüşme sonuçları aktarılmaktadır.

4.1. Araştırmanın Amacı

İnternetin kullanım amacına bakıldığında zaman çevrimiçi bilgi aktarımı ve iletişim için insanların birbirine bağlandığı bir ağ olduğunu söylemek mümkündür. Bunun yanında beraberinde birçok yeniliği ve olanağı da getirdiği saklanamaz bir gerçektir. Bunlar yukarıda detaylı bir şekilde anlatılmaktadır. Ancak bunun yanında internetin bilinçsiz ve aşırı kullanımından kaynaklanan problemler de bulunmaktadır. Bu problemler internetin bağımlılık düzeyinde kullanımı sonucu meydana gelmektedir.

Bunlar bireylerin kişisel yaşamlarına olduğu gibi sosyal çevreleri ile olan ilişkilerine de oldukça büyük zararlar vermektedir.

Bu kapsamda, internetin büyük ölçüde zarar verdiği tespit edilen ergenler ve gençlerin problemleri internet kullanım durumları özellikle son dönemlerde sıkça araştırılmaktadır. Bu araştırmaların sonuçlarına bakıldığında zaman, internetin zararlı kullanımının önlenmesinde alınacak önlemlerin altını çizmektedir. Bu da öncelikle bu konuda akademik çalışmaların artırılması ve tatbik edilmesi ile mümkün görülmektedir. Çalışmamızda, internet bağımlılığının koruyucu ve önleyici etkenlerinin neler olduğunu konunun uzmanları perspektifinden ele alınması amaçlanmaktadır. Böylece, internet bağımlılığı konusu mevcut literatür, yazılmış tezler, makaleler ve uzman görüşleri bağlamında resmetmeye çalışılmaktadır. Bu amaç doğrultusunda akademik bir çalışma olan bu araştırmamızın yapılandırılmış görüşme tekniği ile uzmanlarla görüşmeler gerçekleştirerek aktarılması amaçlanmaktadır. Böylelikle, internet bağımlılığı konusunda hem önlenmesine yönelik hem de tedavisine yönelik uzman görüşleri ve tecrübeleri literatüre kazandırılmış olacaktır.

4.2. Araştırmanın Önemi

Bağımlılık hangi türde olursa olsun bütün toplumların dikkatle üzerinde durduğu toplumsal problemler arasında yer almaktadır. Herhangi bir maddeye veya alışkanlığa karşı oluşan bu bağımlılık türlerine her geçen gün bir yenisi eklenmektedir. İnternet bağımlılığı da son yıllarda en çok konuşulan bağımlılık türleri arasında yerini almaktadır. İnternet bağımlılığı yapılan araştırmalarda en çok ergenleri ve gençleri tehdit ettiği vurgulanmaktadır. Özellikle Y ve Z kuşakları internetle daha çok alakadar olmaları bu durumu açıklamaktadır. Literatürde internet bağımlılığı ve bu yaş grubu bireylerin arasındaki ilişkiler çokça araştırılmaktadır. Ancak internet bağımlılığının uzmanlar cephesinden açıklanmasına yönelik çalışmaların yetersiz olduğu görülmektedir. Çalışmamızın önemini bu nokta oluşturmaktadır. Bu çalışma; problemleri internet kullanımının, tedavisinde ve önlenmesinde hem akademik hem de klinik alanda uzman olan kişilerin görüşlerine yer vermektedir. Bunun yanında son yıllarda yapılmış belli tez ve makalelerin de

içerik analizleri yapılarak bu konuda en çok hangi alanda ve hangi konularla tezlerin yapıldığını nicel veriler eşliğinde aktarmaktadır.

İnternet çağımızın en büyük teknolojik gelişmesi olarak bilinmektedir. Şüphesiz beraberinde birçok imkânı da getirmektedir. Ancak onun özellikle eğitim ve yetişme çağında olan bireyler tarafından verimli kullanılması oldukça önemlidir. Bu da ancak eğitimle ve iş birliği ile mümkündür. Özellikle ailelerin bu konuda bilinçlenmesi ve eğitilmesi gerekmektedir. Eğitim tarafında da bu konuda verilen derslerin artırılması, uygulanması gerekmektedir. Çalışmamız bu noktalarda uzman görüşlerine yer vererek her yönü ile internet bağımlılığının bilinmesine katkı sağlamaktadır.

4.3. Araştırmanın Yöntemi

Çalışmamız iki temel yöntem üzerinde gerçekleşmektedir. Bunlardan ilki yarı yapılandırılmış görüşme tekniği diğeri ise içerik analizi yöntemidir. İçerik analizi ile ülkemizde internet bağımlılığı konusunda hazırlanmış 30 tez ve 30 makale incelenmiştir. Araştırmaya konu olan tez ve makaleler 2016-2022 yılları arasında hazırlanmış internet bağımlılığı konulu tezleri kapsamaktadır. Tezler, bağımlılık anahtar kavramı kullanılarak 2016-2022 yılları arasında rastgele tesadüfi örneklem yöntemine göre seçilmiştir. Zira “Bağımlılık” anahtar kavramı altında YÖK tez taramasında 433 adet tez bulunmaktadır. “Addiction” kavramı ile ilgili 1133 tez yazıldığı görülmüştür. Tüm bu tezler arasından bağımlılığın ergenler, gençler ve onların sosyal hayatına etkilerinin araştırıldığı başlıklar dikkate alınmıştır. Bunların sonuçları tablolar ile aktararak internet bağımlılığı konusunda son durum analiz edilmiştir. Tablolar hazırlanırken araştırma bulguları kategorileştirilmiştir. İçerik analizi yönteminde her araştırmaya uygun geliştirilmiş ve standartlaştırılmış bir kategori sistemi bulunmadığı için çalışmanın ruhuna uygun bir şekilde kategoriler hazırlanmıştır (Gökçe, 2006: 58-59). Burada; çalışmanın sonucunu aydınlatacak kategoriler tercih edilmiştir. Anlam bazında üzerinde anlaşılan bulgular kategorilere dâhil edilmiştir. Diğer sonuçlar dâhil edilmemiştir. Bu yöntem ile Türkiye’de internet bağımlılığı konusunda en çok hangi Anabilim dallarında, hangi yöntemler kullanılarak ve en çok kimler üzerinde çalışmaların yapıldığının bilinmesi amaçlanmıştır.

Yarı yapılandırılmış görüşme yöntemi ile de internet bağımlılığı konusunda uzman kişilerle görüşülerek internet bağımlılığı konusunun uzmanların perspektifinden anlamlandırılması amaçlanmıştır. Çalışmada 15 uzman ile görüşme talebi, pandemi döneminin etkileri ile ancak 5 uzman tarafından kabul edilmiştir. Yapılan görüşme sonuçları çalışmaya dâhil edilmiştir.

İçerik analizi başta sosyal bilimler olmak üzere birçok alanda uzun yıllardır kullanılmaktadır. İçerik analizi en basit deyişle, toplanan verilerden çeşitli çıkarımlarda bulunmak ve onları tasnif ederek bilimsel çalışmalarda kullanmaktır. İçerik analizine yönelik yapılmış birçok tanım bulunmaktadır. Bunlardan birisi de Berelson tarafından yapılmıştır. Berelson içerik analizi yöntemini şu şekilde açıklamaktadır: “İletişimin yazılı/açık içeriğinin nesnel, sistematik ve nicel tanımlarını yapan bir araştırma tekniğidir.” (Arslan – Tavşancıl, 2001: 17).

İçerik analizinde sınıflandırmak ve kavramları yerli yerinde kullanmak oldukça önemlidir. Böylelikle verilerin yapılan araştırmaya uygun açıklanabilmesi sağlanmaktadır. Son aşama ise bir araya getirilen verilerin araştırmanın amacına uygun olarak yorumlanması ve çıkarımların gerçekleştirilmesidir. İçerik analizinde verilerin değerlendirilmesi kısmının anlaşılabilir olması araştırmanın dayandığı sonucun sağlığı açısından da oldukça önemlidir. Olgun, içerik analizini biçimci bir araştırma tekniği olarak nitelendirmektedir (Olgun, 2008: 66). Ona göre, içerik analizi sosyal bilimlerde görsel veya yazılı medya mesajlarından çıkarım yapılmasıyla kullanılmaktadır.

İçerik analizi sosyal bilimlerde kullanılan en sık araştırma yöntemlerinden birisidir. Ancak nitel veya nicel bir araştırma yöntemi olur olmadığı konusunda çeşitli görüşler bulunmaktadır. Ancak sonuç olarak aynı görüşte birleşilmektedir. Yani, içerik analizinin sonucunda veri toplanması ve bu verilerin analiz edilmesi olarak tanımlandığı görülmektedir. Dinçer, basamakların incelendiğinde hemen hemen hepsinin aynı olduğunu vurgulamaktadır (Dinçer, 2018: 184).

Yapılandırılmış görüşme tekniğinde araştırmacının soruları önceden hazırlaması ve katılımcılara aktarması sağlanır. Yapılandırılmış görüşme hem soruların önceden hazırlanması ile standart bir araştırma imkânı sunmakta hem de taşıdığı esneklik sayesinde araştırmaya çeşitli düzeylerde anlam katabilmektedir. Yapılandırılmış görüşme tekniği yapı olarak kişinin kendine ait bilgiyi belirli kategorilere göre

yanıtladığı anket çalışmalarına ya da tutum ölçeklerine benzemektedir” (Türnüklü, 2000).

Görüşme tekniklerinde örneklem seçiminde örneklem sayısının tüm evrene genellemesi beklenmemektedir. Görüşme tekniğinin kullanıldığı çalışmalarda temel amaç çalışılan örneklemde elde edilen bilginin örneklem temsiliyeti evrene genellemesi değil, tersine çalışılan kişilere benzer ya da aynı özellik gösteren kişilere genellemesidir (Schofield, 1990). Bu konuda literatürde görüşme teknikleri ile ilgili yapılan açıklamalarda, çalışılan kişilerden alınan sonuçların tüm evrene genellemesi değil, benzer kişileri anlamak ve açıklayabilmek için kullanılabileceği savunulmaktadır.

4.4. Araştırma Evreni

Araştırma evreni araştırmanın yapılacağı birimler, belli bir grup veya sınıfa dâhil olan kişiler olarak tanımlanabilmektedir. Bu şekilde seçilen bir araştırma evreninden örneklem alınarak veriler toplanır ve araştırmaya dâhil edilerek çalışma yürütülmektedir. Buradan hareketle araştırmamızın yarı yapılandırılmış görüşme tekniği için seçilen evreni İstanbul ilinde bulunan 5 eğitim kurumudur. Bu kurumlar; Marmara Üniversitesi, Üsküdar Üniversitesi, Tüm Üstün Zekâlılar Derneği, Lale Bahçesi Eğitim Kurumları. Araştırmamıza katılan bir uzman bulunduğu kurumun ismi kendi isteği üzerine gizli tutulmuştur. Çalışmaya bu kurumda görev yapan; 1 Psikolog, 1 PDR Uzmanı, 1 Psikolojik Danışman ve 2 akademisyen dâhil edilmiştir. Görüşme yapılan uzmanlar sırasıyla şu şekildedir: Murat Çakar Marmara Üniversitesi, Aylin Tutgun Ünal Üsküdar Üniversitesi, Abdülkadir Demir Tüm Üstün Zekâlılar Derneği (TÜZDER), Nuran Ferhan Can Lale Bahçesi Eğitim Kurumları, Neslihan Özdemir olmak üzere beş alanında uzman ile sınırlandırılmıştır. Çalışma kapsamında uzmanlar ile 1-30 Ağustos 2021 tarihleri arasında görüşmeler gerçekleştirilmiştir.

4.5. Veri Toplama Aracı

Araştırmada, veri toplama aracı olarak, internet bağımlılığını tanımlayan, nedenlerini ve tedavi yöntemlerini sorgulayan, ailelerin ve toplumun bu konuda yapması

gerekenler ve ilerde internet bağımlılığının getireceği diğer problemler ve önleyici faaliyetlerin neler olabileceği konusunda toplumsal ve bireysel medya bağımlılığı ifadelerini kapsayan bir soru formu geliştirilmiştir. Soru formunda 11 asıl 1 ek olmak üzere toplam 12 soru bulunmaktadır.

Form toplam 6 bölüm ve 12 sorudan meydana gelmektedir. Bu sorular aşağıda uzmanlara yöneltildiği şekilde eklenmiştir. Sorular cevaplama istenen uzmanlara e-mail aracılığı ile gönderilmiş ve cevapları yazılan formun tekrar gönderilmesi talep edilmiştir. Sorular cevaplandırılmadan önce uzmanlarla birebir görüşme sağlanmış ve çalışmanın amacı detaylı bir şekilde aktarılmıştır. Sorular bu şekilde toplam 10 uzmana gönderilmiş ancak çalışmanın amacına ve yöntemine uygun olarak gelen 5 uzmanın yanıtı değerlendirilmeye alınmıştır. Uzmanlar tarafından cevaplanıp gönderilen formlar isimleri ve mesleki unvanları ile birlikte kayıt altına alınmıştır. İnternet bağımlılığına yönelik yapılan çalışmada uzmanlara gönderilen sorular şunlardır:

Soru 1: İnternet bağımlılığını nasıl tanımlıyorsunuz ve bireylerin internet bağımlısı olup olmadığına hangi kriterler doğrultusunda karar veriyorsunuz? Bu konuda ne gibi ölçekler kullanıyorsunuz?

Soru 2: İnternet bağımlılığının artması sonucu bireylerin sosyal hayatlarına ne tür olumsuzlar yansıyor? Özellikle genç nüfus anlamında ortaya çıkan temel problemler nelerdir?

Soru 3: “İnternet bağımlısı” tanısı koyduğunuz kişilerde en çok gördüğünüz rahatsızlıklar neler? Fiziksel ya da nörolojik rahatsızlıklar konusunda uyguladığınız/uygulanan klinik tedavi yöntemleri konusunda bilgi verir misiniz?

Soru 4: Sanal ortamda yer alan çok sayıda bağımlılık nesnesi var ve her geçen gün bir yenisi ile karşılaşılıyor (sohbet, oyun, sosyal medya, alışveriş ve sair). Sizce bunun için ulusal ya da uluslararası düzeyde bir düzenleme/sınırlama getirilmeli mi? Bu süreci nasıl kontrol edeceğiz?

4. soruya ek olarak: Bu soruya ek olarak (bilgileriniz dâhilinde ise); “uluslararası düzeyde, Batıda, Amerika’da veya dünyanın farklı noktalarında bu konuda yapılan çalışmalar hakkında bilgi verebilir misiniz? Dünya bu soruna nasıl çareler üretiyor?”

Soru 5: Bireyleri internet bağımlılığına iten en önemli sebepler nelerdir? Yüz yüze iletişimden sanal iletişime geçişte insanlar neyi doğru yapamadı?

Soru 6: Türkiye’de bu konuyla alakalı neler yapılıyor. Gençleri ve çocukları korumak yalnızca ebeveynlerin sorumluluk alanında mı yoksa Devlet, bakanlıklar, eğitimciler ve iletişimciler de bu konuya eğilmeli mi? Hali hazırda sayılan makam ve kurumlar tarafından yapılan çalışmalar nelerdir?

Soru 7: Gençlerin, çocukların sanal ortamla tanışma yaşları 2-3 yaş seviyesine indi. Bu bilgi çerçevesinde lise ve üniversitelerde okutulan “medya okuryazarlığı” ilköğretim seviyesine düşürülmeli mi? Düşürüldüğü takdirde özellikle internetle ilgili ne gibi önleyici ve bilgilendirici derslerin yapılması gerekir?

Soru 8: Anne-babalar çocuklarını oyalama aracı olarak cep telefonunu kullanıyorlar. Bu yöntemle cep telefonu ve internetin ödül/ceza sistemine dönüştürmeleri birey bazında internet bağımlılığının oluşmasına etki eder mi? Bu konuda ebeveynlerin nasıl bir yol izlemesi gerekiyor?

Soru 9: Sizce teknoloji ve internet dünyasının (sanal dünyanın) hızla gelişimi bağımlılık anlamında ilerleyen yıllarda kişiler için bugünkünden farklı veya daha ciddi hangi problemlerin oluşmasına neden olabilir?

Soru 10: Bir önceki soruda bahsedilen oluşması muhtemel problemleri şimdiden önlemek mümkün müdür? Mümkünse yöntemleri nelerdir?

Araştırmamızın nicel verileri ise içerik analizi yöntemi yapılarak bu konuda hazırlanmış tezlerden ve makalelerden oluşmaktadır. Türkiye Ulusal Tez Merkezi’nde son 6 yıl içerisinde yayınlanmış (2016, 2017, 2018, 2019 2020, 2021) olan 30 adet internet bağımlılığı konulu tez ve Dergi Park’ta yayınlanmış aynı konular kapsamında 30 makaleden oluşmaktadır. Bu çalışmalar internet bağımlılığının ülkemizdeki son durumu hakkında bilgi edinmek ve çalışmayı desteklemek amacı ile analiz edilerek tablolastırılmıştır.

4.6. Araştırma Bulguları

4.6.1. Tez ve Makalelerin İncelenmesi

İnternet bağımlılığı son zamanlarda en çok araştırılan konulardan birisidir. Özellikle, kullanıcıların hayatında yer aştığı olumsuz yönleri akademik araştırmaların konusu olmaktadır. Araştırmamızda, 2016 – 2021 yılları arasında yapılmış “internet bağımlılığı” konulu çalışmaların içerik analizleri yapılmıştır. Çalışmamızda, Türkiye’de “internet bağımlılığı” alanında yapılan 30 adet tez ve 30 adet makale incelenmiştir. İncelenen tez çalışmalarının 3’ü doktora, 20’si yüksek lisans ve 7’sini tıpta uzmanlık çalışmaları oluşturmaktadır. Tezler YÖK TEZ sistemine yüklenmiş ve kullanıma açılmış tezler arasından rastgele seçilmiştir. Makaleler ise, aynı yıllar arasında Dergi Park’ta yayınlanmış “internet bağımlılığı” konulu makaleler arasından seçilmiştir. Tezlerde ve makalelerde incelemeye tabi tutulacak çalışmaların seçiminde konuyla ilişkisi olduğu tespit edilen başlıkların tercih edilmesine özen gösterilmiştir. Çünkü çalışmamızda internet bağımlılığının etkileri ve zararları araştırılmaktadır. İçerik analizi ile Türkiye’de internet bağımlılığı konusunda hangi çalışmaların, hangi yöntemlerle yapıldığı ve hangi ana konuları temel aldıklarının bilinmesi amaçlanmıştır. Sonuçlar, çalışmalarda kullanılan değişkenlere göre tablo haline getirilmiştir.

Çalışmanın Türü	Adet	Yüzde
Doktora Tezi	3	5
Yüksek Lisans Tezi	20	33
Tıpta Uzmanlık Tezi	7	11
Makale	30	50
Toplam	60	100

Tablo 4.1. İncelenen çalışmaların türleri

Anabilim Dalı	Adet	Yüzde
Psikoloji	9	30
Eğitim Bilimleri	8	26,6
Aile Hekimliği	4	13,3
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği	3	10
Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları	2	6,6
Klinik Psikoloji	2	6,6
Beslenme ve Diyetetik	1	3,3
Psikiyatri Hemşireliği	1	3,3
Gazetecilik	-	0
Halkla İlişkiler	-	0
Toplam	30	100

Tablo 4.2. İncelenen tezin çalışıldığı ana bilim dalı

İçerik analizi yöntemi ile incelenen tez çalışmalarının hangi anabilim dallarında yapıldığı tablo 13’te incelenmiştir. Buna göre, internet bağımlılığının araştırıldığı anabilim dalları arasında yüzde 30’luk payla Psikoloji Anabilim dalı olduğu görülmüştür. En çok araştırma yapılan 2. Anabilim dalı ise yüzde 26,6 ile Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı’dır. İncelenen 30 tez çalışmasının diğer anabilim dalı dağılımlarının şu şekilde gerçekleştiği görülmüştür: Aile Hekimliği yüzde 13,3, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği yüzde 6,6, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları yüzde 6,6, Klinik Psikoloji yüzde 6,6, Beslenme ve Diyetetik yüzde 6,6, Psikiyatri Hemşireliği yüzde 3,3. Sonuçlar doğrultusunda internet bağımlılığı konulu tez çalışmaların neredeyse tamamının klinik anabilim dallarında yapıldığı söylenebilmektedir. Bunun yanında incelenen 30 tez arasında İletişim Anabilim dalları olan “Gazetecilik” veya “Halkla İlişkiler” gibi alanlarda internet bağımlılığı konulu bir tez çalışmasına rastlanmamıştır. İnternet bağımlılığı, en yüksek oranda Psikoloji temelli incelemelere tabi tutulmuştur.

Dergi İsmi	Adet	Yüzde
Sosyal Bilimler Dergisi	5	16,6
Eğitim Fakültesi Dergisi	4	13,3
İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi	4	13,3
Online Journal of Technology	3	10
Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi	2	6,6
Sağlık Bilimleri Dergisi	2	6,6
Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi	1	3,3
Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi	1	3,3
Hemşirelik Çalışmaları Dergisi	1	3,3
E-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi	1	3,3
Folklor Edebiyat Dergisi	1	3,3
Tıp Fakültesi Dergisi	1	3,3
Öneri Dergisi	1	3,3
Journal Of Contemporary Medicine	1	3,3
Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi	1	3,3
Education Sciences	1	3,3
Toplam	30	100

Tablo 4.3. İncelenen makalenin yayınlandığı alan

Tablo 4.3.'te, İnternet bağımlılığı konulu makale çalışmalarının içerik analizlerinde hangi alanda ve dergide yayınlandığı verilmektedir. İçerik analizine tabi tutulan makalelerin tamamı Dergi Park'tan seçilerek alınmıştır. Tabloya göre internet bağımlılığı konusunu işleyen 30 makalenin yüzde 16,6'sını oluşturan toplam 5 adedi sosyal bilimler dergisinde yayınlanmıştır. Makalelerin yüzde 13,3'ünü oluşturan kısmı ise Eğitim Fakültesi Dergisi'nde, aynı şekilde 4'ü de İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi'nde yayınlanmıştır. Makalelerin yüzde 10'u ise (3 adedi) Online Journal of Technology'de yayınlanmıştır. Makalelerin yüzde 6,6'sını oluşturan 2 adedi Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi'nde, aynı şekilde diğer 2'si de Sağlık Bilimleri Dergisi'nde yayınlanmıştır. Geriye kalan 10 adedi ise sırasıyla birer kez şu dergilerde yayınlanmıştır: Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi, Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi, Hemşirelik Çalışmaları Dergisi, E-Kafkas Eğitim

Araştırmaları Dergisi, Folklor Edebiyat Dergisi, Tıp Fakültesi Dergisi, Öneri Dergisi, Journal Of Contemporary Medicine, Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, Education Sciences. İnternet bağımlılığı konulu yayınlanan makalelerin genel olarak sosyal bilimler, eğitim bilimleri ve sağlık alanlarında yayınlandığı dikkat çekmektedir. İnternet bağımlılığı konusunda iletişim fakültelerinde herhangi bir dergide veya alanda çalışması yapılmış makaleye rastlanmamıştır. Bu konuda yapılan çalışmaların klinik alanlarda yapıldığı görülmüştür. Tez çalışmalarında olduğu gibi makalelerde de aynı yol izlenmiştir. İnternet bağımlılığı konusunun derinlemesine iletişim eksenli bir çalışması bulunmamaktadır. Daha çok kişilerin sağlıklı yaşamlarına olan etkileri, akran ve aile ilişkileri konularına odaklanıldığı tespit edilmiştir.

	Doktora Tezi	Yüksek lisans Tezi	Tıpta Uzmanlık	Makale
Türkçe	3	30	7	29
İngilizce	-	-	-	1
Toplam	3	20	7	30

Tablo 4.4. İncelenen çalışmanın dili

Tablo 4.4.'te İnternet bağımlılığı konulu içerik yapılan tezlerin yayınlandığı diller incelenmiştir. Elde edilen verilere göre, yüksek lisans tezlerinin 30, doktora tezlerinin 3, tıpta uzmanlık tezlerinin ise 7 tanesi Türkçedir. İncelenen makalelerin ise sadece 1 tanesi İngilizce, diğer 29'u Türkçedir.

Konu Başlıkları	Kullanım Sayısı	Yüzde
Ebeveyn İlişkisi ve Tutumları	7	23,3
Akran İlişkileri	4	13,3
Depresyon	4	13,3
Kişilik Özellikleri	3	10
Sosyal Destek	3	10
Anksiyete ve Yalnızlık	3	10
Akademik Başarı	3	10
Can Sıkıntısı ve Stres	2	6,6
Benlik Saygısı ve Onay	2	6,6
Problemli İnternet Kullanımı	2	6,6
Sağlıklı Beslenme	1	3,3
Sorunlar	1	3,3
Öfke	1	3,3
Obezite	1	3,3
Otizm	1	3,3
Yaşam Doyumu	1	3,3
Utangaçlık	1	3,3
Aleksinimi ve Otonomi	1	3,3
Öz Denetim	1	3,3

Tablo 4.5. İncelenen tezin üzerinde durduğu ana konu

Tablo 4.5.'de internet bağımlılığı konulu yapılan tezlerin hangi konularda çalışıldığı tespit edilmiştir. Bu tabloya göre, tezlerde en çok internet bağımlılığı konusunda bireylerin ebeveyn tutumları, ebeveyn ilişkileri ebeveynleri ile olan iletişimleri konusu üzerinde durulmuştur. 30 tezin yüzde 23,3'lük bir bölümünü oluşturan 7 tezde bu konu üzerinde durulmuştur. İnternet bağımlılığında aile iletişiminin ve ebeveyn tutumlarının ne denli önemli olduğunu tablonun bu oranından anlamaktayız. Ebeveynlerin, çocuklarına yönelik hareketleri ve davranışları onların hayatlarında her türlü durumun yansımaya neden olmaktadır. Yapılan araştırmalarla internet bağımlılığının da artmasında, azalmasında veya oluşmasında önemli bir etken olduğu tespit edilmiştir. İlerleyen bölümlerde analiz edilen tezlerin sonuçlarında da görüleceği üzere, internet bağımlılığı ve ebeveyn tutumları oldukça önemlidir. Bunun yanında tezlerde en çok araştırılan diğer konular ise en büyük 2. Orana sahip olan internet bağımlılığında depresyon ve akran ilişkileri durumudur. 30 tez arasında 4'er kez araştırma konusu olan bu iki durum internet bağımlılığının bağlantısında yer almaktadır. Literatürde birçok farklı klinik çalışmalarda da yer alan depresyon ve akran ilişkileri internet bağımlılığı araştırmalarında da yer almaktadır. Araştırmaya konu olan diğer

ana başlıklar ve bulunduğu tez sayısı şu şekilde sıralanmaktadır: Kişilik Özellikleri 3, Sosyal Destek 3, Anksiyete ve Yalnızlık 3, Akademik Başarı 3, Can Sıkıntısı ve Stres 2, Benlik Saygısı ve Onay 2, Problemlili İnternet Kullanımı 2 ve 1'er kez Sağlıklı Beslenme, Sorunlar, Öfke, Obezite, Otizm, Yaşam Doyumu, Utangaçlık, Aleksinimi ve Otonomi, Öz Denetim konuları internet bağımlılığı tezlerinde üzerinde durulan ana konulardır.

Konu Başlıkları	Makale	Yüzde
Üniversite Öğrencileri	9	30
Aile İlişkileri	4	13,3
İnternet Bağımlılığı	2	6,6
Ergenler	1	3,3
Yalnızlık	1	3,3
Ölçek Çalışmaları	1	3,3
Zaman Yönetimi	1	3,3
Online Oyun	1	3,3
Yaşam Doyumu	1	3,3
Sosyal Medya	1	3,3
Gelişim Düzeyi	1	3,3
Depresyon	1	3,3
Psikolojik İhtiyaçlar	1	3,3
Duygusal Zekâ	1	3,3
Siber Duyarlılık	1	3,3
Öz Denetim	1	3,3
Öznel İyi oluş	1	3,3
Baş Ağrısı	1	3,3
Toplam	30	100

Tablo 4.6. İncelenen makalenin üzerinde durduğu ana konu

Tablo 4.6.'da internet bağımlılığı konulu yapılan makale çalışmalarında hangi konu üzerinde durulduğu tespit edilmiştir. Buna göre, yüzde 30 oranla incelenen 9 makalede en çok üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı konusu işlenmiştir. Daha sonra ise yüzde 13,3'lük payla internet bağımlılığında aile ilişkileri konusunun işlendiği tespit edilmiştir. 2 makalede ise, sadece internet bağımlılığının açıklanmasına yönelik çalışma yapılmıştır. Diğer makalelerde ise 1'er defa işlenen ve yüzde 3,3'lük paya sahip olan konular sırası ile şu şekildedir: Ergenler, Yalnızlık, Ölçek Çalışmaları, Zaman Yönetimi, Online Oyun, Yaşam Doyumu, Sosyal Medya, Gelişim Düzeyi, Depresyon, Psikolojik İhtiyaçlar, Duygusal Zekâ, Siber Duyarlılık, Öz Denetim, Öznel İyi oluş, Baş Ağrısı. Makalelerin geneline bakıldığında zaman en

çok gençlerde (özellikle üniversite öğrencilerinde) internet bağımlılığının çeşitli alt sebeplerle birlikte araştırıldığı fark edilmiştir. Daha çok gençlerin yakın çevreleri olan etkileşimleri, sosyal hayatlarında yaşadığı olumsuz durumlar ve sağlık problemleri üzerinde yoğunlaşan çalışmalar yapılmıştır.

Yöntem	Tez		Makale	
Anket	25	% 83,3	18	%60
Analiz	1	%3,3		
Örnekleme	2	% 6,6		
Tarama	2	% 6,6	11	%10
Toplam	30	%100	30	

Tablo 4. 7. Tez ve makalelerde kullanılan araştırma yöntemleri

Tablo 4.7’de internet bağımlılığı konulu yapılan tez ve makalelerde en çok hangi araştırma yöntemlerinin kullanıldığı tespit edilmiştir. Yapılan içerik analizlerinin sonuçlarına göre tezlerde ve makalelerde en çok anket yöntemi kullanılmıştır. Bu anketler çeşitli ölçekler kullanılarak çözümlenmiş ve yorumlanmıştır. Çalışmalarda kullanılan ölçekler ilerleyen tablolarda detaylı bir şekilde verilmektedir. Tabloya göre, doktora tezlerinin yüzde 66,6’ı, yüksek lisans tezlerinin yüzde 80’i, tıpta uzmanlık tezlerinin tamamı, makalelerin ise yüzde 60’ı nicel araştırma yöntemi olarak anketi kullanmıştır. Bunları sırasıyla; analiz, örnekleme ve tarama yöntemleri takip etmiştir. En çok anket yönteminin kullanılması, internet bağımlılığında en çok verinin toplanmasına uygun olması olduğunu akla getirmektedir. Bu sayede, daha çok kullanıcının durumu değerlendirilmiş ve sayısal verilere aktarılmış olmaktadır.

	Tez		Makale	
Facebook	8	%26,6	8	%26
Instagram	5	%16,6	4	%13
Twitter	5	%16,6	4	%13
Youtube	4	%13,3	2	%6
Whatsapp	4	%13,3	2	%6
Pinterest	1	%3,3		
Sosyal Medya			11	%36
Tumblr			1	%3
TOPLAM	27	%90	32	%103

Tablo 4.8. Çalışmada incelenen sosyal medya ortamları

Tablo 4.8’de içerik analizi yapılan tez ve makalelerin, internet bağımlılığı araştırılırken incelediği sosyal medya ortamları tespit edilmiştir. Buna göre doktora tezlerinin 1’inde, yüksek lisans tezlerinde 3, tıpta uzmanlık tezlerinin ise 4’ünde Facebook incelemesi yapılmıştır. İncelenen 30 makalenin 11’inde ise Facebook incelemesi gerçekleştirilmiştir. Bunları sırasıyla; Instagram, Twitter, Youtube, Whatsapp, Pinterest, sosyal medya ve Tumblr izlemiştir. Makalelerde ise, en çok incelenen ortam sosyal medyadır. Sosyal medya ile kullanıcıların herhangi bir sosyal medya kanalına yoğunlaşmalarından ziyade, sadece sosyal medyayı kullanıp kullanmadıkları ölçülmüştür. Devamında ise, 30 makalenin 8’inde Facebook, 4’ünde Instagram ve Twitter ortamları incelenmiştir. 30 makalenin 2’sinde Whatsapp, 2’sinde de Youtube inceleme konusu olarak ele alınmıştır. Makalelerin 1 tanesinde ise Tumblr kullanımı inceleme konusu olarak incelenmiştir. Toplam alana bakıldığında zaman en çok sosyal medya alanının oran olarak ile Tıpta Uzmanlık tezlerinde incelediği görülmüştür. 2. Olarak yüzde 103 ile makalelerde, yüzde 55 ile yüksek lisans tezlerinde en az ise doktora tezlerinde çalışılmıştır. Tüm çalışmalarda müstakil olarak en çok Facebook platformunun incelediği belirlenmiştir. En az ise Pinterest ve Tumblr inceleme konusu olmuştur. Tablo 9’a göre bakıldığında zaman yapılan bilimsel araştırmalarda internet bağımlılığı konusu içerisinde kişilerin en çok kullandığı sosyal medya kanalları inceleme alanı olarak tercih edilmiştir. Birçok alan aynı çalışmanın içerisinde yer almaktadır. Örneğin bir tezde kullanıcıların hem Facebook hem Instagram hem de Twitter kullanımları incelenmiştir.

Kullanılan Ölçek	Kullanım Sayısı
İnternet Bağımlılığı Ölçeği	2
Ergenler için Sosyal Kaygı Ölçeği	1
Akran İlişkileri Ölçeği	1
Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği	1
Toplam	5

Tablo 4.9. Doktora tezlerinde kullanılan ölçekler

Tablo 4.9.’da içerik analizi yapılan doktora tezlerinde kullanılan ölçekler verilmektedir. Tabloya göre tüm doktora tezlerinde ölçek kullanılmıştır. En çok kullanılan ölçek 3 tezin ikisinde kullanılan internet bağımlılığı ölçekleridir. Bunların

yanında birer kez de; Ergenler için Sosyal Kaygı Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği ve Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği kullanılmıştır.



Kullanılan Ölçek	Kullanım Sayısı
İnternet Bağımlılığı Ölçeği (Young ve diğerleri)	19
Anne-Baba Ergen İlişkileri Ölçeği	2
Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği	1
Beş Faktör Kişilik Ölçeği	1
Yale Yeme Bağımlılığı Ölçeği	1
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	1
Conners Ana Baba Dereceleme Ölçeği	1
Durumluluk Sürekli Öfke Ölçeği	1
Sosyal Bağlılık Ölçeği	1
Akran İlişkileri Ölçeği	1
BAPGNT Ölçeği	1
Problemli İnternet Kullanım Ölçeği	1
Akademik Kendini Engelleme Ölçeği	1
Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği	1
Ergenlerde Öz-Denetim Becerileri Ölçeği	1
Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği	1
Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği	1
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	1
Anne-Baba Tutum Ölçeği	1
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği	1
Bilinçli Farkındalık Ölçeği	1
Ana babayla İlişkiler Ölçeği	1
Aile- Çocuk İnternet Bağımlılığı Ölçeği	1
(Toronto Aleksitimi Ölçeği)	1
UCLA Yalnızlık Ölçeği	1
Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi	1
Utangaçlık Ölçeği	1
Kontrol Odağı Ölçeği	1
Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum ölçeği	1
Toplam	48

Tablo 4.10. Yüksek lisans tezlerinde kullanılan ölçekler

Tablo 4.10.'da içerik analizi yapılan yüksek lisans tezlerinde kullanılan ölçekler verilmektedir. Tabloya göre tüm yüksek lisans tezlerinde ölçek kullanılmıştır. En çok kullanılan ölçek 20 yüksek lisans tezinin 19'unda kullanılan internet bağımlılığı ölçekleridir. 20 yüksek lisans tezinin içerisinde 2 defa da Anne-Baba Ergen İlişkileri Ölçeği Bunların yanında birer kez de sırasıyla şu ölçekler kullanılmıştır: Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği, Beş Faktör Kişilik Ölçeği, Yale Yeme Bağımlılığı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Connors Ana Baba Dereceleme Ölçeği, Durumluluk Sürekli Öfke Ölçeği, Sosyal Bağlılık Ölçeği, Akran İlişkileri Ölçeği, BAPGNT Ölçeği, Problemlili İnternet Kullanım Ölçeği, Akademik Kendini Engelleme Ölçeği, Ergen Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Ergenlerde Öz-Denetim Becerileri Ölçeği , Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği, Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Anne-Baba Tutum Ölçeği, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği, Bilinçli Farkındalık Ölçeği, Ana babayla İlişkiler Ölçeği, Aile- Çocuk İnternet Bağımlılığı Ölçeği, (Toronto Aleksitimi Ölçeği), UCLA Yalnızlık Ölçeği, Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi, Utangaçlık Ölçeği, Kontrol Odağı Ölçeği, Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum ölçeği. İçerik analizi yapılan toplam 20 yüksek lisans tezinde 48 defa ölçek kullanımı gerçekleştirilmiştir. Tezlerin birçoğunda internet bağımlılığının farklı boyutlarını analiz edebilmek için birden fazla ölçeğin kullanıldığı tespit edilmiştir.

Kullanılan Ölçek	Kullanım Sayısı
İnternet Bağımlılığı Ölçeği (Young ve diğerleri)	10
Beck Depresyon Ölçeği	3
Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği	1
Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri	1
Sosyal İletişim Ölçeği (SİÖ)	1
Yaşam Doyumu Ölçeği	1
Umutsuzluk ve Beck Umutsuzluk Ölçeği	1
Aile Uyum Ölçeği	1
Toronto Aleksitimi Ölçeği	1
Ergen Özerklik Ölçeği	1
UCLA Yalnızlık Ölçeği	1
Toplam	22

Tablo 4.11. Tıpta uzmanlık tezlerinde kullanılan ölçekler

Tablo 4.11’de içerik analizi yapılan internet bağımlılığı konulu tıpta uzmanlık tezlerinde kullanılan ölçekler yer almaktadır. Bu tabloya göre incelenen tüm tıpta uzmanlık tezlerinde ölçek kullanılmıştır. Toplam incelenen 7 tıpta uzmanlık tezinde 10 defa İnternet Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Bunun yanında 3 defa Beck Depresyon Ölçeği de tıpta uzmanlık tezlerinde tercih edilmiştir. Bunların yanında sırasıyla birer kez şu ölçekler kullanılmıştır: Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği, Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri, Sosyal İletişim Ölçeği (SİÖ), Yaşam Doyumu Ölçeği, Umutsuzluk ve Beck Umutsuzluk Ölçeği, Aile Uyum Ölçeği, Toronto Aleksitimi Ölçeği, Ergen Özerklik Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği. Tıpta uzmanlık tezlerinin tamamına bakıldığı zaman, incelenen toplam 7 tezde 22 kez ölçek kullanıldığı fark edilmiştir. Aynı şekilde tezlerin birçoğunda internet bağımlılığının farklı boyutlarını analiz edebilmek için birden fazla ölçeğin kullanıldığı tespit edilmiştir.

Kullanılan Ölçek	Kullanım Sayısı
İnternet Bağımlılığı Ölçeği	24
Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği	1
Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği	1
Eğitsel İnternet Kullanım Öz yeterliği İnançları Ölçeği	1
Aile – Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği	1
Temel İhtiyaçlar Ölçeği	1
Duygusal Zekâ Ölçeği	1
İnsani Değerler Ölçeği”	1
Siber Zorbalığa İlişkin Duyarlılık Ölçeği”	1
Özdenetim Ölçeği	1
Beck Depresyon Ölçeği	1
İnternet aile tutumu ölçeği	1
Online Oyun Bağımlılığı Ölçeği	1
Yaşam Doyumu Ölçeği	1
Aile İlişkileri Değerlendirme Ölçeği	1
UCLA Yalnızlık Ölçeği	1
Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	1
Toplam	40

Tablo 4.12. Makalelerde kullanılan ölçekler

Tablo 4.12’de, internet bağımlılığı konulu toplam 30 makalenin içerik analizlerinde kullanılan ölçekler verilmiştir. Tabloya göre toplam yüzde 133 oranında (30 makalede toplam 40 ölçek) ölçek kullanıldığı tespit edilmiştir. En çok kullanılan ölçek 30 makalenin 24’ünde kullanılan İnternet Bağımlılığı Ölçeğidir. Daha sonra ise birer kez şu ölçekler kullanılmıştır: Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği, Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği, Eğitsel İnternet Kullanım Öz yeterliği İnançları Ölçeği, Aile – Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği, Temel İhtiyaçlar Ölçeği, Duygusal Zekâ Ölçeği, İnsani Değerler Ölçeği”, Siber Zorbalığa İlişkin Duyarlılık Ölçeği, Özdenetim Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği, İnternet aile tutumu ölçeği, Online Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Aile İlişkileri Değerlendirme Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği. İnternet bağımlılığı konulu makalelerde de yapılan tez çalışmaları gibi en çok internet bağımlılığı ölçekleri kullanılmıştır. Bunların yanına genel olarak ek bir ölçekle durum değerlendirmesine katkı sağlanmıştır.

Okul	Tez	Makale
Lise	13	4
Üniversite	8	15
Ortaokul	1	1
İlkokul		2
M. Y. Okulu		1
Hastane		
İl Geneli	5	2
Genel	2	

Tablo 4.13. Çalışmalarda incelenen okul ve ortam değişkenleri

Tablo 4.13’te içerik analizi yapılan tezlerde ve makalelerde incelenen ortam değişkenleri aktarılmıştır. Yapılan içerik analizi sonucunda tezlerde ve makalelerde en çok incelenen okul ortamının Üniversite olduğu tespit edilmiştir. Sırasıyla; 20 yüksek lisans tezinin 5’i, 7 tıpta uzmanlık tezinin 3’ü, 30 makalenin de 15’i internet bağımlılığı konusunda üniversiteleri evren olarak seçmiş ve incelemeye konu etmiştir. Üniversitelerden sonra en çok araştırma yapılan internet bağımlılığı ortamı ise lisedir. Doktora tezlerinin 3’te 2’si, yüksek lisans tezlerinin 20’de 8 tanesi, tıpta uzmanlık tezlerinin 7’de 3’ü, 30 makalenin ise toplam 4’ü çalışmaya incelenen ortam olarak liseleri tercih etmiştir. İncelenen tezlerin hiç birisinde ilkokul incelenmemiş sadece 2 makalede ilkokul ortamı incelenmiştir. Bunun yanında en az incelenen bir

diğer ortam da ortaokullardır. 1 doktora tezinin inceleme konusu olan ortaokullar, 30 makalenin de sadece 2'sinde incelemeye tabi tutulmuştur. Buradan internet bağımlılığı konusunda ortaokulların daha çok incelenmesi gerektiği sonucu çıkmaktadır. Çünkü uzmanlara göre internet kullanımının bağımlılık oluşmasında çocukluk yaşlarının ve medya eğitimlerinin önemli ölçüde yeri bulunmaktadır. Yapılan içerik analizlerinde en az incelenen ortamın hastane olması dikkat çekmektedir. Sadece 1 tıpta uzmanlık tezinin inceleme ortamı olan hastane ortamında, internet bağımlılığının takibine yönelik çalışma yapılmıştır.

4.6.2. İncelenen Tezlerin Sonuçları ve Önerileri

İçerik analizi yöntemi ile 30 tez ve 30 makale olmak üzere toplam 60 akademik çalışma incelenmiştir. Bu sayede internet bağımlılığının güncel durumu hakkında somut bilgiler ve oransal verilere ulaşılmaktadır. Bu tezlerin yapılan araştırmalar sonucunda birtakım sonuçlara ulaşıldığı ve durumun önemine binaen önerilerde bulunduğu fark edilmiştir. İncelenen tüm tez çalışmalarında üzerinde çalışılan; ergen, genç, yetişkin ve öğrencilerin gözle görünür bir bölümünün internet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir. Yapılan çalışmaların birçoğunda internet bağımlılığı ve yan etken şeklinde farklı bir tetikleyici unsurun bir arada incelendiği dikkat çekmektedir. İncelenen tezlerde ve makalelerde internet bağımlılığına yönelik dikkat edilmesi ve üzerinde durulması gereken sonuçlar dikkat çekmektedir. Bu sonuçlar aşağıdaki tablolarda detaylı bir şekilde verilmektedir. Ayrıca, incelenen tez ve makalelerde internet bağımlılığının tespitinden sonra bir takım çözüme yönelik önerilerde bulunmaktadır. Bu önerilerin de dikkate alınarak konunun bütüncül bir yaklaşımla ele alınması gerekmektedir. Bu açıdan bakıldığı zaman internet bağımlılığının sadece eğitimciler veya doktorlar üzerinden çözüme kavuşturulamayacağı, ailelerin de çocuklarını bebeklikten bil itibar takip etmesi gerektiği görülmektedir. Aşağıdaki tablolarda, tezlerin sonuçları ana hatlar çerçevesinde bir araya toplanmış ve anlaşılır bir şekilde yazılmıştır:

4.6.2.1. İncelenen çalışmaların sonuçları ve önerileri

SONUÇ	Evet	Hayır
İnternet, sosyal işlevselliğinin bozulmasına, yalnızlaşmaya ve sosyal izolasyona olmasına neden olmaktadır	x	
Sosyal kaygı ve sosyal zekâ durumu internet bağımlılığını etkilemektedir	x	
İnternet bağımlılığı, bireyleri yüz yüze iletişimden uzaklaştırmaktadır	x	
Erkek ergenlerde internet bağımlılığı daha fazladır	x	
Sosyal medya kullanımı internet bağımlılığını artırmaktadır	x	
Akıllı telefona sahip olmak internet bağımlılığını artırmaktadır	x	
Ailenin tutumu internet bağımlılığını etkilemektedir (ilgi, otoriter olmak vb.)	x	
İnternet bağımlılığı ile okul başarısı arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır	x	
Okul sınıf seviyesindeki yükselişe paralel olarak internet bağımlılığı da artmaktadır	x	x
Aile ve arkadaş olarak bağlanma düzeyinin internet bağımlılığı ile negatif yönlü bir ilişkisi vardır		x
Çocukların hafta içi ve hafta sonu kullanım durumu internet bağımlılığı etkilemektedir		x
İnterneti kullanmaya başlama yaşı internet bağımlılığını etkilemektedir		x
İnternet bağımlılığı ve Hiper aktivite bozukluğu arasında bir bağ bulunmaktadır	x	
İnternet bağımlılığı aile içi iletişime ve ilişkilere zarar vermektedir	x	
İnternet bağımlılığı bireyde öfkeye neden olmaktadır	x	
İnternet bağımlılığının depresyon, anksiyete gibi psikolojik rahatsızlıklarla arasında anlamlı bir bağ bulunmaktadır	x	
Alkol tüketimi ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir bağ bulunmaktadır (<i>Toplam 2 tez çalışmasında</i>)	x	x
Ergenlerin ebeveyn kabul-red algıları internet bağımlılığının anlamlı bir yordayıcısıdır.	x	

Tablo 4.14. İnternet bağımlılığı tezleri ve makalelerinin sonuçları

SONUÇ	Evet	Hayır
Benlik saygısı ve sosyal onay ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir bağ bulunmaktadır	x	
Sosyal kaçınma internet bağımlılığını artırmaktadır	x	
Sosyal kaygının internet bağımlılığına etkisi bulunmaktadır	x	x
Üniversite öğrencilerinin can sıkıntısı internet bağımlılığını artırmaktadır	x	
Ailenin birlikteliğinde internet kullanım durumu internet bağımlılığını pozitif yönde etkilemektedir	x	
İnterneti kullanım amacına göre internet bağımlılığı sonucu değişkenlik göstermektedir (araştırma, ödev, eğlence, oyun)	x	
İnternet bağımlılığı ile yalnızlık ve aleksinimi arasında pozitif yönlü anlamlı bir bağ bulunmaktadır	x	
İnterneti kullanma süresi arttıkça internet bağımlılığı da artmaktadır	x	
İnternet bağımlılığı bireylerde kardeş sayısına göre farklılık göstermektedir		x
İnternet bağımlılığı gençlerde sağlıksız beslenme davranışlarına ve sağlıksız yaşam tarzı sergilemelerine sebep olmaktadır	x	

Tablo 4.14. (devam) İnternet bağımlılığı tezleri ve makalelerinin sonuçları

Tablo 4.14'te internet bağımlılığı konulu içerik analizi yapılan 30 tez çalışmasının genel sonuçları yer almaktadır. Bu sonuçlar, yapılan bilimsel araştırmaların sonucunda değerlendirilen çıkarımlardan elde edilmiştir. Sonuçlara bakıldığında zaman, internet kullanımının her geçen gün arttığı dikkat çekmektedir. İnternet bağımlılığı da internet kullanımına oranla aynı şekilde artmaktadır. Özellikle ergenler, gençler ve öğrenciler üzerinde gerçekleştirilen internet bağımlılığı çalışmalarında, bağımlılığın sosyal yaşamdaki birçok alana olumsuz yönde etkiler oluşturduğu tespit edilmiştir. Öyle ki, tezlerin öğrencileri araştıran taraflarında internet bağımlılığının akademik başarıyı ve dersleri doğrudan etkilediği vurgulanmıştır. Bunun yanında, internet bağımlılığı bireylerin sosyal yaşamdan çekilmelerine, yüz yüze iletişime uzaklaşmalarına ve yakın çevrelerine karşı yabancılaşmalarına ayrıca sağlıklı beslenme alışkanlıklarına doğrudan etki etmektedir.

Tüm bu yönleri ile yapılan tez çalışmalarının sonucunda; internet bağımlılığının, aile, okul, sosyal yaşam ve bireysel aktiviteler bağlamında zararları bulunmaktadır ve her geçen gün bu zararlar çoğalmaktadır. Ayrıca her geçen gün daha fazla bireyi içine almaktadır. Aşağıdaki tabloya yapılan tez çalışmalarından birisinde 0-6 yaş arası çocukların teknolojik cihaz kullanımı ele alınmıştır. Tabloya göre, bu yaş grubunda olan çocukların yarısına yakınının cep telefonu veya tablet kullandığı tespit edilmiştir.

SONUÇ	Evet	Hayır
İnternet bağımlılığı ile cinsiyet farkı arasında anlamlı farklılaşma bulunmaktadır	8x	4x
Oyun ve eğlence amaçlı internet kullanımlarında bağımlılık ilişkileri anlamlı şekilde yükselmektedir	2x	
Öğrencilerin internet kullanımında psikolojik ihtiyaç düzeyleri yüksek bulunmuştur. İnternet bağımlılığı ile arasında ters orantılı farklılık vardır	x	
Gençler, günlük ihtiyaçları karşılanmadıkça internete yönelmekte ve bu durum bağımlılığın oluşmasını etkilemektedir.	x	
Öğrenciler, internette planladıklarından daha fazla zaman harcamaktadır	3x	
Üniversite öğrencileri internet bağımlılığından dolayı arkadaş, aile ve iş yaşamında kopmalar yaşamaktadır	x	2x
Üniversite öğrencilerinin aylık harcamaları ile bağımlılık arasında anlamlı bir bağ bulunmaktadır		x
Erkek öğrenciler okul devamsızlığını internet kullanımına bağlamaktadır	x	
Öğrenciler, fazla internet kullanımından dolayı daha saldırgan ve öfkeli olmaktadır	x	
Anne baba tutumları ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır	2x	
Öğrenciler interneti en çok paylaşım amaçlı kullanmaktadır	3x	
Sosyal medya kullanımı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir bağ bulunmaktadır	2x	x
Öğrencilerin yarısına yakını internetsiz hayatı anlamsız olarak nitelendirmektedir	2x	
İnternet bağımlılığı tespit edilen kişilerin yaşı 30 yaşın altındadır	x	

Tablo 4.15. İnternet bağımlılığı makalelerinin sonuçları

SONUÇ	Evet	Hayır
İnternet, uyku, sosyal hayat gibi yaşamsal faaliyetleri kısıtlamaktadır	2x	
Gelir düzeyi internet kullanımını ve bağımlılığını doğrudan etkilemektedir	2x	
Öğrencilerin online oyun bağımlılıkları toplumsal anlamda problemler yaşamasına neden olmaktadır	x	
Öğrenciler, online oyun bağımlılıklarını toplumsal tepkiden çekindikleri için gizlemektedir	x	
Öğrencilerin online oyun oynama süreleri bağımlılığı doğrudan etkilemektedir	x	
Öğrencilerin zaman planlama hassasiyeti ile internet bağımlılığı arasında bir bağ bulunmaktadır		x
Aileler, internet bağımlılığının zararlarından dolayı çocukları için tedavi merkezlerine başvurmaktadır	x	
Uzak doğu ülkelerinde ve ABD’de internet bağımlılığının tedavisine yönelik klinikler kurulmuştur	x	
İnternete yönelik ihmalkâr tutuma sahip ailelerin çocuklarının otoriter, müsamahakâr ve demokratik internet tutumuna sahip ailelerin çocuklarından daha fazla internet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir.	x	
Duygusal ihtiyaçları yeteri kadar karşılanmayan bireyler bu ihtiyacı internetten karşılamaya çalışmaktadır	2x	
İnternet kullanım süresinin artması bağımlılığın da artmasına neden olmaktadır	x	
İnternette oyun oynama bağımlılığı a-sosyal kişilik gelişmesine neden olmaktadır	x	
İnternet bağımlılığı ile depresyon arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.	x	
İnternet bağımlılığı akademik başarıyı doğrudan etkilemektedir	x	
İnternete giriş düzeyleri, internette kalma süresi ve akademik başarı durumu depresyon durumunu doğrudan etkilemektedir	x	
İnternetin problemlili ve aşırı kullanımı bireyin gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir	x	
Duygusal zeka ve internet bağımlılığı arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır.	x	
Hemşirelik öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyi orta düzeydedir	x	

Tablo 4.15. (devam) İnternet bağımlılığı makalelerinin sonuçları

SONUÇ	Evet	Hayır
İnternet bağımlılığı ile ergenlerin yaşam doyumu arasında anlamlı bir bağ bulunmaktadır.	x	
Toplumsal olarak internetin sorunlu kullanımı ve bağımlılık ilişkileri artış göstermektedir	x	
Tıp fakültesi öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinde artış saptanmaktadır. Bu durumun ilerlemesi ileriye dönük risk barındırmaktadır	x	
Cep telefonundan internet kullanmak, internet bağımlılığını artırmaktadır	2x	
Kullanıcıların kendine ait bilgisayarlarının olması internet bağımlılığını etkilemektedir		x
Öznel iyi oluş ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir bağ bulunmaktadır	x	
Türkiye’de Avrupa ülkelerine oranla internet bağımlılığı oranı daha yüksektir	x	

Tablo 4.15. (devam) İnternet bağımlılığı makalelerinin sonuçları

4.6.2.2. İnternet bağımlılığı çalışmalarının önerileri

İçerik analizi yöntemi ile detaylı bir şekilde incelenen tez ve makale çalışmalarının sonuçları yukarıda detaylı bir şekilde verilmiştir. Çalışmaların internet bağımlılığında özellikle ergenlerin ve gençlerin; internet bağımlılıkları üzerinden diğer alt etkilerine bakılmıştır. Diğer yandan, internet bağımlılığında aile ve sosyal çevre faktörlerinin de ısrarla üzerinde durulduğu dikkat çekmektedir. Tezlerin birçoğunda problemin sonuçlandırılmasının ardından bir takım çözüm önerilerinde bulunmaktadır. Bunların, internet bağımlılığını çözmede anlamlı bir şekilde bilinmesi ve uygulanması gerekmektedir. Bu öneriler aşağıda belli başlıklar altında incelenecektir. Bunlar; ailelere yönelik öneriler, eğitimcilere yönelik öneriler ve diğer öneriler şeklinde ele alınacaktır.

Ailelere yönelik çözüm önerileri

- Velilere akıllı telefon ve internet kullanımı konusunda bilgilendirici içerikler verilebilir.
- Veli ve öğrencilere internetin kullanımı ve süresine yönelik farkındalık eğitimlerinin verilmesi sağlanabilir.

- Velilere de öğrenciler gibi temel düzeyde internet kullanımı ile alakalı eğitimler verilmelidir.
- İnternet kullanımında düzenleyici ve engelleyici programlardan ailelerin haberdar edilmesi ve bilgilendirilmesi gerçekleştirilmelidir.
- Ebeveynlere internetle alakalı bilgilendirici seminerler yapılmalı.
- Aileler tarafından özellikle ergenlerin internet bağımlılığı konusunda takipte olması ve engelleyici programların gerekirse kullanılması sağlanmalıdır.
- Aileler internet bağımlılığı konusunda çocuklarla birlikte hareket etmeli, birlikte aktiviteler yapmalıdır. Bu konuda bilinçlendirmeler yapılabilir.
- Küçük yaş gruplarının internete girişleri denetlenmeli ve sınırlandırmaya yönelik önlemler alınmalı.
- Ailenin çocuğu takip etmesi gerekmektedir. Bilgisayar kullanımının çocuğa özel olmaması, gerekirse görünür bir yerde olması sağlanmalıdır.
- Çocuklara sağlıklı beslenme konusunda alışkanlıklar kazandırılmalı ve bu konuda bilinçlendirilmeliler.
- Öğrencilerin internet kullanımı konusunda sınırlandırılmaya ihtiyacı vardır. Bunun için kontrol altına alınmalı ve bu konuda aileler bilgilendirilmeli.
- Anne babaların çocuklarla olan iletişim ve etkileşimi artırılmalıdır. Bu sayede internet bağımlılığının azalması sağlanabilecektir.

Eğitime yönelik çözüm önerileri

- İnternet bağımlılığın yüksekliğinden dolayı lise öğrencilerinin internet konusunda psikolojik ve danışmanlık hizmetleri artırılabilir.
- Üniversitelerde internet bağımlılığını önleyici seminerler düzenlenmelidir.
- Üniversitelerde internet bağımlılığının farkındalığına yönelik çeşitli kulüpler kurulmalı ve afiş benzeri çalışmalarla konunun önemi anlatılmaktadır.
- İnternetin tanımı ve ne için kullanılması gerektiği konusunda bilgilendirmelerin yapılması gerekmektedir.
- İnternet bağımlılığı konusunda öğretmen perspektifinden de ele alınan çalışmaların yapılması gerekmektedir.
- Medya okuryazarlığı dersinin ilköğretim çağından itibaren verilmesi gerekmektedir.

- İnternet kullanımının verimli hale getirilmesi için okullarda eğitici seminerlerin verilmesi gerekmektedir.
- Okullarda öğrencilere yönelik rehberlik hizmetlerinin artırılması gerçekleştirilmelidir.
- İnternetin bilinçli kullanımı eğitim ve seminerler eşliğinde anlatılmalıdır.
- Okullarda verilen eğitimler arasına internet bağımlılığı da eklenmeli.
- Öğrencilere internet dışında vakit geçirebilecekleri, eğlenebilecekleri aktiviteler ve işlemler kazandırılmalı. Bunun takibi yapılarak yeni şeyler öğrenmeleri teşvik edilmeli.
- Öğrencilerin çevrimiçi sohbet karşısında yüz yüze iletişime özendirilmesi sağlanmalı.
- Bilgisayarın, internetin nasıl ve faydalı kullanılması gerektiği konusunda kurslar, eğitimler ve seminerler düzenlenmeli.
- Okullarda öğrencilere internet kullanımı hakkında çeşitli bilgilendirmelerin yapılması önerilmektedir. Burada internetin doğru ve verimli kullanımı ön planda tutulmalıdır. Aynı şekilde velilerin de bu tür bilgilendirici toplantı ve programlara dâhil edilmesi gerekmektedir.
- İnternet bağımlılığına yönelik çocukların korunması için ailelere de bilgilendirici eğitimlerin verilmesi gerekmektedir. Aileler bu konuda çocuklarını yönlendirici faaliyetlerde bulunmalı. Sosyal aktivite, sosyal ortam, önleyici faaliyetler konusunda bilinçli ve aktif davranmaya yönlendirilmeli.
- Okullarda bulunan eğitimciler, bu konuda uzman sağlıkçılar ve ailelerin ortak hareket etmesi sağlanmalı.
- İnternet kullanımının bağımlılık etkeni üzerine durulup zarar verici yönü hakkında önleyici tedbirlerin alınması gerekmektedir.
- Ergen bireylerin fiziksel aktivitelere, spora ve bu tür etkinliklere aktif olarak katılımları sağlanmalıdır.
- Okul psikolojik danışmanları ailelere yönelik çocuk ile kurulan ilişkinin niteliğinin çocuğun davranışlarına olan etkisinin önemi üzerine seminer çalışmaları yapabilir. Kabul içerikli ebeveyn tutumunun özellikleri belirtilerek çocuklarına karşı sevecen ve ilgili tutumun internet bağımlılığına karşı bir önleyici rolü vurgulanabilir.

Diğer çözüm önerileri

- Ergenlerin, sosyal birliktelikle beraber sosyal zekâlarının ve bağılılıklarının artırılmasında katkısı bulunmaktadır. Bu nedenle ergenlerde sosyal aidiyetin oluşması için akran grupları ile bir araya getirilmesi sağlanmalıdır.
- İnternet bağımlılığının azalmasında sosyal zekânın katkısı bulunmaktadır. Bu nedenle ergenlerde sosyal zekânın artırılması gerçekleştirilmelidir.
- Ergenlerin sosyal kaygıdan uzak olmaları ve sosyal bağılılıklarının artırılması için sosyal becerilerine katkı sağlayacak ortamlara yönlendirilmesi sağlanmalıdır.
- İnternet bağımlılığı konusunda farklı değişkenler açısından nitel ve nicel araştırmalar birlikte ele alınmalıdır.
- İnternet bağımlılığı konusu ele alınırken kişilerin yaş guruplarına göre ayrılıp o şekilde incelenmesi gerekmektedir.
- Türkiye'nin çeşitli bölgelerinde ve şehirlerinden evren seçilmeli ve araştırmalara dâhil edilmeli.
- İnternet bağımlılığının önlenmesine katkı sağlamak amacı ile ortaokul ve ilkokul gibi düzeylerde internet bağımlılığı araştırmaları yapılmalıdır.
- Çocukların erken yaşta bilgisayar tablet ve cep telefonu gibi teknolojik cihazları kullanmalarının internet bağımlılığına olan etkileri geniş çaplı araştırılmalıdır.
- Bireylerin benlik saygısının artırılması yönünde çalışmalar yapılmalıdır
- İnternet bağımlılığının yanında diğer bağımlılıklar da ele alınmalı.
- İnternet kullanımını yasaklamak yerine, kontrol altına alınması sağlanmalıdır. Ergenler için günde iki saatlik kullanım tavsiye edilmektedir. Ödev-araştırma amaçlı kullanımlarda fazladan yarım saat daha verilebilir. İnterneti kullanım zamanına kısıtlama getirirken, yapılacak aktivitelerde alternatif oluşturulmalıdır.
- Yerel yönetimler ve üniversiteler arasında iş birliği çerçevesinde, öğrencilerin yaşam alanlarına fiziksel aktiviteleri destekleyen spor alanları oluşturulmalı.
- Özellikle üniversite öğrencilerinin internetle meşgul oldukları zamanlarda aşırı abur cubur tükettikleri tespit edilmiştir. Bunun önlenmesine yönelik çalışmalar yapılmalıdır.

4.6.3. Uzman Görüşleri Işığında İnternet Bağımlılığı

Uzmanlarla yapılan görüşmeler sonucu elde edilen bulgular şu 6 başlık temelinde incelenecek olup, sonuçlar internet bağımlılığın anlamlandırılması ve giderilmesi noktasında değerlendirilecektir. Bulguların inceleneceği başlıklar: İnternet Bağımlılığının Tanımlanması ve Tedavi Yöntemleri, İnternet Bağımlılığında Sosyal Hayata Yansıyan Meseleler, İnternet Bağımlılığında Ulusal ve Uluslararası Düzeyde Neler Yapılabilir? Bireyleri İnternet Bağımlılığına İten Sebepler, Medya Okuryazarlığı Dersinin Önemi ve Gelecekte İnternet Bağımlılığı. Araştırma bulguları, mülakat tekniği ile 1 iletişim uzmanı, 3 psikolojik danışmanlık ve rehberlik uzmanı ve 1 psikolojik danışmanlık ve rehberlik öğretim üyesi olmak üzere toplam 5 alanında uzman kişi ile gerçekleştirilmiştir. Veriler, hazırlanan soru formunun uzmanlara yöneltilmesi sonucu cevaplamaları ile toplanmış ve kayıt altına alınmıştır. Sonuçlar, uzmanların verdiği cevaplar neticesinde aşağıdaki başlıkların altında aktarılacak ve değerlendirmeler eşliğinde sunulacaktır.

4.6.4. İnternet Bağımlılığının Tanımlanması ve Tedavi Yöntemleri

İnternet bağımlılığının tanımlanması, bağımlılık nesnelerinin bilinmesine ve hem önlem alınmasına hem de var olan bağımlılığın tedavi edilmesinde büyük önem teşkil etmektedir. İnternet bağımlılığı da, diğer bağımlılıklar gibi problem düzeyi ve altta yatan nedene yönelik tanımlanmakta ve tedavi edilmektedir. Bu konuda, birçok uzman internet bağımlılığını psikolojik sorun olarak da tanımlamaktadır. Üsküdar Üniversitesi Yeni Medya ve Gazetecilik Bölümünde Öğretim Üyesi olarak görev yapan Doç. Dr. Aylin Tutgun Ünal iletişim perspektifinden baktığı internet bağımlılığını kişinin yaşamındaki tüm alanlarına zarar veren bir sebep olarak tanımlamaktadır. Ünal sözlerine şöyle devam etmektedir:

“İnternet bağımlılığı, kişinin yaşamındaki tüm alanlara zarar veren ve olumsuzluklar yaşamasına sebep olan internet kullanımıdır. Bir çeşit psikolojik sorundur. Psikometrik olarak ölçülebilmesi için internet bağımlılığı ölçekleri vardır. İnternet bağımlılığını belirlemede de kullanılabilecek günümüzde “sosyal medya bağımlılığı ölçeği” vardır. Young’ın geliştirdiği 20 maddeden oluşan internet bağımlılığı envanteri de kullanılabilir fakat günümüzde yeni geliştirilen sosyal medya bağımlılığı ölçeklerini tercih ederim. Öznesi internet ya da sosyal medya oluyor, madde yapıları ve tanı kriterleri değişiyor.”

İnternet bağımlılığı da her bağımlılık gibi kullanım durumuna göre ve sınır koyulamaması durumlarına göre belirlenebilmektedir. Bu konuda internet bağımlılığı psikolojik danışman ve rehberlik uzmanlarına göre bir davranış bozukluğu olarak değerlendirilmektedir Uzman Psikolojik Danışman Nuran Ferhan CAN bir Psikolojik Uzman Danışman olarak bu konuda şunları söylemektedir;

“Bireyin internet kullanımı ile ilgili hazzını erteleyememesi ve kontrolsüzce kullanımıyla ortaya çıkan davranış bozukluğuna internet bağımlılığı diyebiliriz. Bireyin yaşam akışını ve sosyal ilişkilerini etki derecesi benim için önemli bir kriter olmaktadır. Bunun için “Young internet bağımlılığını testini kullanmaktayım.”

İnternet bağımlılığının tanımlanması içerisinde bulundurduğu diğer alt bağımlılıklar olarak da değişkenlik gösterebilmektedir. Bu konuda Aile Danışmanı Uzman Psikolojik Danışman Neslihan Özdemir tanımlama yaparken sınırlandırma yapılması gerektiğini savunmaktadır. Bu sınırlandırmanın, tedavi yaklaşımlarına ve kişiyi tanımada daha ayırıcı ve istifade edici faydalar sağlayacağını vurgulamaktadır. Özdemir, bu konuda şunların altını çizmektedir:

“Öncelikle internet bağımlılığını tanımlarken bunu sınırlandırmamız gerekmektedir diye düşünüyorum. Bunlar; Oyun bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, telefon bağımlılığı gibi, sohbet bağımlılığı, paylaşım bağımlılığı, online kumar veya şans oyunları gibi bahis bağımlılığı vs. Ben, Okul öncesi yaş grubu ile çalışıyorum. Dolayısıyla herhangi bir ölçek kullanmıyorum. Kriter olarak bu yaştaki çocukların oynadıkları oyun ya da seyrettikleri içerikle ilgili günlük hayatta çok meşgul olmaları, içerikten yoksun bırakıldıklarında uzun süren öfke nöbetleri, okul reddi. (Hep onlardan bahsetmek, oradaki kahramanlar gibi davranmak, okulda ve evde diğer faaliyetlere ilgisizlik vs.)” dolayısıyla, bağımlılık oluştuktan sonra gerçek hayatı oradaki kahramanların varlığı ve olaylar gibi sanmaktadır. Bu da bireylerin daha çocukluk yaşlarından itibaren gerçek hayatla benimsediği sanal hayatın ayrımını yapamaması, sanalı gerçeğe tercih etmesi ve gerçek hayatı ötekileştirmesi ile sonuçlanıyor. Gerçek hayatta ve gerçek hayatın aile, okul ve arkadaşlık gibi sosyal alanlarında da sanalda gördüklerini bulmak istiyor. Bulamadığı zaman daha fazla yabancılaşıyor ve sanala olan ilgisi katlanıyor.”

Marmara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Murat Çakar, çocuklarda ve gençlerde var olan bilgisayar, internet ve diğer alt bağımlılık türlerinin onları ne denli etkilediği ve nelerin yapılması gerektiği konusunda uzmanlık alanına dair çeşitli varsayımları ve açıklamaları bulunmaktadır. Çakar, internet bağımlılığını tanımlarken ve kişide var kabul edilen bağımlılığın bilinmesi için en önemli kriterin, bireyin internette ne yaptığının ve ne kadar süre

internette zaman harcadığının bilinmesi olduğunu vurgulamaktadır. İnternet bağımlılığının belirlenmesine yönelik Çakar şunların altını çizmektedir:

“Öncelikle bakmamız gereken en önemli ölçütün kişinin internette harcadığı süre ve ne iş yaptığı olduğunu söyleyebilirim. Burada süre derken şundan bahsediyorum, ihtiyacı kadar mı internet kullanıyor yoksa füzuli olarak gerektiğinden kat kat fazla mı internetin içinde zaman geçiriyor. Bu ayrım bizlere bağımlılığın varlığına dair önemli ipuçları vermektedir. Ayrıca kişi günlük görev ve sorumluluklarını yerine getirdiği müddetçe internet kullanımı sıkıntı olmamalı ancak kendisi ve çevresine karşı yerine getirmesi gereken sorumluluklarda aksamalar veya sapmalar yaşanıyorsa ve bunun sebebi internet ise orada sorunlu internet kullanımı söz konusu olabilmektedir. Ben internet bağımlılığına genelde bu açıdan bakmaya çalışıyorum ve dünyada geçerliliği olan ve kullanılan kısa internet bağımlılığı ölçekleri kullanılıyorum.”

İnternet bağımlılığının anlamlandırılmasında ve tanımlanmasında göz önünde bulundurulacak kriterler uzmanlık alanlarına göre de çeşitlilik gösterebilmektedir. Tüm Üstün Zekalılar Derneği’nde 7 yıldır Uzman Psikolog olarak görev yapan Abdülkadir Bulut, internet bağımlılığını “Kişinin öz denetim halini kontrol edememesi” olarak tanımlamaktadır. Yaptığımız görüşmede Bulut şunları dile getirmektedir:

“İnternet bağımlılığı: kişinin ilgilendiği nesneye karşı artık öz denetim sağlayamamasıyla o nesneye karşı aşırı istek, oynama ve kontrol edememe halidir. Bu gibi bireylerde genelde öfke, kaygı, oto kontrol durumları normal değildir. Ani sinirlenme, hemen duygusal olma gibi hızlı duygu değişimleri ve dikkat problemleri yaşarlar. Ailelerden alınan anamnezler, gözlem ve değerlendirmeler ile bireyin bağımlılığını ve oluşturduğu olumsuz sonuçları gözlemleyebiliyoruz.”

Bulut’un burada bahsettiği anamnezler şu anlama gelmektedir: “Doktorun hastaya teşhis koyma amaçlı olarak hastaya sorduğu sorular sonucu elde ettiği hastanın hikâyesidir. Hastanın mevcut ya da geçmiş hastalıkları hakkında, kendisinden ya da bir yakınından alınan bilgilerdir. Anamnez, hastalığın teşhisinde kullanılan en önemli adımlardan birisidir.

İnternet bağımlılığında tedavi yöntemleri klinik ve diğer yöntemler olarak ayrılmaktadır. Aslına bakılırsa tedavinin seyri altta yatan nedene göre de değişebilmektedir. Bu konuda iletişim uzmanları tedavinin yine konuyla ilgili psikolojik ve psikiyatr uzmanları tarafından yürütülmesi gerektiğini savunmaktadır. Ayrıca Ünal, bu konuda aşağıda yer alan önemli noktaların altını çizmektedir;

“İletişim bilimlerinde ölçek ile var olan durumun tespiti yapılabilir. Ölçekten yüksek puan alan kişilere iletişim alanındaki uzmanlar iletişim becerileri

eğitimi verebilir. Psikolog ile görüşmesini destek almasını tavsiye edebiliriz. Çocuk ve ergen gruplarda güzel konuşma ve diksiyon dersi verebiliriz, seminerler düzenleyebiliriz. Kişiler arası iletişimin önemi, etkili konuşma ve aile iletişimi gibi çok yönlü eğitim ve seminerler bir proje kapsamında toplumu bilgilendirme ve eğitim amacıyla verilebilir.”

İnternet bağımlılığı tedavilerine yönelik yapılması gereken klinik takiplerin önemi yukarıda vurgulanmıştı. Nuran Ferhan Can bu konuda şunlardan bahsetmektedir:

“Bu kişilerde en çok duygu durum bozukluklarına rastlamaktayız. Bunu depresyon, Anksiyete bozukluğu ve psikotik bozukluk takip etmektedir. Ayrıca ortopedik rahatsızlıklara da rastlanmaktadır. Bu durumda bireyin fiziki muayenesinin ardından gerekli fizik tedavi desteği alması için de yönlendirmekteyiz. Ayrıca bizim alanımızla ilgili olarak psikoterapi desteği ve psikiyatri uzmanının uygulayacağı ilaç desteği ile tedavi planını oluşturuyoruz. Bu durumda özellikle bilişsel davranışçı terapi ve emdr tekniklerinden faydalanmaktayız.”

İnternet bağımlılığının bireylerde bedensel ve zihinsel birtakım sorunlara yol açtığından bahseden Murat Çakar ise spor aktivitelerinin önemine dikkat çekmektedir;

“İnternet bağımlılığının arttığı bireylerde özellikle hareket kabiliyetinde azalma, dikkat dağınlıklığı gözlemliyoruz. Bunların tedavisinde aslında klinikten ziyade çeşitli spor aktivitelerinin kişinin hayatında artırılması ve internet dışı dikkat geliştirici faaliyetlerin yapılması gerekiyor. Bunlar; ailecek zeka oyunu oynama, kitap okuma, çeşitli sanatsal aktivitelerde bulunma gibi şeyler olabilir. Bunlar hem kişinin internette daha fazla kalmasını engeller hem de oluşan internet bağımlılığının zaman içerisinde kendiliğinden dengelenmesine katkı sağlar.”

İnternet bağımlılığının tespit edildikten sonra tedavi yöntemlerinin de ona göre belirlendiğinden bahseden Abdülkadir Bulut, açıklamalarında şunlara yer vermektedir:

“En çok görünen öfke ve dikkat problemi yaşamaları, bu bireylerin için önce aile sonra birey ile anamnez alıp klinik gözlem yapılmasını sağlıyoruz. İkinci aşamada oyun terapisi desteği ile süreci devam ettiriyoruz.”

İnternet bağımlılığı uzmanlara göre psikolojik bir sorun olarak tanımlanmaktadır. Ancak burada dikkati çeken kısım, davranışsal bir psikolojik sorun olmasıdır. Davranışsal olmasının sebebi ise uzmanlarca internet bağımlılığının kişinin "hazzını erteleyememesi, kontrolsüz kullanım ve süre olarak sınırlamanın bulunmaması" gibi durumları yaşaması olarak açıklanmaktadır. İnternet bağımlılığı davranışsal

psikolojik bir sorun olarak kişilerin en çok günlük hayatta yapması gereken diğer işlerine zaman ayırmaması ve sosyal yaşamdan yavaş yavaş çekilmesi ile sorunlu hale gelmektedir. Birey internete karşı öz denetim sağlayamamakta ve kullanıma karşı koyamamaktadır. İnternet bağımlılığının davranışsal bir bozukluk olarak değerlendirilmesi, tedavisinde de aynı metotların kullanımına katkı sağlamaktadır. İletişim uzmanları, sorunun tanımlanmasının ardından eğer kişide gerçek hayata ve gerçek hayattaki yakınlarına karşı iletişimsel bozukluların yaşandığını tespit ediyorsa, bireyin iletişim uzmanları tarafından iletişim becerileri desteği alması gerektiği vurgulanmaktadır. Bunun yanında sorun psikolojik olduğu için gerekli psikoterapilerin de -duruma göre- alınması gerekmektedir. Uzmanlar, bilişsel davranışçı terapilerin tedaviye katkı sağladığını belirtmektedir. Bütün bunların yanında internet bağımlılığının tespit edildiği bireylerde gerçek hayata karşı kabiliyetlerin yeniden kazandırılması ve artırılması için ailecek veya bireysel olarak spor yapmak, ailecek zekâ oyunu oynamak, kitap okumak, çeşitli sanatsal aktivitelerde bulunmak gibi internet dışı fiziksel aktivitelerin çeşitlendirilmesi tavsiye edilmektedir. Uzmanlar, bu tür alışkanlıkların hem bağımlılığın oluşmasını engellemede hem de var olan bağımlılığı tedavi etmede oldukça fayda sağlayıcı olduğunu bildirmektedir.

4.6.5. İnternet Bağımlılığında Sosyal Hayata Yansıyan Meseleler

İnternetin aşırı kullanımında kişilerin, özellikle de gençlerin hayatında bir takım sosyal ve çevresel sorunlar ortaya çıkmaktadır. Bu durum kendisini internette daha yoğun zaman geçiren gençlerde bir nebze daha sık ve şiddetli görülmektedir. İletişim uzmanı Dr. Aylin Tutgun Ünal “öğrenilmiş otizm” ismi verilen bir çeşit gelişim geriliğinin altını çizmektedir. Ünal’a göre bu kişiler aşırı internet kullandığı için, konuşmıyor, kas hareketleri zayıflıyor ve adeta otistik bireyler gibi davranıyorlar.

İnternetin aşırı kullanımının ve bu kullanımın kişinin yaşamındaki olumsuzluklara sebep olmasını internet bağımlılığı olarak tanımlayan Ünal, günümüzde bu duruma en çok gençlerin maruz kaldığının altını çizmektedir. Ayrıca bu durumun onların şu problemleri yaşamalarına neden olduklarını vurgulamaktadır:

- İş yaşamı, okul yaşamında yapılacak işlerin/ödevlerin aksaması

- Kişiler arası iletişim problemleri, yüz yüze iletişim yerine sosyal medya ya da internetin tercih edilmesi.
- Uykusuzluk ve buna bağlı problemler
- Özellikle daha erken yaşlardaki çocuk ve ergenlerde konuşma bozuklukları,
- Kişilerle çatışma, internet kullanırken rahatsız edilmek istememe ve bu yüzden kişilerle ilişkisel problemler

Çocuklarda Youtube kullanımı yaş olarak giderek aşağı çekildiğine vurgu yapan Aylin Tutgun Ünal ilköğretim 2. Kademeyi kapsayan bir araştırmalarında Youtube kullanımının diğer sosyal medya mecralarına göre daha yaygın olduğunu ve birinci sırada kullanıldığının ortaya çıktığını belirtmektedir. Bunun yanında Lise öğrencilerinde Instagram kullanımı birinci sırada olduğunu vurgulamaktadır. Ünal, çocukların bu tür mecralara fazlaca maruz kalmalarının olumsuz sonuçlarını şu sözlerle dile getirmektedir:

“Çocukların Youtube ve youtuberlara fazla maruz kalması kimlik gelişimlerini ve kişiler arası iletişimlerini olumsuz etkiliyor. Yurt dışında da yapılan pek çok araştırmada belirtildiği gibi, çocuklar bir süre sonra günlük yaşantısında izlediği fenomen gibi davranmaya başlıyor ve içselleştiriyor. Böylece, kendi kimliğini oluşturamıyor. Yaşantısının ileriki zamanlarında da izlerini sürecektir kimliğini oluşturmada, internetten olumsuz etkileniyor.”

Bir diğer problemin kuşak çatışması olduğuna değinen Ünal, Kuşaklar arası iletişim ve değer aktarımının da internetten etkilendiğini savunmaktadır. İnternetle birlikte bu çatışmaların dönüştüğünü dile getiren İletişim Uzmanı konuyla ilgili sözlerinde aşağıdaki ifadelerle yer vermektedir:

“Günümüzde genç kuşaklar internette gördükleri müzikleri, yaşam tarzlarını, giysileri, kültürleri benimsiyor. Daha yaşlı kuşaklarda değer ve kültür aktarımı daha çok günlük yaşantıdaki çevreden oluyordu. Şimdi ise durum farklılaştı, internetin yaşantımıza girmesiyle birlikte dünyanın diğer bir ucundaki değeri benimsiyor ve hayatımıza adapte ediyoruz. Böyle olunca aynı evde bile aile bireyleri arasında farklı değerler sistemi oluşuyor. İnternetin etkisiyle mozaik kültür ve değerlere sahip olan bireyler arttı. Öncelerden beri var olan kuşak çatışmasını dönüştürdüğünü, çevrimiçi dünyayı da içine kattığını ve çözümlenmesi için artık internetin etkilerinin de anlaşılmasını gerektirdiğini söyleyebiliriz.”

İnternet bağımlılığının özellikle genç nüfus üzerinde oluşturduğu sorunlu etkilerin psikolojik ve sosyolojik sonuçları da bulunmaktadır. Bunlar hem kişisel düzeyde

bireyin içine düştüğü sorunlar hem de toplumsal düzeyde yaşadığı sorunlardır. Nuran Ferhan Can bunları şu şekilde açıklamaktadır:

“İnternet bağımlılığında insan-makine etkileşimini içeren davranışsal bağımlılıklar vardır. İnsanın toplum içerisinde varlığını sürdürmesine ve ruhsal olarak diri kalmasına yine bir başkasıyla/başkalarıyla kurduğu ilişkiler yardımcı olmaktadır. İnternet bağımlılığı olan bireylerde bu anlamda sosyal iletişim bozuklukları görülmektedir. Özellikle genç nüfusta ortaya çıkan temel problemler şu şekildedir: Dikkat çekme, duygu durum değişikliği, geri çekilme, çatışma.”

Bunlara benzer ve birbirini tamamlar nitelikte olarak Neslihan Özdemir tarafından da detaylandırılmaktadır. Özellikle Özdemir, internet bağımlılığında uzman olduğu okul öncesi yaş grubunun sosyal hayata adaptasyon sorunları üzerinde durmaktadır. Bağımlılık gözlemlediği bireylerde sosyal anlamda uyumsuzlukların yaşandığından bahseden Uzman Psikolojik Danışman Neslihan Özdemir, sözlerine şu şekilde devam etmektedir:

“Bağımlılığın söz konusu olduğu yaş gurubuna göre değişiyor bu sorunun cevabı. Örneğin çalıştığım yaş grubu için söyleyebilirim ki (okul öncesi yaş grubu) sosyal anlamda uyumsuzluk (aileye, okula, yani kısacası etrafındaki sosyal yaşama uyum sağlayamıyorlar. Daha doğrusu sağlamak istemiyorlar çünkü sanal hayatlarında kendilerini daha mutlu ve rahat sanıyorlar) kendini ve özellikle duygularını ifade etmede güçlük (bu da iletişim kurma becerilerinin gelişmemesi ve kendilerini gerçek hayattan tecrit etmelerinden kaynaklanıyor) konsantrasyonunu sağlamada ve sürdürmede güçlükler gözlemliyorum.”

Bu konuda Murat Çakar ise gençlerin geçiş dönemi dolayısıyla dikkat edilmesi gereken bireyler olduğunu vurgulamaktadır. Çakar sözlerine şu şekilde devam etmektedir:

“En önemli problem görev ve sorumluluklarını olması gerektiği gibi yerine getirmemesi- genç nüfusta problem aşırı kullanım durumu aslında bir geçiş dönemi de dersek genç nüfus açısından kontrollü gitmekte fayda var yani abartmamak lazım gençlik elden gidiyor diye bu tarz söylemler asırlardır her dönemde yetişkinler tarafından gençler için söylenmiştir. Bu nedenle onların daha sağlıklı eylemlere çekilmeleri gerekir. Mesela; spor sanat doğa vb. gibi etkinlikler buna fayda sağlamaktadır.”

Uzman Psikolog Abdulkadir Bulut, internet bağımlılığına maruz kalan bireylerin sosyal hayatlarına karşılaştıkları en önemli olumsuz durumun sosyal yaşantılarından ve sosyal arkadaş gruplarından kopmalar yaşadıklarını belirtmektedir. Bulut, asosyal devreler olarak tanımladığı bu süreçleri şu ifadelerle dile getirmektedir:

“Bağımlılık ile birlikte bireyler sosyal arkadaş gruplarında kopmalar yaşanmaktadır. İnternetteki online arkadaşlar ile iletişim sağlamasını kendini

sosyal olarak adlandırmaya başlayabiliyorlar. Hayata atıldıklarında insanlar ile iletişim sağlayamadıklarında endişe ve kaygı ile beraber asosyal dediğimiz evreler oluşabiliyor. Ayrıca tahammülsüz, hemen sinirlenebilen, dikkat problemleri yaşayabiliyorlar.”

İnternet bağımlılığı başta sosyal olmak üzere birçok yönde kişilerin hayatını derinden etkilemektedir. Bu problemler zamanlar kişinin ailesinden iş hayatına kopmaların yaşanmasına neden olabilmektedir. Uzmanlara göre internet bağımlılığının kişilerin sosyal hayatında ve kişisel hayatlarında aşağıdaki problemlerin yaşandığı görülmektedir:

- ❖ İş yaşamı, okul yaşamında yapılacak işlerin/ödevlerin aksaması
- ❖ Kişiler arası iletişim problemleri, yüz yüze iletişim yerine sosyal medya ya da internetin tercih edilmesi.
- ❖ Uykusuzluk ve buna bağlı problemler
- ❖ Özellikle daha erken yaşlardaki çocuk ve ergenlerde konuşma bozuklukları,
- ❖ Kişilerle çatışma, internet kullanırken rahatsız edilmek istememe ve bu yüzden kişilerle ilişkisel problemler
- ❖ Çocukların izlediği karakterleri içselleştirmeleri ve onlar gibi olmaya çalışmaları
- ❖ Kültür ve değer aktarımlarının internet fenomenlerinden etkilenmesi ve mozaik kültüre sahip bireylerin çoğalması
- ❖ Günlük hayatta üzerine düşen görev ve sorumlulukları yerine getirememe
- ❖ Sosyal aile ve arkadaş gruplarından kopma ve sanal gruplarla yakınlık kurulması
- ❖ Tahammülsüzlük, ani sinirlenme ve parlama, ikna ve tatmin olamama

4.6.6. İnternet Bağımlılığında Ulusal ve Uluslararası Düzeyde Yapılması

Gerekenler

İnternet bağımlılığının kişilerin hayatını olumsuz yönde etkilemesinin bilinmesi ve bunun çeşitli ölçekler vasıtasıyla ölçülebilir olması, bunun tedavisinin yanında önlenabilir olmasını da akıllara getirmektedir. Bu konuda devletlerin hem ülkeleri bazında hem de uluslararası anlamda yapması gerekenlerin olduğunu zorunlu kılmaktadır. İletişim uzmanları ve PDR konusunda uzmanlar bu konuya önce bilinç kazandırmanın gerekli olduğunu vurgulayarak söze başlamaktadır. Kişilerin bilinçlenmesinin bu durumun öne geçilmesinde fayda sağlayacağı belirtilmektedir. Bu konuda iletişim uzmanları ve psikolojik danışmanlara şu iki soru sorulmuş ve

cevaplar aşağıda derlenmiştir: “Sanal ortamda yer alan çok sayıda bağımlılık nesnesi var ve her geçen gün bir yenisi ile karşılaşyoruz (sohbet, oyun, sosyal medya, alışveriş ve sair). Sizce bunun için ulusal ya da uluslararası düzeyde bir düzenleme/sınırlama getirilmeli mi? Bu süreci nasıl kontrol edeceğiz? Bu soruya ek olarak (bilgileriniz dâhilinde ise); “uluslararası düzeyde, Batıda, Amerika’da veya dünyanın farklı noktalarında bu konuda yapılan çalışmalar hakkında bilgi verebilir misiniz? Dünya bu soruna nasıl çareler üretiyor?” İletişim uzmanı Dr. Aylin Tutgun Ünal bu konu hakkında şunları dile getirmektedir:

“Kişilerde bilinçlilik kazandıracak projeler yapılabilir. Ulusal ve Uluslararası ölçekte yapılacak projelerde kişilerin kendi kontrollerini kendilerinin yapmaları, bunu istemeleri ve bilinçlilik kazanımı hedeflenmelidir. Yasal sınırlamalar toplumda kaosu artırabilir bunun yerine aşırı kullanımın kişiye getireceği zararlar anlatılmalı ve doğru kullanım öğretilmelidir. Bunun için medya okuryazarlığı, sosyal medya okuryazarlığı, yeni medya okuryazarlığı, dijital okuryazarlık gibi çeşitli kavramlar altında ele alınmış becerilerden bahsedilmektedir. Bu eğitimler ile kontrol etmeye çalışmalıyız.

Uluslararası ölçekte dünya sağlık örgütü belirli aralıklarla medya okuryazarlığı, hatta dijital medya okuryazarlığı becerileri hakkında raporlar yayınlamaktadır. Bu raporların içeriğini ülkemizde de yaygınlaştırmalıyız.”

Uzman Psikolojik Danışman ve Aile Danışmanı olan Nuran Ferhan CAN bir Psikolojik Uzman Danışman olarak bu konuda şunları söylemektedir;

“Bunlarla ilgili bir sınırlamanın getirilmesinin tek çözüm olacağını düşünmüyorum. Bireylere çocuk yaşta kişisel sınırlarını fark etmeleri ve haz erteleme becerilerinin gelişmesi noktasında destek olunmalı. Bu sayede otokontrol becerisi gelişmiş olan bireyler internet kullanımı noktasında daha sağlıklı olacaklardır. Ayrıca toplumsal bilinçlendirme çalışmaları yapılabilir.”

Bu konuda Neslihan Özdemir şunları söylemektedir:

“Özellikle gençleri ve çocukları çok daha olumsuz etkileyen bazı sosyal medya uygulamalarının erişimi ulusal ve uluslararası düzeyde engellenebilir. Bu konuda Çin’de son zamanlarda TikTok uygulamasının 14 yaşından küçük çocuklar için kullanım süresinin günlük 40 dakika ile sınırlandırıldığını öğrendim. Aynı zamanda bu sosyal medya uygulamasının 14 yaş altı bireyler için saat 22:00 ile sabah 06:00 arasında erişim engellemesi getirildiği malumlarımızdır. Bu uygulamayı doğru ve yerinde buluyorum. Tüm dünyada ve özellikle ülkemizde de bu tür düzenlemeler yapılabilir yapılması da elzemdir. Erişimin bu kadar kolay olması ailelerin de işini zorlaştırıyor. Aileler denetlemek istese de artık herhangi bir cep telefonu veya tableten her türlü internet tabanlı uygulamalara erişiliyor. Bunların yasal düzenlemeler çerçevesinde ulusal düzeyde denetlenebilir ve düzenlenebilir olması gerekir. Bu hem ailelerin işini kolaylaştırır hem de çocukların erişimini engeller.”

Bu konuda yapılmış çeşitli sınırlandırmaların bulunduğunu ancak yeteri kadar uygulanmadığını belirten Murat Çakar, bu tür uygulamaların başarıya ulaşabilmesi için öncelikle ailelerin uygulaması gerektiğini savunmaktadır.

“Aslında bu konuda çeşitli sınırlandırmalar bulunmakta ancak uygulama noktasında eksikler var diyebiliriz. Bunun uygulanabilmesi için öncelikle asıl ailelerin bilinçlenmesi çok önemli. Tabi ki aileler ile birlikte medyanın da buna destek olması gerekiyor. Bunların dışında en çok görev burada devlete düşmektedir. Devletin de bu meseleye el atması lazım. Eğer bu iklim meselesi gibi uluslararası bir mesele ise o zaman uluslararası bir düzenleme getirilmesi gerekir.”

Bu tür kısıtlama ve düzenlemelerin öncelikle ailelere getirilmesi gerektiğini savunan Abdülkadir Bulut ise, bu konuyu bağımlılık evresinin oluşmasıyla ilişkilendirmektedir. Bulut:

“Bu kontrol sistemi öncelikle ebeveynlere getirilmeleri gerekir. Anne babanın çocuğu ile biraz ilgilendikten sonra tv, telefon ile ilgilenmesi veya en önemlisi olan çocuğuna yemek yedirmek için veya sessiz kalması için “Araç” olarak kullandığı tabletin çocuk belli bir farkındalığı ulaşmasıyla tableti “Amaç” haline getirip her seferinde elinden düşürmemesiyle bağımlılık dediğimiz evre başlıyor. Bunun kontrol edilmesi ailelere psiko eğimler verilmesi gerekir. Çocuklar nezdinde ise programlarda, internetlerde kısıtlayıcı uygulamalar kullanarak bunu kontrol altına alabiliriz. Ama yine tekrar söylemek gerekirse en önemlisi Aileye psiko eğitim ile süreci fark etmesini sağlamak gerekir.”

Türkiye’de de bu konuda çeşitli çalışmalar yapılmaktadır. Uzmanlara, konuyla alakalı şu soru yöneltilmiş ve aşağıdaki cevaplar alınmıştır: “Türkiye’de bu konuyla alakalı neler yapılıyor. Gençleri ve çocukları korumak yalnızca ebeveynlerin sorumluluk alanında mı yoksa Devlet, bakanlıklar, eğitimciler ve iletişimciler de bu konuya eğilmeli mi? Hali hazırda sayılan makam ve kurumlar tarafından yapılan çalışmalar nelerdir?” Aylin Tutgun Ünal:

“Türkiye’de internet kullanımı ile ilgili çeşitli akademik çalışmalar yapılıyor. Üniversitelerde internet bağımlılığı ile ilgili araştırmalar ile var olan durum ortaya koyuluyor. Pek çok uzmanlık tezinde yine bu konu hakkında ölçek geliştirme, araştırma, uygulama, raporlama faaliyetleri yürütülüyor. Aile ve çocuklara seminerler veriliyor. Bu seminerler Üniversitelerde araştırmacılar tarafından yapılan projelerin kapsamında olabileceği gibi ilköğretim ve lise devlet okullarının düzenlediği çevrimiçi eğitimler, seminerler ile verilebiliyor.

Ülkemizde önceki yıllarda medya Okuryazarlığı isimli ders ilköğretim ikinci kademedeki ders olarak okutuluyordu. Şimdilerde lise ve üniversitelerin ders müfredatlarında yeni medya okuryazarlığı, medya okuryazarlığı veya muadili dersler okutuluyor. Gençlerin ders olarak almasının yanında, projeler ile çeşitli eğitimler verilebiliyor. Yasal olarak sınırlandırmalar yerine bilinçliliği artırıcı eğitimler veriliyor.

Kaymakamlıkların da proje departmanı bulunuyor, toplumu ilgilendiren sosyal projeler yapıyorlar, onlar da bu konuyu sosyal hizmet uzmanları, hastaneler ve üniversiteler ile iş birliği içinde yürütüyorlar.”

Uzman Psikolojik Danışman ve Aile Danışmanı olan Nuran Ferhan CAN bir Psikolojik Uzman Danışman olarak bu konuda şunları belirtmektedir;

“Çeşitli kısıtlama programları mevcut olsa da yeterli olduğunu düşünmüyorum. Okullarda çocuklar için bu konuda bilinçlendirme seminerleri yapılmaktadır ancak bu da ne kadar yeterli tartışılır. Bu konuda bakanlıklara büyük iş düşmektedir. Özellikle internet kullanımı yaşının bu kadar düştüğü bir çağda binlerce çocuk istismarla karşı karşıyadır. Burada istismardan kastım sadece cinsel istismar değil, aileleri tarafından fenomen yapılan ya da online oyun sitelerinde saatlerce kalmasına izin verilen çocuklar da sosyal duygusal açıdan istismar edilmektedir.”

Burada Can, çocukların denetim mekanizmasına tabi tutulmadığı takdirde online oyun bağımlılıklarının arttığı ve istismara dahil olduğu vurgulanmaktadır. Ayrıca kendi çocuklarını onların yaşı gereği izni olmadan ve çocuğun farkında olmadığı erken yaş dönemlerinde fenomen yapılması da istismar olarak değerlendirilmektedir. Burada birey, yaşamının erken döneminde henüz bilinç düzeyi tamamlanmadan binlerce hatta milyonlarca insanın takip ettiği bir fenomene dönüşmesi gerçekleşmektedir. An, bu çocukların sosyal ve duygusal açıdan istismar edildiğini vurgulamaktadır. Bu konuda Murat Çakar ise, özellikle Birleşmiş Milletler UNICEF Amerikan Psikiyatri Birliği gibi kurum ve kuruluşların web sayfalarında detaylı bilgiler bulunduğunu belirtmektedir. Çakar ülkemizle ilgili ise şunları kaydetmektedir:

“Türkiye’de basta okulları bakanlıklar ve çeşitli sivil toplum kuruluşları bilişsel düzeyde çalışmalar yapıyorlar. Duyusal veya psiko-motor düzeyde çok etkin ve yetkin eylemler henüz var diyemeyiz. Aslına bakılırsa teorik olarak tartışmalar ve çalışmalar var ve yapılmaya devam ediyor. Ancak somut anlamda henüz elle tutulur bir adım atılmış değil. Bu konuda henüz harekete geçildiğini söyleyemeyiz.”

İnternet bağımlılığı ulusal düzeyden ziyade uluslararası tüm dünyada ailelerin ve çoğu devletin mustarip olduğu bir problem olarak nitelendirilmektedir. Birçok ülke bu konuda tedbir alıcı çalışmalar yürütmektedir. Bu konuda; Çin internet bağımlılığı tedavi merkezleri kurarak belli yaş altı gençleri bağımlılıktan kurtarmak için uğraşmaktadır. Yine aynı ülkede Tik Tok uygulaması 14 yaş altı çocuklar için kısıtlandı. Karara göre 14 yaş altı çocuklar uygulamaya sadece 06-22 saatleri arasında 40 dakika olarak erişim sağlayabilecekler. Fransa’da ise; anaokulu, ilkokul

ve ortaokullarda cep telefonu kullanımı tamamen yasaklandı. Liselerde ise lise yönetiminin isteğine göre kısıtlamaya gidilebilecekleri belirtildi. Ülkemizde ise henüz bu tür bir yasaklama veya kısıtlayıcı çalışma bulunmamaktadır. Uzmanlar bu konuda yapılması gereken uluslararası çalışmaların kısıtlayıcı veya engelleyici olmaktan ziyade, kişinin kendisini kontrol edebilecek düzeyde yapılması gerektiği taraftarıdır. Bunun yanında aşırı yasak ve engellemelerin ulusal kaoslara da yol açacağından endişe duymaktadırlar. Bunun için birçok uzman, ailelerden başlanarak toplumun bu konuda bilinçlendirilmesi gerektiğini savunmaktadır. Ülkemizde konuyla ilgili akademik çalışamazlar yapılmaktadır. Uzmanlar, ortaya çıkan bu sonuçların devlet tarafından değerlendirilmeye alınmasını ve ona uygun çözüm yolları aranmasının altını çizmektedir.

4.6.7. Bireyleri İnternet Bağımlılığına İten Sebepler

Bireyleri internet bağımlılığına iten birçok sebep yukarıda detaylı bir şekilde açıklanmıştı. Özellikle Feindel tarafından internet bağımlılığına maruz kalmış kişilerin itirafları durumu açıkça ortaya çıkarmaktadır. Bireyler internette kendilerini daha özgür, daha önemli konumlarda ve daha yetenekli olarak görmektedir. Bunların yanında teknolojinin getirdiği hız ve anıdalık ilişkisi gibi motivasyon aygıtları da internet kullanımının artmasına zemin hazırlamaktadır. Bu artış söz konusu olduğunda yüz yüze iletişimin de önem yitirdiği ve beraberinde iletişim kazalarının yaşanmasına neden olduğu vurgulanmaktadır. Konuya iletişim perspektifinden yaklaşan Ünal, bu durumun anomi olarak adlandırılan yani kişinin içinde bulunduğu topluma yabancılaşma durumunu arttırdığını vurgulamaktadır. Ünal bu konuda şunları söylemektedir:

“Bireyler gerçek yaşamda elde edemedikleri gücü, benliği ve iletişimi internette sağlayabiliyor. Bu yüzden internete eğilim ve aşırı kullanım kişileri etkisi altında bırakıyor. Örneğin, kişi günlük yaşamda asosyal, internette çok sosyal olabiliyor. Kendini internette daha rahat ifade edebiliyor ve istediği çevreyi oluşturabiliyor. Kimlik oluşturma aracı olarak kendini istediği gibi sunan kişiler istedikleri iletişimi, sosyalliği internet ortamında kuruyor ve kişiye iyi hissettirdiği için kişi daha fazla kullanmak istiyor. Duygu durum düzenleme aracı olarak da yine çok popüler olan internet bir süre sonra bağımlılık yapıyor. Günlük yaşamına döndüğünde kişi oradaki konforu bulamayabiliyor ve böyle olunca kendini daha rahat ifade ettiği internet ortamına geri dönüyor ve her seferinde daha fazla orada kalmak istiyor.

Yüz yüze iletişimde nasılsa kişi kendini farklı yansıtmazsa interneti dozunda kullanırsa bağımlılığa eğilim göstermeyebilir. Bunun için gerçek yaşamdaki konfor ve mutluluk etki sahibidir. Anlama, empati, sempati gibi iletişimde rol oynayan pek çok etken kişiler arası iletişimi ve ilişkiyi etkiler. Kendini anlatma kadar karşındakini anlama da önemlidir. Bu iletişim çift yönlü yapısını doğru yapamayınca insanlar internet iletişimini tercih eder olmuştur. Benliğini olduğu gibi değil olmak istediği gibi yansıtarak, buna göre çevre oluşturan kişilerin gerçek yaşamları böyle olmadığı için uyumsuzluk yaşamaktalar ve içinde bulundukları topluma yabancılaşmaktadırlar. Bu durum anomi denilen kişinin içinde bulunduğu topluma yabancılaşma durumunu arttırmakta olduğundan kişiler internette daha çok vakit geçirmeye çalışmakta, istedikleri, daha doğrusu kendilerine iyi gelen çevreden kopmak istememektedir.”

İnternet bağımlılığına iten sebepler sosyal ve psikolojik olarak 2 temel alt başlıkla ele alınabilmektedir. Yukarıda bu durumun daha sosyal ve iletişimsel düzeyi ele alınmıştır. Uzman Psikolojik Danışman ve Aile Danışmanı olan Nuran Ferhan CAN ise konuya bir Psikolojik Uzman Danışman olarak yaklaşmaktadır. Ona göre:

“Özellikle temel güven duygusunun kazanıldığı erken çocukluk döneminde travmatik anların varlığı bireyleri sosyal ilişkiler noktasında geriye çekmektedir. Ailenin çocukla sağlıklı bağ kuramaması, çocuğun suçluluk ve değersizlik duygusu içinde büyümesi, bir gruba ya da zümreye ait olamama hissi bireyleri sanal ilişki kurmaya itmektedir.”

İletişimsel olarak konuya psikolojik açıdan yaklaşan Neslihan Özdemir ise bu konudaki en temel sebebin, insanların sanalda olduğu gibi değil olmayı istediği gibi görünmelerine imkân bulmalarından kaynaklanmaktadır. Özdemir’in açıklamaları Dr. Feindel tarafından klinik olarak ortaya konmuş sonuçlarla da örtüşmektedir. Yukarıda bunlar detaylı bir şekilde verilmişti. Özdemir bu hususta şunlara değinmektedir:

“İletişimle ilgili en temel sebepler sanalda insanların olduğu gibi değil olmak istedikleri gibi davranabilmeleri, yüz yüze iletişimin bazı zorluklarını içermemesi olduğunu düşünüyorum. Bulundukları sosyal çevre içerisinde yeterli ilişki doyumu yaşamayan insanların sanalda bunu elde etmeye çalıştığını ve kısmen başardığını söyleyebiliriz. Bu durum arttıkça sanal ve sanal âlemde gerçekleşen iletişime daha bağımlı bir hale gelebilmektedirler.”

Uzman Psikolog Abdulkadir Bulut ise bu konuda şunları söylemektedir:

“Öncelikle küçük yaşta yemek yedirmek ile veya susmasını sağlamak ile başlayan bu bağımlılık. İleride çocuğun oyunları veya videoları keşfetmesiyle ve ailenin bilinçsiz tüketimle küçük yaşta aldığı tablet ve bilgisayar ile çocuğun ilgisini internette arttırmaya neden sağlıyor.”

Uzmanlara göre bireyleri internet bağımlılığına iten en önemli sebebin, gerçek yaşamda bulamadıklarını orada aramaları ve sanal da olsa bulmalarıdır. Bunun açıklaması şudur; bireyler gerçek yaşamda çekimser ise, iletişim kurmakta

zorlanıyorsa, hor görülüyorsa veya herhangi bir başarı elde edemiyorsa bunların tamamını sanal ortamda arıyor ve buldukça oraya bağımlı hale geliyor. İnternet ortamında tanıştığı kişilerle daha rahat iletişim kurabiliyor ve bu durum kendilerini iyi hissetmelerine katkı sağlıyor. Hatta internet ortamında, gerçek hayatında olduğundan daha güçlü, daha başarılı, daha güzel/yakışıklı görünebiliyor. Diğer kullanıcıların onu beğenmesi ve takdir etmesi motive ediyor. Bunların dışında, ailesi tarafından gerekli ilgiyi bulamayan bireylerin de internete bağımlı hale geldiği belirtilmektedir. Sanal âlem, bireyleri olduğu gibi değil olmak istediği gibi gösterebilmektedir. Buna çeşitli uygulamalar, filtreleme imkânları katkı sunmaktadır. Bu durumların tamamı internete bağımlılığı artırıyor ve bireylerin internet ortamını tercih etmesine sebep oluyor.

4.6.8. Medya Okuryazarlığı Dersinin Önemi

Medya eğitimi çoğu uzmana göre ailede verilmeye başlayan bir sürece tabi olmalıdır. Bunun yanında okullarda da medya kullanımına ve bilinirliğine yönelik dersler okutulmaktadır. Ülkemizde bu derslere genel anlamıyla “Medya Okuryazarlığı” ismi verilmektedir. En genel anlamıyla tanımına baktığımız zaman; “Medya Okuryazarlığı” çeşitli biçimlerde mesajlara ulaşma, analiz etme, değerlendirme ve iletme yeteneğidir (Aufderheide, 1993). Bu yeteneğin öğrencilere de verilmesi ve sağlıklı iletişim için kitle iletişim araçlarının kullanımı doğru ve kaliteli yöntemlerle gerçekleştirilmesi gerekmektedir. Günümüzde medya okuryazarlığı başlığı altında bazı sınıflara seçmeli veya iptidai seviyede dersler verilmektedir. Bu dersler ülkemizde 6-7-8. Sınıflardan itibaren okutulmaktadır. Ancak bazı uzmanlar tarafından bu dersin yetersizliği vurgulanmaktadır. Yapılan eleştirilerden birçoğu, dersin özgün olmaktan ve kapsamlı olmaktan ziyade genel ve yetersiz bilgiler içerdiği yönündedir.

Medya okuryazarlığının son otuz yılda özellikle Batılı ülkelerde yaygın bir ilgi gördüğünü düşünecek olursak Türkiye’deki gelişmelerin oldukça yeni olduğunu söyleyebiliriz. Radyo ve Televizyon Üst Kurulu’nun başını çektiği bu çalışmalara Milli Eğitim Bakanlığı’nın ve Marmara Üniversitesi İletişim Fakültesi tarafından 23–25 Mayıs 2005 tarihinde gerçekleştirilen I. Uluslararası Medya Okuryazarlığı Konferansı’nın da katkıları olmuştur (Altun, 2008; 03).

Günümüz olarak baktığımızda ise medya okuryazarlığı derslerinin internet kullanımında da yeteri kadar bilgi ve sorumluluk vermesi gerekmektedir. Bu da internet bağımlılığının düşük seviyelere inmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çünkü öğrencilerin sağlıklı ve bilinçli internet kullanması aldıkları eğitimin de sonucuna göre değişebilmektedir.

Medya Okuryazarlığı dersinin gerekliliği son dönemlerde daha sık tartışılır hale gelmiştir. Özellikle 2-3 yaş seviyelerine kadar inen teknolojik cihaz kullanımı bu durumun önemini artırmaktadır. Artık çocuklar doğar doğmaz cep telefonu, internet ve televizyon gibi medyalara maruz kalmaktadır. Söz konusu dersin eğitim alanının bu yönde güncellenmesi ve daha erken yaşlarda verilmesi oldukça önemlidir. Konuyla ilgili uzmanlar da medya okuryazarlığı dersinin ilköğretim seviyesinde verilmesinin altını çizmektedir. Bu hususta Ünal, şunları söylemektedir:

“Evet, ilköğretim seviyesinde verilmelidir. Çocuklara bu ders yüz yüze iletişimin önemini anlatacak şekilde doğru ve yanlışların verilmesi, örnek olaylarla gösterilmesi ile verilebilir. Drama yöntemi kullanılabilir, rol yapma daha akılda kalıcı bir tekniktir. Çocuklarda görsel kullanılarak, iki boyutlu ve üç boyutlu görsellerin yer aldığı videolar, yani hareketli görüntüler ile mesaj verilebilir. Fakat yaşayarak öğrenme en unutulmayan teknik olarak bilinir. Bu yüzden simülasyon, benzetilmiş gerçeklik uygulamaları ya da sınıf için rol yapma ile drama tekniği kullanılabilir.”

Medya okuryazarlığı derslerinin daha alt sınıflara düşürülmesi Psikolojik Danışmanlar tarafından da benimsenmektedir. Bununla beraber alternatif etkinliklerle bireylerin desteklenmesi ve tek çözümün internet olmadığının öğretilmesi gerektiği de savunulan görüşler arasında yer almaktadır. Yukarıda yer alan soruya Nuran Ferhan Can şu şekilde cevap vermektedir:

“Kesinlikle düşürülmeli. Ancak bizler dijital göçmeniz çocuklar dijital yerli. Onlar bu dijital dünyanın içine doğdular. Tamamen kısıtlamak ya da men etmek mümkün görünmemektedir. Özellikle online eğitim süreciyle binlerce aile çocuğunun şahsına ait bilgisayar ya da telefon almak zorunda kaldı. Onların bu dijital dünyada varlığının ebeveynler kontrolünde olmasına dikkat edilmelidir. Sosyal medya hesaplarından uzak durmalılar. En önemlisi de onların hayatına en az internet kadar cazip ve eğlenceli olabilecek alternatifler sunulmalıdır. Ailecek düzenli olarak gidilen spor ya da yüzme aktiviteleri gibi.”

Neslihan Özdemir ise bu konuda birçok ailenin umutsuzluğa düşüp kendilerine başvurduklarını belirtiyor. Özdemir sözlerine şu şekilde devam ediyor:

“Bu yaşlarda çocuklar hareketlenmeye başlıyor ve ebeveynler kendi konforları için teknolojik aletleri bakıcı gibi kullanabiliyor. Bu tip ebeveynlerle çok çalışıyoruz. Üç dört yaş civarı çocukta gözlenen iletişim güçlüklerinden dolayı uzman yardımı alıyorlar ve bu çocukların çoğu otizm spektrum bozukluğu belirtileri gösteriyor. Psikiyatristler kreş öneriyor, aileler umutsuzluk ve suçluluk duygularıyla bizlere de başvuruyorlar. Bu dersler elbette ilköğretim hatta

okul öncesi düzeye indirgenip içerik olarak da sanal güvenliğe vurgu yapılabilir. Ancak bu hususta atılacak en önemli adım bana göre ebeveyn eğitimleridir.”

Medya Okuryazarlığı dersinin daha alt yaşlara düşürülme meselesine Abdulkadir Bulut duygusal gelişimin olumsuz yönde etkileneceği perspektifinden yaklaşmaktadır. Bulut’a göre avantajların ve dezavantajların iyi hesaplanması gerekiyor. Bulut bu konuda şunlardan bahsetmektedir:

“Daha önceki soruda cevapladığım gibi küçük yaşta bizim kazandırmak istediğimiz şeyi çocuklar almak yerine kendi istediği doğrultuda olayı yönlendirebilir. Bunun temel iki nedeni: Bir zekâ iki duygusal gelişimdir. Küçük yaş seviyesine indirmek duygusal gelişim açısından birçok olumsuz nedenlerle karşılaşırız. Genel tabloda avantaj gibi görülen durumlar olsa da dezavantajları daha fazladır ve tahribatı da çok ağır olmaktadır.”

Eğitim denilince akla aslında ilk olarak aile kurumu gelmektedir. Aile, bireylerin sosyal hayata ilk adım attığı yer ve dünyayı tanımalarına vesile olan adımların başlangıcıdır. Medya ve internet kullanımı da çoğunlukla ilk olarak ailede başlamaktadır. Bu konuda ailelerin de üzerine düşen birtakım görevler bulunmaktadır. Ancak bunun yanında toplumda birçok ailenin cep telefonu veya tablet gibi internet tabanlı cihazları çocuklarına ödül veya ceza yöntemi ile kullandıkları bilinmektedir. Bu da ister istemez çocukların erken yaşta bağımlı olmalarını beraberinde getirmektedir. Uzmanlar bu konuda durumun kontrol altında tutulması gerektiği kanaatindedir. Bu hususta Ünal, şunları ele almaktadır:

“Günümüz teknoloji çağı olduğu için bir birey dünyaya geldiği andan itibaren etrafında akıllı cihazları görebiliyor. Bu yüzden yaşanan çağda bir çocuğun teknolojik bir cihazı, akıllı telefonu ellemesi tuhaf değildir. Eğitici videolar, eğitici çizgi filmler izletilmesinde sakınca yoktur, aksine çocuğun kavramları öğrenmesini ve konuşmasını olumlu yönde etkileyebilir. Fazla maruz kaldığında ise ters etki yapabilir. Aile kontrolü içinde ödül olarak cep telefonundan video izletilmesinin, çocuğun gelişiminde destekleyici olacağını düşünüyorum.”

Bu soruyu psikolojik rehberlik çerçevesinde, Can ise şu şekilde yanıtlamaktadır:

“Elbette etmektedir. Özellikle erken çocukluk dönemi dediğimiz 0-6 yaş döneminde çocuğun ilişki kurduğu birincil varlık ekran olunca bağımlılığın ilk temelleri atılmaktadır. Ayrıca çocuklarda nörolojik, psikolojik ve fiziksel bazı bozukluklara rastlamaktayız. 0-3 yaşında bir çocuk ebeveyni tarafından tanıştırılmadığı sürece ekrana ihtiyaç duymayacaktır. O nedenle ekransız iletişim sayesinde ebeveynler çocuklarıyla daha kuvvetli bağlarının oluşmasına yardımcı olabilirler. 3 yaştan sonra da günlük on dakika şeklinde ekran teması olabilir. Her yaşta artı on dakika şeklinde ilerlenebilir. Ebeveyn bu konuda net

ve tutarlı olmalıdır. Çocuk teselliye ekranda değil ebeveyninin şefkatli kucağında ve onu anlayan kabul eden kalbinde bulmalıdır.”

Neslihan Özdemir ise bu konuda ebeveynlerin biraz zorlansa da çocuklarının teknolojik aletlerle tanışmasını mümkün oldukça ertelemeleri gerektiğini savunmaktadır. Özdemir’e göre küçük yaşlardan itibaren sosyal ve duygusal ihtiyaçlarına daha doyurucu cevaplar alan çocukların sanal âleme daha az ihtiyaç duyacağı vurgulanmaktadır. Ayrıca Özdemir bu konuda şunların da altını çizmektedir:

“Bu konu muhakkak bağımlılığa etki edebilir. Bu konuda yapılmış çalışmalar bulunmaktadır. Ebeveynlerin burada zor olan yolu tercih ederek çocukların teknolojik aletlerle tanışmasını mümkün olduğunca ertelemeye çalışmalılar. Ayrıca kendileriyle ilgili interneti kullanma alışkanlıklarını kontrol etmelerinde fayda var. Çok küçük yaşlardan itibaren sosyal ve duygusal ihtiyaçlarına daha doyurucu cevaplar alan çocukların sanal âleme daha az ihtiyaç duyacağını söyleyebiliriz. Bunun tam tersi ise erken yaşta bağımlılığın kapılarını aralayabilir diyebiliriz.”

Abdulkadir Bulut:

“Buda ödül ceza olarak kullanması internet bağımlılığına teşvik etmez. Zaten ödül ceza devreye girmişse bu oluşmuş demektir. Burada sınır koymayla alakalı ailenin yanlış izlediği bir durum vardır. Bu yanlış yolda çocukların da aileleri gibi aynı yöntemi uygulamasına olumsuz etki sağlar. Yani “Ben bunu yaparsam bana ne alacaksın” gibi...”

Uzmanlara göre medya okuryazarlığı dersi ilköğretim seviyelerinden itibaren öğrencilere ciddi bir şekilde verilmelidir. Bu derste onlara; yüz yüze iletişimin önemini anlatacak şekilde doğru ve yanlışların verilmesi, örnek olaylarla gösterilmesi gerekmektedir. Ancak bunun yanında uzmanlar zamane çocuklarının dijital dünyaya doğmalarının ve onların artık bu teknolojiden kopamayacaklarının da göz önünde bulundurulması gerektiğini vurgulamaktadır. Birçok uzmana göre internet veya cep telefonu kullanımına dair yetersiz eğitimden dolayı çoğu çocukta otizm tarzı belirtiler görülmekte ve geç kalınmalar yaşanmaktadır. Bazı uzmanlar bu dersin okul öncesinde dahi verilmesinin gerekli olduğunu savunmaktadır. Diğer bir husus ise interneti ödül ceza sistemi olarak veya herhangi bir olayı yaptırabilmek için araç olarak kullanmak büyük problemlere yol açmaktadır. Bunun en önemli sonucu, çocukları erken yaşta internetin ve teknolojinin bağımlısı olmaya yatkın hale getirilmesidir. Erken çocukluk ve ergenlik döneminde çocukları internetle baş başa bırakmak uzmanlara göre hatalı bir durumdur. Bunun yanında tamamen uzak tutmak, yasaklamak, gizlemek de kalıcı bir çözüm değildir. Burada önemli olan kontrolü

sağlayabilmek ve takip edebilmektir. Öncelikle aileler çocukları ile sağlıklı yüz yüze iletişim kurabilir ve ilgilenirse durumun büyük çoğunluğunu ele almış olacaktır. Bunun yanında, çocukların teknoloji ile olan yakınlıklarında; neler yaptıklarını, hangi sitelerde veya kanallarda kimlerle irtibat halinde oldukları ve ne kadar zaman geçirdikleri gibi hususları takip eder ve bunu hayatın diğer yanlarında yapması gerekenlerle dengeleyebilirlerse bağımlılığın oluşmasına engel olma ihtimalleri yüksektir. Uzmanlar, çocukların tamamen teknolojiden uzak kalmaktansa dengeli bir şekilde ve kontrollü düzeyde kullanımının sağlanmasını da desteklemektedir. Ancak bu durumun; ödevlerine, aile ile sıcak ilişkiler kurmalarına, spor gibi faaliyetlerden uzak kalmamalarına etki etmemesine de dikkat edilmelidir. Böyle olduğu takdirde internet kullanımının bireye zarar vermeyeceği belirtilmektedir.

4.6.9. İnternet Bağımlılığında Gelecek Projeksiyonlar

İnternet tabanlı iletişim teknolojilerinin her geçen gün değişmesi ve çeşitlenmesi yeni alışkanlıkları da beraberinde getirmektedir. Bu alışkanlıklar her ne kadar teknolojiye ortaya çıkan yeniliklerin bir sonucu olsa da günlük yaşam pratiklerinin etkilenmesine de neden olmaktadır. Uzmanlar da bu durumun ilerleyen zamanlarda daha ciddi iletişim kazalarına ve problemlere yol açacağını vurguluyor. Uzmanlara sorduğumuz “Sizce teknoloji ve internet dünyasının (sanal dünyanın) hızla gelişimi bağımlılık anlamında ilerleyen yıllarda kişiler için bugünkünden farklı veya daha ciddi hangi problemlerin oluşmasına neden olabilir?” sorunun cevaplarından oldukça dikkat çekici yanıtlar aldık. Aylin Tutgun Ünal, önlem alınmadığı takdirde ilerleyen zamanlarda iletişime bağlı problemlerin artacağı ve öğrenilmiş otizm kavramının yaygınlaşacağına dikkat çekmektedir. Ünal açıklamalarında şunlara yer vermektedir:

“İlerleyen zamanda kişiler arası yüz yüze iletişimin daha da sekteye uğrayacağı düşünülürse, kişiler arası çatışma problemi artacaktır. Yani sanal olarak anlaşabilen ama yüz yüze anlaşamayan bireyler artacaktır. Bu durum iş yeri, okul, park, avm gibi sosyal ortamlar ve hatta aile içinde belirginleşecek, birbirine tahammül edemeyen bireyler artacaktır. Pandemi gibi durumlar çevrimiçi iletişimi daha da arttırdı ve internet kullanımını da otomatik olarak arttırarak kişileri internet dünyasının cazibesinin ortasına koydu. Şimdilerde yüz yüze iletişimin tekrar yoluna koyulması zamanı gelse de kişilerin daha çok uzaktan iletişim kurmaya çalışması gözlenebilecektir.

Özellikle küçük çocuklarda öğrenilmiş otizm denilen rahatsız yaygınlaşabilir. Otistik tanısı almasa da otizm de görülen davranışları sergileyen, konuşma bozuklukları olan bireyler ortaya çıkabilir.”

Mevcut durum ve tanık olduğu olaylar ışığında, “gerçeklik dışı ilişkilerin” yaşanacağından endişe duyan Ferah Can ise: “Geçtiğimiz yirmi yıla bakınca bu konuda problemlerin boyut değiştirdiğini görüyoruz. Önümüzdeki yıllarda da bu sorun boyut değiştirerek hayatımızda var olmaya devam edecektir. Özellikle son zamanlarda bireylerin daha çok bireyci olduğunu gözlemlemekteyiz. Yalnızlık ile birlikte gelen sorunlar internet bağımlılığını da başka bir noktaya geçirecektir. Dijital insanlarla duygusal ilişkiler bile kurulabilir. (Bunun bir filmi bile vardı, adı HER)” ifadelerini kullanmaktadır.

Bunun yanında Neslihan Özdemir de küçük yaşta başlayan bağımlılığın ilerleyen yaşlarda aile ilişkilerinde olumsuzlukların yaşanacağına vurgu yapmaktadır. Özdemir, sözlerine şu şekilde devam etmektedir: “Öncelikle çok küçük yaşlarda başlayan internet ve ekran maruziyetinin yaşamın ilk yıllarında çocukları nörolojik ve ortopedik olarak olumsuz etkilediği ortada. Buna ek olarak da ilerleyen yaşlarda aile ilişkileri başta olmak üzere kişisel ve sosyal ilişkileri düzenlemede daha büyük güçlükler öngörülebilir.”

Bu soruya ek olarak uzmanlara şu soru da sorulmuş ve cevapları aşağıda yer aldığı gibi alınmıştır:

Gelecekte yaşanacak problemlerin önüne geçmek için şimdiden yapılması gerekenler ve alınması gereken tedbirler konusunda Ünal, topyekûn bir eğitim ve duyurum çalışmasının önemine işaret etmektedir. Ünal bu konuda şunların altını çizmektedir:

“Günümüzde bilinçliliği artıracak çalışmalar yapılmaktadır. Bu çalışmaların arttırılması bir çözüm olabilir. Projelerin resmi kurum ve kuruluşlar tarafından desteklenmesi ve hayata geçirilmesi önemlidir. Medya okuryazarlığı, sosyal medya okuryazarlığı ve pek çok dijital okuryazarlık konuları yaygınlaştırılmalıdır. Üniversitelerde bu konuda araştırmacılar tarafından oldukça yoğun çalışmalar yapılıyor. Akademik araştırmalar, makale ve kitap yayınları, projeler, topluma hitap etmek için çeşitli kanalların daveti ile verilen seminerler vs. ile konu canlı tutuluyor. Diğer yandan, TV yayınları arttırılabilir. Ülkemizde çeşitli okuryazarlık seviyesinde insan var ve bir kısmı radyo dinliyor, bir kısmı televizyon izliyor ve bir kısmı internet aracılığıyla sosyal medyayı yoğun kullanıyor. Böyle olunca, tüm geleneksel ve yeni medya araçlarının işe koşulması önemli hale geliyor. Çalışmaların sürdürülebilir olması için araştırma ve uygulama merkezlerinin de aktif rol oynaması ve devlet desteği önemlidir.”

Nuran Ferhan Can:

“Bireylerin ruhsal iyi oluş düzeylerini yükseltmekle önlenabilir. Çünkü ruhsal açıdan sağlıklı bireyler kendilerinin farkındadır ve kontrol etme becerileri yüksektir. Ayrıca başkalarıyla da sağlıklı ilişkiler kurabilirler. O nedenle toplumsal ruh sağlığı hizmetlerinin yaygınlaşması bu konuda ciddi anlamda önleyici olacaktır.”

Neslihan Özdemir:

“İnternetin hayatımızı kolaylaştırdığı bir gerçektir. Faydalı internet kullanımı ile ilgili kitlesel bilgilendirmeler, destek grupları, iş ve uğraşı terapileri, aile eğitimleri gibi çalışmalarla kısmen kontrol altına alınabilir.”

Uzmanlara göre gelecekte internet bağımlılığı bu hızla devam ederse en başta iletişim kazalarının ve problemlerinin çoğalmasına neden olacaktır. Özellikle aile içinde belirgin bir şekilde birbirine tahammül edemeyen bireylerin gözle görülür bir şekilde artacağı ön görülmektedir. Çevrimiçi iletişim arttıkça yüz yüze iletişimin azalacağı da tahmin edilmektedir. Bunun yanında uzmanlar, gerçek dışı ilişkilerin de yaygınlaşmasından endişe duymaktadır. Bu ilişkiler dijitalde var olan ancak gerçekte olmayan kişilerle yaşanması beklenmektedir. Günümüzde tek tük de olsa bu hızla gidildiği takdirde artış göstereceğinin altı çizilmektedir. Bu durum karşımıza yalnızlığın ve bireyselliğin ön planda tutulduğu yaşamları çıkaracaktır. Bu tür davranışsal rahatsızlıkların yanında fazla ekran maruziyetinin nörolojik ve ortopedik rahatsızlıklara da yol açacağı diğer tedirginlikler arasında bulunmaktadır. Bunların önlenmesi için en başta alınacak önlemin eğitim olduğu vurgulanmaktadır. Bireylere ve ailelere yeterli eğitim verildiği takdirde bağımlılık ve getirdiği sonuçların önüne geçilebileceği beklenmektedir. Teknolojinin hızla ilerlemesi ve her geçen gün yeni dijital iletişim kanallarının hizmete sunulması kullanımının artmasını da beraberinde getirmektedir. Görünen o ki bundan kaçış bulunmamaktadır. Tek yapılması gereken bilinçli nesillerin yetişmesine katkıda bulunmak ve her kesimin (aile, okul, devlet ve STK’lar) üzerine düşeni yerine getirmesidir. Böylelikle günümüzde çoğu birey için internet kullanımının verdiği zararı ilerde faydaya dönüştürmek olanaklıdır.



5. SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

Çalışma, günümüz dijital toplumunun önünde duran en büyük sorunlardan biri olan “bağımlılık” konusunu, uzman görüşleri perspektifinden ele almıştır. Bu sonuçlar ışığında artışın gözlemlendiği internet kullanımı bir sonraki adımda internetin aşırı kullanımına dayalı bağımlılığı da beraberinde getirmektedir. Bilimsel dayanaklar ve yeni iletişim kuramları ekseninde konuyla ilişkilendirilmiş ve yorumlanmıştır. İlk aşamada göze çarpan sonuç şudur: Kişiler internetin sanal dünyasında kendilerine yeni bir yaşam inşa ediyor ve bu aşamadan sonra var olan gerçek dünyaya yabancılaşıyorlar. Bu durum internet bağımlılığı ile gerçek hayata olan uzaklaşmayı zıt yönde paralel olarak değiştirmektedir. Yapılan içerik analizleri sonucunda ve uzmanların yaptığı açıklamalara göre günümüzde internet bağımlılığına maruz kalan yaş grubu genelde ergenler ve gençlerdir. Bunu ise önlemenin veya kontrol altına almanın yolu çocukluk yaşlarında aile temelinde başlatılan eğitim ve takip ile mümkün görünmektedir.

İçerik analizi yöntemi ile incelenen tez ve makalelerde internet bağımlılığının ülkemizdeki durumu hakkında dikkat çekici sonuçlar elde edilmiştir. Öncelikle ülkemizde internet bağımlılığının en çok klinik anabilim dallarında incelendiği dikkat çekmektedir. Özellikle; psikoloji, psikiyatr, hemşirelik ve çocuk sağlığı bölümlerinde internet bağımlılığı araştırmalarına oldukça önem verilmiştir. Bunun yanında ise, tezlerde en çok incelenen okul sınıf grubu olarak lise öğrencileri, makalelerde ise üniversite öğrencileri tercih edilmiştir. Bu bizlere ülkemizde internet bağımlılığının özellikle ergenlerde ve gençlerde yoğunlaştığı ve araştırmalara en çok onların dâhil edildiğini göstermektedir. Araştırmaya en çok konu olan başlıklar ise internet bağımlılığının “aile ve akran ilişkileri” ile “depresyon ve Anksiyete” arasındaki bağın araştırılmasıdır. Bu araştırmalarda ülkemizde en çok anket yöntemi, ölçek olarak da internet bağımlılığı ölçeği kullanılmıştır. Araştırmaların birçoğunda sosyal medya kullanımı ve sosyal medya kanalları da yer almıştır. Buna göre en çok araştırılan sosyal medya kanalı sırasıyla Facebook, Instagram ve Twitter olmuştur. Sonuç olarak ise araştırmaların büyük çoğunluğunda internet bağımlılığının sosyal hayatı ve aile ilişkilerini zedelediği yönünde bulgulara rastlanmıştır. Öneri olarak ise; aileler başta olmak üzere bireylerin internet kullanımı ve internet bağımlılığı konusunda eğitilmesi gerektiği savunulmuştur.

Uzmanlar tarafından verilen cevaplara göre karşımıza dikkate alınması gereken ve toplumda; aileden başlayarak, okul ve çeşitli devlet kurumlarına kadar varan sorumlulukların ortaya çıktığı görülmektedir. Öncelikle uzmanlar, internet bağımlılığını bir çeşit psikolojik davranışsal bir sorun olarak tanımlamaktadır. Bunun yanında diğer uzmanlar, kişinin ilgili maddeye (internete) karşı hazzını erteleyememesi, karşı koyamaması, sınır belirleyememesi gibi durumların varlığını dile getirmektedir. Ayrıca internet bağımlılığının alt bağımlılıklar şeklinde de kendini gösterdiğine vurgu yapmaktadırlar. Bunlar; Oyun bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, telefon bağımlılığı gibi, sohbet bağımlılığı, paylaşım bağımlılığı, online kumar veya şans oyunları gibi bahis bağımlılığı vs. hem akademisyen hem psikolojik danışmanlık uzmanı olan Murat Çakar ise, internet bağımlılığını tanımlayabilmek için kullanım süresine bakılması gerektiğinin altını çizmektedir.

İnternet bağımlılığının kişilerin hayatlarında meydana getirdiği temel problemler ise şu şekilde sıralanmaktadır: Bu gibi bireylerde genelde öfke, kaygı, oto kontrol durumları normal değildir. Ani sinirlenme, hemen duygusal olma gibi hızlı duygu değişimleri ve dikkat problemleri yaşanmaktadır. Duygu durum bozuklukları, depresyon, Anksiyete bozukluğu ve psikotik bozukluklar. Ortopedik rahatsızlıklar; hareket kabiliyetinde azalma, dikkat dağınıklığı. İş yaşamı, okul yaşamında yapılacak işlerin/ödevlerin aksaması. Kişiler arası iletişim problemleri, yüz yüze iletişim yerine sosyal medya ya da internetin tercih edilmesi, uyku problemleri, özellikle daha erken yaşlardaki çocuk ve ergenlerde konuşma bozuklukları, kişilerle çatışma, internet kullanırken rahatsız edilmek istememe ve bu yüzden kişilerle ilişkisel problemler yaşamak gibi pek çok problemler yaşanmaktadır. Otistik tanısı koyulmadığı halde, aşırı sosyal medya kullanımına dayalı öğrenilmiş otizm meydana gelmektedir. Özellikle çocukların izlediği sosyal medya karakterleri gibi olmaya çalışması ve davranmasına dayalı kendi kimliğini oluşturamaması problemi yaşanmaktadır. Kuşaklar arası iletişim ve değer aktarımı problemlerinin yaşanması. Özellikle genç nüfusta ortaya çıkan temel problemler şu şekildedir: Dikkat çekme, duygu durum değişikliği, geri çekilme, çatışma. Sosyal anlamda uyumsuzluk (aileye, okula, yani kısacası etrafındaki sosyal yaşama uyum sağlayamıyorlar. Bir diğer problem ise görev ve sorumluluklarını olması gerektiği gibi yerine getirmemeleridir. Bu problemlerin yaşanması bireyin internet bağımlılığının artmasına paralel olarak artış göstermektedir. İşte tam da bu noktada yapılması gereken birtakım çalışmalar

bulunmaktadır. Uzmanlara göre en öncelikli yapılması gereken şeyin bilinçlendirmek ve eğitimle yönlendirmek olduğudur. Ulusal ve Uluslararası ölçekte ise yapılacak projelerde kişilerin kendi kontrollerini kendilerinin yapmaları, bunu istemeleri ve bilinçlilik kazanımı hedeflenmelidir. Yasal sınırlamaların toplumda kaosunu artırabileceği ve bireyde maddeye karşı iştahın daha da artıracacağı belirtilmektedir. Bunun yerine aşırı kullanımın kişiye getireceği zararlar anlatılmasının ve doğru kullanım yöntemlerinin öğretilmesi gerektiğinin altı çizilmektedir. Hem iletişim uzmanları hem de Psikolojik Danışmanlık tarafında yer alan uzmanlar, yasaklamanın veya engellemenin bir çözüm olmayacağı kanaatinde. Yasaklamanın da beraberinde gizli ulaşım, gizli kullanım gibi farklı sorunları doğuracağı tartışılmaktadır. Ancak bunun yanında erken yaşta çocukları olumsuz etkileyen bazı uygulamaların ulusal ya da uluslararası arenada kısıtlanmasının olabileceği de söylenmektedir. Bu devletlerin bünyesinde yapılması gereken çalışmaları kapsamaktadır. Uzmanlar, bir de ailelerin üzerine düşen görevlerin varlığından bahsetmektedir. Ailelerin, kontrolü elden bırakmaması ve bu konularda bilinçlenmesi gerektiği öncelikli zorunluluktur. Bunun yanında ailelerin çocukları ile birlikte vakit geçirmelerinin, onlarla yüz yüze iletişim kurmaları ve birlikte yapılan aktivite sayısı ile süresini artırmalarının gerekliliği vurgulanmaktadır. Böylelikle çocukları ve gençleri boş zaman geçirmek ve iletişim kurmak için tamamen internetin dünyasına bırakmamış olacaklardır. Uzmanlar bu konuda alınması gereken bazı önlemleri şu şekilde sıralamaktadır: Okullarda çocuklar için bu konuda bilinçlendirme seminerleri yapılması, toplumu ilgilendiren sosyal projelerin sosyal hizmet uzmanları, hastaneler ve üniversiteler ile iş birliği içinde yürütmeleri, Aile ve çocuklara seminerler veriliyor. Bu seminerler Üniversitelerde araştırmacılar tarafından yapılan projelerin kapsamında olabileceği gibi ilköğretim ve lise devlet okullarının düzenlediği çevrimiçi eğitimler, seminerler ile verilebiliyor. Bu konuda okullara düşen sorumlulukların başında konuyla ilgili verilen derslerin varlığıdır. Medya Okuryazarlığı dersi, bu anlamda verilen en önemli derslerin başında gelmektedir. Uzmanlar, bu dersin ilköğretim seviyesine indirilmesi konusunda hemfikir davranış sergilemektedir.

Aşırı internet kullanımı ve eğitimsizlik bireylerde bağımlılık oluşmasına ve sosyal hayatlarında birtakım problemler yaşanmasına neden olabilmektedir. Bu problemler çoğu bireyi gerçek hayattan ve yakın çevresinden kalben ve bedenen

uzaklaştırabilmektedir. İletişim uzmanları, psikologlar ve psikolojik danışmanlık rehberleri bu durumun yaşanmaması için öncelikle ailelerin ve bireylerin bilinçlendirilmesi gerektiğini savunmaktadır. Bunun yanında, bağımlılığın olduğu bireylerde altta yatan sebebin tanımlanması ve tedavi yöntemlerinin ona göre şekillendirilmesi tavsiye edilmektedir. Bu tedavi kimi zaman terapi şeklinde kimi zaman da klinik süreçlerle yürütülebilmektedir. İnternet kullanımının her geçen gün sayısal olarak artması ve insanların da internette kalma sürelerinin yükselmesi, bağımlılık ve buna bağlı problemlerin de artacağını ön görülebilir kılmaktadır. Bu yaşanmamasının sonuçlara göre tek bir çözümü mümkün değildir. Çözüm olarak; ailelerin, okulların, devletlerin ve sivil toplum kuruluşlarının ortaklaşa ve müstakil olarak projeler ve çalışmalar yapması gerekmektedir. Aksi takdirde uzmanlara göre önümüzdeki yıllarda bireylerin daha az yüz yüze iletişim kurduğu, duygularını açmada ve çözmede yetersiz kaldığı dönemlerin yaşanması kaçınılmaz olacaktır. Bu da toplum içinde iletişim kazalarının yaşanmasına, tahammül sınırının yok olmasına ve çeşitli kaosların doğmasına neden olacaktır. Bunların yaşanmaması için bu konularda geçerli eğitimlerin çoğaltılması ve bireylerin yönlendirilmesine ağırlık verilmesi önerilmektedir. Bu eğitimin de sadece öğrenciler veya çocuklarla sınırlı kalmaması, ailelere de ulaştırılmasının gerekliliği karşımıza çıkmaktadır. Böylelikle bireyleri sadece internette yaşayan ve sosyal olan kişilerden ziyade toplumun her alanında söz sahibi, kendinden emin, daha anlayışlı ve aktif kişiler olarak görmek mümkündür. Ayrıca interneti zararlı bir durumdan yararlı yönlerle taşımak da böylelikle mümkün olacaktır.

Çalışma sonucunda elde edilen tüm veriler bizlere internet bağımlılığı konusunda eğitimin olmazsa olmaz belirleyiciliğini vurgulamaktadır. Ancak internet bağımlılığına yönelik yapılan çalışmalarda bu konunun araştırıldığı gözlenmemiştir. Uzmanlar da aynı şekilde medya okuryazarlığı dersinin daha ciddi ve alt sınıflarda aktif bir şekilde verilmesini vurgulamaktadır. Buradan hareketle internet bağımlılığı konusunda ilgili okullara ve sınıflara medya okuryazarlığı araştırmaları yapılabilir. Bu derslerin verilmesinin ve verilmemesinin etkileri araştırılacak yeni çalışmalar hızlı bir şekilde başlatılabilir. Böylece medya okuryazarlığı derslerinin önemi gündeme getirilebilir.

Diğer taraftan internet bağımlılığı konusunda ailelere de eğitim verilmesi çokça vurgulanmaktadır. Bu yönde yeni adımların atıldığı çalışmalar yapılarak üzerinde durulabilir. Ailelerin internet kullanımı konusunda bilinçlenmesi yeni nesillerin de bilinçlenmesini beraberinde getireceği hedeflenebilir.





KAYNAKLAR

- Akgül, M. (2014). *Türkiye İnternet-İlk Yıllar ve Mevcut Durum: Bir Kişisel Değerlendirme*, from <http://docplayer.biz.tr/632659>. Türkiye internet-ilk-yıllar-ve-mevcut-durum-birkisisel-degerlendirme-mustafa-akgul.html. Erişim Tarihi: 29 Ağustos 2021.
- Akyürek, F. (2002). *Aile Sağlığı*, Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları Yayın No: 1375, Eskişehir.
- Altun, A. (2008). Türkiye’de Medya Okuryazarlığı, *Gazi Üniversitesi İlk öğretmen Eğitimci Dergisi*, Sayfa 3, Ankara.
- Altun, A. (2008). *Türkiye’de Medya Okuryazarlığı*, Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümü, Sosyal Bilgiler Eğitimi Anabilim Dalı. Ankara.
- Arslan, C.B. (2013). “*Ergenlerin İnternet Kullanımının Toplumsal İlişkilerde Yarattığı Sorunlar*”, Akt: Kalkan ve Kaygusuz, “*İnternet Bağımlılığında Sorunlar ve Çözümler*” Anı Yayıncılık, Ankara.
- Arslan, E.-Tavşancıl, E. (2001). *İçerik Analiz ve Uygulama Örnekleri*. İstanbul: Epsilon.
- Atabek, N. (2012). Gündem Belirleme Yaklaşımı. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, Istanbul University Faculty of Communication Journal, 0 (7), Retrieved from <https://dergipark.org.tr/pub/iuifd/issue/22884/244799>, S. 165
- Aufderheide, P. (1993). “*Media Literacy: A Report of The National Leadership Conference on Media Literacy*.” Washington, DC, Aspen Institute.
- Aydın Ç. G. ve Başol, O. (2014). X ve Y Kuşağı: Çalışmanın Anlamında Bir Değişme Var mı? *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 1-15.
- Aydın, E. (2006). *Veri Toplama Teknikleri (Anket Tekniği)*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Eğitim Yönetimi ve Teftişi Tezli Yüksek Lisans Programı. Ankara.
- Bayraktar, F. (2001). *İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Berger, J. ve Iyengar, R. (2013). Communication Channels And Word Of Mouth: How The Medium Shapes The Message. *Journal of Consumer Research*. 40 (3). 567 – 579.
- Biçer, S. ve Şener, Y. (2021). “*Castells’in İzinden Mısır ve Hong Kong Protestaları Örneğiyle Dijital Aktivizm ve Yeni Toplumsal Hareketler*”, *Dijital İletişim Kuram ve Araştırmaları*, Nobel Yayınları, (2. Baskı), Ankara.
- Boz, H. (1999). Kitle İletişim Araçları ve Suskunluk Sarmalı. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 32 (1) , s 42-43.
- Burke, P. ve Briggs, A. (2004). *Medyanın Toplumsal Tarihi Gutenberg’den İnternete: İzdüşüm*, Yayınları, Çev. İbrahim Şener, Ankara.
- Cangöz, İ. (2012). “*İletişim Kuramları*”, *Medya ve İletişim Kitabı*, 1. Baskı, Anadolu Üniversitesi Yayınları, 2012, Eskişehir, S. 52-53.
- Castells, M. (2008). *Ağ Toplumunun Yükselişi*. 1. Cilt, 2. Baskı. Çev. Ebru Kılıç, Bilgi Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
- Castells, M. (2008). *Enformasyon Çağı: Ekonomik Toplum ve Kültür, Bin Yılın Sonu* 3.Cilt. Çev. Ebru Kılıç, 2. Baskı, Bilgi Üniversitesi Yayınları, İstanbul. Continuing Debate, Teachers College Press (s.201-232). New York.

- Castells, M. (2012). *Networks of Outrage and Hope: Social Movements in the Internet Age*. Cambridge: Polity Press.
- Castells, M. (2013). *İsyân ve Umut Ağları İnternet Çağında Toplumsal Hareketler*. Çev. Ebru Kılıç, Koç Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
- Cooper, K. (1985). *Sözsüz İletişim, İnsan Yönetiminde Vücut Dillerini Nasıl Kullanırsınız* İlgî Yayıncılık, s 7-9 Ankara.
- Cooper, K. (1985). *Sözsüz İletişim, İnsan Yönetiminde Vücut Dillerini Nasıl Kullanırsınız*, İlgî Yayıncılık, s 7-9 Ankara.
- Cömert, T. (2010). *Diğer Bağımlılıklar Bilgisayar ve İnternet Bağımlılığı Editör; Ögel (K), Sigara Alkol Madde Kullanım Bozuklukları: Tanı Tedavi ve Önleme*, Yeniden Yayınları, S 15-27, İstanbul.
- Çöteli, S. (2016). *İnternet'ten İzlenen Dizi ve Seriyallerin "Araç İletidir" ve "Kullanımlar Doyumlar" Bağlamında İncelenmesi*. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Güzel Sanatlar Fakültesi, Sinema ve Televizyon Bölümü. İstanbul.
- Dahlgren, P. (2009). *Media and Political Engagement: Citizens, Communication, and; Democracy*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Derin, S. (2013). *Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, s.15
- Dewey, J. (1996). *Demokrasi ve Eğitim*, Çev. Salih Otaran. Başarı Yayıncılık, İstanbul.
- Dinç, E. (2010). *Üsküdar Üniversitesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öfke Arasındaki Bağımlılığın İncelenmesi*, Akt. Emre Kıyıcı, İstanbul.
- Dinçer, S. (2018). *Eğitim Bilimleri Araştırmalarında İçerik Analizi: Meta-Analiz*, Meta.
- Doğan, A. (2013). *İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı*, Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.
- Elmacıoğlu, T. (1992). *Aile İçi İletişimin Gencin Okul Başarısına Etkileri*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul s.72.
- Esen, E. (2010). *Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi*. S 4.
- Feindel, H. (2019). *İnternet Bağımlılığı Bağımlılar ve Aileler İçin El Kitabı*, İletişim Yayıncılık, 1. Baskı, Çeviren Atilla Dirim, İstanbul, S. 13-59.
- Gençer, G. A. ve Ark. (2018). *DSM-5'e Giremeyen Tanılar (Kompulsif Satın Alma, Misophonia, Facebook Kıskançlığı, Pagofaji, Siberkondria, İnternet Bağımlılığı)*. Hocaoglu Ç, editör. DSM-5'in Yeni Tanıları. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2018. p.87-96
- Gerbner, G. (1998). *The Stories We Tell, Kültür ve İletişim*, 1/1
- Gökçe, O. (2006). *İçerik Analizi Kuramsal ve Pratik Bilgiler*. Siyasal Kitabevi. S. 58-59. Ankara.
- Göncü, S. (2018). *Kullanımlar ve Doyumlar Yaklaşımı Çerçevesinde Y Kuşağının Whatsapp Kullanımı Üzerine Bir İnceleme*. İstanbul Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Radyo Televizyon Sinema Bölümü, İstanbul.
- Günüç, S. (2009). *İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Bazı Demografik Değişkenler ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Van.

- Günüç, S. ve Kayri, M. (2010). Türkiye’de İnternet Bağımlılık Profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik Güvenirlik Çalışması, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 220-232. Ankara.
- Gürcan, H. A. (1999). *Sanal Gazetecilik*, Anadolu Üniversitesi Yayınları, Sayfa: 45. Eskişehir.
- Güvenir, H. A. (2005). “İnternetin Tarihi ve Türkiye” *Dergi Bilkent*, Sayı: 4, Ankara.
- Gwinnell, E. ve Adamec, C. (2006). *The Encyclopedia of Addiction and Addictive Behaviours*. Newyork-USA: Facts On File, Inc.
- Hogan ve Roberts, (2004). A Socianalytic Model Of Maturity, *Journaly Of Coreer Assesment, Education Institute of Education Statistics*. S 12-207.
- Irmak, Y. A. ve Erdoğan, S. (2016). Ergen ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27/02, s 133.
- Işık, U. (2007). *Medya Bağımlılığı Teorisi Doğrultusunda İnternet Kullanımının Etkileri ve İnternet Bağımlılığı*, Doktora Tezi, s 39, Konya.
- Jenkins, H. (2018). *Cesur Yeni Medya: Teknolojiler ve Hayran Kültürü*, İletişim Yayıncılık, İstanbul.
- Jones, R. (1995). Danışma Psikolojisi Kuramları, Çev. Duygu Akkoyun, Değer Akkoyun Duyan ve Değer, Akt: Kaygusuz Psikolojik İhtiyaçlar ve İnternet Bağımlılığı.
- Karaca, M. (2007). *Sosyolojik Bir Olgu Olarak İnternet Gençliği: Elâzığ Örneği*, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elâzığ, 157.
- Karagülle, A. E. (2014). *Ağ Toplumunda Sosyalleşme ve Yabancılaşma*. TOJDAC January Volume 4 Issue 1.
- Karasar, N (2005). Akt. Gülleroğlu. “*Bilimsel Araştırma Yöntemleri*”. Ankara.
- Kaygusuz, C. (2013). *İnternet Bağımlılığı Sorunlar ve Çözümler*, Anı Yayıncılık, Ankara, 187-188.
- Kim, J. H. (2017). *Smartphone-Mediated Communication vs. Face-To-Face Interaction: Two Routes To Social Support And Problematic Use Of Smartphone*. *Computers in Human Behavior*. Volume 67, 282-291
- Kirsch, S. (2010). *Media And Younuth A Develobmental Perspective Wilwy Blackwoll*, Akt. Bayraktar, F. *İnternet ve Ergen Gelişimi*, Yüksek Lisans Tezi, 76.
- Kobak, K. ve Biçer, S. (2008). Facebook Sosyal Paylaşım Sitesinin Kullanım Nedenleri. IETC-Mayıs 06-08, Eskişehir.
- Korkmaz, Y. (1992) “*Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Depresyon ve Anksiyete Üzerindeki Etkisi*” İletişim Yayıncılık, İstanbul, 29.
- Lundy, B. ve Drouin, M. (2016). *From Social Anxiety To Interpersonal Connectedness: Relationship Building Within Face-To-Face, Phone And Instant Messaging Mediums*. *Computers in Human Behavior*. Volume 54, 271-277.
- Manovich, L. (2001). *The Language of New Media*, MIT Press: Cambridge, Mass.
- Mavnacioğlu, K. (2009). *İnternette Kullanıcıların Oluşturduğu ve Dağıttığı İçeriklerin Etik Açidan İncelenmesi: Sosyal Medya Örnekleri*. *Medya ve Etik Sempozyumu Bildiri Kitabı*, Elâzığ.
- McCombs, M., Shaw, D. and Weaver, H. (2014). New Directions in Agenda-Setting Theory and Research. *Mass Communication and Society*, 17(6), 781–802. Vol. 94(4) 1031– 1055.

- Neuman, RW., Guggenheim, L., Mo Jang,. (2014) The Dynamics of Public Attention: Agenda-Setting Theory Meets Big Data. *Journal of Communication*, 64(2): 194–214.
- Olgun, K. C. (2008). *Sosyoloji Notları Dergisi*, Sayı 4-5.
- Oskay, Ü. (1982). *Kitle İletişiminin Kültürel İşlevleri*” AÜ. SBF. Basın ve Yayın Yüksekokulu Basımevi, Ankara, 310.
- Ögel, K. (2017). “*Bağımlılık ve Tedavisi Temel Kitabı*”, Kültür Sanat Yayıncılık, İstanbul.
- Öğütcan, A. (2018) “*Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psikososyal Değişkenler*, İstanbul, 3.
- Önder, M. (2018). Z Kuşağından Sonra Hangi Kuşak Gelecek? *Digitalage Bülten İnternet Sayfası*, İlgili Link: <https://digitalage.com.tr/z-kusagindan-sonra-hangi-kusak-gelecek/>
- Özcan, Ö. (2013). Yeni Asır Gazetesi. <http://www.ozlemozcan.com/documents/tr/188/203/internet-bagimlilikigi>, 31.03.2013
- Özçetin. B. (2010). *Kullanımlar ve Doyumlardan İzler kitle Sosyolojisine; Türkiye’de İzler Kitle Çalışmaları*. İletişim Araştırmaları, 15.
- Özdemir, H. (2018) *Sizi Medyanın Elinden Kurtaracak Kitap*, İnsan ve Hayat Kitaplığı, İstanbul, 131.
- Özer. Ö. (2017). "Kullanımlar ve Doyumlar Kuramı Çerçevesinde Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İİBF Öğrencilerinin Twitter Kullanımı Üzerine Bir Amaliz." Eskişehir, 17.
- Özsoy, T (2009). *Fastfood’dan Facebook’a: İnternet Bağımlılığı*. Harran Üniversitesi, Şanlıurfa. 652, 653.
- Palvi A. and Tarun B. (2020). Synonym Based Approach of Data Mining in Search Engine Optimization" *İnternational Journal Of Computer Trends And Technology* (IJCTT).
- Saka, E. (2017). *Türkiye’de İnternet, Türkiye’de Kitle İletişimi Dün-Bugün-Yarın*. Alternatif Bilişim Derneği. İstanbul, 1-11.
- Sayre, B., Bode, L., Shah, D., Wilcox, D. and Shah, C. (2010). “*Agenda setting in adigital age: Tracking attention to California Proposition 8 in social media, online news, and conventional news*”. Policy & Internet, 2, 7–32. Sekizinci International Educational Technology Conference’da sunulmuş bildiri. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Schofield, J. W. (1990). *İincreasing the generalizability of qualitative research. W.Sentez, Betimsel İçerik Analizi*. Çukurova Üniversitesi: Adana.
- Sezal, İ. vd. (2003). *Sosyolojiye Giriş*, 2. Baskı, Martı Yayınevi, Ankara, 271.
- Shao, G. (2008). Understanding The Appeal Of User-Generated Media: A Uses And Gratification Perspective İnternet Research 19.1
- Shaw, D. McCombs, M. Tran, H. and McKeever, R. (2010). Imagining community: Media agenda setting, social melding, and mediamorphosis, a meta analysis. Proceedings of the 8th International Symposium: Communication in the new Millennium, Anadolu, Turkey. May 23–26.
- Subrahmanyam, K., Greenfield, P., Kraut, R. ve Gross, E. (2001). *The Impact of Computer Use on Children's and Adolescents' Development*. Applied Developmental Psychology. 22: 7–30.
- Sütçü, Y. Ö. (2013). *Ortak Bir Dünya Deneyimi: Hikâye Anlatıcısı*, Ethos: Felsefe ve Toplumsal Bilimlerde Diyaloglar, 76-92.

- Şahan, G (2014). *Bir Selektif Benlik Sunumu Alanı Olarak Lokasyon Bazlı Mobil Sosyal Paylaşım Ağları. Türkiye’de Yeni Medya Çalışmaları 1*, Taş Mektep Yayıncılık. İstanbul.
- Şar, A.H. & Işıklar, A. (2012). Problemlili Mobil Telefon Kullanım Ölçeğinin Türkçeye Uyarlaması. *International Journal of Human Sciences*, 9 (2), 264-275.
- Şenyapılı, Ö. (1981). “Toplum ve İletişim” Turhan Kitabevi, Sayfa 30, Ankara.
- Tekeli, H. (1994). *Bilgi Çağı*, Simavi Yayınları, 1994, İstanbul, 139.
- Timisi, N. (2003). *Yeni İletişim Teknolojileri ve Demokrasi*. Dost Kitapevi. Ankara.
- Toffler, A. (1996). *Üçüncü Dalga*, Çev. Ali Seden, 3. Basım, İstanbul, Altın Kitaplar Yayınevi, 414.
- Tonta Y, Bitirim Y, Sever H. (2002). *Türkçe Arama Motorlarında Performans Değerlendirme*, Total Bilişim Ltd. Şti., Ankara.
- Topaloğlu, N. (2021). *Mikroişlemciler ve Assembly Dili*. Seçkin Yayıncılık. İstanbul
- Toraman, M. (2013). *İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Ağ Kullanım Düzeylerinin Ortaöğretim Öğrencilerinin Akademik Başarıları ile İlişkisinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Elâzığ.
- Toruntay, H. (2011). *Takım Rollerini Çalışması: X ve Y Kuşağı Üzerinde Karşılaştırmalı Bir Araştırma*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2011.
- Vural, B. A. ve Bat. M. (2010). Yeni Bir İletişim Ortamı Olarak Sosyal Medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine Yönelik Bir Araştırma. *Journal of Yasar University* 20(5) 3348-3382. İzmir.
- Wingate, P. (1998). *The Internet For Beginners*, Tübitak Popüler Bilim Kitapları, Çev. Selma İkiz, Pro-Mat Basım Yayın A.Ş. İstanbul.
- Young, K.S. (1996). “Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder”. *CyberPsychology and Behavior*, 1(3), 237-244.
- Yankın, B. F. (2019). “Dijital Dönüşüm Sürecinde Çalışma Yaşamı”, *Trakya Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, E-Dergi Cilt:7 Sayı:2*.
- Yetkiner, B. ve Öztürk, B. (2020). Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı bağlamında İnönü Üniversitesi İletişim Fakültesi öğrencilerinin TikTok kullanımı. *İğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24, s.215-235.
- Yücel, N. (2009). *Ergenlerin Akran İlişkileri ve Yalnızlık Düzeylerinde Evde İnternet Kullanımının Etkisinin İncelenmesi*, Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Zerzan J. (2013). “*Makinelerin Alacakaranlığı*”, (Çev. R. G. Ögdül). Kaos Yayınları. İstanbul.
- Zhangve C. ve Y. (2004). *Is Internet Addictive?*. School of Information Sciencesand Technology The Pennsylvania State University University Park. S 2

İNTERNET KAYNAKLARI

1. [https://tr.wikipedia.org/wiki/E-Devlet_\(T%C3%BCrkiye\)](https://tr.wikipedia.org/wiki/E-Devlet_(T%C3%BCrkiye))
2. <https://www.aa.com.tr/tr/ekonomi/cep-telefonu-abone-sayisi-84-milyona-ulasacak/1635870>
3. <https://www.ondibilisim.com/blog/2020-yilinda-turkiyede-sosyal-medya-istatistikleri-ve-internet-kullanimi-nasildi/>
4. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanım-Arastırması-2020-33679](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanım-Arastırması-2020-33679) Temmuz 2021

5. <https://www.psidanismanlik.com/bizden-size/cocuk/teknoloji-ve-cocuk>
6. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>
7. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>
8. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>
9. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>
10. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>
11. <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey?rq=turkey>
12. <https://www.ntv.com.tr/ekonomi/mobil-abone-sayisi-82-8-milyon-oldu,vTaIvjRr20KI-X-PIKP8YQ>
13. <https://webrazzi.com/2010/09/14/eksi-sozluk-infografik/#:~:text=%C3%96ncelikle%20Ek%C5%9Fi%20S%C3%B6zl%C3%BCk'te%20%C5%9Fu,entry%20say%C4%B1s%C4%B1%20ise%2010.571.908.>
14. <https://news.netcraft.com/archives/2021/06/29/june-2021-web-server-survey.html> Temmuz 2021)
15. <https://www.internetworldstats.com/euro/tr.htm> Temmuz 2021
16. <https://www.internetworldstats.com/top20.htm> Temmuz 2021
17. <https://www.internetworldstats.com/top20.htm> Temmuz 2021
18. <https://www.internetworldstats.com/stats.htm> Temmuz 2021



EKLER

EK 1. İçerik Analizi Yapılan Tezler

TEZİN TÜRÜ	TEZİN İSMİ	TARİHİ
Yüksek Lisans Tezi	Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Aleksitimi ve Yalnızlık İle İlişkisi	2020
Yüksek Lisans Tezi	Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Obezite ve Benlik Saygısı İle İlişkisinin İncelenmesi	2016
Yüksek Lisans Tezi	Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Ergenlerde Görülen İnternet Bağımlılığının Benlik Algısı ve Benlik Saygısı Üzerine Etkisi	2017
Yüksek Lisans Tezi	Üsküdar Üniversitesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öfke Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	2018
Yüksek Lisans Tezi	Ergenlerdeki İnternet Bağımlılığı: Anne Baba ve Akran İlişkileri Açısından Bir Değerlendirme	2018
Yüksek Lisans Tezi	Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler ve Eşlik Eden Sorunlar	2017
Yüksek Lisans Tezi	Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle Problemlili İnternet Kullanımı Arasındaki İlişkinin değerlendirilmesi	2019
Yüksek Lisans Tezi	İnternet Bağımlılığı ve Depresyon İlişkisinin İncelenmesi	2020
Yüksek Lisans Tezi	Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Akademik Kendini Engelleme ve Psikolojik Dayanıklılık Üzerindeki Etkisi	2020
Yüksek Lisans Tezi	Ergenlerde Düzenli Bir Sosyal Aktivitenin ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyinin İnternet Bağımlılığı İle İlişkisinin İncelenmesi	2020
Yüksek Lisans Tezi	Ergenlerde İnternet Bağımlılığı Belirtileri İleBağlanma Özellikleri, Arkadaş İlişkileri ve Öz Denetim Becerileri Arasındaki İlişki	2020
Yüksek Lisans Tezi	Ergenlerde Algılanan Sosyal Destek Ve Stres Düzeyinin İnternet Bağımlılığı İle İlişkisi	2020
Yüksek Lisans Tezi	Ergenlerin Ebeveyn Kabul-Red Algıları Ve İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişki	2020
Yüksek Lisans Tezi	İnternet Bağımlılığı, Benlik Saygısı Ve Sosyal Onay İhtiyacı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	2021
Yüksek Lisans Tezi	Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Ebeveyn Tutumu Ve Sosyal Anksiyete İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	2021
Yüksek Lisans Tezi	Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Bilinçli Farkındalık Ve Can Sıkıntısı Düzeylerinin İncelenmesi	2021
Yüksek Lisans Tezi	Ebeveyn Ergen İlişkisinin Ergenlerin İnternet Bağımlılığını Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi	2021
Yüksek Lisans Tezi	Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi	2021

EK 1. (devam) İçerik Analizi Yapılan Tezler

TEZİN TÜRÜ	TEZİN İSMİ	TARİHİ
Yüksek Lisans Tezi	Ergenlerde İnternet Bağımlılığı İle Utangaçlık ve Denetim Odağı Arasındaki İlişki	2021
Yüksek Lisans Tezi	18-25 Yaş Arası Üniversite Öğrencilerindeki İnternet Bağımlılığının Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Üzerine Etkisi	2021
Doktora Tezi	Ergenlerde İnternet Bağımlılığının, Okul Öncesi Dönem İnternet Kullanımı, Anne Baba Tutumları ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi	2021
Doktora Tezi	Ortaokul Ve Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Problemler İnternet Kullanımının İncelenmesi	2021
Doktora Tezi	Ergenlerin Sosyal Zekâ, Sosyal Kaygı, Akran İlişkileri, İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Bağlılık Düzeyleri Arasındaki İlişkiler	2017
Tıpta Uzmanlık Tezi	İnternet Bağımlılığı Olan Ergenlerde ve Ebeveynlerinde Otizm Spektrum Semptomlarının Anksiyete ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi	2020
Tıpta Uzmanlık Tezi	Bir Grup Tıp Fakültesi Öğrencisinde İnternet Bağımlılığı İle Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk İlişkisi	2021
Tıpta Uzmanlık Tezi	Lise Dönemi Adolesanlarda İnternet Bağımlılığının Aile İçi Uyuma Ve Okul Başarısına Etkilerinin Değerlendirilmesi	2020
Tıpta Uzmanlık Tezi	Ergenlerde Problemler İnternet Kullanımının Uyku, Fiziksel Aktivite Ve Beslenme Alışkanlıkları İle İlişkisinin Araştırılması	2020
Tıpta Uzmanlık Tezi	Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Aleksitimi Ve Otonomi İle İlişkisi	2020
Tıpta Uzmanlık Tezi	Aile Hekimliği Anabilim Dalı Tıpt Uzmanlık Tezi	2019
Tıpta Uzmanlık Tezi	8-25 Yaş Arası Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Depresyon Ve Yalnızlık İle İlişkisinin Değerlendirilmesi	2019

EK 1. İçerik Analizi Yapılan Makaleler

TEZİN TÜRÜ	MAKALENİN İSMİ	TARİHİ
Araştırma makalesi	Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Belirtilerinin Psikolojik İhtiyaçlar Açısından İncelenmesi	2018
Araştırma makalesi	Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeyleri Üzerine Bir Çalışma	2019
Araştırma makalesi	Önlisans Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Üzerine Bir Araştırma (Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Örneği)	2020
Araştırma makalesi	İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması	2018
Araştırma makalesi	İnternet Bağımlılığı İle Yalnızlık Düzeyi Arasındaki İlişki	2020
Araştırma makalesi	İnternet Bağımlılığının Aile İlişkilerin Etkisi	2018
Araştırma makalesi	İnternet Bağımlılığı Üzerine Sakarya İlinde Bir Araştırma	2018
Araştırma makalesi	İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Aile İnternet Tutumu	2013
Araştırma makalesi	İnternet Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme	2016
Araştırma makalesi	Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Zaman Yönetimi İlişkisi	2021
Araştırma makalesi	İnternet, Online Oyun ve Bağımlılık	2018
Araştırma makalesi	İnternet Bağımlılığı, Yaşam Doyumu ve Bazı Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler	2018
Araştırma makalesi	Öğretmen Adaylarının İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi: Dicle Üniversitesi Örneği	2017
Araştırma makalesi	İnternet Bağımlılığının Aile İçi İlişkilere Etkisi	2019
Araştırma makalesi	Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Depresyonun Cinsiyet, Akademik Başarı ve İnternete Giriş Süreleri Açısından İncelenmesi	2019
Araştırma makalesi	Üniversite Öğrencilerinde Özdenetim İle İnternet Bağımlılığı İlişkisi	2020
Araştırma makalesi	Lise Öğrencilerinin Siber Duyarlılık, İnternet Bağımlılığı ve İnsani Değerlerinin İncelenmesi	2017
Araştırma makalesi	Investigation of Family-Child Internet Addiction in Terms of Different Variables	2020
Araştırma makalesi	Kocaeli Üniversitesi'ndeki Öğretmen Adaylarının İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Belirlenmesi	2021
Araştırma makalesi	Ergenlerin Temel Psikolojik İhtiyaçları İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişki	2021
Araştırma makalesi	Hemşirelik Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı	2021

EK 2. (devam) İçerik Analizi Yapılan Makaleler

TEZİN TÜRÜ	MAKALENİN İSMİ	TARİHİ
Araştırma makalesi	Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Duygusal Zekâ Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	2019
Araştırma makalesi	Akıllı Telefon Kullanan Tıp Fakültesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Baş Ağrısı İlişkisi	2020
Araştırma makalesi	Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Eğitsel İnternet Kullanımı ile İnternet Bağımlılıklarının İncelenmesi	2016
Araştırma makalesi	Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş Düzeyi	2016
Araştırma makalesi	Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler	2020
Araştırma makalesi	Farklı Gelişim Düzeylerindeki Bireyler Üzerinde İnternet Bağımlılığının Etkileri	2017
Araştırma makalesi	Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin İnternet Kullanımında İnternet Bağımlılıklarının Ölçülmesine Yönelik Bir Araştırma	2017
Araştırma makalesi	Ortaokul Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Medya Kullanma Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	2019
Araştırma makalesi	Sanal Uyuşturucu: İnternet	2018



ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, Adı: SAFRAN, Murat

Eğitim

Derece

Yüksek Lisans

Lisans

Eğitim Birimi

Hacı Bayram Veli Üniversitesi

Cumhuriyet Üniversitesi

Mezuniyet Tarihi

Devam Ediyor

2016

Yabancı Dil

İngilizce



