



**İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET
BAĞIMLILIĞININ SOSYAL HAYATLARI
ÜZERİNDEKİ ETKİSİ
(ERZURUM İLİ ÖRNEĞİ)**

Sena AY İNİK

Yüksek Lisans Tezi

Temel Eğitim Ana Bilim Dalı

2021

(Her hakkı saklıdır.)

T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
TEMEL EĞİTİM ANA BİLİM DALI
SINIF EĞİTİMİ BİLİM DALI

**İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞININ SOSYAL
HAYATLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ
(ERZURUM İLİ ÖRNEĞİ)**

(Primary School Students on the Social Life of Internet Addiction (Erzurum Sample))

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Sena AY İNİK

Danışman: Doç. Dr. Ömer YILAR

Erzurum
Mayıs, 2021

KABUL VE ONAY TUTANAĞI

Sena AY İNİK tarafından hazırlanan “İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığının Sosyal Hayatları Üzerindeki Etkisi” başlıklı çalışması .. / .. / 20.. tarihinde yapılan tez savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Temel Eğitim Ana Bilim Dalı, Sınıf Eğitimi Bilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Jüri Başkanı: Prof. Dr. Durmuş KILIÇ

Atatürk Üniversitesi

Aslı Islak İmzalıdır.

Danışman: Doç. Dr. Ömer YILAR

Atatürk Üniversitesi

Aslı Islak İmzalıdır.

Jüri Üyesi: Doç Dr. Kemal BAKIR

Erzurum Teknik Üniversitesi

Aslı Islak İmzalıdır.

Bu tezin Atatürk Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği'nin ilgili maddelerinde belirtilen şartları yerine getirdiğini onaylarım.

Prof. Dr. Adnan KÜÇÜKOĞLU

Enstitü Müdürü

Aslı Islak İmzalıdır.

TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığının Sosyal Hayatları Üzerindeki Etkisi” başlıklı çalışmanın tarafımdan bilimsel etik ilkelere uyularak yazıldığını ve yararlandığım eserleri kaynakçada gösterdiğimi beyan ederim.

... / ... / 20..

Aslı Islak İmzalıdır.

Sena AY İNİK

☐ Tezle ilgili patent başvurusu yapılması / patent alma sürecinin devam etmesi sebebiyle Enstitü Yönetim Kurulunun/.../.... tarih ve sayılı kararı ile teze erişim 2 (iki) yıl süreyle engellenmiştir.

☐ Enstitü Yönetim Kurulunun/.../.... tarih ve sayılı kararı ile teze erişim 6 (altı) ay süreyle engellenmiştir.

TEŞEKKÜR

Bilim ve teknolojideki hızlı gelişmeler internet kullanımını yaygınlaştırmış, internet kullanımı tüm insanlığa olduğu gibi öğrencilere de araştırma, inceleme, öğrenme, eğlenme gibi imkanlar sağlamıştır. Bu nedenle gerek ebeveynler gerek öğretmenler tarafından internet en büyük bilgi kaynaklarından birisi haline gelmiş, internete olan ihtiyaç artmış ve son yıllarda önemi daha fazla anlaşılmıştır. Ancak internet kullanımı aşırı ve uygunsuz olduğunda internet bağımlılığına yol açabilmektedir. Öğrencilerin sosyalleşmesinde, eğlenmesinde ve bilgiye kendilerinin ulaşmasında önemli bir yere sahip olan internet ve internet bağımlılığının öğrencilerdeki etkisi, üzerinde durulması gereken bir konudur.

Bu çalışmanın oluşmasında beni yönlendiren ve yardımlarını esirgemeyen hocam ve yüksek lisans danışmanım Doç. Dr. Ömer YILAR'a, çalışmam süresince yardımlarını eksik etmeyen ve verilerin çözümlenmesinde katkıda bulunan kıymetli hocalarıma, saygıdeğer meslektaşlarıma, anket sorularını samimi bir şekilde cevaplandıran sevgili öğrencilere ve destekleriyle yanımda olan bütün arkadaşlarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Çalışmalarım sırasında gerekli kolaylıkları sağlayan Erzurum İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne, Palandöken İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü'ne ve saygıdeğer okul müdürlerimize teşekkür ederim.

Hayatımın her anında maddi manevi destekleriyle hep yanımda olan aileme teşekkürü bir borç bilirim. Çalışmalarım esnasında sabrını, anlayışını, desteğini ve yardımlarını esirgemeyen sevgili eşim İbrahim Hakkı İNİK' e teşekkür ederim.

Sena AY İNİK

ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İLKÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞININ SOSYAL HAYATLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ (ERZURUM İLİ ÖRNEĞİ)

Sena AY İNİK

Mayıs 2021, 78 sayfa

Amaç: Bu çalışmada internet bağımlılığı, etkisi ve sosyal hayat ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ayrıca araştırma ile öğrencilerin internet bağımlılıklarına ve sosyal hayat seviyelerine ilişkin görüşlerinin bazı sosyo-demografik özelliklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının tespit edilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu araştırma, betimsel yöntemli ilişkisel tarama modeli bir yordama çalışması niteliğindedir ve ilişkisel tarama modeline uygun gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilere veri toplama araçları olarak “İnternet Bağımlılık Ölçeği”, “Sosyal Bağlılık Ölçeği” ve “Kişisel Anket Formu” uygulanmıştır. Bu amaçla, Erzurum ili Palandöken ilçesi 4. sınıfta okuyan 100 öğrenciye anket uygulanmıştır. Anket sonucu elde edilen verilerin analizleri SPSS programı kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular: Uygulama sonucunda elde edilen verilere göre katılımcı öğrencilerin çoğunluğunun günlük internet kullanım sürelerinin 0-3 saat aralığında olduğu, çoğunluğunun internete cep telefonundan bağlandığı ve interneti sosyal medya amaçlı kullandığı belirlenmiştir. Öğrencilerin %40'ının interneti online oyunlar için kullandığı ve büyük bir çoğunluğunun internet kullanım süresini aşmadıkları tespit edilmiştir.

Sonuç: Araştırmaya katılan öğrencilerin internet bağımlılığı ile sosyal hayat düzeyleri arasında pozitif fakat zayıf bir anlamlı ilişki vardır. Kız ve erkek öğrencilerin internet bağımlılığı ve sosyal hayat düzeylerine ilişkin görüşleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Öğrencileri internet bağımlısı olmaya iten faktörlerden birisi olan yalnızlık hissi, çalışmaya katılan öğrencilerde çok düşük seviyede gözlemlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: İnternet bağımlılığı, Sosyal hayat, İnternet kullanımı

ABSTRACT

MASTER'S THESIS

PRIMARY SCHOOL STUDENTS ON THE SOCIAL LIFE OF INTERNET ADDICTION (ERZURUM SAMPLE)

Sena AY İNİK

May 2021, 78 pages

Purpose: In this study, it was aimed to examine internet addiction, its effect and its relationship with social life. In addition, with the research, it was aimed to determine whether students' views on internet addiction and social life levels differ according to some socio-demographic characteristics.

Method: This research is in the nature of a prediction study with a descriptive method and a relational survey model, and it was carried out in accordance with the relational survey model. "Internet Addiction Scale", "Social Connectedness Scale" and "Personal Questionnaire" were applied to the students participating in the study as data collection tools. For this purpose, a questionnaire was applied to 100 students studying in the 4th grade of Palandöken district of Erzurum province. The analysis of the data obtained as a result of the survey was made using the SPSS program.

Findings: According to the data obtained as a result of the application, it was determined that the daily internet usage time of the majority of the participant students was in the range of 0-3 hours, most of them connected to the internet on their mobile phones and used the internet for social media purposes. It has been determined that 40% of the students use the internet for online games and most of them do not exceed the internet usage period.

Results: There is a positive but weak significant relationship between internet addiction and social life levels of the students participating in the study. There is no significant difference between female and male students' views on internet addiction and their social life levels. The feeling of loneliness, which is one of the factors that pushed students to become internet addicts, was observed at a very low level in the students who participated in the study.

Keywords: Internet addiction, Social life, Internet use

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY TUTANAĞI.....	i
TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI	i
TEŞEKKÜR	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar DİZİNİ.....	vii
KISALTMALAR DİZİNİ	viii
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
Giriş ve Kuramsal Çerçeve.....	1
Araştırmanın Amacı	1
Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi	2
Araştırmanın Sınırlılıkları	3
Terim ve Tanımları	4
İKİNCİ BÖLÜM	5
Kuramsal Çerçeve İle İlgili Araştırmalar	5
İnternet Gençliği.....	6
Türkiye ve dünyada çocukların internet kullanımı.	9
İnternetin sakıncaları.	15
Bağımlılık ve İnternet Bağımlılığı	17
İnternet Bağımlılığının Belirtileri	20
İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler	21
İnternet Bağımlılığı Tedavisi	23
İnternet Bağımlılığı Tanı Ölçütleri.....	25
Cengizhan ve Young’a göre internet bağımlılığı.	25
Goldberg’e Göre internet bağımlılığı.	26
Suler’e göre internet bağımlılığı.	27
İnternet Bağımlılığı ve Çocuklar.....	28
Sosyal Değerlerin İnternet Bağımlılığı Üzerindeki Etkisi	30
Ekonomi.	31

Aile.....	32
Akran ve arkadaşlar.....	34
Kitle iletişim araçları.....	35
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....	38
Yöntem	38
Araştırma Yöntemi.....	38
Evren ve Örneklem	40
Veri Toplama Araçları	40
Veri Analizi.....	42
Araştırmacı Rolü	42
Geçerlik ve Güvenirlik.....	42
Araştırmanın Hipotezleri.....	43
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	44
Bulgular	44
Örneklem Bulguları.....	44
İnternet Bağımlılığına İlişkin Bulgular	47
Sosyal Hayata İlişkin Bulgular.....	50
Korelasyon Analizi.....	52
T-Testi ve ANOVA Analizi	54
Tartışma, Sonuç ve Öneriler	55
KAYNAKÇA	59
EKLER	65
EK-1. Uygulama İzni	65
EK-2. Araştırma Değerlendirme Formu	66
ÖZGEÇMİŞ.....	67

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1. <i>Güvenilirlik Analizi</i>	43
Tablo 2. <i>Araştırmaya Katılanların Demografik Özellikleri</i>	44
Tablo 3. <i>Araştırmaya Katılanların Günlük İnternet Kullanım Süresi</i>	44
Tablo 4. <i>Araştırmaya Katılanların Ders Notu Durumu</i>	45
Tablo 5. <i>Araştırmaya Katılanların İnternete Bağlandıkları Yer</i>	45
Tablo 6. <i>Araştırmaya Katılanların İnterneti Kullanma Amacı</i>	45
Tablo 7. <i>Araştırmaya Katılanların Ailesinin Aylık Geliri</i>	46
Tablo 8. <i>Araştırmaya Katılanların Ailesinin Tutumu</i>	46
Tablo 9. <i>Araştırmaya Katılanların Tutumu</i>	46
Tablo 10. <i>Araştırmaya Katılanların Büyüdüğü Yer</i>	47
Tablo 11. <i>İnternet Bağımlılığına İlişkin Algılarının Frekans, Yüzde Dağılımları ile Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri</i>	47
Tablo 12. <i>Sosyal Hayata İlişkin Algılarının Frekans, Yüzde Dağılımları ile Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri</i>	51
Tablo 13. <i>İnternet Bağımlılığı ile Sosyal Hayat İlişkisi</i>	52
Tablo 14. <i>Cinsiyetten Bağımsız İki Örnek T-Testi Analizi</i>	54

KISALTMALAR DİZİNİ

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
ACT	: Kabul ve Taahhüt Terapisi
APA	: Amerikan Psikiyatri Birliği
BİT	: Bilgi ve İletişim Teknolojisi
CBT	: Bilişsel Davranış Terapisi
IA	: İnternet Bağımlılığı
IADQ	: İnternet Bağımlılığı Teşhis Anketi
IAT	: İnternet Bağımlılığı Testi
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
MI	: Motivasyonel Görüşme
RT	: Gerçeklik Terapisi
SCS	: Sosyal Bağlılık Ölçeği
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
UCLA	: Yalnızlık Ölçeği ve Yaşam Memnuniyeti Ölçeği

BİRİNCİ BÖLÜM

Giriş ve Kuramsal Çerçeve

Bu bölümde araştırmanın amacı, araştırmanın önemi ve gerekçesi, varsayımlar, araştırmanın sınırlılıkları, terim ve tanımları ve kuramsal çerçeve ile ilgili araştırmalar ele alınmıştır.

Araştırmanın Amacı

İnternet kullanımı dünyada genişlemiş ve yaşamın tüm yönleriyle birleştirilmiştir. Modern iletişim teknolojisinin teknik ve teknolojik yapısı yaşamın tüm yönlerini etkileyebilmiştir. İnternet, insanların pasif olmamasını sağlarken aynı zamanda medya tarafından yayınlanan programların içeriğini izleyenlere yardımcı olmaktadır. İnternet kullanıcıları, içeriğe tepki verme ve bu tür içeriği üretme biçimini etkileme ve hatta kendi başına içerik üretme gücüne sahiptir. Birbirleriyle internet aracılığıyla tanıtılan çoğu insanın gerçek dünyada hiçbir teması olmayıp, düzenli olarak iletişim kuran ve düzenli olarak görüş ve fikir alışverişinde bulunan kişilerle yüz yüze etkileşimleri yoktur.

İnternet bağımlılığı günümüzde klinik sosyoloji, sağlık ve hastalık sosyolojisi ve sapkın davranış sosyolojisi konusudur (Gündüz & Şahin, 2011). Öte yandan, sanal dünyada insanların (özellikle çocuklar ve genç yetişkinler) ilişkisi artarken, gerçek dünyada ilişkilerinin menzili azalmaktadır. Üçüncü bir milenyum yılı başlangıcında, bilgi ve iletişim teknolojisine dayalı yeni bir paradigmanın ortaya çıkmasından sonra, dünyanın tüm ülkeleri doğrudan ve dolaylı olarak yapısal değişikliklere maruz kalmaktadır. Böyle bir teknoloji tek başına sosyal süreç ve kurumlar için belirleyici bir faktör değildir, aksine aracı bir faktör olarak, sosyal yapılar ve aktörler arasındaki karmaşık etkileşim matrisinde rol oynamaktadır. Bu nedenle, insan eyleminin merkezinde yer almaktadır ve bilgi üretme araçlarının yanı sıra iletişim ve bilgi teknolojilerindeki herhangi bir değişiklik, daha geniş bir toplumsal nedensellik modeline yaygın sonuçlara ve sosyal etkilere yol açabilmektedir.

Bu araştırma internet bağımlılığı, etkisi ve sosyal hayat ile ilişkisini incelemeyi amaçlamıştır. Ayrıca yapılan çalışmayla öğrencilerin internet bağımlılıklarına ve sosyal hayat seviyelerine bağlı görüşlerinin bazı sosyo-demografik özelliklerine göre farklılaşp farklılaşmadığının tespit edilmesi de amaçlanmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular

doğrultusunda, ilköğretim öğrencilerinin doğru internet kullanımlarını ve sosyal hayatlarını güçlendiren uygulamalar ortaya koyularak çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi

Yapılan çalışma, eğitimde teknoloji entegrasyonuna yönelik çalışmalara örnek olacak ve görüş sağlayacaktır.

Günümüzün en büyük bilgi kaynağı haline gelen teknolojiye ve özellikle internete olan ihtiyaç artmış ve anne baba çocuklarının internete erişiminin zorunlu olduğunu düşünmüştür. Türkiye İstatistik Kurumu tarafından yapılan anket sonuçlarına göre Türkiye'de internet kullanımının dünyaya paralel olarak her geçen gün arttığını göstermektedir. İnternet kullanım oranı 2020 yılında 16-74 yaş grubundaki bireylerde %79.0 olmuştur. Bu oran, bir önceki yıl %75.3'tür. İnternet kullanım oranı cinsiyete göre incelendiğinde; bu oranın erkeklerde %84.7, kadınlarda %73.3 olduğu görülmüştür (TÜİK, 2020). İnternet erişim oranının artmasıyla birlikte internetin çeşitli alanlarda kullanılmaya başladığı görülmektedir. İnternet kullanım oranındaki bu artış, bilgiye erişim ve bilgi paylaşımında büyük avantajlara yol açsa da, bazı tehlikeleri de beraberinde getirmiştir. Bu tehlikeler tüm yaş grupları için geçerli olmakla birlikte, internet herkes tarafından erişilebilir bir ağ olduğundan ve kullanımı kontrol edilemediğinden özellikle gençler ve çocuklar için daha ciddi bir risk haline gelmiştir.

İnternet teknolojisindeki gelişim ve değişime paralel olarak, insanların internet kullanım amacı ve süresi de hızla artmıştır. İnsanların zamanlarının çoğunu internet kullanımında geçirmeleri sorunlara ve davranış bozukluklarına yol açmaktadır. Bunun sonucunda internet bağımlılığı yeni bir tür bağımlılık olarak ortaya çıkmıştır. İnternet bağımlılığı, insanların davranışlarını kötü etkileyen aşırı internet kullanımı olarak adlandırılmaktadır (Esen, 2007). İnternet aşırı bir şekilde kullanıldığı zaman bireyler içinde bulundukları gerçek sosyal ortamlardan uzaklaşmaktadırlar. Bu da yalnızlık ve psiko-sosyal işlevlerde bozulma gibi çeşitli problemleri tetiklemektedir (Savcı & Aysan, 2018).

Bilgisayar/internet kullanımı çevrim içi olarak birçok aktivitenin yapılmasına olanak sağlamıştır. Bu aktiviteler ışığında, Young (1999) bu bağımlılığı siber seksüel bağımlılık, siber ilişki bağımlılığı, ağ zorlantısı, aşırı bilgi yüklenme ve bilgisayar olarak beş başlık altında sınıflandırmıştır. Bilgisayar oyunu oynamaya bilgisayar bağımlılığı sınıflandırması altında yer vermiştir (Müezzini, 2016).

Bu araştırma internet bağımlılığını, etkisini ve sosyal hayat ile ilişkisini incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmada;

- Katılımcıların sosyo-demografik profilleri incelenerek, kişilerin internet bağımlılığının yaş veya cinsiyet gibi özelliklere göre değişiklik gösterip göstermediği araştırılmıştır.

İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan epidemiyolojik çalışmalarda sosyodemografik faktörler ve internet bağımlılığı ilişkisi sıklıkla çalışılmışsa da net bir görüş birliğine ulaşılamamıştır. Erkek cinsiyet, genç yaş, şehirde yaşam, ailenin tek çocuğu olmak, düşük sosyoekonomik düzey ve eğitim gördüğü okulun özellikleri internet bağımlılığı ile ilişkili olan özellikler olarak bildirilmiştir (Bakken vd., 2009, Huang vd., 2009, Canan vd., 2010, Kheirkhah vd., 2010, Lin vd., 2011).

- Katılımcıların internet bağımlılığı düzeyi ve kişilerarası problemleri incelenerek bağımlılık sürecinin sosyal hayatı ne yönde etkilediğine bakış açısı sağlanmıştır.

İnternet bağımlılığı, genellikle bireylerin internet kullanım kontrollerini kaybetmeleri, aşırı internet kullanmaları ve bunun sonucunda da tüm yaşamlarını olumsuz yönde etkileyecek problemlerle karşılaşmaları anlamına gelmektedir. Bu tür sonuçlara örnek olarak şunlar verilebilir; internette çok fazla vakit harcama sonucunda uyuyamama, aile üyeleri ile çatışma içerisinde olma, iş ya da eğitim kariyerinde zarara uğrama gibidir (Bölükbaş, 2003).

- Katılımcıların yaşam biçimleri üzerindeki internet etkileri incelenerek, interneti ne amaçla kullandıkları ve sosyal hayat gereklilikleri araştırılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışma, 2020-2021 eğitim döneminde yapılmış olup sadece Erzurum ili Palandöken ilçesinde beş farklı ilköğretim okulunda eğitim gören 4. sınıf öğrencilerini içermektedir. Çalışma; Polis Amca İlkokulu, Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği İlkokulu, Başöğretmen İlkokulu, Sabahattin Solakoğlu İlkokulu ve Nihat Kitapçı İlkokulu'ndan seçilen 100 öğrenci ile sınırlıdır. Bu nedenle, gelecekteki çalışmalar daha kapsamlı ve farklı örnek gruplarla tekrarlanmalıdır. İnternet bağımlılığı çalışmalarının çoğunun niteliksel olduğu gözlemlenmektedir. Gelecekteki çalışmalar, sorunun diğer yönlerini açıklamak için deneysel olanların yanı sıra nitel araştırma yöntemlerini de kullanabilir. Son olarak, gelecekteki çalışmalar günlük mobil internet kullanım sıklığını araştırmalıdır, çünkü mobil teknolojilerin yayılması ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi ortaya koymak açısından önemli olacaktır. Sorunlu internet kullanımını ve bilgisayar bağımlılığını önlemek için danışmanlık çalışmaları da planlanabilir ve uygulanabilir.

Terim ve Tanımları

Bağımlılık, psikolojik olarak başka hiçbir yolla elde edilemeyen hoş bir duygudur. Bir şeye bağımlılık ağrısı azaltabilmekte ve belirsizlik ve üzüntüye neden olabilmektedir. Bağımlı olan kişinin sonuç olarak sorunlu ve rahatsız edici sorunları düşünmesini engellemekte; kişi sorunlarını unutmakta ve geçici ve yapay olsalar bile güvenlik, barış, başarı, bağlılık ve samimiyet yaşayabilmektedir. Bağımlılık, bağımlı kişide geçici ve gerçek dışı bir şekilde hoş bir duyguya neden olmaktadır. Bağımlılık yaşayan kişi hoş hissettikçe, bağımlılığı yoğunlaşmaktadır (Günüç & Kayri, 2010).

İnternet bağımlılığı, genellikle kullanıcının zararına, internetin aşırı kullanımı ile karakterize zihinsel bir durumdur. Bağımlılık genellikle kompulsif davranış içeren bir zihinsel bozukluk olarak anlaşılmaktadır. Birisi sürekli çevrimiçi olduğunda, bağımlı olarak tanımlanabilmektedir. İnternet bağımlılığı bir sorun olarak kabul edilirken, profesyoneller henüz terimi farklı bir bağımlılık biçimi olarak kabul edip etmemeye karar vermemişlerdir. İnternet bağımlılığı, patolojik internet kullanımı, sorunlu internet kullanımı, internet aşırı kullanımı ve kompulsif internet kullanımı gibi diğer birçok terimle de bilinmektedir (Bayraktar, 2001).

Yaşam zor bir tanım nosyonudur. Bunun bir organik varlığı, faaliyeti veya doğma, gelişme, çoğalma ve ölme yeteneği ile ilgili olduğu söylenebilmektedir. Diğer yandan sosyal hayat, topluma bağlı olan şeydir ve genellikle özel yaşama muhalefetle tanımlanan sosyal yaşam fikrine yaklaşmayı sağlamaktadır. Bu anlamda, sosyal yaşamın kamusal veya toplum alanında gerçekleşen faaliyetleri kapsadığını, özel hayatın ise evde veya ailenin içinde yaşananlar olduğunu doğrulanabilmektedir. Sosyal hayatı anlamamanın bir başka yolu da, onu bir insanın diğer insanlarla temas halinde gerçekleştirdiği eylemlerle ilişkilendirmektir. Bu, mutlak yalnızlık içinde ve çevre ile etkileşime girmeden yaşayabilecek hiç kimse olmadığından, tüm bireylerin daha fazla veya daha az ölçüde bir sosyal hayata sahip olduklarını göstermektedir (Esen, 2007).

İKİNCİ BÖLÜM

Kuramsal Çerçeve İle İlgili Araştırmalar

İnternet, tüm dünyadaki bilgisayar ağlarını uydu ve telefonla birbirine bağlayarak kullanıcıları e-posta ve World Wide Web gibi servis ağlarına bağlamaktadır (Bayraktar, 2001). İnternet, dünyadaki birçok insan için yeni bir dünya açmıştır. Burada birçok fırsat vardır. Hiç bitmeyen yeniliğin ve yaratıcılığın tezahürüdür. Sınır tanımaz, ancak her ülkedeki insanlar için büyük ekonomik şanslar getirir. İnternet, insanların yaşam kalitelerini iyileştirmelerine olanak tanımaktadır. Önceden erişilemeyen şeylere erişim sağlar. Neredeyse üç milyon kullanıcıyla internet, iletişimin en önemli araçlarından biri olarak ortaya çıkmıştır. Irsuwansyah'a (2005) göre modern iletişim teknolojilerinin ortaya çıkışı ve sosyal yaşamdaki artan rolleri, aşırı kullanımlarına ve sonuç olarak güvenli sosyal yaşama yönelik tehditlerine yol açmıştır. Modern medya arasında internet, cazibe merkezleri ve çeşitli olanakları nedeniyle özel bir statüye sahiptir. Avantajlarının aksine, internetin aşırı kullanımı sosyal ve bireysel performanslarda düzensizliğe neden olabilmekte ve internet bağımlılığı adı verilen düzensizliğe yol açabilmektedir. Böyle bir bağımlılık toplumun her düzeyinde izlenebilse de, genç nesil arasında daha yaygındır. İnternet bağımlılığı çevrimiçi bağımlılık olarak da adlandırılmaktadır ve bir klinik bozukluk veya dürtü bozukluğudur (Young & Case, 2004).

Gençlerin aile yapıları ve bulundukları ortamların etkisi internet bağımlısı olmalarında büyük bir etkiye sahiptir. Li vd. (2014) internet bağımlısı olan gençlerle, internet bağımlısı olmayan gençlerin ailelerini karşılaştırdığında, internet bağımlısı olan gençlerin ailelerinde daha fazla tartışma ve cezalandırma olduğunu ifade etmişlerdir.

Yu ve Shek'e (2013) göre, ilgili alan yazının gözden geçirilmesi, internet bağımlılığının vakalarına göre yaşam rutinlerini, sağlık ve ebeveyn ilişkilerini olumsuz etkilediğini göstermiştir.

Bu alanda yapılan çalışmalara bakıldığında; öğrencilerin öğrenim gördükleri okullardaki ilk yıllarında sosyal destek ve sosyal bağ oluşturacak yaşantılara ihtiyaç duyduklarını, sosyal hayatın gerek yeni bir çevre olarak uyum sürecinde (Duru, 2008a: 15-24), gerekse yeni bir kültüre uyum sürecinde etkili bir değişken olduğu anlaşılmaktadır (Duru & Poyrazlı, 2007). Ayrıca sosyal desteğin, okula uyum süreci açısından önemli bir rolü olduğunu ve okula uyum sürecinde çevreyle kurulan sosyal bağların da önemli olduğunu

yapılan araştırmalar göstermektedir (Duru, 2008b: 13-24). Okullarda da öğrenciler, yeni bir  evre, ilişki ve bağlar oluşturamazlar ise, geri çekilme davranışları göstermeleri, sosyal hayata bağlanma sürecinin daha erken formlarına gerilemeleri söz konusu olabilmektedir (Duru, 2008a: 23).

İnternet Gençliği

Binlerce ağ, milyonlarca bilgisayar ve tüm dünyada milyarlarca kullanıcıyı içeren devasa ama neredeyse görünmez bir evreni içermektedir (Greenfield & Yan, 2006). Gençler ve diğer yaş gruplarında bilgisayar erişimi ve kullanımı son on yılda katlanarak artmıştır. İnternetin insani gelişmenin çeşitli yönleri üzerindeki etkileri konusunda çok az araştırma yapılmış olsa da, sosyalleşme, eğitim, bilgi erişimi, eğlence, alışveriş ve iletişim için bir araç olarak bilgisayarların ve internetin rolü önemli ölçüde artmaktadır.

Teknolojinin yaygınlaşması ile birlikte bilgisayar çocukların dünyasında da önemli yer edinmiştir. Tüm dijital araçlar çocukların kognitif, emosyonel ve sosyal gelişimini etkilemektedir (Ocak, 2010). Erişkinler için olduğu kadar çocuklar için de büyük bir eğlence, iletişim ve eğitim kaynağı olan internete erişim ve kullanımı her geçen gün hızla yaygınlaşmaktadır (Kittinger vd., 2012).

İnternetin şimdiye kadar tasarlanmış ve uygulanmış en büyük sistem olduğu iddia edilebilir. Bu büyük küresel sistem, işbirliği ve kaynaklara ve hesaplama becerilerine çok taraflı erişime ve bilimler ile mühendislik arasındaki disiplinler arası etkileşimin fizibilitesine odaklanarak 1960'ların sonlarında oluşturulmuştur. İnternet, 90'lı yılların ortalarından itibaren halka açık ve evrensel bir ağa dönüşmüştür. Günümüzün bu kadar kısa sürede böyle bir teknolojiye insan bağımlılığı, bilgi üretimi ve paylaşımında modern bir çağın başlangıcı olarak kabul edilmektedir (Subrahmanyam & Kamath, 2013). Pew İnternet ve Amerikan Yaşamı Projesi verilerine göre, gençlerin büyük çoğunluğu (% 89) e-posta kullanıyor, bu da tanımımlı bir akran grubuyla aynı anda birden fazla konuşma yapmalarını sağlıyor (Lenhart vd., 2005). İnternete kolay ve sürekli erişim, gençlerin sosyalleşmesi için dünyadaki tam yabancılarla ve akranlarıyla bağlantı kurmalarına olanak tanıyan muazzam fırsatlar sunar.

Çocukların bilinçli ve doğru bir şekilde internet kullanımında, sadece bireysel değil çevresel faktörlerin de etkisi büyüktür. Bu nedenle, ailelerin görüşleri ve tutumları, çocukların bilinçli internet kullanımları için oldukça önemlidir. İnternet bağımlılığı, bireyi eğitim  ğretim sürecinde ya da gündelik işlerini yaparken önemli bir ölçüde etkileyebilmekte ve önemsenmesi gerekmektedir. Bu derece etkililiği söz konusu olan internet bağımlılığının

bireylerde bulunup bulunmadığı ve varsa bunun düzeyi, hem eğitimciler hem de klinisyenler tarafından önemsenmektedir (Eşgi, 2014).

Gençlerin toplumdaki insan varlıklarının önemli bir bölümünü oluşturduğundan, bu neslin sosyal-kültürel değişimleri, toplumun diğer seviyelerinde değişikliklere neden olma potansiyeline sahiptir. Bu nedenle, İnternet ve cep telefonu yeteneklerini nasıl kullandıklarını ve bundan nasıl etkilendiklerini anlamak büyük bir endişe haline gelecektir.

Karmaşık bir iletişim aracı olarak, internet daha hızlı veya anında iletişime yönelik küçük, samimi sosyal ortamlar imkânı sunmaktadır. Örneğin, Accra, Gana'daki gençler interneti muhtemelen kendi yerel ortamlarında erişemeyecekleri cinsel ve genel sağlık konularında gerekli bilgileri elde etmek için bir sağlık bilgi kaynağı olarak kullanmaktadır (Cassell & Graves, 2006). Amerikan gençliği üzerine yapılan araştırmalar, internetin cinsiyet ve kişilerarası ilişkiler gibi sosyal açıdan hassas konular hakkında bilgi için güçlü bir kaynak olduğunu göstermektedir (Suzuki & Calzo, 2004), aynı zamanda sivil katılım ve siyasi katılım hakkında bilgi veren bir topluluk oluşturma aracı olarak hizmet vermektedir (Rainie & Horrigan, 2005). Bu, özerkliği ve kimlik inşasını norm ve beklentiler olmadan teşvik eder. (Nutt vd., 2006).

Bazı kanıtlar, internet iletişiminin utangaç, sosyal olarak endişeli veya ötekileştirilmiş gençler için özellikle avantajlı olabileceğini ve yüz yüze etkileşimlerle ilişkili riskler olmadan sosyal becerileri uygulamalarını mümkün kıldığını göstermektedir (Heitner, 2002; McKenna vd., 2002; Subrahmanyam & Lin., 2007). Buna ek olarak, çevrimiçi iletişim daha doğru değişimleri teşvik edebilir: birçok insan çevrimiçi düşünce ve duygularını paylaşmaktan daha büyük bir istek duyduğunu bildirir (Lenhart vd, 2005; McKenna & Bargh, 2000). Sosyal baskılardan kaynaklanan bu özgürlük, ergenlerin gerçek sosyal durumlara daha fazla güven duymalarına yardımcı olabilir ve ergen sosyal gelişiminde önemli bir husus olan başkalarıyla bağlantı duygusu ortaya çıkarabilir. Öte yandan, bu alandaki etkileşimlerin eksikliği özellikle gençler için, özellikle sosyal açıdan endişeli olanlar için risk oluşturabilir.

İnternetin modern toplum üzerinde tutarlı olumlu etkileri olmasına rağmen, gizlilik, güvenlik, pornografi, İnternet suçu ve sanal topluluk hakkında çeşitli toplumsal kaygılara da neden olmuştur (Greenfield & Yan, 2006). Kolay erişilebilirliği, diğer medya türlerine kıyasla gençler için daha büyük riskler ve tehlikeler oluşturmaktadır. Ulusal Yükseklik Anketine göre, ebeveynler için bir numaralı medya endişesi televizyondan internete geçti: ebeveynlerin% 85'i tüm medya türleri arasında internetin çocuklarına en büyük riski verdiğini bildirmiştir (Common Sense Media, 2006). Ebeveyn kaygıları geçerlidir, özellikle gençlerin istedikleri her şeyi görüntüleme ve yayınlama özgürlüğü göz önüne alındığında serbesttir.

Londra Ekonomi Okulu (2002) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, 8-16 yaş arası çocukların% 90'ı internette uygunsuz içerikli videolar izlemiştir. Çoğu durumda genellikle ödev yapma sürecinde olan bir çocuk, bilgi veya resim aramak için zararsız bir kelime kullandığında olumsuz içerik barındıran sitelere istemeden erişir (Subrahmanyam vd., 2006).

Ülke çapında yapılan bir ankette, 13-18 yaş arasındaki gençlerin yarısının genellikle internette şahsen tanışmadıkları biriyle iletişim kurdukları, üçte biri potansiyel olarak sadece internet üzerinden tanıştıkları biriyle yüz yüze görüşme hakkında konuştuğunu göstermiştir (Polly Klaas Vakfı, 2006).

Ayrıca, neredeyse % 12,5'i çevrimiçi iletişim kurdukları birisinin çok daha gençmiş gibi davranan bir yetişkin olduğunu keşfetmiştir. Sahte kimliklerin üretimi ve internet üzerinden satışı kolaydır. Sosyal medya, gençlere başkalarıyla anında bağlantı kurma ve hayatlarını fotoğraflar, videolar ve durum güncellemeleri yoluyla paylaşma yeteneği vermiştir. Gençler, bu platformları ilişkileri bağlamak ve sürdürmek, yaratıcı olmak ve dünya hakkında daha fazla şey öğrenmek için anahtar bir araç olarak tanımlamaktadır. Ancak drama ve zorbalık gibi sosyal medya kullanımının daha olumsuz yönleriyle de mücadele etmeleri veya kendilerini belli bir şekilde sunmaları için baskı hissetmeleri gereklidir. Bu sosyal açıdan endişeli gençler, gerçek yaşam etkileşimlerinin yerine bilgisayar iletişimine başvurma eğiliminde olabilirler (Subrahmanyam vd., 2006).

Tutumları ölçerken, bazı araştırmacılar çocukların yetişkinlerden farklı olduğu fikrini reddettiler ve bu da yaşa dayalı çalışmaların tasarlanmasında başarısızlığa neden oldu (James vd., 1998). Bununla birlikte, yaş farklılıklarını kabul eden akademisyenler, araştırma bağlamını ve soruların netliğini göz önünde bulundurarak, araştırmacının kendi görüş ve yorumlarını, geçerliliğini ve güvenilirliğini empoze etmemek dâhil olmak üzere uyum geliştirme dahil olmak üzere birçok konuyu ele almıştır (Punch, 2002). Punch, çocukluğun eşit olmayan güç ilişkilerinin olduğu yetişkin bir toplumda deneyimlendiği ve yetişkinlerin çocukları kendilerinden farklı algıladıkları için, çocukların biraz farklı bir tedaviye ihtiyaç duyabileceğini ileri sürmektedir. Yetişkinler ve çocuklar arasındaki ölçülebilir farklılıklar, çocukların kelime dağarcığı ve kelimelerin anlaşılması, dünyadaki deneyim eksiklikleri ve daha kısa bir dikkat süresinde sergilenmektedir (Boyden & Ennew, 1997). Yaşlarına ve olgunluklarına bağlı olarak, çocuklar da bilişsel gelişimin farklı aşamalarındadır (Borgers & Hox, 2001; Flavell vd., 1993; Scott, 2008).

Gelişim psikologları bir çocuğun bilişsel gelişim düzeyinin tam olarak nasıl belirleneceğine karar vermediler. Piaget'in (1929) çığır açan çalışması bilişsel gelişimi aşamalar açısından tanımladı. 7-11 yaş arası gençlerin somut süreçler aşamasında olduklarını,

burada mantıkta zorluk yaşadıklarını (örneğin, olumsuzlama), okuduklarından aliteral anlam aldıklarını ve betonu soyuttan daha iyi yönettiklerini iddia etmiştir (Flavell vd., 1993). Resmi düşünce aşamasında, 11–15 yaş arası çocuklar resmi düşünmeyi kullanabilir, olumsuzlukları ve mantığı yönetebilir (Borgers vd., 2003) ve varsayımsal durumları yönetebilir.

Günümüzde, bilişsel psikologlar nörobilişsel gelişimin birbirini takip eden aşamaların merdiveni olarak değil, etkileşimler ve çekiciler, yakınsak ve ıraksak yollar, iç içe döngüler, istikrarlar ve istikrarsızlıklar, ilerleme ve gerilemeler, istikrarsızlık kümeleri ve istikrarlı performans seviyeleri ağı olarak düşünülmesi gerektiğine inanmaktadır (Fischer vd., 2008). Gelişimciler artık Piaget'in teorisini toplamında kabul etmese de, çocuğun bilgi işleme kapasitesinin, örneğin işleme hızı veya işleme verimliliği gibi bazı yönleriyle yaşlandıkça düzenli, muhtemelen olgunlaşmaya dayalı bir artış olduğunu varsaymaktadırlar. Bilişsel psikologların araştırma bulguları, farklı yaşlardaki çocuklara sorulacak soruların türü ve karmaşıklığı konusunda yol göstermeleri için çocuklarla araştırma yapmak için önemlidir. Belirli yaşlar için soru cümlelerinin belirlenmesi imkansız olabilir, ancak güvenilirlik yaşla birlikte artar (Borgers, 2003).

Türkiye ve Dünyada Çocukların İnternet Kullanımı

Şimdiki dönem, çeşitli bilimlerle bilgisayarda ilerlemeyle ilgili tüm alanlarda bir bilgi ve bilgi devrimine tanık olmuştur. Devrim, geçen yüzyılın seksenlerinde internetin ortaya çıkmasıyla gelişti. O zamandan beri internet kullanımının günlük ve kurumsal yaşamın tüm alanlarını ve etkileşimlerini kapsayacak şekilde geliştiği açıktır. Zamanlaması sonuçta serbest kaldığında avantajı artmıştır. Kullanıcılar kendileri için uygun zamanı ve yeri seçmekte özgürdürler ve internet kafe olarak bilinen ve ergenlerin ve gençlerin internet kullanımının gelişiminde büyük etkisi olan geniş bir yayılım alanı vardır (Günüç & Kayri, 2010). Son zamanlarda internet yayılımının gelişimini iddia etmek için Zaki tarafından yürütülen çalışmayı kullanmak mümkündür, çünkü etkileşimleriyle internetin birçok insan için günlük yaşamın bir parçası haline geldiğini görmektedir.

İnternet sadece bir avantaj ve fayda olarak görülmemeli, özellikle bazı üçüncü dünya toplumlarında, İslam ve Arap toplumlarında olumsuzlukların yayılması anlamına geldiği ve küreselleşmenin bir aracı olarak görülmesi beklenmektedir. Dolayısıyla, internetin fiziksel, psikolojik ve kültürel düzeylerde aşırı kullanımının olumsuz etkileri vardır (Şener, 2009).

Çocuklar internet teknolojisi konusunda çok heveslidirler, interneti kullanarak daha büyük fırsatlar elde edebileceklerini düşünmektedirler. Çocuklar için internet fırsatlarından bahsederken, temelde çocuklar için İnternet kullanımının avantajlarını en üst düzeye çıkarma

umududur. Fırsatlar esas olarak, üç kategoriye ayrılabilen çocukların çevrimiçi olumlu etkinlikleriyle ölçülmektedir. Okul çalışması, oyun oynama, video klip izleme, haber okuma veya müzik indirme gibi içerik tabanlı etkinlikler, anlık mesajlaşma, e-posta, sohbet veya Skype gibi iletişim tabanlı etkinlikler ve blog oluşturma gibi davranış / akran katılımı etkinlikleri (Pruulmann vd., 2012). Livingstone ve Helsper (2010) altı tür çevrimiçi fırsat sunmuştur: (1) Bilgi, (2) İletişim, (3) Eğlence, (4) Katılım, (5) Yaratıcılık ve (6) İfade. Araştırmacılara göre, bilgi aramadan başlayarak, çocuklar oyunlar ve iletişim yoluyla ilerleyecekler, daha etkileşimli iletişim biçimlerini üstlenecekler ve yaratıcı ve sivil faaliyetlerle sonuçlanacaklardır.

Avrupa ülkelerinde aynı konu üzerine yapılan bazı araştırmalar, internet kullanımının çocukların çevrimiçi olarak en çok yaptığı etkinlik (% 85) olduğunu, ardından oyun oynadığını (% 83) ve başkaları tarafından üretilen içeriği aldığını (%76) bulmuştur. Kore'de yapılan bir araştırma da en sık çevrimiçi etkinliklerin ev ödevleri ve oyunlar olduğunu bulmuştur (Lee & Chae, 2007). İletişim kurma (sosyal ağ oluşturma ve anlık mesajlaşma, % 62), sonraki en popüler çevrimiçi etkinliklerdir ve çocukların internet kullanımının oldukça alakalı bir kısmı, arkadaşlar ve aileyle iletişim halinde olmak için sosyal web siteleriyle ilgilidir (Livingstone vd., 2011). Bilgiye danışmak, bir şeyler indirmek ve alışveriş yapmak için de interneti kullanıyorlardır. Çocukların çevrimiçi olarak yaptığı daha az yaygın etkinlikler, başkalarının paylaşması için resim veya mesaj göndermek, web kamerası kullanmak, dosya paylaşım siteleri, sanal bir dünyada vakit geçirmek veya bir blog yazmak gibi kullanıcı tarafından oluşturulmuş içerik oluşturma'nın çeşitli yollarıdır (Livingstone vd., 2011). Lee ve Chae'nin (2012) Kore'de yaptığı araştırma, çevrimiçi katılımın düşük yüzdesinin Koreli çocuklar tarafından alındığını ortaya koymuştur.

Çocukların (0-8 yaş arası) internet katılımındaki artış, araştırmacılar, eğitimciler ve politika yapımcıların daha fazla dikkatini gerektiren belirli eğilimleri ve kullanım kalıplarını göstermektedir. 9 yaşın altındaki ilkökul çağındaki çocuklar, sosyal ağ bileşenlerine sahip sanal dünyaları ziyaret ediyor ve Facebook gibi 13'ten fazla sosyal ağ sitesine katılıyordu. Bu yetersiz kalanların, gençlik ve deneyimsizliğin bir sonucu olarak, bu siteleri güvenli bir şekilde müzakere etmek için gereken dijital becerilere sahip olma olasılığı daha düşüktür (Livingstone vd., 2011). Okul öncesi çağındaki çocuklarda dokunmatik ekranlı cihazların artan popülaritesi de internete erişim sağlayan küçük çocukların artışına katkıda bulunuyor, ancak çağdaş pediatrik tavsiyeler, küçük çocuklar için ekran süresini büyük ölçüde kısıtlamaktır. Bu tür tavsiyelerin etkileşimli oyun teknolojilerinin doğasında bulunan fırsatları hesaba katıp katmadığı açık değildir.

Küçük çocuklar (0-8 yaş) giderek daha fazla çevrimiçi oluyor. Bugünün aralarının (9-12 yaş) internet katılım oranları, 5 veya 6 yıl önceki gençlerin kullanım oranlarına eşitken, 5 ila 8 yaş arasındaki internet kullanım alışkanlıkları artık araları karakterize etmek için kullanılanlara benziyordur. Kullanımı kolay dokunmatik ekran teknolojileri, yalnızca okul öncesi çocukların dijital dünyaları keşfetmesi anlamına gelmez, aynı zamanda bir yaştan altındaki bebeklerin bile çevrimiçi olarak eğlendiği anlamına gelir. Bu filizlenen aktivite çok sayıda soruyu ve bazı endişeleri gündeme getiriyor (Holloway vd., 2013). 0-8 yaşındakilerin internet kullanımını konusunda çok az araştırma var, ancak bu tür bilgiler giderek daha önemli hale gelmektedir.

2008'de Avrupa Komisyonu (EC) araştırması, kıta genelinde 6 yaşındaki çocukların % 42'sinin ve 7 yaşındakilerin % 52'sinin internet kullanıcısı olduğunu göstermiştir. Avrupa Komisyonu, interneti henüz yeni benimsemiş bir dizi ülkeyi (eski Sovyet bloğundan olanlar dahil) içermektedir. Erken benimseyen ülkelerdeki rakamlar çok daha yüksektir. Güney Kore'de 3-9 yaşındakilerin % 92,5'i interneti haftada ortalama 8-9 saat kullanıyor ve bu, ülkelerinin dünyanın en yüksek hızlı internet kullanımına sahip ülke statüsünü yansıtıyordu (Jie, 2012). Gutnick vd. (2011) göre, ABD'de rakamlar farklıdır. 8 yaşındakilerin yaklaşık % 70'i her gün çevrimiçi olurken, 5 yaşındaki çocukların yaklaşık yarısı bunu yapıyor ve 3 yaşındaki çocukların % 25'idir. Karşılaştırmalı Avustralya istatistiği, 5-8 yaşındakilerin % 79'unun evde çevrimiçi olduğunu göstermektedir (Avustralya İstatistik Bürosu, 2012). İnternette 0-8 yaşındakilerin sayısındaki büyük artışa ve dokunmatik ekranlı tabletler kullanan bebekler ve yeni yürümeye başlayan çocuklar tarafından gerçekleştirilen yeni otonom dijital etkinlik fenomenine rağmen, çoğu araştırma ve politika genellikle daha büyük çocuklara odaklanır ve özellikle gençler vurgulanmaktadır (Livingstone vd., 2011). Çocukların çevrimiçi katılımıyla ilgili Avrupa çapında bir araştırmaya ilişkin 2013 veri tabanı, 15 yaşındakilerle ilgili 700'den fazla, ancak bir yaştan altındaki bebeklerle ilgili yalnızca 8 çalışmayı tanımlamaktadır (Ólafsson vd., 2013).

Bebeklerin ve yeni yürümeye başlayan çocukların dijital yaşamlarına ilişkin sağlam medya ve iletişim araştırmalarının yokluğu göz önüne alındığında, pediatristlerin tavsiyeleri daha fazla etkiye sahiptir. Örneğin Sigman (2012), ebeveynlere 2 yaşından küçükler için ekran süresini yasaklamalarını ve okul öncesi çocuklar için önemli ölçüde kısıtlamalarını tavsiye etmektedir. Ekran süresi, internetin yanı sıra DVD'leri ve televizyonu da içermeye eğilimindedir ve bu nedenle, etkileşimli oyun için dijital teknolojiyi kullanmanın potansiyel değerini hesaba katmayabilir. Bu yüzyılda doğan çocuklar, tüm hayatlarını dijital bir dünyada

yaşayan ilk nesildir. Doğru türdeki erken çevrimiçi etkinlikler, bir dizi fırsat ve fayda sağlayabilir. Dolayısıyla ilgili araştırma hem önemli hem de acildir.

İnternet, Kuzey Amerikalı ergenlerin çoğunun günlük yaşamının bir parçası haline geldi. 2001 yılında, Kanada'da ve ABD'de (Lenhart vd., 2001) yapılan ulusal araştırmalar, ergenlerin% 70'inin İnternet kullanıcıları olduğunu ortaya koymuştur. Günlük yaşamlarında, ergenler interneti okul çalışması, eğlence ve başkalarıyla iletişim kurmak için kullanır. Bazı ergenler interneti yabancılarla tanışmak ve iletişim kurmak için kullanırken (Wolak vd., 2003), çoğu interneti bilinen başkalarıyla iletişim kurmak için kullanır (Valkenburg & Peter, 2007). Bu gerçek içinde, internetin yüksek kaliteli ilişkilerin oluşumunu ve bakımını teşvik edip etmediğini (Valkenburg & Peter, 2007) veya gençleri izole edip etmediğini ya da sosyal ilişkilerinin kalitesini düşürüp düşürmediği belirsizdir (Kraut vd., 1998). İnternet tabanlı etkinliklerin ergenlerin yaşamlarındaki yaygınlığına rağmen, bu farklı etkinliklerin mevcut ilişki gemileri, özellikle de göze çarpan ergen ilişkileri üzerindeki en iyi dostluklar ve romantik ilişkiler üzerindeki uzunlamasına etkisi hakkında çok az şey bilinmektedir. Alandaki dearthof araştırması, en iyi arkadaşlıkların (Clark ve Ayers, 1988) ve ergen sosyal uyumuyla romantik ilişkilerin (Feiring, 1999) önemi göz önüne alındığında çarpıcıdır. En iyi dostluklar ve romantik ilişkiler ergenlerde artan bir önem kazandığından, yakın zamanda ergenlik hayatının önemli bir yönü olarak ortaya çıkan internet tabanlı faaliyetlerin etkisi özellikle ilgi çekicidir.

Çocukların teknoloji kullanımıyla ilgili stratejiler geliştirmeden önce mevcut durumu değerlendirmek gerekir. Türkiye'de okul çocukları ve ergenlerle teknoloji kullanımına yönelik çalışmalar yapılmışsa da bebeklik ve erken çocukluğu (0-6 yaş) kapsayan çalışmalara rastlanmamıştır (Akkoyunlu & Tuğrul, 2002). Dijital göçmenler hayatlarının ilerleyen dönemlerinde teknolojiyle karşılaşır ve dijital araçları ve uygulamaları anlamak ve öğrenmek için çaba sarf etmek zorundadırlar. Dijital yerliler, teknolojinin vazgeçilmez olduğu 1980'lerden sonra, dijital teknoloji çağında doğanlardır. Guðmundsdóttir ve Hardersen'in (2011) Norveç'te okul öncesi çağındaki çocuklar arasında teknoloji kullanımı araştırmasına göre, 0-6 yaş arası çocukların% 58'i çevrimiçi dijital medya kullanmaktadır, Findahl (2012), İsveç'teki çocukların% 70'i 3-4 yıl dijital medya kullanır.

Gelişen teknolojiyi içeren faaliyetler nitelik olarak değişirken miktar olarak da artmıştır. Oyunlar, oyuncaklar ve kitapların yerini televizyonlar, bilgisayarlar, cep telefonları, tabletler ve oyun konsolları almıştır. Çocuk gelişimini destekleyebilen bu teknolojik cihazların kullanılması, bilinçli olarak kontrol edilmezse bazı olumsuzlukları da beraberinde getirebilir (Akçay & Özcebe, 2012). Çok sayıda çalışma, bilgisayar ve internet kullanımının

çocuklar arasındaki popülerliğini de detaylandırmaktadır. Çocukların internete bağlı dokunmatik ekranlı cihazlarla doğduktan kısa bir süre sonra tanıştıkları ve bunları kullanmalarına izin verilen yaşı gün geçtikçe azaldığı özellikle gösterilmiştir. Ancak, AB Çevrimiçi Çocuk Projesi (2010) tarafından yayınlanan Türkiye verilerine göre, yedi yaşın altındaki çocuklar arasında İnternet kullanım oranı % 2,6'dır (Karakuş vd., 2014).

Diğer çalışmalar, artan bilişsel, sosyal ve duygusal konular ile obezite, hareketsizlik ve uyku eksikliği de dâhil olmak üzere ekran süresi ile ilgili çeşitli potansiyel sorunlara dikkat çekmiştir. Bu nedenle, Amerikan Pediatri Akademisi (2016), 18-24 aylık çocukların dijital medyadan uzak tutulmasını ve 2-5 yaş arası çocukların günde bir saatlik ekran süresi ile sınırlı ve yalnızca yüksek -kalite programları. Ayrıca, Chak (2003) okul öncesi çağındaki çocuklar için tasarlanmış 100 başvurudan sadece 58'inin gelişim düzeylerine uygun olduğunu bulmuştur. Bu çalışmalar, ebeveynlerin çocuklarıyla ilgili bilgi yayınlamadan önce çocuklarının gizlilik hakkını koruması ve pedofiller gibi çevrimiçi tehditleri göz önünde bulundurmaları gerektiği konusunda uyarmaktadır. Dahası, ebeveynlerin netleştirme faaliyetleri dijital ayak izleri yaratır ve çocukları için gelecekteki izleyicilerin erişebileceği dijital kimlikler oluşturarak büyük miktarda bilgiye kolay erişim sağlar.

Türk ergenlerde diğer gruplara göre daha fazla siber zorbalık yaşadıkları ortaya çıkmıştır. Başka bir deyişle, araştırmacılara göre, çocuk ve ergenlerin internete erişim şansı ne kadar fazlaysa, internetin sunduğu imkânlarla birlikte verdiği riskler de o kadar fazla olmuştur. Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre, Türkiye'de 2015 yılında internet kullanımı % 55,9 iken, 2020 yılında %79,0 olduğu belirtilmiştir. Türk azınlıkların yaşadığı yerlere göre bu oranlar Hollanda için% 92,9, Danimarka için% 90, Almanya için % 83, Avusturya için % 79,8 ve Bulgaristan için% 51'dir. Bu erişim oranları araştırmacıların genel görüşünü kısmen desteklese de, internet erişim araçlarıyla ilgili riskleri açıklamada yüzeysel bir yaklaşım riski taşımaktadır. Bu nedenle, ebeveyn arabuluculuk stratejilerinin, d'Haenens ve Ogan'ın (2013) çalışmalarından yoksun olan ve diğer araştırmalarda sadece birkaçını inceleyen bu kavramı açıklamada olası bir değişken olduğuna inanılmaktadır.

Ebeveynlerin arabuluculuk stratejileri, ebeveynlerin çocuklara ve ergenlere yönelik internette karşılaştıkları riskleri azaltırken fırsatları artırmalarına yönelik tüm tutum ve davranışlarını içerir (Kirwil, 2009). Geniş anlamda, ebeveyn arabuluculuğu, ebeveynlerin çocuklarının medya kullanımına yönelik geliştirdikleri tutum ve davranışlarını ifade eder. Bu ana ebeveyn arabuluculuk stratejilerinin yeni medya, yani yeni medya için nasıl uygulanabileceği tartışmasının yanı sıra, ampirik çalışmalar özellikle kısıtlayıcı ve aktif

arabuluculuk stratejilerinin internet için yürürlükte olduğunu göstermektedir (Livingstone & Helsper, 2008; Lwin vd.,2008).

Ebeveyn arabuluculuk stratejilerindeki bir diğer faktör de internet söz konusu olduğunda ebeveyn izlemesidir. Ebeveyn izlemenin, çocukların ziyaret ettiği web sitelerini denetlemeyi ve e-postalarını denetlemeyi içeren kısıtlayıcı arabuluculuk stratejisinin bir alt boyutu olduğunu iddia eden bazı araştırmacılar (örn. Livingstone & Helsper, 2008) olsa da, ebeveyn izleme farklı bir arabuluculuk stratejisidir ve ayrı bir boyut olarak ele alınmalıdır (Eastin vd., 2006). Ebeveynlerin arabuluculuk stratejilerinin sosyo-ekonomik bağlamla ilişkili olduğu zaten bilinmektedir. Daha düşük bir sosyoekonomik duruma sahip olmak ve daha yüksek bir eğitimden yoksun olmak, bilgisayar ve internette daha düşük bir okuryazarlık ile sonuçlanır ve bu da çocuklarının internet kullanımına yönelik kısıtlayıcı bir ebeveynlik stratejileri kullanma eğilimi ile sonuçlanır. Van Dijk'in (2009) önerisine ve Pasquier ve ark.'de (2012) etnik azınlıkların sosyoekonomik durumları nispeten düşük olduğu için kısıtlayıcı arabuluculuk stratejileri kullanabileceği söylenebilir.

Araştırmacılar iletişim risklerini yabancılarla tanışma, siber zorbalığı devam ettirme, siber zorbalığa maruz kalma ve cinsel mesajları alma, içerik risklerini aşırı internet kullanımı ve uygunsuz içerikli görüntülere maruz kalma olarak tanımlamaktadır. Bu risklerin sıklıkla birbiriyle ilişkili olduğu bilinmektedir (Livingstone & Haddon, 2012). Ebeveyn arabuluculuk stratejilerinin riskli medya kullanımını azalttığı bilinmektedir. Çevrimiçi riskler ve ebeveyn arabuluculuk stratejileri arasındaki ilişkiyi araştıran az sayıda çalışma, farklı ebeveyn aracılık stratejilerinin farklı çevrimiçi risk türleri üzerinde etkili olduğunu ortaya koymuştur (Livingstone & Helsper, 2008). Örneğin, Mesch (2009) ebeveynlerin aktif bir arabuluculuk stratejisi kullanmasının çocukların siber zorbalığa maruz kalmasını azalttığını belirtmektedir. Ancak, her iki çalışmanın da ebeveyn aracılık stratejileri ve çevrimiçi riskler ile tek bir örnek grup arasındaki ilişkiyi araştırdığı göz ardı edilmemelidir. Bu nedenle, daha iyi bir anlayış için karşılaştırmalı bir yaklaşım olmalıdır.

Türkiye'de yapılan çalışmalar incelendiğinde, çocuk ve ergen internet kullanımı ve çevrimiçi riskler hakkında tanımlayıcı bulgular sıklıkla ortaya çıkmaktadır (Karakuş vd., 2011; Çelen vd., 2011). Ebeveynlerin çocuklarının internet kullanımı hakkındaki bilgilerini ve algılarını araştıran sadece iki çalışma olduğu bulunmuştur (Demirel vd., 2012; Tokel vd., 2013). Ayrıca, Türkiye'de ebeveynlerin arabuluculuk stratejilerini bildiren tek bir çalışma vardır (Helsper vd., 2013). Bu raporda, Türkiye benzer ülkelerle kümelenme analizine tabi tutulmuş ancak ayrı ayrı dikkate alınmamıştır. Bulgulara göre, Türkiye'deki çocuklar ve ergenler Kıbrıs, Almanya, Yunanistan, İrlanda, İtalya, Polonya, Portekiz, İspanya ve İngiltere

ile birlikte düşük risk grubunda yer alırken, tüm Avrupa ülkelerinde aktif arabuluculuk stratejilerinin en az kullanımını göstermektedir. Çocukların risk grubu ve ebeveyn arabuluculuk stratejileri kümeleri karşılaştırıldığında, ebeveynlerin kısıtlayıcı arabuluculuk stratejileri kullandığı ülkeler ile çocukların çevrimiçi risklerinin düşük olduğu ülkeler arasında bir çakışma olduğu ortaya çıkmıştır. Bu nedenle, bu ülkeler “Kısıtlamalar Tarafından Korunuyor” kümesi olarak tanımlanmıştır. Ancak araştırmacılar, bu kümelerin Avrupa'da genelleme amacıyla yapıldığına, ancak ülkeler arasındaki farklılıkların ülkeler arasındaki farklılıklardan daha fazla olduğuna dikkat çekti. Bunun nedeni, bu ülkelerdeki örneklerin düşük, orta veya yüksek gibi farklı sosyo-ekonomik düzey gruplarını temsil edecek şekilde oluşturulmasıdır. Türkiye Kısıtlayıcı Arabuluculuk kümelenmesine alınsa da, ebeveynlerin sosyo-ekonomik durumuna bağlı olarak her iki arabuluculuk stratejisinin de gösterilebileceği ve bu stratejilerin farklı yönlerdeki çevrimiçi risklerle ilişkili olabileceği düşünülmelidir. Öte yandan, Avrupa'daki Türk ailelerinin daha düşük sosyo-ekonomik durumdan kaynaklanan daha kısıtlayıcı ebeveynlik stratejileri kullanmaları muhtemeldir (d’Haenens & Ogan, 2013).

İnternetin Sakıncaları

Teknoloji çoğunlukla çocukları olumsuz yönde etkiler. Çocuk gelişiminin belirlenmesinde aile ortamları ve özellikleri önemli bir yere sahiptir (Kenar, 2012). Ebeveynler günümüzde çoğunlukla TV izlerken, çocuklar internete giriyor, sosyal medya kullanıyor ve dijital oyunlar oynuyorlar (Çalışkan & Özbay, 2015). Bugünün ihtiyaçları teknolojiyi tercih yerine görünüşte bir zorunluluk haline getirmiştir (Demir & Özmantar, 2013). Zararsız kullanım bu gereklilik içinde sağlıklı kullanım ve sağlıklı kullanım olarak zararlı kullanım olarak ele alınabilir. Çocukların teknoloji kullanımı ile ilgili stratejiler geliştirmeden önce mevcut durumu değerlendirmek gerekir.

Farklı kültürlerde aşırı internet kullanımı görülmektedir ve ergenler grubunun en yüksek risk altında olduğu belirtilmektedir. Dahası, internetin aşırı kullanımı, internet bağımlılığının bazı belirtilerinin gelişmesine yol açabilir ve sonuçlar, bağımlılık davranışları olan, işlerini ve sosyal yaşamlarını ihmal etmeye başlayan, öz kontrollerini kaybetmeye ve gerçek dünyayı ikame etmeye başladıklarını göstermektedir.

İnternet bağımlılığı genellikle internetin aşırı kullanımı için kontrol edilemeyen bir arzu, internete bağlanmadan harcanan zamanın devalüasyonu, yoksunluk ve yoğun sosyal ve aile yaşamının kötüleşmesi durumunda şiddetli sinirlilik ve saldırganlık olarak tanımlanmaktadır. İnternet bağımlılığının yaygınlığı, yerleşmemiş kişilikleri nedeniyle gençler arasında yüksektir ve % 1,5 ile % 24,2 arasında değiştiği bildirilmiştir. Lukoff vd. (2002), ergenlerin internete eğilimini artıran belirli faktörler tanımladı. Bunlar özgür olmak,

kolayca iletişim kurmak, kolayca bir kimlik oluşturmak ve anlamlı kişisel ilişkiler geliştirmek gibi arzulardır. Artan kullanım bazı problemler getirir. Diğer Araştırmalar, internet bağımlılığının yaygınlığının farklı popülasyonda % 1,5 ila% 25 arasında değiştiğini ve bu kullanıcılarda internet kullanımının niteliği ve niceliğinin bilgisayar ve internet kullanma becerileri ve internet kullanımının süresi ve ciddiyeti ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

İnternet, eğitim kurumlarına öğrencilerin önceden erişilemeyen bilgi ve bilgiye erişimleri açısından potansiyel avantajlar sağlarken, zaman kaybı veya antisosyal davranış gibi bazı olumsuz etkilere de sahip olduğunu kanıtlamaktadır (Hazelhurst vd., 2011). İnternetin olumlu yönleri, dünya genelinde aynı anlayış, ifade özgürlüğü, hayal kırıklıklarını hafifletme rahatlığı, aynı ilgi alanlarını, yetenekleri ve değerleri paylaşan insanlarla iletişim kurma yeteneğine sahip bir buluşma noktası olarak tanımlanabilir (Balta & Horzum, 2008). Literatürde internetin patolojik internet kullanımı, sorunlu internet kullanımı, internet kullanım bozukluğu vb. olumsuz sonuçları olan kullanımı açıklanmaktadır.

Aşırı internet kullanımı sadece internetin uzun süre kullanılması değil, aynı zamanda öz-denetim eksikliğinden kaynaklanan olumsuz sonuçlara vurgu yaparak çevrimiçi faaliyetleri kontrol edememe durumu anlamına gelir (Green vd., 2012) Aşırı ve verimsiz kullanım internetin, internet bağımlılığının bir belirtisi olduğu düşünülmektedir, potansiyel bir bağımlılık (Griffiths, 2000). Dengeli yaşam üzerindeki olumsuz etkileri, bağımlılık riski oluşturma, çevrimiçi aktivitelerde kendini kontrol etme yeteneği ve olumsuz sonuçlarla kullanma çerçevesinde sorunlu bir durumdur. Çocuklarda ve ergenlerde aşırı internet kullanımı, olumsuz etkileri, tehlikeleri ve bağımlılık riskleri açısından tüm dünyada incelenmektedir.

Literatür, ergenlerin internet kullanımıyla ilgili araştırmaları bazı ana başlıklar altında gruplandırmaktadır: “Ergenlere internet eğitimi, öğrenme ve bilgi dağıtımı, iletişim (Livingstone & Bober, 2004), eğlence, oyun ve kumar, sosyalleşme ve psikolojik ihtiyaçlar”.

Aydın (2011) tarafından 280 lise öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada, ödev / araştırma, oyun, iletişim / sohbet ve siber suçlar başlığı altında ergenler arasında internet kullanımının amaçları araştırılmıştır. Ergenlerden interneti akademik başarı ve sınıflarını desteklemek için kullanmaları beklenir, ancak bunu çoğunlukla okul dışında, can sıkıntısı, cinsel içerik ve eğlenceden kaçınma gibi akademik olmayan amaçlar için kullanırlar. Livingstone ve Bober (2004) tarafından 9-19 yaşları arasındaki 1,511 öğrenci üzerinde yapılan bir araştırma, çocukların ve ergenlerin interneti öncelikle eğitim ve enformel öğrenme için ve ikincil olarak iletişim ve katılım için kullandığını göstermiştir (Watson, 2005).

Ergenler arasında internet kullanım sıklığı, sınıflarında bile telefonlarında internete bağlanabilecek kadar büyük bir boyuta ulaşmıştır, bu da sanal iletişim üzerinde yanlış anlaşılmalara nedeniyle disiplin prosedürlerine ve şiddet olaylarına yol açabilir, bu da olumsuz gençlerin akademik yaşamları, aile ve sosyal iletişim üzerindeki etkileridir.

Bağımlılık ve İnternet Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı kavramı genellikle, bir bireyin interneti kullanarak yoğun kaygı, internette zaman yönetiminde zorluk, çevrimiçi değil iken rahatsız olma ve gerçek dünyada sosyal etkileşimi azalttığı dürtü bozukluğu olarak tanımlanmaktadır (Tikhonov & Bogoslovskii, 2015). Bu özellikler başlangıçta Young (1998) tarafından patolojik kumar kriterlerine dayanarak önerilmiştir (Yellowlees & Marks, 2007) ve o zamandan beri DSM-5 kapsamında değerlendirilmek üzere uyarlanmıştır. Bu, bağımlılık alanında çalışan birçok kişi tarafından iyi karşılanmıştır ve internet bağımlılığının değerlendirilmesinde ve tanımlanmasında bir dereceye kadar standardizasyonun sağlanması önerilmiştir (King & Delfabbro, 2014). Bununla birlikte, araştırmacıların çok sayıda kavramsal eşitsizliği ve internet bağımlılığı ve kurucu bozukluklarını tam olarak anlamak için daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyduklarını kabul ettikleri bu kavramı çevreleyen tartışmalar bulunmaktadır.

Tartışmanın çoğu, internet bağımlılığının bir dizi potansiyel faaliyeti içermesine rağmen, internete tekil bir varlık olarak bağımlılık olarak kavramsallaştırıldığı konusuyla ilgilidir. Yani, internet, ister PC, konsol, dizüstü bilgisayar veya mobil cihazla erişilsin, tüm formatlarında, temelde faaliyetlere ve hizmetlere eriştiğimiz bir portaldır. İnternet bağlantısı böylece bize oyun (çevrimiçi oyun türleri, kumar), iş (çevrimiçi kaynaklara erişim, yazılım indirme, e-posta gönderme, web sitesi barındırma), sosyalleşme (sosyal ağ siteleri, grup sohbetleri, çevrimiçi flört), eğlence (film veritabanları, müzik), sarf malzemeleri (bakkaliye, kıyafet) ve diğer birçok etkinlik ve hizmet gibi türlere erişme yolları sunmaktadır. Bu şekilde, internet, belirli bir sanal etki alanının bir ürünü olarak çok sayıda deneyim sağlayan çok boyutlu ve çeşitli bir ortamdır. Bu nedenle, internet kavramıyla ilgili olabilecek bu çeşitli ve özel uygunlukların ışığında, internet bağımlılığı kavramında herhangi bir tutarlılık derecesi olup olmadığı tartışmalıdır.

Dolayısıyla internet bağımlılığı tartışmasız olarak bu nüansları yeterince yakalayacak bir kavram olarak çok genelleştirilmiştir. Yani, alışveriş için çevrimiçi olarak fazla zaman harcayan bir kişi, uygunsuz içerik izleyen veya indiren birinden niteliksel olarak farklıdır. Bunlar tartışmasız farklı memnuniyetlerle desteklenen farklı davranışları temsil etmektedir. Bu nedenle, internetin yönlerinin işlevselliği bu alandaki araştırmalar için önemli bir husustur. Bu, internet bağımlılığının etiyolojisini daha iyi anlamak için bir kullanım ve doyum bakış

açısından ele alınmaktadır. Bu genellikle en iyi, belirli işlevlerini ve belirli ihtiyaçları nasıl karşıladıklarını anlayarak (medya) davranışları açıklamaya çalışan kullanım ve doyumlar teorisi tarafından desteklenmektedir. Gerçekten de, internet bağımlılığı bağlamında, bu, belirli internet tabanlı davranışların ihtiyaç tatmininde diğerlerinden daha fazla veya daha az işlevsel olabileceğini ve kullanım veya gerçekten sağladığı kurucu alanlardır. İlki, o zaman internet tabanlı kullanım davranışını daha genel olarak kontrol etmek belki de uygunsa, çevrimiçi ortamın kullanıcıları karşılayabileceği farklı ihtiyaçlar göz önüne alındığında, daha belirgin bir yaklaşım gerekebilmektedir.

İnsan-makine etkileşimini içeren, film izlemek gibi pasif veya bilgisayar oyunları oynamak gibi aktif olabilen kimyasal olmayan veya davranışsal bir bağımlılık olarak tanımlanmaktadır (Widyanto & Griffiths, 2006). Ayrıca, internet bağımlılığı internetin sosyal ve işlevsel bozulmaya yol açabilecek uyumsuz bir kullanımı olarak tanımlanmaktadır.

İnternet bağımlılığı kavramları, Davis, vd. (2002) ve Shapira ve diğerleri (2000) gibi bireylerin internet kullanımını kontrol edememeleri psikolojik, sosyal, okul ve / veya iş zorlukları gibi farklı yönlerden ele alınabilmektedir. Psikolojik bakış açısıyla ilgili yorum yapan Kandell (1998), çevrimiçi olmanın etkisine karşı artan tolerans nedeniyle, kaynakların internetle ilgili faaliyetlere olan yatırım sayısının artması, sorunlu davranışların çevrimdışı olması ve inkâr edilmesi hoş olmayan duyguların ana olduğunu savunmuştur.

İnternet bağlantısı (WiFi) ve mobilite (akıllı telefonlar) kombinasyonu, internet'in birçok yönden ve birçok bağlamda erişilebileceği anlamına gelmesine rağmen, internet bağımlılığı çalışması, bağlamsal uygunlukları açısından nadiren incelenmiştir. Griffiths (2000) tarafından, pek çok kullanıcının bir bilgisayar yerine mobil cihazlar gibi farklı platformlar kullanarak internette önemli miktarda zaman geçirmesine rağmen, az sayıda çalışmanın internet kullanımı bağlamını düşündüğü belirtilmiştir. Kawabe vd. (2016) tarafından özellikle akıllı telefon sahipliğinin hızla arttığı ve bazılarında akıllı telefon cihazlarının bilgisayarın yerini aldığı vurgulanmıştır (Aljomaa vd., 2016). Ayrıca akıllı telefonlarda kullanım süresinin internet bağımlılığı ile önemli derecede ilişkili olduğu ileri sürülmüştür (Kawabe vd., 2016). Bu, internet bağımlılığı için yapılan araştırmaları da kapsamaktadır; çünkü bu, mobil cihazlardan erişilebilen sayısız internet alt türü de olsa, kullanıcıların mobil cihazların aksine bilgisayarlar üzerinden internet katılımına odaklandığını göstermektedir (Sinkkonen vd., 2014). Özellikle bağımlılık yapıcı davranışları kolaylaştırabilecek bir internet alt türü Facebook gibi sosyal ağ siteleridir. İnternet'e birden çok platform üzerinden erişebilmenin yanı sıra, çoğu günlük görev için internete

güvenilmektedir ve bu da gerekli kullanıma kıyasla sorunlu olanı kavramsallaştırmada daha fazla sorun yaratmaktadır.

Çocuklar ve gençler genellikle bilgi ve iletişim teknolojilerinin ilk ve en istekli kullanıcıları arasındadır ve yayılma sürecini çocuklu aileler yönetmektedir. Çocukların yetişkinlerden daha esnek, yaratıcı kullanıcılar olduğu, daha az yerleşik rutin veya alışkanlığa sahip olduğu ve yenilik ve değişime yöneldiği sıklıkla tartışılır. Gençler, ailelerinden daha geniş bir akran kültürüne geçiş yaptıkça, medyanın kimliklerini inşa etmek ve sosyal ilişkilere aracılık etmek için anahtar bir kaynak sunduğunu fark ederler. Yine de çocuklar ve gençler, edinme ve erken keşiflerdeki ilk sürecin ötesine geçtikçe, pek çoğunun, olası büyük çeşitliliğe rağmen, öncelikli olarak önceden var olan ilgi alanları ve tercihler tarafından tanımlanan oldukça muhafazakar bir kullanım modeli oluşturarak aşına olmadıkları konusunda kanıtlar vardır. Bu bilindik kullanım uygulamaları kitle iletişim araçlarıyla ilgili olma eğilimindedir, özellikle belirli televizyon programları, popüler müzik grupları, futbol takımları vb. için. Bu nedenle, güçlü markalı içerikler çocukların en sevdiği siteler arasında baskındır. Kısacası, tüketici kültürü yeni yaratıcılıklardan çok, birçok gencin internetle olan ilişkisini çerçevelemektedir.

Günümüz dünyasına hükmeden teknoloji ve yeniliklerin muazzam büyümesi, her insan için kaçınılmaz bir karmaşıklık hale gelmiştir. Günümüzde internet olanağı, yeni yenilikleri dönüştürmek ve yaygınlaştırmak için tamamlayıcı bir unsur haline gelmiştir. İnternet, artık herhangi bir toplumun sıradan bir insanı için bile son derece erişilebilir ve uygun fiyatlı bir tesistir. Ancak internet aynı zamanda birçok genci ve çocuğu internete daha bağımlı hale getirdi, bu da olumsuz bir çaba göstermeye başlamış ve hatta birçok önde gelen forum bu durumu endişelendirdiğini belirtmiştir. Son yıllarda eğitim programlarına yarı zamanlı olarak katılan öğrenci sayısında çarpıcı bir artış görülmüştür. Bu tür büyümeye katkıda bulunan faktörler arasında, eğitimin artan maliyeti, tam zamanlı öğrencilere sağlanan mali yardımın azalmasıyla aynı zamana denk gelmektedir. Bu, günümüzde okula giden birçok öğrencinin iş ve aile taahhütleri olduğu gerçeğiyle birleşmektedir. Pazar konumunu korumak ve öğrenci taleplerine cevap vermek için birçok kurum, yalnızca teknolojinin kullanımıyla yarı zamanlı bir çalışma yöntemi geliştirmektedir. Bu çalışma yöntemi genellikle çevrimiçi öğrenme, e-öğrenme, sanal öğrenme veya bazı durumlarda uzaktan öğrenme olarak adlandırılır. Carter (2001), e-öğrenmenin hemen hemen her üniversite ve kolej için gündemde yukarı doğru ilerlediğini belirtmektedir. Bu özel çalışma şekline ilişkin faydalar ve uzun vadeli potansiyele ilişkin görüşler bölünmüş durumda kalmaktadır.

İnternet Bağımlılığının Belirtileri

Birçok çocuk ve ergen, akademik faaliyetler ve rekreasyon için internet kullanımına girmektedir. Ancak hepsi internet bağımlısı veya sorunlu kullanıcılarla sonuçlanmamaktadır. Belirli bir ergeni internet bağımlılığı kurbanı yapan ilgili soru, denemek ve bir cevap bulmak gereken sorudur. Araştırmacılar tarafından internet bağımlılığı ve yönetimini anlamak için bir model bulmak için yapılan girişimleri inceledikten sonra, iyi bilinen biyopsikososyal hastalık modelinin internet bağımlılığı için de uygulanabilir ve mantıklı bir açıklama olduğuna inanmaktadır (Ginige, 2017).

Araştırmacılar, farklı internet bağımlılıklarının (cinsel içerik, sosyal ağ, oyun vb.) aynı temel mekanizmalara sahip olup olmadığını merak edilmiştir (Flora, 2015). Görünüşe göre, tüm türler, bağımlılık belirtileri ve semptomlarının ortak özellikleri, zevk üreten kalite ve gerekirse anonim olma yeteneğine sahiptir. Yine de, altta yatan patofizyoloji hakkında bilimsel kanıt bulunana kadar spekülasyon yapılmaktadır.

Burada tartışılan problemleştirmenin odağı, internet bağımlılığının yeni bir tanı kategorisi olarak tanımlanabileceği, ancak bağımlılık davranışı, belirtileri, nedenleri ve sonuçları bağlamında incelenmesi gerektiği görüşündedir. Temel varsayıma göre, bağımlılık nesnesine bakılmaksızın, bir madde, bir şans oyunu veya internet olabilecek çeşitli bağımlılık türleri arasında önemli benzerlikler vardır. Bazı yaygın endişe verici belirtiler ve uyarı işaretleri: “zihnin bağımlılığın nesnesi ile meşgul edilmesi; internet bağımlılık nesnesiyle katılımın kapsamını gizleme girişi veya / ve daha sonra katılımın kapsamı hakkında yalan; diğer zevkli faaliyetlerden çekilme; sosyal izolasyon savunma tutumları ve kızgın patlamalar; psikolojik izolasyon; gerçeklikten kaçmanın bir yolu olarak faaliyete katılım ve olumsuz sonuçlara rağmen sürekli katılım”dır. Çeşitli bağımlılık türlerinin ortak veya benzer bir psikolojik arka plana sahip olduğu, yani bağımlıların benzer bir psikolojik kana sahip olduğu varsayımı son araştırmalarla desteklenmiştir (Dowling & Brown, 2010). Örneğin, hem internet hem de kumar bağımlılığı yüksek düzeyde stres, yalnızlık ve düşük sosyal destekle ilişkilidir. Bu bulgular, çeşitli bağımlılık türlerinin birbirinden ayrı olabileceğini ve genellikle aynı temel savunmasız özelliklerin zaman zaman tezahürleri olabileceğini düşündürmektedir.

Psikolojik profillerin bu benzerliği, bu sorunların tedavisini etkilemektedir. Her şeyden önce, tedaviye katılan klinik psikologlar bu fenomenin çeşitli tezahürlerini tanımalıdır. İkincisi, bağımlılık davranışı için en etkili tedavilerin, hem spesifik semptomların (kumar veya internet kullanımı) tedavisi hem de genel olarak bağımlılık davranışı durumunda kullanılan tedaviler dahil olmak üzere sentetik yaklaşımlar olduğuna dikkat edilmelidir. Kumar gibi bağımlılıklar için bilişsel davranışçı yaklaşımın başarısı, bu yaklaşımın internet

bağımlılığı için de etkili olabileceğini düşündürmektedir. Son olarak, depresyon, anksiyete, stres ve yalnızlık gibi psikolojik problemlerle uyum, tedavi seçimini ve etkinliğini etkileyebilmektedir. Şimdiye kadar yapılan araştırmalarla sorunlu bağımlılık davranışı ile psikolojik problemler arasındaki nedensel ilişkinin çıkarılamayacağı unutulmamalıdır. Psikolojik sorunların bağımlılığın gelişiminden önce gelebileceğini gösteren bazı kanıtlar vardır, ancak bu geçici ilişkinin daha fazla araştırılması gerekmektedir. Sonuç olarak, bugüne kadarki bulgular farklı bağımlılık türlerinin (kumar veya internet) altta yatan ortak bir nedensellik veya ortak sonuçları olan ayrı bozukluklar olabileceğini göstermektedir. Son olarak, psikolojik işlevselliklerini geliştirmek için destek bağımlılarıyla ilgili başka bir husus sağlanmalıdır.

İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler

Günümüzde, Batı dünyasındaki gençler, Avrupa toplumlarında yaşayanlar da dâhil olmak üzere, internet aracılığıyla kendilerini güncel tutmak, eğlendirmek ve sosyal yaşamlarıyla iletişim kurmak için anahtar bir araç olarak kullandıkları zengin bilgi kaynaklarına erişebilmektedir. Daha açık bir ifadeyle, çoğu ülkede internet, açık havada, mahallede veya evde interaktif oyun oynamak gibi neredeyse tüm eğlencelerin yerini tamamen almıştır (Öztürk vd., 2007). Gençler iletişim kurmanın, öğrenmenin ve yeni zorlukları aramanın bir aracı olarak internete giderek daha fazla bağlı hale gelmekte, aynı zamanda içe kapanık ve diğerleriyle yüz yüze iletişim konusunda daha şüpheli hale gelmektedirler. Bilgisayarlarla günlük etkinliklerinde gerçek hayatlarının yanında sanal bir hayat da yaşıyorlardır. Bu sanal gerçeklik günlük yaşamlarının ayrılmaz bir parçasını oluşturduğundan, gençler genellikle gerçek ve sanal gerçeklik arasındaki farkları tanımamaktadır. Bununla birlikte, internet, günlük yaşamdan bir kaçış, birçok ve farklı yeni yaşamı keşfetmenin bir aracıdır ve zorlayıcı internet kullanımı anlamında bağımlılık tehlikesi yaratan şeydir.

İnternet, modern dünyada yaşamın ayrılmaz bir parçasıdır. Bunun insan yaşamı üzerindeki sosyal etkileri göz önünde bulundurularak zihinsel, sosyal, akademik karlar ve teknoloji kullanım becerileri, zaman yönetimi deneyimleri ve bilgiye erişimin basitleştirilmesi internetin kayda değer faydalarıdır. Öte yandan, internet yaşayan her kullanıcı üzerinde önemli olumsuz etkiler ve sonuçlar doğurmaktadır (Satan, 2013). Aşırı internet bağımlılığı psikologlar tarafından yaygın olarak araştırılmaktadır, çünkü sosyal, kişilerarası ve profesyonel etkileşimleri azaltmakta ve bazen ortadan kaldırmakta, kaygı, otizm, ıssızlık hissini tetiklemekte ve saldırganlık oranını arttırmaktadır. İnternet bağlantısı her yerde erişilebilir olduğundan, her yaş grubundaki çocuklar ve ergenler her geçen gün internete ilgi

duymaktadır. Bazı çocuklar ve ergenler bilgiye ulaşmak, ödevlerini araştırmak veya beceri kazanmak için interneti kullanıyor olsa da, diğerleri çoğunlukla e-posta, manifatura ve sohbet ya da eğlence / oyunları internet üzerinden kullanmayı amaçlamaktadır. Bu kullanım amaçları genç nesillerin internette çok fazla zaman geçirmesine yol açmaktadır.

Young ve Rogers'a (1998) göre internetle geçen aşırı zaman, internet bağımlılığı riskini artırmaktadır. İnternet bağımlılığı veya aşırı internet kullanımı, bilgisayar kullanımı ve internet erişimi ile ilgili herhangi bir bozukluk veya soruna yol açan davranışlar, itici güçler veya endişeler üzerinde yetersiz veya aşırı kontrol olarak kabul edilmektedir. Aşırı internet kullanımı ile ilgili son çalışmalar, öncelikle sosyal amaçlarla internete bağlanan aşırı internet kullanıcılarının aşırı internet kullanıcısı olmayanlardan farklı olduğunu göstermiştir. Bu, belirli bireyleri aşırı internet kullanıcısı olmaya iten bazı önemli değişkenlerin olabileceği düşüncesini doğurmaktadır. İnternet bağımlılığına katkıda bulunan faktörler, aşırı heyecan, yalnızlık, depresyon, düşük motivasyon, reddedilme korkusu, kabul etme gereksinimi ve alkol kullanımı ve sosyal kaygı gibi aileye ilişkin faktörlerdir (Swickert vd., 2002). Son zamanlarda yapılan araştırmalar, aşırı internet kullanımının aile, çevresel ve kişisel faktörlerle ilişkisi olsa da, ailenin etkisinin önemli ölçüde altını çizdiğini göstermiştir. Aile ortamının ergenlerin aşırı internet kullanımı üzerinde belirleyici bir gerçek olduğu vurgulanmaktadır (Weinstein & Lejoyeux, 2010). Özellikle ergenlik çağında, hane halkının ilişkileri çocukların fizyolojik ve zihinsel büyümesini büyük ölçüde etkilemektedir. Ergenlerin ebeveynleri ve diğer aile üyeleri ile ilişkileri, ailedeki yerlerini tanımlamaktadır. Bununla birlikte, ailede ihtiyaç duyduklarını yerine getirmek onlar için bir zorunluluktur.

İnternet, modern dünyadaki yaşamın ayrılmaz bir parçasıdır. İnsan yaşamı üzerindeki sosyal etkileri, zihinsel, sosyal, akademik kazançlar ve teknoloji kullanım yetenekleri, zamanın yönetimi konusundaki deneyimler ve bilgiye erişimin basitleştirilmesi internetin dikkate değer faydalarıdır. Öte yandan internet, yaşayan her kullanıcı üzerinde önemli olumsuz etkiler ve sonuçlar yaratmaktadır. Aşırı internet bağımlılığı, sosyal, kişilerarası ve profesyonel etkileşimleri azalttığı ve zaman zaman ortadan kaldırdığı, anksiyeteyi, otizmi, ıssızlık hissini tetiklediği ve saldırganlık oranını artırdığı için psikologlar tarafından yaygın olarak araştırılmaktadır. İnternet bağlantısı her lokasyondan erişilebilir olduğu için her yaştan çocuk ve ergen internete olan ilgisi gün geçtikçe artmaktadır. Çocuk ve ergenlerin bir kısmı bilgiye ulaşmak, ödevlerini araştırmak veya beceri kazanmak için interneti kullansa da, diğerleri çoğunlukla e-posta, mesajlaşma ve sohbet veya eğlence, internet üzerinden oyun kullanmayı hedefliyordur. Bu kullanım amaçları, genç nesillerin internette çok fazla zaman geçirmelerine yol açmaktadır.

Young ve Rogers'a (1999) göre internette geçirilen aşırı zaman internet bağımlılığı riskini artırmaktadır. İnternet bağımlılığı veya aşırı internet kullanımı, herhangi bir bozukluğa veya soruna yol açan bilgisayar kullanımı ve internet erişimi ile ilgili davranışlar, dürtüler veya endişeler üzerinde yetersiz veya aşırı kontrol olarak kabul edilir. Aşırı internet kullanımı üzerine yapılan son araştırmalar, internete öncelikli olarak sosyal amaçlarla bağlanan aşırı internet kullanıcılarının, aşırı internet kullanıcısı olmayanlardan farklı olduğunu göstermiştir. Bu, belirli bireyleri aşırı internet kullanıcısı olmaya iten bazı önemli değişkenler olabileceği düşüncesine yol açar. İnternet bağımlılığına katkıda bulunan faktörler, aşırı heyecan arayışı, yalnızlık, depresyon, düşük motivasyon, reddedilme korkusu, kabullenme ihtiyacı gibi kişiliğe ve alkol kullanımı ve sosyal kaygı gibi aile ile ilgili faktörlere bağlı olabilir.

Son zamanlarda yapılan araştırmalar, aşırı internet kullanımının aile, çevresel ve kişisel faktörlerle ilişkisi varken, ailenin etkisinin önemli ölçüde vurgulandığını göstermiştir. Aile ortamının çocuğun aşırı internet kullanımında belirleyici bir gerçek olduğu vurgulanmaktadır. Özellikle çocuklukta, hane halkı ilişkileri çocukların fizyolojik ve zihinsel gelişimini büyük ölçüde etkiler. Çocukların ebeveynleri ve diğer aile üyeleriyle ilişkileri, ailedeki yerlerini belirlemektedir.

İnternet Bağımlılığı Tedavisi

İnternet bağımlılığında teşhis edilen vakaların tedavisi, farmakolojik ve büyük olasılıkla farmakolojik olmayan müdahalelerle uygulanabilir. İnternet bağımlılığı ile birlikte başka bir psikiyatrik bozukluk olabileceğinden, çeşitli farmakolojik ajan bağımlılığının kullanımı için bazı kanıtlar vardır. Przepiorka vd.'ne (2014) göre Antidepresan ilaçlar, Antipsikotik ilaçlar, Opioid reseptör antagonistleri, Psikhostimülanlar ve Glutamat antagonistleri internet bağımlılığı bozukluğunu başarılı bir şekilde uyguladılar ve tedavi ettiler. Ayrıca 2013 yılında Winkler ve arkadaşlarının meta-analiz çalışmasına göre, internet bağımlılarında çevrimiçi geçirilen zaman, depresyon ve anksiyete açısından hem psikolojik hem de farmakolojik müdahalelerin faydalı olduğu kanıtlanmıştır. Buna ek olarak, intihar düşüncesi veya majör depresif bozukluk ve uzun günlerden dolayı kaşeksi semptomlarının olduğu nadir ve ciddi vakalarda, çevrimiçi oyunlar gibi İnternet ile sürekli katılım bir arada bulunabilir. Bu durumda çocuk psikiyatri kliniğinde hastaneye yatış olasılığı vardır.

Çalışmaların çoğunda, çocuklara ve ergenlere bu tutuma yol açan nedenleri araştırmak için, ona ve hayata olan güvenini yeniden kazanmayı amaçlayan, bazı psikoterapötik yaklaşımlar gibi İnternet bağımlılığı için farmakolojik olmayan müdahaleler kullanıldı. Terapi sırasında kullanım kesilmez, ancak genç sınır koymayı öğrenir ve diğer aktivitelere tekrar girmeye başlar. Bunlar bilişsel davranış terapisi (CBT), motivasyonel görüşme (MI),

gerçeklik eğitimi veya kendi kendine tasarlanmış bir tedavi programında psikolojik ve / veya danışmanlık terapilerinin bir kombinasyonunu içerir. Bilişsel davranışçı tedavinin (CBT), patolojik kumar oynama gibi kompulsif bozukluklar gibi birçok bozukluk için etkili bir tedavi olduğu ve ayrıca madde bağımlılığı, duygusal bozukluklar ve yeme bozukluklarının tedavisinde de etkili olduğu gösterilmiştir. CBT, internet bağımlılığı söz konusu olduğunda, bu gerçeği destekleyen çeşitli çalışmalarla psikoterapötik müdahale olarak gösterilmiştir. Ayrıca, CBT ve diğer psikolojik tedavilerin karşılaştırılması, CBT'nin çevrimiçi ve depresyonda geçirilen zamanı azaltmada diğer psikolojik tedavilerden daha iyi performans gösterdiğini göstermiştir. İnternet bağımlılığı için CBT oturumlarında, hastalara düşüncelerini izlemeleri ve bağımlılık yapan duygu ve eylemleri tetikleyenleri belirlemeleri öğretilir. Dahası, nüksetmeyi önlemenin yanı sıra bağımlılıkla başa çıkmanın yollarını öğreniyorlar. CBT genellikle 12 haftalık oturum, 12 adımlı bir program ve davranış değişikliği gerektirir. Bu program, uzman eğitimi almış hemşireler ve psikoterapistler tarafından başarıyla uygulanmıştır (Arısoy, 2009).

Diğer Psikolojik Müdahaleler: CBT, internet bağımlılığında bugüne kadar en çok araştırılan psikoterapötik müdahale olmasına rağmen, CBT dışı tedavilerin etkili olabileceği tartışılan bazı çalışmalar vardır. Motivasyonel Görüşme (MI), kabul ve taahhüt terapisi (ACT) ve gerçeklik terapisi (RT), CBT bileşenleri olmayan multimodal tedaviler ve egzersiz rutinlerinin teşvik edilmesi gibidir (Şenormancı vd., 2010).

Nüfusa sağlanan sosyal hizmetlerin verimliliğinin artırılması ve dikkatli çevre koruması, bir nüfusun genel refahını artırır ve bekar kişilerin duygusal rahatlık aramak için İnternet'in sanal dünyasına kaçma olasılığı daha düşük olabilir. Paydaşlar için önemli bir zorluk, İnternet kullanımı risklerini en aza indirirken fırsatları en üst düzeye çıkararak çocukların refahını artırmak için güçlendirme ve koruma arasında bir denge kurmaktır.

Bilişsel-davranışçı terapi, insanların üzücü düşüncelerini tanımlamalarına ve düşüncelerin ne kadar gerçekçi olduğunu değerlendirmelerine, ardından çarpık düşüncelerini nasıl değiştireceklerini öğrenmelerine yardımcı olan terapötik yaklaşımları içerir. Daha gerçekçi düşündüklerinde kendilerini daha iyi hissetmeye başlarlar. Vurgu, sürekli olarak problem çözme ve davranış değişikliği başlatma üzerinedir (Akkoyunlu & Türkçapar, 2013). Bilişsel-davranışçı terapi, internetin sağlıklı kullanımını, bireyin kendi şartlarında makul sayılabilecek bir dönemde kullanılması olarak tanımlar, açık bir amaçla, birey gerçek iletişim ile internet üzerinden iletişim arasındaki farkı gizlemeden ayırt eder. İnternet bağımlılığının tedavisinde bilişsel-davranışçı terapinin olumlu etkileri çeşitli araştırmacılar tarafından vurgulanmıştır (Arısoy, 2009). İşlevsiz otomatik düşünceler, ara inançlar ve temel inançlar

internet bağımlılığının oluşumunda yadsınamaz katkılara sahiptir. Otomatik düşünceler, kendiliğinden ortaya çıkan olumsuz düşüncelerdir. Mantıklı olup olmadıklarına bakılmaksızın, bu bilişler bir olaya yanıt olarak otomatik olarak gelir. Bilişsel davranışçı terapinin önemli bir parçası, otomatik düşünceleri nasıl tanıyacağını ve kişinin onlara olan inancını nasıl azaltacağını öğrenmektir (Türkçapar, 2012).

Bağımlılığın tedavisinde internete erişimi engellemek veya internetten uzak durmaya teşebbüs etmek işlevsel bir yöntem değildir. Bilgisayarlar ve internet hayatın her alanında yer almaktadır. Bu nedenle bağımlılığın tedavisinde internetten kaçınma temelli modeller pratik çözümler sunamamaktadır. İnternet bağımlılığıyla uğraşırken en uygun yaklaşım, yeme bozuklukları ile başa çıkıldığında olduğu gibi kontrollü kullanıma dayanmaktadır.

İnternet bağımlılığı tedavisinin ana bilişsel-davranışsal ve motivasyonel bileşenleri, sorunun kabul edilmesi, otomatik gözlem, zaman yönetimi, çevrimdışı etkinliklerin geliştirilmesi ve nüksetmeyi önlemedir. Davis ve Young'ın internet bağımlılığı tedavisi modelleri, en kapsamlı ve işlevsel bilişsel-davranışsal modeller arasındadır. Young terapisi genellikle zamanla sınırlıdır ve 12 seans sürer. İlk olarak, sorun, olgunun davranış analizinin ardından kabul edilir. Müşteriler, internetin kötüye kullanımıyla ilgili müsamahakâr bilişler gibi inkar seslerini belirlemeye davet edilir. Ardından, çevrimiçi etkinliklerin zaman, amaç ve konum açısından ayrıntılı bir değerlendirmesi yapılır. Zamanı yönetmeyi amaçlayan davranışsal stratejiler önerilir ve müşteri eğitilir. Bu stratejiler, alternatif faaliyetlerin geliştirilmesini, olağan kullanım modelinin tanımlanmasını, internet kullanımının harici durdurucularının kullanılmasını, internet kullanımının planlanmasını ve alternatif faaliyetleri içermektedir. Ayrıca, yalnızlığa yol açan faktörleri keşfetmek, internette sosyal hayatı sınırlamak ve gerçek hayattaki durumlara geçmek Young'ın tedavisindeki adımlardan bazılarıdır (Arısoy, 2009).

İnternet Bağımlılığı Tanı Ölçütleri

Cengizhan ve Young'a Göre İnternet Bağımlılığı

Young ilk olarak 1996 yılında internet bağımlılığı kavramını tanıtmıştır. Young'ın çalışması, patolojik kumar oynama için belirlenmiş kriterleri bir başlangıç noktası olarak almaktadır ve internet bağımlılığını, dış maddeleri içermeyen kişisel dürtü kontrolünün başarısızlığı olarak tanımlamaktadır (Young, 1998b). Bu başarısızlık aşağıdaki ölçütler kümesiyle tanımlanmaktadır: “İnternet ile ilgili bir meşguliyet, internet'i artan süreler için kullanma ihtiyacı, internet'i kullanmayı durdurmak için başarısız çabalar, internet kullanımını durdurmaya veya azaltmaya çalışırken ruh hali değişikliği, amaçlanandan daha uzun süre

çevrimiçi kalmak, aşırı internet kullanımı nedeniyle önemli ilişkilerin veya fırsatların tehlikeye atılması, internet kullanımı hakkında yalan söylemek, interneti sorunlardan kaçmak veya kötü ruh hali durumlarını rahatlatmak için kullanmak” (Widyanto & McMurrin, 2004).

Young'ın ölçütleri, yalnızca kişisel (işle ilgili olmayan) internet kullanımının değerlendirilmesi gerektiğini ve bir müşteri yukarıdaki sekiz ölçütten beşini veya daha fazlasını yaşadığını bildirdiğinde bağımlılığın mevcut olduğu düşünülmektedir. Griffith'in modeli gibi, bu kriterler ve bu kesme puanı, DSM-5'teki PG kriterlerinin doğrudan çevirisi olarak görülebilir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

İnternet bağımlılığı belirtileri Cengizhan ve Young tarafından şu şekilde belirtilmiştir:

- İnternette aşırı zihinsel çaba
- İnternet üzerinden insanlarla yüz yüze görüşmekten daha rahat hissetmek,
- Yeni bir şey olup olmadığını sürekli olarak e-postaları kontrol etme isteği hissetme,
- İnternet kullanımı veya bağlı kalma nedeniyle yemek, ders veya iş verimliliğinde azalma,
- Posta adresini, sohbet odası adlarını vb. herkese vermeye veya yaymaya çalışmak,
- Geç saatlere kadar internete bağlı kalındığı için sürekli uykusuz ve yorgun hissetme,
- İnternet kullanımını azaltma girişimlerinde başarısızlık,
- İnternet kullanımındaki azalma nedeniyle yoksunluk sendromu,
- İnternete bağlı kalabilmek için aile üyelerine, terapisteye veya diğer kişilere yalan söylemek ve
- İnternet bağlantısı süresinde sevgi değişikliklerinin olmasıdır

Bağımlılık, önemli sosyal, psikolojik ve mesleki bozukluklarla ilişkili sorunlu internet kullanımını belirlemek için psikiyatrik açıklamaya kadar uzanmıştır. Aşırı internet kullanımı belirtileri, çevrimdışı kullanımda artan endişe, çevrimiçi kullanımın kapsamı hakkında gizleme veya yalan, gerçek hayattaki işlev bozukluğu ve ayrıca doğrudan sosyal izolasyon, artan depresyon, ailesel uyumsuzluk, boşanma, akademik başarısızlık, finansal borç ve iş kaybıdır (Young vd., 2000).

Goldberg'e Göre İnternet Bağımlılığı

Goldberg tarafından ilk kez 1996 yılında kullanılan internet bağımlılığı (Ögel, 2012), literatürde bilgisayar bağımlılığı, siber bağımlılık, online bağımlılık, net bağımlılığı, patolojik internet kullanımı, sorunlu internet kullanımı, kompulsif internet kullanımı, teknoloji bağımlılığı gibi pek çok terim ile de ifade edilmektedir (Şenormancı vd., 2010; Young, 1996).

İnternet bağımlılığı terimi, Dr. Ivan Goldberg tarafından patolojik kompulsif internet kullanımı için önerilmiştir. Bununla birlikte Goldberg'in testi, Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (APA) psikiyatrik araştırma el kitabı olan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabında (DSM) katı dilin bir parodisidir. Goldberg, ağda zamanı arttırmayı ve ağ hakkında hayal etmeyi umma dahil olmak üzere DSM-IV temelinde IA için birkaç kriter kabul etmiştir.

Goldberg'e göre aşırı internet kullanımı, madde bağımlılığını içermeyen, ancak özelliklerini paylaştan dürtü kontrol bozukluğu olarak kabul edilmiştir. Bunlar: “çıkıntı (bilişsel ve duygusal işleme ve davranışları baskın olarak işgal eden aktivite ile ilgili bir meşguliyet), ruh hali değişikliği (öfori), tolerans (daha büyük dozların aşamalı olarak ihtiyaç duyulduğu devam eden bir süreç), yoksunluk belirtileri (gerginlik, kaygı, depresyon, sinirlilik), çatışma (argümanlar, aldatma, sosyal izolasyon ve parçalanma) ve nüksetmedir (Tao vd., 2010).

Suler'e Göre İnternet Bağımlılığı

John Suler (2004) tarafından önerilen çevrimiçi disinhibisyon etkisi, insanların yüz yüze iletişim ile karşılaştırıldığında neden çevrimiçi olduklarında farklı söylem ve davranışlarını analiz etmek için kullanılmaktadır. Daha açık konuşmak gerekirse, insanlar kendilerini İnternet aracılığıyla tanımlamak için kendilerini gevşetme, kendilerini daha özgür hissetme ve daha az kısıtlayıcı olma eğilimindedir. Birisi başkalarına karşı daha fazla hassasiyet gösterecek, kişisel bilgileri paylaşacak veya gerçek hayattan alışılmadık davranışlar (sanal yabancılara karşı şefkat, vb.) sergileyecektir ve gençler bir şekilde çevrelerinden kolayca etkilenebilecek savunmasız bir gruba aittir. Bu, gençleri internet sevgisi ile en büyük kurban grubu haline getirmektedir.

Disinhibisyonun iki şekli vardır: “İyi huylu disinhibisyon ve toksik disinhibisyon”. Öte yandan, bazı insanlar çevrimiçi olarak başkalarıyla iletişim kurarken duygularının, eleştirilerin, nefretin veya öfkenin duygularını devralmasına izin verebilir veya gerçekte asla keşfetmeyecekleri karanlık web sitelerini (suç, sapkınlık, şiddet) arayabilirler. Buna toksik disinhibisyon denir (Suler, 2005). Özel bilgileri paylaşmak isteyen insanlar yabancılara sıra dışı bir nezaket göstermektedir. Bu da iyi huylu disinhibisyon olarak tanımlanmaktadır. Suler'e (2004) göre anonimlik ve görünmezlik, iyi huylu disinhibisyon veya toksik disinhibisyona yol açan ve son olarak psikolojik engellere ve diğer karmaşık etkilere neden olan iki önemli faktördür.

İnternet Bağımlılığı ve Çocuklar

Çocuklar interneti oyun oynamanın yanı sıra çeşitli aktiviteler için kullanırlar, boş zamanlarını sıklıkla sosyal ağlar, anlık mesajlaşma, blog yazma ve çok çeşitli bilgileri indirerek doldururlar. Yoğun internet kullanımı, internet kullanımı üzerindeki kontrolün kaybedilmesi, diğer günlük aktiviteler üzerindeki olumsuz etkiler, duygusal durum ve aile üyeleri arasındaki iletişim gibi potansiyel yan etkilerle ilişkilendirilmiştir (Ferrara vd., 2017). Uygun rehberliğin yokluğunda, İnternet kullanımı aslında kullanıcıları kolaylıkla kötüye kullanıma maruz bırakabilir ve özellikle karmaşık sosyal ortamlara mensup olanlar için, kullanıcıların kişilik ve ruh sağlığı sorunlarında sapmalar geliştirebileceği bildirilmiştir.

İnternetin çocuklar üzerindeki etkisine ilişkin görüşler geniş ölçüde dile getirilmiş ve bazı araştırmacılar, internetin zarar verebileceği çeşitli durumlar olmasına rağmen, sosyalleşme becerilerini geliştirerek, koleksiyona yardımcı olarak gelişim yıllarında da faydalı olabileceğini savunmuştur. Bu nedenle, internetin çocuklar üzerindeki etkisinin olumlu mu yoksa olumsuz mu olacağına dair görüşler tartışmalıdır. Bununla birlikte, yetişkinlerin (yani ebeveynler, veliler, öğretmenler) çocukların davranışlarını etkilemede, yeterli kullanımdan modern teknolojiye yetersiz tapınmaya kadar değişen bir öğretim ve eğitim rolü oynadıkları ortak bir görüştür (Ferrara vd., 2017).

İnternet kullanımının sunduğu olanaklar, son on yılda daha yaygın hale gelen ve mobil cihazların ve yeni medyanın artan kullanılabilirliği ve sorunun daha da kötüleşmesi ile dikkat çeken internet bağımlılığı sorununu giderek daha fazla yoğunlaştırmaktadır. İnternetin zorlayıcı kullanımı karmaşık bir olgudur, etkileri genç bir kişinin sosyal yaşamının neredeyse tüm yönlerinde görülebilmektedir. Aynı anda ortaya çıkabilecek çeşitli önemli psiko-fiziksel ve sosyal etkilere gruplandırılmış çeşitli patolojik davranışlarda ve duygusal durumlarda kendini göstermektedir; örneğin, ağa erişim eksikliği, sosyal bağların zayıflaması, gerçek hayattan çekilme, eğitimsel başarı eksikliği, kronik yorgunluk veya kötüleşen sağlık ile ilişkili öfke, depresyon, yalnızlık veya endişe gibidir.

İnternet bağımlılığı her çocuk için önemli bir sorun olsa da üstün zekalı ve yetenekli öğrencilerde özelliklerine bakıldığında daha önemli hale gelmektedir. Yeterli gelişim ortamları ve uygun eğitim koşulları ile desteklendiğinde üstün zekalı ve yetenekli öğrenciler insanlık için büyük bir kazanım olurken, varlıkları ciddiye alınmadığında büyük bir kayıp ve hatta tehlike olabilmektedir (Kurnaz & Tepe, 2019). Teknoloji kullanımını hızla öğrenip çalışmalarında ve ürünlerinde kullanabildikleri için üstün zekalı ve yetenekli öğrencilerin İnternet kullanımını incelemek önemlidir.

İnternet kullanımının sunduğu olanaklar, internet bağımlılığı sorununu giderek daha da yoğunlaştırmaktadır. Bu, son on yılda mobil cihazların ve yeni medyanın artan kullanılabilirliği ve sorunun şiddetlenmesi ile daha yaygın hale gelmiştir (Kuss vd., 2013). İnternet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar, yirminci yüzyılın sonunda Kimberly S. Young tarafından başlatılmıştır (Young, 1998). Ayrıca bu tür bağımlılığın, bireyin yaşamın her alanında işleyişini gözle görülür biçimde bozduğuna dikkat çekmektedir (Shapira vd., 2003; Young, 1998). İnternetin zorlayıcı kullanımını tanımlama girişimi, aynı zamanda onu bireyin bilgisayarla aşırı etkileşimini içeren ve daha sonra İnternet ile zorlayıcı davranış olarak tanımlayan Griffiths (2000) tarafından da yapılmıştır. Bu iki şekilde olabilmektedir: “pasif, web sayfalarına göz atmayı içeren ve aktif, etkileşimli online oyunlar oynayarak kendini gösteren”. Young’ın (1998) belirttiği gibi, İnternet ilavesi heterojen ve karmaşık bir süreçtir. Genç bir insanın hayatının her alanını yıkıcı bir şekilde etkiler, aynı anda ortaya çıkabilecek birkaç ana psiko-fiziksel ve sosyal birime ayrılabilen çeşitli patolojik davranışlarda ve duygusal durumlarda kendini ifade etmektedir. Çevrimiçi kurulan ilişkilere öncelik verildiği için aile bağları ve arkadaşlıklar gevşemektedir. Fiziksel olarak bağımlılık kendini uykusuzluk, yorgunluk, kötü beslenme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite eksikliği ile ifade edebilmektedir (Waldo, 2014).

Bu tehlikeler tüm yaş grupları için geçerli olmakla birlikte, internet herkesin erişebileceği bir ağ olduğundan ve kullanımı kontrol edilemediğinden özellikle çocuklar için daha ciddi bir risk haline gelmektedir. İnternetin tehlikelerini şu şekilde sıralamak mümkündür (Gündüz & Şahin, 2011):

- Pornografik veya olumsuz ve tehlikeli inanç içerikli web sitelerine kolay erişim,
- Çocukların kolayca erişebileceği yararlı içeriğe sahip sitelere ilişkin referans eksikliği,
- Aile içi çatışmalara neden olan internet kullanımı,
- Oluşabilecek kimlik çatışmaları.

Gerçek dünyada insan temasından kaçınmak, sanal dünyaya erişimin azalmasından kaynaklanan sözlü olmayan iletişim ve depresyonla bağlantılı sosyal fobiler bunlardan sadece birkaçıdır (Chou vd., 2005). İnternetin zorlayıcı kullanımı sağlıklı sosyal etkileşimlerin oluşmasını engelleyebilir ve bu şekilde yalnızlık duygularını artırabilir (Rębisz vd., 2016). Daha kötü senaryoda, internet bağımlılığı kişilik bozukluklarına sebep olup hatta gelişmeyi engelleyebilir. Bu bağlamda ev ortamı çok önemlidir. Güçlü aile ilişkilerinin olmaması, ebeveynlerin yetersiz katılımı veya tek bir ebeveyn ailesinde yetiştirilme gibi nedenler internete giderek daha fazla ulaşmasının temel nedenleri arasındadır (Ni vd., 2009; Waśniński

& Tomczyk, 2015). Çocuklar ve gençler arasında internet bağımlılığı, öğrencilerin aşırı derecede zorlayıcı buldukları aşırı yüklenmiş müfredat, öğretmenler arasında yetki eksikliği ve zor akran ilişkileri ve iletişim kuramama gibi okul ve akran faktörleri tarafından da belirlenmektedir.

Sosyal medya bağımlılığı da, yeni bir bağımlılık olarak son yıllarda araştırmacıların dikkatini çekmiştir. Sosyal medya bağımlılığına sosyal medya bozukluğu, aşırı sosyal medya kullanımı, sorunlu sosyal medya kullanımı ve kompulsif sosyal medya kullanımı da denilmektedir. Ayrıca Facebook bağımlılığı, cep telefonu bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı ve internet bağımlılığı gibi yapılar sosyal medya bağımlılığı ile ilgili faktörler olarak kabul edilmektedir. Sosyal medya bağımlılığı, yeni bir araştırma alanı olmasına rağmen çok boyutlu bir şekilde araştırılmıştır. Literatürde sosyal medya bağımlılığı üzerine yapılan araştırmalar sosyal medya kullanım örüntülerini, sosyal medya kullanma motivasyonlarını, sosyal medya kullanıcılarının kişilik özelliklerini, sosyal medya kullanımının olumsuz sonuçlarını, sosyal medya bağımlılığı potansiyelini ve sosyal medya bağımlılığını incelemeye odaklanmıştır. Araştırmalarda sosyal medyanın sorunlu kullanımının depresyon, kaygı, dürtüsellik narsistik kişilik, yalnızlık, internet bağımlılığı, uyku kalitesi, refah, benlik saygısı, öz kontrol ve akademik performans ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Akın vd., 2015).

Sosyal Değerlerin İnternet Bağımlılığı Üzerindeki Etkisi

Değer kelimesi, bir şeyin karşılığı olan önemi, değeri, arzu edilebilirliği ve saygıyı yansıtır (Ergil, 1984). Bu niteliklere ek olarak değerler, var olanı değil, bir toplumda ahlaki zorunluluklar şeklinde ne olması gerektiğini gösterir. Bu anlamda değerler, bir toplumun beklentileri için belirlenen doğru görüşler ve kriterler olarak kabul edilir. Sosyologların ortak bilinç dediği felsefeciler tarafından nesnel ruh olarak adlandırılan ortak değerlerin alanıdır. Yalnızca toplumda, dilde, dinde, ahlakında, sanatında ve geleneklerinde ortaya çıkabilir, bunun sonucu toplumun kabul gören çekirdeğidir. Bir organizma olarak dünyaya gelen insanlar, bir organizmadan (tohum) bir kimliğe (ürüne) dönüşerek toplumsal hayalleri, idealleri, normları, ahlakları, sanatları ve dini öğrenirler (Türkdoğan, 1982). Değerler, insanları ideal düşünme ve her zaman çalışkan olma gibi davranışsal yönleriyle atanan soyut varlıklar olarak yönlendirir.

Değerler, insanların yaşamlarında ve kurum kültüründe giderek şekillenmektedir. Katılımcılar arasında yeterli bir arada yaşamayı garanti etmek için toplumun davranışlarını şekillendirirler. Bu değerler, neyin doğru neyin yanlış olduğu, izin verilebilir, yasaklanmış, yasadışı, arzu edilebilir, meşru veya cezalandırılabilir arasındaki sınırları sağlar ve olumlu bir

şekilde işleyebilmelerinin tek yolu, kuralları açıklığa kavuşturan açık veya örtülü toplu bir sözleşmedir.

İş dünyasında, sosyal değerler iş arkadaşları ve şirket ile toplum arasındaki sağlıklı ilişkileri sürdürmek için gereklidir. Köklü toplumsal değerlerle çelişerek kendini yürüten bir şirket, işletmeyi tüketicilerinden ayıracak ciddi çatışmalarla karşılaşacak ve işletmeler toplum için faydalar geliştirmeye yönelik hareket etmeleri gerektiğinden kesinlikle kaybolmaya yol açacaktır. Hükümetler ve kanunlar normal olarak icra prosedürleri yoluyla toplumsal değerleri korumak için kurulur. Yargı sistemi ve devlet kurumları bu nedenle toplumun düzgün işleyişini sürdürmek için yaratılmıştır. Sosyolojik açıdan, ideal olarak, gerçek değerler yalnızca bir topluma özgüdür. Dolayısıyla, değerler bir gruba tek bir anda orijinaldir (Doğan, 2011). Bireysel değerler de toplumsal değerler kadar önemlidir (Bacanlı, 2011).

Değerler, bir kültürün üyeleri tarafından neyin iyi neyin kötü neyin arzu edilir veya neyin istenmeyen olduğuna dair paylaşılan ve kalıcı inançlar veya ideallerdir. Değerler, bir kişinin davranışı ve tutumu üzerinde büyük etkiye sahiptir ve her durumda geniş bir kılavuz görevi görür. Toplumsal değerler bir toplumun gelişimi için anahtardır. Toplumsal değerlerle bir kişi iyi bir insan olarak şekillenir ve sosyal gelişim için önemli bir rol oynar. Geçmişte dürüstlükte, Samimiyet, Doğruluk, dindarlık, dost kesim vb. toplumsal değerler olarak kabul edildi. Bu değerlerin eksikliği ile toplumun kötü ve zararlı unsuru büyümeye izin vermiştir.

Aristoteles'e göre: “Sağlam bir bedende sağlam bir zihin yaratılabilir İnternet bağımlılığı, psikolojik ve fiziksel gibi farklı sorunları olan bir kişiyi yapar”. Psikolojik olarak sağlam bir insan iyi bir toplum hazırlar. İyi toplumsal değerlerin yardımıyla iyi bir toplum yaratılabilir. İnternet bağımlılığı genç nesillere etki etmektedir. Toplumsal değerlerin bozulması bir kaosa ve kafa karıştırıcı bir topluma neden olabilir.

Ekonomi

İnternet bağımlılığı, bireyin yaşadığı coğrafi, kültürel ve sosyoekonomik koşullara göre değişmektedir. Ergenlik döneminde, kontrolsüz İnternet kullanımı klinik düzeydeki bağımlılık vakalarına yol açar ve bu bağımlılığın, bireyler ve ailenin sosyoekonomik düzeyleri ile yakından ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bilgi ve iletişim teknolojileri toplumun gelişimsel ve ekonomik düzeylerinde yaygınlaşmıştır.

2020 yılında Türkiye İstatistik Kurumu'ndan (TÜİK, 2020) bilgi teknolojisi kullanımı üzerine yapılan araştırmaların sonuçlarına göre, hanelerin %90,7'sinin evden internete erişim imkanına sahip olduğu belirtildi. Ailenin geliri, ikamet yeri, çalışma durumu ve ebeveynlerin eğitim düzeyi gibi sosyoekonomik faktörlerin İnternet erişimini etkilediği bilinmektedir

(Taylor vd., 2003). Bazı problemler internet erişiminin getirdiği düşünülse bile, bunun internet kullanımının kaçınılmaz bir dönemi olduğu inkâr edilemez.

Günümüzün çocukları ve ergenleri, özellikle teknolojik bir ortamda (ev veya okul gibi) büyüyen çocuklar, dijital gençler, yeni binyıl öğrencileri, Y kuşağı, internet üretimi ve teknolojik göçmen gibi kavramlarla tanımlanmaktadır (Monereo, 2004). Bu yaştaki çocukların teknolojiye yakınlığı ilgi, merak ve becerileri ile resmedilmekte ve tanımlanmaktadır (Kurt vd., 2013).

Aile

Literatürde çeşitli ebeveynlik yaklaşımları tartışılmaktadır. Ebeveyn rehberliği, kural koyma, yönlendirme, danışmanlık, danışmanlık, doğru ve yanlış arasında net bir ayırım yapma ve günlük faaliyetlerde koruma sağlama anlamına gelir. Bununla birlikte, bu faktörlerin internet bağımlılığı ile ilişkisi henüz kapsamlı bir şekilde incelenmemiştir veya başka bir deyişle internete özgü değildir.

Kurt vd. (2013) televizyon görüntülemeye ebeveyn rehberliğini ölçmek için bir ölçek geliştirdiler ve bu modifiye kitap ve bilgisayar oyunları gibi diğer medya türlerine de uyguladılar. Örneğin, ebeveynler televizyon izlemek için ayrılan süre için bir sınır belirleyebilir ve belirli programların izlenmesini yasaklayabilir. Değerlendirici ebeveyn rehberliği, ebeveynlerin medya içeriğini çocuklarıyla tartışacakları anlamına gelir, iyi veya kötü olsun, belirli içerik hakkında yorum yapabilir ve içeriğin gerçekçi olmadığını açıklayabilir. Odaklanmamış ebeveyn rehberliği, ebeveynlerin sadece TV izlerken ve belirli izleme davranışlarını teşvik ederken çocuğun yanında oturduğu bir durumu ifade eder. Televizyonla ilgili olarak incelenen ebeveyn rehberliği, internet kullanımı ile aynı değildir. Bununla birlikte, Kurt ve arkadaşlarının görüşüne göre, internete özgü ebeveynlik yaklaşımlarına bu uygulama ile ilgili birkaç noktaya dikkat edilmelidir. Ebeveynler çocuklara her zaman eşlik edemezler; fakat bunun yerine çocuklara internette gezinmeden önce tavsiyelerde bulunabilirler. Bu durumda, bilgilendirici daha uygun bir tanımlayıcıdır. Dahası, çocuklar kendi isteklerine göre kişisel bir bilgisayar kullanarak internette sörf yaparlar ve ebeveynler bunu yaparken genellikle yanlarında oturmazlar.

Çocuklar arasında internet bağımlılığı giderek artan bir endişe kaynağıdır. Çevrimiçi zaman geçirmek ve yarattıkları ve şekillendirdikleri rahat bir çevrimiçi dünyaya kaçmak için aileden ve arkadaşlardan çekilmek için saatlerce uykuya ihtiyaç duyarlar. İlişkileri zayıf veya asosyal ve baş etme becerilerinden muzdarip çocuklar, uygunsuz veya aşırı çevrimiçi alışkanlıklar geliştirme riski daha yüksektir. Yalnız hissettikleri, yabancılaştıkları ve yeni

arkadaşlar edinmede sorun yaşayabilecekleri için, çevrimiçi sohbet odalarında görünmez yabancılara yöneliyorlar. Evde önemli sorunları olan ailelere sahip olabilirler veya okulda ve ders dışı aktivitelerde zorbalık veya sosyalleşme zorluğu yaşayabilirler, böylece çevrimiçi zaman geçirerek problemleriyle başa çıkabilirler.

Aile iletişimi örüntüleri de farklı kültürel bağlamlarda incelenmiştir. Uyum yöneliminin kaygı ile pozitif bir ilişkisi (Tajalli & Zarnaghash, 2017) ve benlik saygısı ve sosyal destek ile negatif bir ilişkisi vardır (Koerner & Maki, 2004). Aile sohbeti teşvik etmek çocukların yaşam kalitesinin olumlu bir yordayıcısıdır, oysa uyumun vurgulanması çocukların yaşam kalitesini düşürür. Ayrıca, konuşma yönelimi pozitif, uyum yönelimi ise çocukların ruh sağlığı ve duygusal zeka ile negatif korelasyon göstermektedir (Tajalli & Ardalan, 2010).

Aile içi iletişim araçlarını kullanan kapsamlı araştırmaların çoğu, aileleri her boyutta (konuşma yönelimi ve uygunluk yönelimi) yüksek veya düşük olarak sınıflandırmış ve çoğulcu, koruyucu, uzlaşmacı ve umursamaz ailelerin dört kat tipolojisini yaratmıştır (Fitzpatrick & Ritchie, 1994). Koruyucu ve umursamaz kalıplarla karşılaştırıldığında, uzlaşmacı ve çoğulcu kalıpların mutluluk ölçeğinde (Jowkar ve Rahimi, 2007) ve iletişim becerilerinde daha yüksek puan ve fiziksel semptomlar, kaygı, depresyon, ve sosyal işlev bozukluğu görülmüştür (Tajalli & Latifian, 2008). Ayrıca, Tajalli ve Ardalan, (2010) çoğulcu aile iletişim tarzının en yüksek aile refahı oranlarıyla ilişkili olduğunu ve bunu da şehvetli tarz olarak takip ettiğini bildirmiştir. En düşük aile refahı seviyeleri, umursamaz aileler ve koruyucu iletişim modeli tarafından rapor edilmiştir.

İnternet bağımlılığı üzerine İngiliz ve Çin literatüründe bildirilen 42 çalışmanın son incelemesinde, bir dizi farklı ailesel ve ebeveyn değişkenin araştırıldığı bulunmuştur. Bunlar arasında aile memnuniyeti (Yen vd., 2008), işlevsiz aile, ebeveynlik (Yen vd., 2008), aile çatışması veya uyum, aile iletişimi, ebeveynlik tarzları ve aşırı internet kullanımına yönelik ebeveyn tutumları vardır. Şenormancı vd. (2014) internet bağımlılığı olan kişilerin aile işlevlerinden memnun olmadıklarını göstermişlerdir. Habibi vd.'nin (2015) araştırma sonuçları, aile ortamının internet bağımlılığının yoğunlaştırılmasındaki önemini vurgulamıştır.

Davranışsal kontrol, çocukların davranışlarını düzenlemek için disiplin stratejileri ve denetleyici işlevlerin kullanımı ile ilgilidir; psikolojik kontrol ise çocuk davranışlarını suçluluk veya kaygı indüksiyonu ve aşk çekilmesi gibi stratejilerle şekillendirmeye çalışır. Barber ve arkadaşlarının sonucuna göre, daha yüksek ebeveyn davranış kontrolü, daha yüksek seviyelerde ergen yetkinliği, öz disiplin ve okul performansı ile daha düşük seviyedeki sorunlu davranışlarla ilgilidir. Ebeveynler çocukların internet kullanımı ile ilgili net

düzenlemeler sunduklarında veya internet kullanımlarını uygun bir şekilde izlediklerinde, çocukların internet bağımlılığı belirtileri gösterme şansları daha düşüktür. Buna karşılık, ebeveyn psikolojik kontrolü, çocukların benlik saygısına zarar verme ve gelişimsel sorunları ve uyumsuzluğu artırma eğilimindedir, çünkü psikolojik kontrol, çocukların duygusal işlevlerini ve benlik duygusunu incitir. Örneğin 5.806 yedinci sınıf öğrencisinden oluşan bir örnekleme Wang vd. (2018) ebeveynlerin psikolojik kontrolünün öğrencilerin Çin ve ABD'deki duygusal işlevlerini azalttığını öngörmüştür.

Ebeveynlerin ergen gelişimsel sonuçları üzerindeki etkilerini incelerken ele alınması gereken üç konu vardır. Birincisi, ebeveyn kontrolü çocuk gelişiminin önemli bir belirleyicisi olarak tanımlanırken, ebeveyn-çocuk ilişkisinin etkisi yeterince incelenmemiştir. Shek ve Yu'ya (2012) göre, çocukların ebeveynlerinin kontrolünden memnun olmaları ve ebeveynleriyle iletişim kurma isteklilikleri, çocuk uyumunu incelerken dikkate alınması gereken önemli ilişkisel niteliklerdir. Bazı çocukların ebeveyn kontrolünü bir bakım ifadesi olarak kabul edebileceğini savunulmuştur. Bu nedenle, bu çocuklar ebeveyn kontrolünden daha olumlu bir etki kazanabilirler. Bu argüman, çocukların belirli alanlarda güçlü ebeveyn davranış kontrolünü yeterlilik veya müdahaleciliğin göstergesi olarak yorumladığını tespit eden Kakihara (2009) tarafından desteklenmiştir. Bu nedenle, Kakihara, çocuklar tarafından bildirilen ebeveynlikle ilgili çok sayıda çelişkili yorum olasılığına dikkat çekmiştir.

Akran ve Arkadaşlar

Çocuklarda sürekli medyaya maruz kalmanın yan etkileri, artan halk sağlığı sorunu olmaya devam etmektedir. İnternet bağımlılığını tetikleyen faktörler arasında arkadaşlık da bulunmaktadır. Arkadaşlığa üç farklı yaklaşım tanımlanmıştır: “Katılımcıların arkadaşlık ağlarındaki çevrimiçi ve çevrimdışı ortakların nispi yüzdelere dayalı olarak sadece çevrimdışı, yüz yüze odaklı, internet odaklı”. İnternet bağımlılığı oranı yaş veya cinsiyete göre farklılık göstermemekle birlikte iletişim tarzları, çevrimiçi geçirilen saatler ve arkadaşlık yaklaşımları ile ilişkilendirilmiştir. Son 15 yıl içinde İnternet erişimi olan gençlerin sayısında çarpıcı bir artış ve gençlerin eğlence ve sosyal etkileşim için kullandığı internet programlarının çoğalması olmuştur (Günüç & Kayri, 2010). Bu değişiklikler, bazı ergenlerin veya gelişmekte olan yetişkinlerin interneti öylesine yoğun bir şekilde kullanabilecekleri konusunda yüz yüze etkileşime veya günlük yaşamın diğer yönlerine müdahale edebileceği endişelerini doğurmuştur. Aslında, bazı araştırmacılar, özellikle ergenleri veya gelişmekte olan yetişkinleri tehlikeye attığı düşünülen internet bağımlılığı gibi yaygın kullanımları olarak adlandırmıştır.

İnternet kullanımının gençlerin arkadaşlarıyla ve akranlarıyla iletişimini genişletebileceği ve güçlendirebileceği anlaşıldığı için, gençlerin çevrimiçi iletişiminin güçlü bir gelişimsel etkisi olabilir. Gençler interneti sık sık yabancılarla ve arkadaşlarla birlikte akranlarıyla iletişim kurmak için kullanırlar (Işık, 2007).

25 Avrupa ülkesinde yapılan güçlü bir nicel araştırma, 9 ila 16 yaşlarındaki Avrupalı çocukların % 30'unun daha önce tanımadıkları biriyle çevrimiçi iletişim kurduğunu, % 9'unun ilk tanıştıkları biriyle yüz yüze görüşmeye gittiğini ortaya koymuştur. 10 ila 17 yaş arasındaki çocukların ve ergenlerin % 25'inin zaman zaman çevrimiçi arkadaşlıklar kurduğu ve % 14'ünün sanal bir dostluğa sahip olduğu daha önceki bir ABD internet kullanıcısı ulusal anketinden biraz daha düşük değerler bulunmuştur (Çelen vd., 2011). Gençler çevrimiçi ortamda arkadaşlık arayışı veya akran iletişimi ne kadar fazla olursa, çevrimiçi olarak daha fazla zaman harcamaktadır ve internet bağımlılığıyla uyumlu davranış kalıpları geliştirmek için daha fazla fırsat bulmaktadır. Denetim olmadan, genç bir kişi çevrimiçi aktiviteye aşırı derecede dâhil olabilir.

Kitle İletişim Araçları

19. yüzyılın sonunda ve 20. yüzyılın sonuna kadar, yayın teknolojisi dünyasında belirgin bir değişiklik oldu ve alanı bilgi dağıtımında önemli bir ortama dönüştürdü. Bilgi daha verimli ve etkili bir oranda oluşturulabilirken, gelişmişlikteki değişim iletişim faaliyetlerini veya süreçlerini kolaylaştırmak için gereklidir (Warrington & Caldwell, 2000). Ancak, 21. yüzyılda iletişim faaliyetleri değişmeye başlamıştır. Kullanıcılar çevrimiçi bilgi almak için internet servisini kullanmayı tercih ederler. Bu yöntem, kolay veri aktarımı sürecine ve aynı zamanda verimli zaman tasarrufu sağlar. Ayrıca internet kullanılarak daha fazla bilgi girişi sağlanabilir. İnternet aracılığıyla haber, elektronik posta gönderme ve alma, ticaret, izleme dahil eğlence ve daha fazlası gibi dünya çapında çeşitli bilgilere erişilebilir (Işık, 2007).

Bilgisayar sistemlerinin ve internetin varlığı, bilgi ve iletişim teknolojilerinin kullanımını daha da genişletmiş ve böylece bu teknoloji maruziyeti sayesinde bilgi edinme alanını artırmıştır (Savaş, 2004). Bazı nedenlerden dolayı, medya, haber yayınları hakkında görüşlerini veya bağımsız görüşlerini açıklamadaki sınırlamalar nedeniyle kullanıcılar için bir kısıtlama görevi görmüştür.

Antik çağların her çağından okuryazarlık çağına, baskı çağına ve elektronik çağa, her biri ya bir bütün olarak toplum üzerinde çok etkisi olan yazı, sözlü, basım ve telekomünikasyon yoluyla belirli bir iletişim biçimiyle temsil edilir. İnsan iletişimi, yeni

medyaya veya tanıtılacak ikinci medya dönemine tanıklık eden internet tabanlı ve bilgisayar teknolojileri ile etkileşimli iletişimi vurgulayan beşinci aşamaya girmiştir. Kitle iletişim araçları bir kitle iletişim aracı olarak ve önemli bir sosyal değişim aracı olarak hizmet eder (Işık, 2007).

Sosyal medya iletişim, öğrenme ve işbirliği için giderek daha fazla kullanılmaktadır ve küçük bir azınlık için potansiyel problemler, kompulsif ve / veya bağımlılık yapan bir alışkanlık haline gelmiştir (Kuss & Griffiths, 2017). Griffiths (2000) yıllar önce çevrimiçi bağımlılıkların öncelikle internet bağımlılığı yerine internetteki bağımlılıklarla ilgili olduğunu ve çevrimiçi sorunlu davranışı olanların çoğunun internet yerine çevrimiçi içeriğe bağımlı olduğunu belirtmiştir.

YouTube, sosyal medya alanındaki en tanınmış video barındırma hizmetidir. Geleneksel medyanın aksine YouTube, kullanıcıların iletişim sistemlerini etkileşim, etkileşim, görüntüleme, işbirliği yapma ve öncelikle değerlendirmelerine olanak tanır (Gill vd., 2007). YouTube, bir milyardan fazla kullanıcısıyla, İnternet nüfusunun yaklaşık% 33'üyle en popüler özel video paylaşım uygulamalarıdır. YouTube, yalnızca müzikle sınırlı değil aynı zamanda film fragmanları, video oyunu, spor, yetenek, kullanıcı içeriği ve program kaydıyla çeşitli türlerdeki videolara izin verir.

Sosyal medya bağımlılığı olan bireyler genellikle sosyal medyadan fazlasıyla endişe duyarlar ve sosyal medyada oturum açma ve kullanma konusunda kontrol edilemeyen bir dürtü tarafından yönlendirilirler (Andreassen & Pallesen, 2014). Sosyal medya bağımlılığının sosyal paylaşım sitelerinde kullanıcıların yaklaşık% 12'sini etkilediği bildirilmiştir (Griffiths, 2000).

Sosyal medya kullanımı ve zihinsel sağlık üzerine yapılan birçok çalışma, Facebook gibi sosyal medyaların uzun süreli kullanımının stres, anksiyete ve depresyon gibi zihinsel sağlık sorunları ile olumlu ilişkili olduğunu ve uzun vadeli refah ile olumsuz ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca, bazı sosyal medya kullanım kategorilerinin düşük akademik performansla ilişkili olduğu gösterilmiştir (Turel vd., 2018). Örneğin, Çiftçi (2018), sosyal medyayı akademik amaçlarla kullanmanın, kümülatif not ortalamasıyla endekslenen akademik performansı, akademik olmayan amaçlarla sosyal medyayı (özellikle video oyunları) ve sosyal medya çoklu görevini akademik performansı olumsuz olarak tahmin etmediğini bulmuştur. Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan büyük bir örneklem araştırması, öğrencilerin Facebook'ta geçirdikleri zamanın toplam süreleri ile olumsuz ilişkili olduğunu da bulmuştur (Junco, 2012). Hawi ve Samaha (2017), Twitter'ın Çin dengi olan Weibo'nun kullanımının bilgi kavraması üzerinde olumsuz etkileri olduğunu bulmuştur.

Pek çok kişi tarafından zaman zaman yaşanabilecek sosyal medyada normal aşırı katılım arasındaki önemli bir ayırım ve sosyal medya bağımlılığı, çevrimiçi sosyal ağı kontrol edilemez ve kompülsif hale gelmesi durumunda bunun olumsuz sonuçlarla ilişkili olmasıdır. Facebook bağımlılığının depresyon, anksiyete ve uykusuzluk ile olumlu ilişkili olduğı ve öznel iyi oluş, öznel canlılık ve yaşam memnuniyeti ile olumsuz ilişkili olduğı gösterilmiştir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

Yöntem

Araştırma Yöntemi

Bu araştırma, betimsel yöntemli ilişkisel tarama modeli bir yordama çalışması niteliğindedir. Önemli olan anlaşılmak istenen durumu uygun bir biçimde belirlemektir (Karasar, 2005). Betimsel araştırmalar, verilen bir durumu olabildiğince tam ve dikkatli bir şekilde tanımlarken ilişkisel araştırmalar iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek ve neden sonuç ile ilgili ipuçları elde etmek amacıyla yapılan araştırmalardır (Büyüköztürk vd., 2009).

Yapılan bu çalışma ilişkisel tarama modeline uygun gerçekleştirilmiştir. Model iki veya daha çok etmen arasında beraber değişimin varlığını ve düzeyini belirlemeyi gaye edinen araştırma desenlerinin bir araya gelmiş şeklidir (Canoğulları & Güçray 2014).

Araştırmaya katılan öğrencilerin veri toplama araçları olarak kullanılan “İnternet Bağımlılık Ölçeği”, “Sosyal Bağımlılık Ölçeği” ve “Kişisel Anket Formu”na gerçek durumlarını yansıtacak şekilde samimi yanıtlar verecekleri varsayılmaktadır.

Kimberly Young, internet kullanıcılarının % 5 ila 10'unun internet bağımlısı olduğu tahmin edilmektedir ve bu alandaki yirmi yıllık araştırma, bu fenomenin ergen nüfusu üzerine yayıldığını doğrulamaktadır. İnternet tüm yaş grupları tarafından kullanılır, ancak boş zaman tüketiminde kaçınılmaz bir bilgi, iletişim ve eğlence kaynağı haline gelen çocuklar ve gençler arasında son derece popülerdir. İstatistiksel olarak, gençlik grupları toplam internet kullanıcısı sayısının (16 ila 24 yaş arası) en büyük payını oluşturmaktadır. Benzer şekilde Hırvatistan'da da olduğu gibi, Hırvatistan İstatistik Bürosu'ndan alınan veriler, internet kullanıcılarının en büyük payının gençler olduğunu ve kullanıcı sayısının yaşlarıyla orantılı olarak düştüğünü doğrulamaktadır. Ayrıca, aynı kaynak 16 ila 34 yaş grubundaki gençlerin% 96'sının interneti kullandığını belirtmektedir. Ergenlerde İnternet Bağımlılığı Testi (IAT) kullanılan çalışmalar, internet bağımlısı olarak sınıflandırabileceğimiz katılımcıların en düşük % 0,2'sinden en fazla % 10,9'una kadar olan yaygınlık oranlarını göstermektedir. Bu nispeten yeni bir alan olduğu göz önüne alındığında, bilim adamları ve araştırmacılar arasında bu fenomenin tanımına hala farklı yaklaşımlar vardır, bağımlılığı belirlemek için farklı kriterler mevcuttur ve araştırma

yapma koşulunun özgüllüğü ve farklı yürütme yöntemlerinin seçimi araştırma, araştırmanın sonuçlarını karşılaştırmayı imkânsız hale getirir.

IAT sonuçlarına göre, Meksika'da 15-61 yaş arası 522 kişiden oluşan son bir çalışmada, katılımcıların% 91,8'i herhangi bir bağımlılık işareti olmadan interneti kullanmaktadır, % 8'i bağımlılık riski altındadır. İtalya'da, 14-21 yaş arası 2533 gencin örneğindeki sonuçlar, çoğunun herhangi bir bağımlılık belirtisi göstermediğini, gençlerin% 5'inin hafif ila orta derecede bağımlılık gösterdiğini, sadece % 0,79'unun yüksek düzeyde bağımlılık gösterdiğini göstermektedir (Arısoy, 2009). Birkaç yıl sonra 13 ve 22 yaşları arasındaki 1035 gençten oluşan bir örnekleme aynı ülkede yapılan benzer bir çalışmada, sonuçlar oldukça farklıydı ve bağımlılık riski olmadan gruptaki katılımcıların% 26'sına göre kategorize edilmiştir. Birçok çalışma internet kullanımı ve internet bağımlılığında cinsiyet farklılıklarını araştırmış olsa da, kimin internet bağımlılığı geliştirme riski daha yüksek olduğu konusunda açık bir fikir birliği yoktur (Günüş & Kayri, 2010). Araştırmalar, Leung'in kadınlar arasında daha yüksek IA (İnternet bağımlılığı) tanımlamasına rağmen, erkeklerin internet bağımlılığında daha yüksek sonuçlar elde ettiklerini göstermektedir. Öte yandan, bazı çalışmalar, erkekler ve kadınlar arasındaki internet bağımlılığı düzeyinde bir fark olmadığını göstermektedir, bu nedenle bu ilişkinin daha fazla incelenmesi gerekmektedir (Batıgün & Hasta, 2010).

Lee ve Robbins (1995) tarafından geliştirilen ve Duru (2007) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Sosyal Bağlılık Ölçeği (SCS), sekiz madde ve bir boyuttan oluşmaktadır. SCS 6 derecesi ile değerlendirilir. EFA'nın bir sonucu olarak, Türkiye'nin SCS uyarlamasının bir boyuttan oluştuğu görülmüştür. SCS kriterlerinin geçerliliği Sosyal Karşılık Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Yaşam Memnuniyeti Ölçeği ile değerlendirilmiştir. Ölçüt ile ilgili geçerlilik sonucunda SCS'nin bu ölçeklerle beklenen yönde ve düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir. SCS'nin Cronbach α iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0.90 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.90'dır. Ölçekte yüksek puanlar yüksek sosyal bağlantıya işaret etmektedir. Ölçekte yüksek puanlar yüksek sosyal bağlılığı, düşük puanlar düşük sosyal bağlılığı göstermektedir. Sosyal ağ bağımlılığı için bir ölçme aracı geliştirmek amacıyla literatür analiz edilmiş ve özellikle Young (1998), Griffiths (2005), Block (2008), Tao vd. (2010) ve Van den Eijnden (2001) çalışmaları dikkate alınarak sorular hazırlanmıştır. Psikoloji alanında doktora derecesine sahip olan ve internet bağımlılığı üzerine çalışan üç uzmanın görüşünü alarak taslak formdan benzer anlamlara sahip beş uygunsuz madde çıkarılmıştır. Kalan 30 madde ölçeğin deneme formuna alınmıştır. Tüm öğeler olumlu

ifadelerdir ve 1 = Asla, 2 = Nadiren, 3 = Bazen, 4 = Sıklıkla, 5 = Çok Sık olarak 5 puan Likert formundadır. Araştırma formundaki maddeler için EFA, CFA ve madde analizi yapılmıştır.

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın istatistiksel nüfusu 2020 yılı Erzurum şehri Palandöken ilçesinde bulunan 5 farklı ilköğretim okulunda 4. sınıfta okuyan öğrencilerden oluşmaktadır. Çalışmadaki örneklem, Erzurum şehri Palandöken ilçesinde bulunan 5 farklı ilköğretim okulunda okuyan 100 öğrenciden oluşturulmuştur.

Öğrencilere anket uygulanması için Milli Eğitim Bakanlığı'na gerekli izinler için başvurulmuştur. MEB'den verilecek izinler doğrultusunda anket uygulanacak okullar belirlenmiştir. Bu okullar; Polis Amca İlkokulu, Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği İlkokulu, Başöğretmen İlkokulu, Sabahattin Solakoğlu İlkokulu ve Nihat Kitapçı İlkokulu'dur.

Araştırma, araştırmanın yapıldığı okullarda okuyan öğrenciler ile sınırlıdır. Ayrıca araştırma sonuçları ankette yer alan sorulardan elde edilen veriler ile sınırlı olmuştur.

Araştırmada uygulanacak örnekleme yöntemi, kota örnekleme yöntemi olarak seçilmiştir. Kota örnekleme; inceleme ve araştırma konusu olan topluluğun belli özelliklerini yansıtabilmek için, topluluğun içinde yalnız belli özelliklerde olan örneklerin alınmasını gerektiren araştırma yöntemidir. Özellikler sıklıkla coğrafi bölge, cinsiyet, yaş, sosyal sınıf gibi kriterlere göre oluşturulur (Kılıç, 2013). Örneklem grubu, MEB'den verilmiş izinler doğrultusunda belirlenen okullarda, belirli bir yaş grubuna yönelik sınıflar olarak seçilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Hazırlanan anket formu Hırlak ve Çiçeklioğlu'nun (2016) çalışmasında derlediği anket formundan uyarlanmıştır.

Araştırmanın veri toplama aracı olarak anket kullanılmıştır. Anketin içeriği üç bölümden oluşmaktadır. Anketin birinci bölümünde; katılımcıların sosyo demografik özelliklerine, ikinci bölümde; internet bağımlılıklarını ölçen ifadeler yer verilmiştir. Üçüncü bölümde, katılımcıların sosyal bağımlılıklarını ölçmeye yarayacak ifadelerden oluşmaktadır. Çalışmanın ilk ölçeği, internet bağımlılığı ölçeği olacaktır. "İnternet bağımlılığı Ölçeği" (IAT), Young (1998) tarafından internet bağımlılığını belirlemek amacı ile oluşturulmuştur (Hırlak ve Çiçeklioğlu, 2016). Young, sekiz bağımlılık kriterini listeleyen internet bağımlılığı teşhis anketi (IADQ) adlı sorunlu internet kullanımını teşhis etmek için bir araç geliştirilmiştir.

IADQ'ya dayanarak, İnternet Bağımlılığı Testi (IAT) adı verilen internet bağımlılığının ölçümü için anketin en sık kullanılan versiyonu geliştirilmiştir. IAT, internet bağımlılığının varlığını ve şiddetini ölçen 20 maddelik bir ölçektir. Bu test, patolojik kumar teşhisi için DSM-IV kriterlerine dayanan bir araştırma ve teşhis aracı olarak tasarlanmıştır. IAT, internet bağımlılığı için bir semptom ölçme aracıdır. İnternet bağımlılığı burada normal sosyal etkileşimleri engelleyen ve aynı zamanda günlük stresi ve yalnızlık, kaygı ve depresyon duygularını artıran çevrimiçi kompulsif davranış olarak tanımlanmaktadır. Test, 5 derecelik Likert tipi ölçekte yanıtları kullanarak çevrimiçi etkinliklere katılım derecesini ölçer ve bağımlılık davranışını dört kategoriye ayırır: “Bağımlılık eksikliği, hafif bağımlılık belirtileri, orta derecede bağımlılık belirtileri ve ciddi bağımlılık davranışı”. Çalışmalar, IAT'nin patolojik internet kullanımının temel özelliklerini kapsayan güvenilir bir önlem olduğunu doğrulamıştır. Anket, farklı ülkelerde ve farklı popülasyonlarda iyi güvenilirlik göstermiştir.

İkinci ölçek ise sosyal bağımlılık ölçeğidir. Bu ölçek Lee ve Robbins tarafından 1995 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin özellikli kullanım alanı ergenlik dönemi ve sonrasıdır. Ayrıca bu ölçekle, kişilerde sosyal hayat duygularının ölçülmesi amaçlanmıştır (Duru, 2008c, s.841). Ergenlik döneminde bağlantılılık duygusu ortaya çıkmaya başlar ve yetişkin yaşamı boyunca uzanır. Arkadaşlık ve bağımlılık öz nesnelerini başarıyla koruyan ve benlik saygısı tehdidi olmadan olgunlaşan benlik, aile veya arkadaşlardan daha geniş bir sosyal bağlamda rahat ve kendinden emin hissedebilir. Bu bağımlılık duygusu insanların insanlar arasında insan olma duygularını sürdürmelerine ve kendilerinden farklı olarak algılanabilecek olanlarla özdeşleşmelerine olanak sağlar (Kohut, 1984). Örnekler, evlilik partnerleri, ebeveynlik ve yaşamdaki diğer sosyal rollerle özdeşleşme yeteneğini içerir. Bağlantılı hissetmek için mücadele eden bir kişi diğer insanlardan farklı ve uzak hissetmeye başlar. Kişiyi daha fazla tecrite sürükleyerek sosyal rolleri ve sorumlulukları kabul etmekte zorlanabilir. Kişi başkalarıyla ilişki kurmaya çalışacak, ancak başkalarının onu anlamadığı için hayal kırıklığına uğrayacak veya hayal kırıklığına uğrayacaktır. Kişi ait olduğu yeri bulma, daha gerçekçi rolleri ve ilişkileri reddetme konusunda hayal kurmaya başlayabilir. Aşırı durumda, kişi kendisini toplumdan uzaklaştırabilir ve yalnız bir yaşam sürdürebilir.

Sosyal bağımlılık ölçeğindeki faktör, ilgili ifadelerle güçlü bir uyum içinde olan kişilerin, belki de ergenlikten yetişkinliğe geçiş sırasında, akranlardan veya toplumdan uygun empati veya anlayış almaktan hayal kırıklığına uğradığını göstermektedir. Wolf (1988) bu insanları tipik olarak narsisistik kişilik bozuklukları ve narsisistik karakter özellikleri sergilediğini tanımlamıştır. Yakın ilişkiyi sürdürmek için yeterli sosyal becerilere sahip

olmalarına rağmen, yaşam boyunca sosyal olarak bağlı hissetmek için mücadele ederler. Öge içeriği, ılımlı bir sosyal bağlantısızlık ve kopukluk hissini yansıtırken, ölçüme “Sosyal Bağımlılık Ölçeği” adı verilmiştir. Bu ad, öge içeriği ile derecelendirme sisteminin yönü arasındaki ters ilişkiyi doğru bir şekilde yansıtır.

Veri Analizi

Katılımcılardan toplanan verilerin analizi SPSS 18 programı ile analiz edilmiştir. Frekans ve yüzde hesaplamaları istatistiksel analiz için kullanılmıştır. Korelasyon analizi, değişkenler arasındaki ilişkinin tespiti için uygulanmıştır. Ayrıca verilere, t testi ve ANOVA test de uygulanmıştır. Bu testler de öğrenci görüşlerindeki farklılıkları tespit etmek amacı ile kullanılmıştır.

Araştırmacı Rolü

Araştırma süreci boyunca kurgulama, varsayımlar, tanımlar, bu süreçte karşılaşılan zorluklar, çalışma yapılacak grupların saptanması, verilerin toplanması, analizleri ve tüm bu çalışmalar esnasında araştırmacının rolünün ne olacağı açıklık, şeffaflık, tutarlılık gibi özelliklere bağlı olarak geçerlilik- güvenilirlik kriterleri göz önünü alınmaktadır. Yapılan bu çalışmada da bu kriterlere bağlı kalınmıştır.

Bu araştırmada, araştırmacının rolü araştırma metodolojisi olarak şekillenmiştir. Bir araştırma metodolojisi olarak Gömülü Teori, araştırmacıya araştırma süreci içerisinde, birbirine karşıt görüşler içeren geleneklerin ihtilaf halinde olduğu nesnellik-öznellik, genellenebilirlik, değer bağımlılık gibi temel konularda radikal ve keskin söylem ve duruşlarından kaçınarak, mutedil bir duruş sergilemesi, araştırma sürecinde belirlenen sistematik prosedürlere uyulduğu sürece belli bir noktaya kadar esneklik göstererek, bilimsellik ve yaratıcılık arasındaki dengenin sağlanmasına dayalı bir rol tanımlamaktadır (Demirhan, 2015). Bu söylemler doğrultusunda bu araştırmada araştırmacının elde ettiği bulguları kendi konumu içerisinde tekrarlanabilirlik ve genellenebilirlik ilkelerinden gözlenebilen yaşantılara ve kişisel deneyimlere uygunluğu ile ilgili temel değerlendirme ölçütü olarak kabul eden bir role sahip olduğu söylenebilir.

Geçerlik ve Güvenirlik

Araştırmada kullanılan anket formunda yer alan ölçeklerin her biri için güvenilirlik analizi yapılmıştır. Araştırma kapsamına alınan değişkenlerin boyutları ile birlikte yapılan güvenilirlik analizine ilişkin sonuçlar Tablo 1’de yer almaktadır. Güvenirlilik göstergesi olarak; güvenilirlik katsayısı hesaplanır. Güvenirlilik katsayısını hesaplamak için kullanılan

yöntemlerden birisi de Cronbach's Alfa katsayısıdır (Güriş & Astar, 2014). Lee Cronbach tarafından 1951'de geliştirilen Cronbach'ın Alfa α (veya katsayı alfa) güvenilirliği veya iç tutarlılığı ölçmektedir. “Güvenilirlik” bir testin ne yapması gerektiğini ne kadar iyi ölçtüğüdür. Cronbach'ın Alfa iç tutarlılığının, yani bir grup ögenin grup olarak ne kadar yakından ilişkili olduğunun bir ölçüsüdür. Ölçek güvenilirliğinin bir ölçüsü olarak kabul edilmektedir. Alfa için yüksek bir değer, ölçünün tek boyutlu olduğu anlamına gelmemektedir. Keşifsel faktör analizi boyutsallığı kontrol etmenin bir yöntemidir. Teknik olarak, Cronbach'ın alfa istatistiksel bir test değildir, güvenilirlik (veya tutarlılık) katsayısıdır. Literatüre göre alfa değeri 0,70 veya üzerinde bir değere sahip ise, ölçek güvenilir olarak kabul edilmektedir (Nunally, 1978). Araştırmada kullanılan tüm ölçekler kabul edilebilir alfa değeri düzeyi olarak tanımlanan 0,70 üzerinde bir değere sahip olup, araştırma kapsamına alınan söz konusu bu değişkenlerin güvenilir bir şekilde ölçümlendiği söylenilebilmektedir.

Tablo 1. *Güvenilirlik Analizi*

Kullanılan Ölçekler	İfade Sayısı (N)	Cronbach's Alfa Katsayısı (α)
İnternet Bağımlılığı Ölçeği	18	0.902
Sosyal Hayat Ölçeği	8	0,899

Araştırmanın Hipotezleri

Araştırma için incelenen önceki çalışmalara bakıldığında uygun seçilen hipotezler şu şekildedir:

H1: İnternet bağımlılığı ile sosyal hayat düzeyi arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Cinsiyet değişkeni açısından internet bağımlılığı ve sosyal hayat düzeyi farklılaşmaktadır.

H3: Ders notları değişkeni açısından internet bağımlılığı ve sosyal hayat düzeyi farklılaşmaktadır.

H4: İnternet kullanım amacı açısından internet bağımlılığı ve sosyal hayat düzeyi farklılaşmaktadır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

Bulgular

Örneklem Bulguları

Araştırmaya katılan 100 öğrencinin sosyo-demografik özelliklerine (cinsiyet, ders notu, günlük internette kalma süresi, internet kullanım amacı, ailenin gelir durumu, ebevyn tutumları, yalnızlık hissi, yer) ilişkin, yüzde ve frekans aralıkları aşağıdaki tablolarda verilmiştir. Araştırmaya katılan 100 öğrencinin 68'i kız öğrenci, 32'si erkek öğrencidir. Öğrencilerin çoğunluğunun ders notlarının orta aralıkta var olduğu söylenirken yine birçoğunun günlük internette kalma sürelerinin 0-3 saat civarında olduğu saptanmıştır. Bu bilgi göz önüne alındığında, öğrencilerin günlük internette kalma sürelerinin fazla olmadığı söylenebilmektedir. Öğrencilerin çoğunun interneti sosyal medya amaçlı kullandığı ve bu bağlantıyı daha çok cep telefonlarından sağladıkları tespit edilmiştir.

Tablo 2. *Araştırmaya Katılanların Demografik Özellikleri*

Cinsiyet	n	%
Erkek	32	32
Kız	68	68
TOPLAM	100	100

Tablo 3. *Araştırmaya Katılanların Günlük İnternet Kullanım Süresi*

İnternet Kullanım Süresi	n	%
0-4 saat	78	78
4-8 saat	18	18
8-10 saat	3	3
11 saat ve üzeri	1	1
TOPLAM	100	100

Tablo 4. Araştırmaya Katılanların Ders Notu Durumu

Ders Notu Durumu	(N)	%
Kötü	11	11
Orta	62	62
İyi	29	29
TOPLAM	100	100

Araştırmaya katılan 100 öğrencinin çoğunluğunun (%62) ders notunun orta olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin %29'unun ders notu ortalaması iyi iken %11'inin ise ortalaması kötüdür. Yani, 60 öğrencinin not ortalaması orta durumdayken 29 öğrencinin notları iyidir. 11 öğrenci ise kötü notlara sahiptir.

Tablo 5. Araştırmaya Katılanların İnternete Bağlandıkları Yer

İnternete Bağlanılan Yer	n	%
Cep Telefonu	28	28
Bilgisayar	11	11
Tablet	22	22
Ebeveynlerinin Cihazları	39	39
TOPLAM	100	100

Araştırmaya katılan öğrencilerin anket sonuçlarına göre 39 öğrenci internete ailesinin cihazlarından erişmektedir. Yine sayısal çoğunluk (%28) kendi cep telefonunu kullanmaktadır. 22 öğrenci tablet üzerinden internete erişim sağlamaktadır ve 11 öğrenci de bilgisayar kullanmaktadır.

Tablo 6. Araştırmaya Katılanların İnterneti Kullanma Amacı

Kullanım Amacı	n	%
Sosyal Medya	28	28
Online Oyun	40	40
Sohbet	6	6
Ders Çalışmak	10	10
Film izleme, müzik dinleme	16	16
TOPLAM	100	100

Öğrencilerin interneti kullanma amacına göre çoğunluk (%40) interneti online oyunlar için kullanmaktadır. 28 öğrenci sosyal medyayı aktif kullanmaktadır. 16 öğrenci film izlemek ya da müzik dinlemek için interneti kullanmaktadır. Sadece 10 öğrenci interneti ders çalışmak için kullanırken 6 öğrenci sohbet amaçlı kullanmaktadır.

Tablo 7. Araştırmaya Katılanların Ailesinin Aylık Geliri

Aylık Gelir	n	%
0-1500 TL	16	16
1501-2500 TL	31	31
2501 TL ve üzeri	53	53
TOPLAM	100	100

Yapılan ankete göre araştırmaya katılan öğrencilerin %53'ünün ailesi 2501 TL ve üzerinde gelire sahiptir. 31 öğrencinin ailesi 1501 TL ve 2500 TL arasında gelire sahiptir. 16 öğrencinin ailesi ise 1500 TL ve altında gelire sahiptir.

Tablo 8. Araştırmaya Katılanların Ailesinin Tutumu

Aile Tutumu		%
Otoriter	47	47
Demokratik	39	39
Aşırı Koruyucu	14	14
TOPLAM	100	100

Tablo 8'e göre 47 öğrencinin ailesi otoriter ve çocukları üstünde baskıcı tutuma sahiptir. 39 öğrencinin ailesi demokratik ve 14 öğrencinin ailesi aşırı koruyucu tiptedir.

Tablo 9. Araştırmaya Katılanların Tutumu

Yalnızlık Hissi		%
Evet	19	19
Hayır	81	81
TOPLAM	100	100

Tablo 9'a göre araştırmaya katılan öğrencilerin 81'inin yalnızlık hissi yokken 19 öğrenci kendisini yalnız hissetmektedir. İnternet bağımlılığının önemli faktörlerinden birisi olan yalnızlık hissi, bu çalışmada düşük tespit edilmiştir.

Tablo 10. Araştırmaya Katılanların Büyüdüğü Yer

Büyünen Yer	n	%
İl	71	71
Köy	29	29
TOPLAM	100	100

Öğrencilerin büyüdüğü yerleşim bölgelerine bakıldığında 71 öğrenci il merkezinde büyümüşken 29 öğrenci köyde büyümüştür. Köylerin internet alt yapısının şehir merkezleri kadar gelişmiş olmadığı düşünüldüğünde bu 29 öğrencinin bağımlılık katsayısının merkezde büyüyen öğrencilere göre daha düşük olduğu varsayılmaktadır.

İnternet Bağımlılığına İlişkin Bulgular

Tablo 11’de öğrencilerin internet bağımlılığı seviyelerine dair algılamalarını tespit etmeye yönelik, ankette bulunan ifadelerin frekans ve yüzde dağılımlarıyla beraber aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri bulunmaktadır.

Tablo 11. İnternet Bağımlılığına İlişkin Algıların Frekans, Yüzde Dağılımları ile Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

İfadeler		1	2	3	4	5	6	A.O.	ss
İnternet kullanım sürenizi ne sıklıkla aşıyorsunuz?	n	72	11	7	5	5			
	%	72	11	7	5	5		2,97	1,41
Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?	n	63	21	9	7				
	%	63	21	9	7			3,01	1,23
Ne sıklıkla internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurarsınız?	n	92	7	1					
	%	92	7	1				3,46	1,31
Ne sıklıkla okula devamınız internetten dolayı olumsuz etkilenir?	n	69	12	16	3				
	%	69	12	16	3			2,28	1,16
Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur veya ne yaptığınızı gizlersiniz?	n	43	30	18	4	4	1		
	%	43	30	18	4	4	1	2,40	1,36
Aileniz ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın fazlalığından şikâyet eder?	n	62	24	12	1	1			
	%	62	24	12	1	1		3,01	1,29
Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız, ödevleriniz ya da verimliliğiniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?		81	3	12	4				
	%	81	3	12	4			3,19	1,37
Mutsuz olduğunuzda ne sıklıkla internete girersiniz?	n	54	17	5	21	1	2		
	%	54	17	5	21	1	2	2,87	1,42
Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?	N	66	3	1	2	19	9		
	%	66	3	1	2	19	9	2,93	1,39

Tablo 11. (Devamı)

Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?	n	81	13	3	2	1		
	%	81	13	3	2	1	3,16	1,17
Biri sizi internetten rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıncı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?	n	79	12	8	1			
	%	79	12	8	1		2,89	1,09
Gece geç saatlerde internet kullanmaktan uykunuz kaçır mı?	n	33	7	43	17			
	%	33	7	43	17		2,16	1,24
İnternette olmadığınız zamanlarda ne sıklıkla internete girmeyi düşünürsünüz?	n	26	51	19	4			
	%	26	51	19	4		2,23	1,15
Kendinize ne sıklıkla internetten biraz daha durayım dersiniz?	n	39	13	36	7	5		
	%	39	13	36	7	5	2,94	1,23
Ne sıklıkla internette geçirdiğiniz süreyi azaltmaya çalışırsınız?	n	91	8	1				
	%	91	8	1			2,87	1,32
İnternette geçirdiğiniz süreyi ne sıklıkla saklıyorsunuz?	n	86	6	8				
	%	86	6	8			2,99	1,31
Ne sıklıkla dışarıya çıkmak yerine internette zaman geçirmeyi tercih edersiniz?	n	71	19	6	3	1		
	%	71	19	6	3	1	3,01	1,12
Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi sınırlı hissedersiniz?	n	93	6		1			
	%	93	6		1		3,13	1,24

* N=100, 1.Hiç bir zaman 2.Nadiren 3. Arada sırada 4.Çoğunlukla 5.Çok sık 6.Devamlı

Tablo 11’de İnternet kullanım süresinin ne sıklıkla aşıldığına ilişkin soruyu öğrencilerden 72’si hiçbir zaman, 11’i nadiren, 7’si arada sırada, 5’i çoğunlukla ve 5’i çok sık olarak belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun internet kullanım süresini aşmadıkları söylenebilir.

Tablo 11’de arkadaşlarla birlikte vakit geçirmek yerine interneti kullanmayı tercih etmeye ilişkin soruya öğrencilerden 63’ü hiçbir zaman, 21’i nadiren, 9’u arada sırada derken, 7’si çoğunlukla seçeneğini belirtmiştir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin yarısından fazlasının(%63) arkadaşlarıyla vakit geçirmekten daha çok keyif aldığı söylenebilir.

Tablo 11’de öğrencilere ne sıklıkla internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurduklarına dair sorulan soruda öğrencilerden 92’si hiçbir zaman 7’si nadiren, 1’, arada sırada cevabını vermiştir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurmadıkları söylenebilir.

Tablo 11’de öğrencilerin okula devamının internetten dolayı olumsuz etkilenip etkilenmediğine dair bir soru sorulmuş, bu soruya öğrencilerin 69’u hiçbir zaman, 12’si nadiren, 16’sı arada sırada ve 3’ü çoğunlukla cevabını vermiştir. Öğrencilerin okula

devamlarının internet kullanımından etkilenmemesi için internet kullanım süreleri verimli bir şekilde ayarlanabilir.

Tablo 11’ de öğrencilere internetteyken her hangi birinin ne yaptığını sorması durumunda kendisini savunma veya ne yaptığını gizlemesi maddesine ilişkin soru yöneltilmiş. Öğrencilerin 43’ü hiçbir zaman, 30’u nadiren, 18’i arada sırada, 4’ü çoğunlukla, 4’ü çok sık, 1’i devamlı olarak cevap belirtmiştir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin nadirde olsa internette kullanım amaçlarını çevrelerindeki insanların bilmelerinden rahatsız oldukları söylenebilir.

Tablo 11’de ailelerin ne sıklıkla internette harcanan zamanın fazlalığından şikayet etmesine ilişkin, öğrencilerden 62’si hiçbir zaman, 24’ü nadiren, 12’si arada sırada, 1’i çoğunlukla ve 1’i çok sık olarak belirtmişlerdir. Öğrencilerden %62’sinin bu soruya hiçbir zaman olarak cevap vermesi internet bağımlılığının düşüklüğü açısından istenilen yönde bir bulgu olabilir.

Tablo 11’de okuldaki ders notlarının, ödevlerin veya verimliliğin internette kalma süresinden etkilenmesine yönelik soruya öğrencilerden 81’i hiçbir zaman, 3’ü nadiren, 12’si arada sırada, 4’ü çoğunlukla cevabını vermişlerdir. Bu bulgular doğrultusundan öğrencilerin ödev, ders notu veya verimliliklerinin internetle ilgili olmadığı söylenebilir.

Tablo 11’ de görüldüğü üzere öğrencilerin mutsuz olduklarında ne sıklıkla internete girdiklerine ilişkin öğrencilerin 54’ü hiçbir zaman, 17’si nadiren, 5’i arada sırada, 21’i çoğunlukla, 1’i çok sık, 2’si devamlı olarak belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin %54’ünün mutsuz olduklarında internetten keyif almadıkları söylenebilir.

Tablo 11’de internete girme konusunda yaşanan sabırsızlığa ilişkin öğrencilerden 66’sı hiçbir zaman, 3’ü nadiren, 1’i arada sırada, 2’si çoğunlukla, 19’u çok sık, 9’u devamlı olarak belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerden büyük bir kısmının internete girme konusunda sabırsızlık yaşamadığı söylenebilir.

Tablo 11’de internetsiz hayatın sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağına ilişkin öğrencilerden 81’i hiçbir zaman, 13’ü nadiren, 3’ü arada sırada, 2’si çoğunlukla, 1’i çok sık olarak belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin internete karşı bir bağımlılıklarının olmadığı söylenebilir.

Tablo 11’de görüldüğü üzere internetteyken birisi tarafından rahatsızlık yaşandığında ne sıklıkla kırıncı konuşulduğuna, bağırıldığına veya kızgın davranışlar gösterildiğine ilişkin öğrencilerden 79’u hiçbir zaman, 12’si nadiren, 8’i arada sırada, 1’i çoğunlukla şeklinde

görüşlerini belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrenilerin internet sebebiyle gerilim yaşamadıkları söylenebilir.

Tablo 11 incelendiğinde gecegeç saatlerde internet kullanmakla uyku kaçmasına ilişkin öğrencilerden 33'ü hiçbir zaman, 7'si nadiren, 43'ü arada sırada, 17'si çoğunlukla şeklinde görüş belirtmişlerdir.

Tablo 11'de internette geçirilen süreyi azaltmaya ilişkin öğrencilerden 91'i hiçbir zaman, 8'i nadiren, 1'i arada sırada şeklinde görüş belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin internete ayırdıkları vakitleri fazla bulmadıkları, azaltmaya çalışmadıkları söylenebilir.

Tablo 11'de internette geçirilen süreyi saklamaya ilişkin öğrencilerden 86'sı hiçbir zaman, 6'sı nadiren, 8'i arada sırada şeklinde görüşlerini belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin aile, öğretmen veya arkadaşlarından internette geçirdikleri süreyi saklamadıkları söylenebilir.

Tablo 11'de öğrencilere dışarı çıkmak yerine internette zaman geçirmeyi tercih edip etmediklerine ilişkin alınan cevaplarda öğrencilerden 71'i hiçbir zaman, 19'u nadiren, 6'sı arada sırada, 3'ü çoğunlukla, 1'i çok sık olarak belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin çoğunun dışarda aile veya akranlarıyla vakit geçirmeyi daha çok sevdikleri söylenebilir.

Sonuç olarak Tablo 11'de internet bağımlılık seviyelerini ölçmeye yarayan sorulara verilen cevapların ortalamaları incelendiğinde(3,18), öğrencilerin ilgili ifadelerle hiçbir zaman, nadiren, arada sırada şeklinde yanıt verdikleri görülmektedir. Bu verilen cevaplar neticesinde ise öğrencilerden kendi internet bağımlılıkları durumlarını düşük buldukları söylenebilir.

Sosyal Hayata İlişkin Bulgular

Tablo 12'de öğrencilerin sosyal hayat düzeylerine ilişkin algılamalarını öğrenmeye yönelik, anketteki ifadelerin frekans ve yüzde dağılımları ile aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri yer bulunmaktadır.

Tablo 12. Sosyal Hayata İlişkin Algılarının Frekans, Yüzde Dağılımları ile Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

İfadeler		1	2	3	4	5	6	A.O.	ss
Kendimi çevremden kopuk hissediyorum	n	91	6	3				2,13	1,12
	%	91	6	3					
Tanıdık insanlarla birlikteyken bile, kendimi onlara ait hissetmiyorum	n	29	37	12	4	18		2,27	1,31
	%	29	37	12	4	18			
Kendimi insanlara çok uzak hissediyorum.	n	76	10	13	1			2,36	1,42
	%	76	10	13	1				
Arkadaşlarımla birliktelik duygusuna sahip değilim.		61		21	11	7		2,21	1,34
	%	61		21	11	7			
Kendimi herhangi biriyle ilişkili hissetmiyorum.	n	18	29	43	10			2,16	1,32
	%	18	29	43	10				
Toplumla bütün bağlarımı kaybetmiş duygusuna kapılıyorum.	n	73	14	13				2,46	1,39
	%	73	14	13					
Arkadaşlarımla kendi arasında bile, kardeşlik/dostluk duygusu yoktur.	n	6	22	39	14	9		2,19	1,28
	%	6	22	39	14	9			
Kendimi herhangi bir kişi ya da grubun parçası olarak hissetmiyorum.	n	9	23	51	17			2,35	1,21
	%	9	23	51	17				

*N=100, 1.Kesinlikle Katılmıyorum 2.Çoğunlukla Katılmıyorum 3.Katılmıyorum 4.Katılıyorum 5. Çoğunlukla Katılıyorum 6. Kesinlikle Katılıyorum

Tablo 12’de bireyin kendisini çevresinden kopuk hissetmesine ilişkin öğrencilerden %91’i kesinlikle katılmıyorum, %6’sı çoğunlukla katılmıyorum, %3’ü katılmıyorum şeklinde görüş belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin kendilerini çevrelerinden kopuk hissetmedikleri söylenebilir.

Tablo 12’de bireyin kendisini tanıdık insanlarla birlikteyken bile onlara ait hissetmemesine ilişkin öğrencilerden %29’u kesinlikle katılmıyorum, %37’si çoğunlukla katılmıyorum, %12’si katılmıyorum, %4’ü katılıyorum, %18’i çoğunlukla katılıyorum şeklinde görüş belirtmişlerdir.

Tablo 12’de bireyin kendisini insanlara çok uzak hissetmesine ilişkin öğrencilerden %76’sı kesinlikle katılmıyorum, %10’u çoğunlukla katılmıyorum, %13’ü katılmıyorum, %1’i katılıyorum şeklinde görüş belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin kendilerini insanlara uzak hissetmedikleri söylenebilir.

Tablo 12’de bireylerin arkadaşlarıyla yaşadıkları birliktelik duygusuna sahip olmama durumuna ilişkin öğrencilerden %61’i kesinlikle katılmıyorum, %21’i katılmıyorum, %11’i katılıyorum, %7’si çoğunlukla katılıyorum şeklinde görüş belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin büyük bir kısmının arkadaşlarıyla birliktelik duygusuna sahip oldukları söylenebilir.

Tablo 12’de bireyin kendisini herhangi birisiyle ilişkili hissetmemesine ilişkin öğrencilerden %18’i kesinlikle katılmıyorum, %29’u çoğunlukla katılmıyorum, %43’ü katılmıyorum, %10’u katılıyorum şeklinde görüş belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin kendilerini birileriyle ilişki halinde hissettikleri söylenebilir.

Tablo 12’de bireyin toplumla bütün bağlarını kaybetmiş duygusunu yaşamasına ilişkin öğrencilerden %73’ü kesinlikle katılmıyorum, %14’ü çoğunlukla katılmıyorum, %13’ü katılmıyorum şeklinde görüş belirtmişlerdir. Bu bulgulara bakılarak öğrencilerin kendilerini toplumla bağlarını kaybetmiş hissetmedikleri söylenebilir.

Sonuç olarak Tablo 12’de sosyal hayata ilişkin bağlılık seviyelerini ölçen olumsuz ifadelerle yönelik verilen cevapların ortalamaları incelendiğinde (2,35), öğrencilerin ifadelere kesinlikle katılmıyorum, çoğunlukla katılmıyorum ve katılmıyorum düzeyinde cevap verdikleri saptanmaktadır. Bu bulgular sonucunda, öğrencilerin sosyal bağlılık düzeylerinin yüksek olduğunu düşündükleri ifade edilebilir.

Korelasyon Analizi

Araştırmaya yönelik incelenen değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan korelasyon analizi sonuçları Tablo 13’de verilmiştir.

Tablo 13. *İnternet Bağımlılığı ile Sosyal Hayat İlişkisi*

Cinsiyet	Ort.	s.s.	1	2
İnternet Bağımlılığı	2.61	0.97		
Sosyal Hayat	2.29	1.08	0.256	

*r (korelasyon katsayısı) $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı korelasyon

Tablo 13’de öğrencilerin internet bağımlılık durumları ile sosyal hayat düzeyleri arasındaki korelasyon ilişkisi ve standart sapma değerleri yer almaktadır. Tespit edilen bu bulgular neticesinde , öğrencilerin internet bağımlılıkları ile sosyal hayat seviyeleri arasında pozitif yönde ve düşük seviyede anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgu da ilk hipotezi **(H1)** güçlü kılmaktadır.

Sosyal hayatın test edilmesindeki en önemli faktör belki de yaşamdan alınan zevktir. Yaşam memnuniyeti pozitif ruh sağlığının çeşitli yönlerinden biridir. Bilişsel, yargılayıcı bir süreci ifade eder. Doğrudan, doğrulanabilir bir deneyim veya bilinen bir kişisel gerçek değil, bireyin mevcut yaşam durumu ve içsel standartlar arasında karşılaştırmalı bir süreç içeren ve katılımcıların kendi yaşamlarını değerlendirirken öznel olarak alakalı gördükleri bilgileri kullanmalarına izin veren bilişsel bir üründür. Bir insan hayatının nasıl geçtiğini ve gelecekte

nereye gideceği hakkında nasıl hissettiğini algılar. Shin ve Johnson (1978) yaşam doyumunu, bir kişinin yaşam kalitesinin seçtiği kriterlere göre küresel bir değerlendirme olarak tanımlarlar. Memnuniyet kararları, birisinin koşullarının uygun bir standart olduğu düşünülenle karşılaştırılmasına bağlıdır. İnsanların mevcut durumlarından ne kadar memnun olduklarına dair yargının, her bireyin kendisi için belirlediği bir standartla karşılaştırmaya dayandığını belirtmek önemlidir; dışarıdan dayatılmamıştır. Yaşam doyumunu, kişinin yaşamı ile ilgili duygu ve tutumlarının belirli bir noktada negatiften olumluya genel bir değerlendirmesidir. Öznel refahın en önemli göstergelerinden biridir. Öznel iyi oluş, yetmişli yılların ortalarında Andrews ve Whitey (1976)'nin üç faktörden oluşan bir iyi oluş yapısı sundukları hedonik bir iyi olma konseptini temsil eder: “Bilişsel değerlendirme, olumsuz etki ve olumlu etki”. Birkaç yıl sonra Diener (1984), yaşamın öznel deneyimini, referans olarak mutlak, sabit bir standart kullanarak değerlendirmenin aksine, yaşamın öznel deneyimini değerlendirmenin önemini vurgulamak amacıyla kavramı daha dar öznel öznel iyilik halini kullanarak yeniden ifade etmiştir. Ona göre, öznel iyi oluş iki ana bileşeni kapsamaktadır: “Biri olumsuz ve olumlu duyguları içeren bir duygu, diğeri bilişsel, yani yaşam doyumunu”dur.

Yaşam memnuniyeti, bir ailenin etkilediği gibi yenisiyle de incelenebilir. Aile yaşam memnuniyeti, herkesin ailesi onları bir şekilde etkilediğinden ve çoğu kendi yaşamında olduğu kadar kendi ailelerinde de yüksek düzeyde memnuniyet duymaya çalıştığından ilgili bir konudur. Bir aile içinde daha fazla yaşam memnuniyeti iletişim ve her üyenin tutum ve algılarını anlayarak artar. Kişisel olarak değerli maddelere değer veren kişilerin, kişilerarası ilişkilere daha fazla değer katan insanların aksine, yaşamda genel olarak daha az tatmin oldukları bulunmuştur. Ancak insanlar internette çok zaman harcadıkları için ailelerinden soyutlanıyorlardır. Yalnızlık, internet bağımlılığı ve boyutları ile ilişkili en önemli değişkendir. Pratarelli vd. (1999), artan internet kullanımının karşılıklı olarak güçlendirici olan izolasyon duygularıyla ilişkili olduğunu savunmuştur. ABD çocukları üzerinde yapılan bir araştırma, interneti kullanan çocukların çok sınırlı bir dostluk boyutuna sahip olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca aileleriyle konuşmak, günlük stres yaşamak, kendilerini yalnız ve depresyonda hissetmek için daha az zaman harcıyorlardır. Psikososyal refah üzerindeki etki ile ilgili olarak, internet bağımlılığının Hong Kong'daki öznel sıkıntı ve sosyal bozulma ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Weiser (2001), katılımcıların internet kullanımı sosyal bir yönelime sahip olduğunda günlük İnternet kullanımı ile genel refah arasında negatif bir ilişki bulmuştur. Bununla birlikte, çeşitli çalışmalar günlük internet kullanımı ile refah arasında bir ilişki bulamamıştır.

T-Testi ve ANOVA Analizi

Tablo 14. *Cinsiyetten Bağımsız İki Örnek t-Testi Analizi*

Değişkenler	Cinsiyet	n	Ort.	s.s.	S.D.	T	p
İnternet Bağımlılığı	Kız	68	2.41	0.56	254.698	-1.613	0.062
	Erkek	32	2.16	2.63			
Sosyal Hayat	Kız	68	2.31	0.43	253.417	0.491	0.437
	Erkek	32	2.64	0.31			

Çalışmaya katılan öğrencilerin türlü sosyo-demografik özelliklerine göre internet bağımlılığı ve sosyal hayat seviyelerine yönelik algıları arasındaki farklılığı bulmak amacıyla bağımsız iki örnek t-testi analizi ve ANOVA analizi yapılmıştır. Yapılan bu t-testi ve tek yönlü varyans analizleri neticesinde, bir takım farklılıklar olduğu saptanmıştır. Bu farklılıklar incelenerek Tablo 14’de ifade edilmiştir.

Tablo 14, öğrencilerin internet bağımlılığı ve sosyal hayat seviyelerine yönelik ifadelerinde cinsiyetlerine göre farklılık olup olmadığına ilişkin t testi analizi sonuçlarını içermektedir. Bu sonuçlara göre; öğrencilerin cinsiyetleri açısından internet bağımlılığı ve sosyal hayat seviyelerine yönelik görüşleri arasında anlamlı bir farklılık yoktur. ($t(254,698) = -1.613$; $p > 0.05$; $t(253,417) = 0.491$; $p > 0.05$). Öğrencilerin cinsiyetleri açısından; internet bağımlılığı ve sosyal hayat düzeyleri ile ilgili benzer bakış açılarına sahip olmaları anlamlı bir farklılığın olmamasına sebep olmuş olabilir. **H2** ve **H3** hipotezinini de destekleyen bir bulgu olarak internet bağımlılığı ve sosyal bağımlılık seviyelerine yönelik algıların oluşmasında, cinsiyetten bağımsız bir güç olduğu söylenebilir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

İnternet bağımlılığı, çocuklardaki mevcut sosyal sorunları ve sosyal deneyim eksikliğini arttıran, çeşitli psikolojik sorunların oluşmasına da yol açan bir bağımlılık türüdür. Toplumun şu anki gelişim aşamasında yeni nesil, bilgisayar ve İnternet ağları üzerinden iletişimde giderek daha fazla zaman harcıyor. İnsanlığın büyük ölçekli bilgisayarlaşması son yıllarda hızlı bir şekilde ortaya çıkarak insanlara yeni bir sorun oluşturmakta, bilgisayar ruhunun insan ruhuna etkilerinin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bilgisayar ve internet teknolojilerinin etkisi ve çocuklar arasında yeni boş zaman etkinlikleri ve iletişim formlarının ortaya çıkmasının etkilerini azaltmak için genel kültürel değişim perspektifinden analiz edilmelidir.

Bireyler arasındaki hayal kırıklığı ve kendini ifade edememe durumları toplumun bir üyesi olarak özellikle de çocuklar için sürekli artan bir sorundur. Bu hayal kırıklığından ve kendini ifade etme sorumluluğundan kurtulma arzusu genellikle onları bir fikir ortamı oluşturmaya yönlendirir ve ağ onlara bu fırsatı verir. Nispeten kolay, uygun fiyatlı ve ilk bakışta, sanal hayatta mevcut sorunların endişesi, gerçek hayatta iletişimi azaltan ve kişiliğin oluşumunu engelleyen, bütünlüğünü, istikrarını ve sosyal oluşumunu engelleyen duygusal uzaklığı giderek arttırır.

Birçok olumsuz sevgi kaynağı vardır. Bunlardan biri sosyal kaygıdır. Sosyal kaygı, bireyin, konuşma yaparken, tanıdık olmayan biriyle karşılaşması, gözlem sırasında ve başkalarının önünde sunum yapması gibi başkaları tarafından değerlendirilebileceği bir veya daha fazla sosyal ortamda belirli bir korku veya endişe hissetmesine neden olur. Sosyal olarak endişeli bir kişi, başkaları tarafından olumsuz olarak yargılanmak, aşağılanmak, dışlanmak veya birisini üzme gibi düşünceler nedeniyle sosyal ortamlardan korkar. Bu nedenle, sosyal kaygı, bireyde stres reaksiyonlarına ve olumsuz duyulanmaya yol açar. Aşırı sosyal anksiyete belirtileri yaşayan bir bireyin işleyişinde ciddi bozukluklar ortaya çıkar. Sosyal vakalar, sosyal olarak endişeli bireylerde endişe, utanç ve aslında panik yaratır. Böylece, sosyal olarak endişeli bireyler sosyal çevrelerden kaçınırlar. Sosyal olarak endişeli bireyler, sosyal bir çevreye girdiklerinde terleme, mide bulantısı, kızarma, titreme, hızlı kalp atışı ve baş ağrısı gibi fizyolojik reaksiyonların yanı sıra korku, utangaçlık ve panik gibi psikolojik belirtiler sergileme eğilimindedir.

İnternet bağımlılığının sosyal modeli bu tamamlayıcı özellikleri taşımaktadır. Ancak, kendini izleme, otosansüre isteklilik, sosyal kaygı, olumsuz sevgi, internet kullanım süresi ve internet bağımlılığı kavramları üzerine bir çalışma bulunamamıştır. İnternet bağımlılığının sosyal modelinin, internet bağımlılığı ile ilgili önleyici ve müdahale çalışmaları için yeni perspektifler sunacağı düşünülmektedir. İnternet bağımlılığının sosyal modeli, internet bağımlılığının sosyal yapılar arasındaki ilişkiler yoluyla açıklanabileceğini düşündürmektedir. Günlük internet kullanımındaki artış ve olumsuz sevgi nedeniyle internet bağımlılığı ortaya çıkmaktadır. Olumsuz sevgi, günlük internet kullanım miktarını artırarak internet bağımlılığına da neden olabilir. Bu nedenle sosyal kaygı önemli bir olumsuz sevgi kaynağıdır. Sosyal kaygı, kendini izleme ve otosansür etme isteğinden etkilenmektedir.

Yapılan araştırmada internet bağımlılığının sosyal modeline bakıldığında, çalışmaya katılan öğrencilerde sosyal hayattan doğan eksiklikler gözlemlenmemiştir. Korelasyon analizi sonucuna bakıldığında, öğrencilerin internet bağımlılıklarıyla sosyal hayat düzeyleri arasında pozitif fakat zayıf bir anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. ANOVA ve t-testi bulgularına göre de kız ve erkek öğrencilerin internet bağımlılıklarıyla sosyal hayat düzeylerine ilişkin bakış açıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı saptanmıştır.

Araştırmada, öğrencilerin cinsiyetlerine göre internet bağımlılığı ve sosyal hayat düzeylerine ilişkin bakış açıları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Aynı zamanda internet bağımlılığı ve sosyal bağlılık düzeylerine ilişkin algılamaların, öğrencilerin cinsiyetle ilgisi olmayan bulgular olduğu da söylenebilir. Ayrıca, öğrencilerin internet bağımlılıkları ile sosyal hayat seviyeleri arasında da zayıf olsa da bir bağ tespit edilmiştir.

Öğrencileri internet bağımlısı olmaya iten faktörlerden birisi olan yalnızlık hissi, çalışmaya katılan öğrencilerde çok düşük seviyede gözlemlenmiştir.

Öğrencilerin % 40'ı interneti oyun için kullanırken sadece % 10'u ders çalışma amacı ile kullanmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin anket cevapları doğrultusunda sosyal bağlılık düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmişken internet bağımlılık düzeylerinin düşük olduğunu tespit edilmiştir.

İnternet bağımlılığı, hasarlı ilişkilerin başlıca nedenlerinden biri olarak kabul edilir. Bir kişi çevrimiçi aktivitelere dahil olduğunda, genellikle internet bağımlılığının herhangi bir etkisinden habersizdir. İnternette sürekli gezinme alışkanlığı dolaylı olarak da yıkıcı olabilir. Etkileri, birisinin diğer insanlarla etkileşime giremeyeceği bir noktaya kayma şeklinde görülebilmektedir. İnsanların birbirleriyle bire bir görüşme yapma yeteneklerini tehlikeli bir şekilde etkilemektedir. Bu nedenle bireylerde özellikle de çocuklarda internet kullanım süresi ve internet kullanım amacı kontrol altında tutulmalıdır.

Önlem bağlamında, Çocukları bilgilendirerek problemin üstesinden gelmeye yardımcı olabilecek birkaç faktör vardır. Daha spesifik olarak, zaman ve kullanım türü açısından sınırları koyması gereken ilk birim aile ortamı olmalıdır. Ebeveynler, bilgisayar ve internet kullanımıyla ilgili aile kurallarını, ebeveynler için de geçerli olacak şekilde, belirlemelidir.

Çocukluk döneminde sosyal ve sportif faaliyetler çok önemlidir. Bu nedenle çocuklar sosyal ve sportif faaliyetler için desteklenmeli ve internet kullanımını içermeyen aile aktivitelerine dahil edilmelidir.

Kurulum ve kullanım erişim kontrol programları ebeveynler tarafından incelenmeli, belirli zararlı web sitelerine erişimde ve gerektiğinde internette harcanan zamanın kısıtlanmasında kullanılmalıdır.

Ayrıca bilgisayar çocuk odasına değil aile tarafından paylaşılan bir odaya yerleştirilmelidir. Böylelikle çocukların bilgisayar ve internet kullanım amaç ve süreleri ebeveynler tarafından kontrol altında tutulabilir.

Aile ortamının olduğu kadar okulun da internet bağımlılığının önlenmesinde özel bir rolü bulunmaktadır. Öğretmenler, öğrencileri ve velileri internetin sahip olduğu tehlikeler hakkında bilgilendirmelidir. Önleyici tedbirler önerilip psikologların da yardımıyla acil yardım gerektiren vakalarla çalışmalar yapılabilir.

İnternet kullanım düzeyi internette geçirilen zamanla pozitif bir ilişkisinin olduğu düşünüldüğünde internet kullanım becerisinin iyi olması için internette daha fazla zaman harcanmasını gerektirmektedir. İnternette fazla zaman geçirilmesi de internet bağımlılığının düzeyine etki etmektedir. Öğrenciler, bilgisayar ve internet üzerinden okul çalışmaları ve ödevleri yapmaya teşvik edilmelidir. Böylece kullanımlarının olumlu yanları olabilecektir.

İnternet bağımlılığı ile okul bağlılığı arasındaki ilişki göz önüne alınırsa, çocuklarla yapılacak araştırmalar ve psiko-eğitim programları ile internet bağımlılığı düzeyleri azaltılabilir. İnternet bağımlılığını azaltmak, okul bağlılığı seviyeleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olabilir. Okulda yapılacak sosyal ve kültürel etkinliklerle okul öğrenciler için çekici hale getirilebilir. Bu faaliyetler okulla bağlantılı olmayan sorunların ortaya çıkmasını da engelleyebilir. Ebeveyn eğitimi ile aileler internet bağımlılığı ve okula bağlanma konusunda bilgilendirilebilir. Böylelikle ailelere de internet bağımlılığı konusunda gerekli yardımlar sağlanabilir.

Ayrıca kamuya açık medya kampanyaları, ebeveynler ve çocuklar için internet bağımlılığı hakkında etkili bir araç olabilmektedir ve bu tür sorunlarla çalışan birimler, mevcut tedavi merkezleri ve danışma telefon hatları hakkında ek bilgi sağlayabilmektedir.

Doktorlar, hemşireler, psikologlar gibi sağlık çalışanları aşırı internet kullanımı konusunda bilgilendirme sorumluluğuna sahip olmalıdır. Bu tür sorunlarla karşılaşacak hemşire, ocuk doktoru ve ocuk psikiyatristi, psikolog gibi sağlık profesyonellerinin duyarlı hale getirilmesi için konferans ve çalıştaylarda internet bağımlılığı konuları yer almalıdır.

Literatürde internet bağımlılığının sosyal hayat üzerindeki etkilerine ilişkin yeterli sayıda çalışmaya rastlanmamıştır. Bu kavramlar arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların artması literatüre katkı sağlayacaktır.



KAYNAKÇA

- Akçay, D., & Özcebe, H. (2012). Okul öncesi eğitim alan çocukların ve ailelerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Çocuk Dergisi*, 12(2), 66-71.
- Akın, A., Arslan, S., Arslan, N., Uysal, R., & Sahranç, Ü. (2015). Self-control management and internet addiction. *International Online Journal of Educational Sciences*, 7(3), 54-63.
- Akkoyunlu, B., & Tuğrul, B. (2002). Okulöncesi çocukların ev yaşantısındaki teknolojik etkileşimlerinin bilgisayar okuryazarlığı becerileri üzerindeki etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(23),
- Akkoyunlu, S., & Türkçapar, M. H. (2013). Bir teknik: Alternatif düşünce oluşturulması. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 2, 53-59.
- Aljomaa, S. S., Qudah, M. F. A., Albursan, I. S., Bakhiet, S. F., & Abduljabbar, A. S. (2016). Smartphone addiction among university students in the light of some variables. *Computers in Human Behavior*, 61, 155-164.
- Andrews, F.M., & Withey, S.B. (1976). *Social indicators of well-being: America's perception of life quality*. Plenum.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet55 bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.
- Bacanlı, H. (2011). *Eğitim psikolojisi*. Pegem Akademi.
- Balta, Ö. Ç., & Horzum, M. B. (2008). Web tabanlı öğretim ortamındaki öğrencilerin internet bağımlılığını etkileyen faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(1), 187-205.
- Batıgün, A. D., & Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 213-219.
- Bayraktar, F. (2001). *İnternet kullanımının ergen gelişimindeki rolü* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Ege Üniversitesi.
- Berson, I., & Berson, M. (2003). *Digital literacy for effective citizenship*. Social Education, 67(3), 164-167.
- Bölükbaş, K. (2003). *İnternet cafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir araştırma: Diyarbakır örneği* [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Dicle Üniversitesi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç E., Akgün Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, E. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (1. baskı). Pegem Yayıncılık.
- Canan, F., Ataoğlu, A., & Özçetin, A.. (2012). The association between Internet addiction and dissociation among Turkish college students. *Comprehensive Psychiatry*, 53(5), 422-426.
- Canoğulları, Ö., & Güçray, S. S. (2014). İnternet bağımlılık düzeyleri farklı ergenlerin cinsiyetlerine göre psikolojik ihtiyaçları, sosyal kaygıları ve anne baba tutum algılarının incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(1), 42-57.

- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18, 553-575.
- Cassell, D. K., & Gleaves, D. H. (2006). *The encyclopedia of obesity and eating disorders*. Infobase Publishing.
- Colwell, J., & Kato, M. (2003). *Investigation of the relationship between social isolation, self-esteem, aggression and computer game play in Japanese adolescents*. *Asian Journal of Social Psychology*, 6, 149-158.
- Çalışkan, Ö., & Özbay, F. (2015). 12-14 yaş aralığındaki ilköğretim öğrencilerinde teknoloji kullanımı eksenli yabancılaşma ve anne baba tutumları: Düzce ili örneği. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(39), 441-458.
- Çelen, F. K., Çelik, A., & Seferoğlu, S. S. (2011). Çocukların internet kullanımları ve onları bekleyen çevrim-içi riskler. *Akademik Bilişim*, 2, 1-8.
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4).
- Dejoie, J.F. (2001). *Internet addiction: a different kind of addiction?*. *Med Liege*, 56 (7), 523-530.
- Demir, S., & Özmantar, M. F. (2013). Teknoloji destekli matematik öğretiminde pedagojik prensipler. *Matematik eğitiminde teknoloji kullanımı*, 1.
- Demirel, M., Yörük, M., & Özkan, O. (2013). Çocuklar için güvenli internet: güvenli internet hizmeti ve ebeveyn görüşleri üzerine bir araştırma-safe internet for children: a study on safe internet service and parental views. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(7), 54-68.
- Demirhan, G. (2015). *Türkiye’de eğitim yönetimi alanında araştırma geleneği ve paradigmaların gömülü teori bağlamında değerlendirilmesi* [Doktora tezi, Eskişehir Üniversitesi-Eskişehir]. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi.
- Dewey, L. (2002). *Girls Online Feeling Out of Bounds: Girl Scout Research Institute Study on Teenage Girls and the Internet*. *Camping magazine*, 75(5), 48-50.
- Dowling, N. A., & Brown, M. (2010). *Commonalities in the psychological factors associated with problem gambling and Internet dependence*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(4), 437-441.
- Duru, E. (2008). Sosyal bağlılık ve sosyal desteğin yalnızlık üzerine doğrudan ve dolaylı rollerinin üniversiteye uyum süreci çerçevesinde incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 29, 13-24.
- Duru, E. (2008). Uyum zorluklarını yordamada yalnızlık, sosyal destek ve sosyal bağlılık arasındaki ilişkilerin analizi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, Educational Sciences: Theory & Practice*, 8(3), 833-856.
- Duru, E. (2008). Yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 15-24.
- Eastin, M. S., Greenberg, B. S., & Hofschire, L. (2006). Parenting the internet. *Journal of Communication*, 56(3), 486-504.
- Eijnden, R. V. D., (2001). 'Internet addiction'-a call for systematic research. *Journal of Substance Use*, 6(1), 7-10.
- Ergil, D. (1984). Toplumsal örgütlenmenin yapısı. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 39(01).

- Esen, B. K. (2007). *Akran baskısı ve algılanan sosyal destek değişkenlerine göre ergenlerde internet bağımlılığının yordanması* [Sözlü Bildiri]. 1.Uluslararası Bağımlılık Kongresi, İstanbul.
- Eşgi, N. (2014). Aile-çocuk internet bağımlılık ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 22(2), 807-839.
- Ferrara, P., Corsello, G., Ianniello, F., Sbordone, A., Ehrich, J., Giardino, I., & Pettoello-Mantovani, M. (2017). Internet addiction: starting the debate on health and well-being of children overexposed to digital media. *The Journal of Pediatrics*, 191, 280-281.
- Fitzpatrick, M. A., & Ritchie, L. D. (1994). *Communication schemata within the family: Multiple perspectives on family interaction*. Human Communication Research, 20(3), 275-301.
- Griffiths, M. (2000). *Excessive Internet use: Implications for sexual behavior*. CyberPsychology & Behavior, 3(4), 537-552.
- Griffiths, M. (2005). *A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework*. Journal of Substance use, 10(4), 191-197.
- Gutnick, A. L., Bernstein, L., & Levine, M. H. (2011). Always connected: The new digital media habits of young children: Joan Ganz Cooney Center at Sesame Workshop
- Günüç, S., & Kayri, M. (2010). Türkiye'de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik-güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39), 220-232.
- Habibi, A., Danesh, P., & Mazandarani, M. J. Z. (2015). The relationship of family function with internet addiction among girl high school students in Malard. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(4), 215-215.
- Hırlak, B., Bıyıkbeyi, T., Alaşahan, S., & Çiçeklioğlu, H. (2016), *Öğrencilerin internet bağımlılığı ile sosyal bağlılıkları arasındaki ilişki*. Uluslararası Gençlik Araştırmaları Kongresi, Tam Metin Bildiri.
- Holloway, D., Green, L., & Livingstone, S. (In Press 2013). Zero to eight: Young children and their Internet use. London: EU Kids Online.
- Hox, J. J., & Borgers, N. (2001). *Item nonresponse in questionnaire research with children*. Journal of Official Statistics, 17(2), 321-335.
- Hox, J. J., Borgers, N., & Sikkels, D. (2003). Response quality in survey research with children and adolescents: the effect of labeled response options and vague quantifiers. *International Journal of Public Opinion Research*, 15(1), 83-94.
- Işık, U. (2007). *Medya bağımlılığı teorisi doğrultusunda internet kullanımının etkileri ve internet bağımlılığı*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Jie S.H. (2012). ICT use statistics of households and individuals in Korea. 10th World Telecommunication/ICT Indicators Meeting (WTIM-12) Retrieved March 16, 2013, from http://www.itu.int/ITU-D/ict/wtim12/documents/cont/029_E_doc.pdf
- Jowkar, B., & Rahimi, M. (2007). *Effect of family communication patterns on happiness in a group of high school students in shiraz*. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology, 13(4), 384-376.
- Junco, R. (2012). *The relationship between frequency of facebook use, participation in facebook activities, and student engagement*. Computers & Education, 58(1), 162-171.

- Kakihara, F. (2009). *Adolescents' interpretations of parental control: Differentiated by domain and types of control*. Child Development, 80(6), 1722-1738.
- Karakuş, T., Çağıltay, K., Kaşıkçı, D., Kurşun, E., & Ogan, C. (2014). Türkiye ve Avrupa'daki çocukların internet alışkanlıkları ve güvenli internet kullanımı. *Eğitim ve Bilim*, 39(171).
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi* (14. Baskı), Nobel Yayın Dağıtım.
- Kenar, İ. (2012). Teknoloji ve derslerde teknoloji kullanımına yönelik veli tutum ölçeği geliştirilmesi ve tablet PC uygulaması. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 123-139.
- Kerberg, C. S. (2005). *Problem and pathological gambling among college athletes*. Annals of Clinical Psychiatry, 17(4), 243-247.
- Kılıç, S. (2013). Örneklem yöntemleri. *Journal of Mood Disorders*, 3(1), 44-6.
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2014). The cognitive psychology of Internet gaming disorder. *Clinical psychology review*, 34(4), 298-308.
- Kirwil, L. (2009). *Parental mediation of children's internet use in different European countries*. Journal of Children and Media, 3(4), 394-409.
- Kittinger, R., Correia, C. J., Irons, J. G. (2012). Relationship between facebook use and problematic Internet use among college students. *Cyberpsychology, Behavior & Social Networking*, 15(6), 324-327.
- Kubey, R.W., Lavin M. J., & Barrows, J. R. (2001). Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *Journal of Communication*, 51(2), 366-382.
- Kurt, A. A., Günüş, S., & Ersoy, M. (2013). Dijitalleşmede son durum: Dijital yerli, dijital göçmen ve dijital göçebe. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 46(1), 1-22.
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959-966.
- Lee, S. & Chae, Y. (2007). Children's Internet use in a family context: Influence on family relationships and Parental Mediation. *Cyber Psychology and Behavior*, 10(5), 640-644.
- Lee, S. & Chae, Y. (2012). Balancing participation and risks in children's Internet use: The role of Internet literacy and Parental Mediation. *Cyber Psychology and Behavior*, 15(5), 257-262.
- Livingstone, S., & Bober, M. (2004). *Taking up online opportunities? Children's uses of the Internet for education, communication and participation*. E-Learning and Digital Media, 1(3), 395-419.
- Livingstone, S., & Haddon, L. (2008). *Risky experiences for European children online: Charting research strengths and research gaps*. Children and Society, 22(4), 314-23.
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). *Parental mediation of children's internet use*. Journal of Broadcasting & Electronic Media, 52(4), 581-599.
- Livingstone, S., Haddon, L., Gorzig, A., & Olafsson, K. (Eds.). (2011). *Risks and safety on the internet: The perspective of European children Full Findings*. LSE, London: EU Kids Online. Retrieved from <http://www.eukidsonline.net>

- Lwin, M. O., Stanaland, A. J., & Miyazaki, A. D. (2008). Protecting children's privacy online: How parental mediation strategies affect website safeguard effectiveness. *Journal of Retailing*, 84(2), 205-217.
- Madell, D., & Muncer, S. (2004). *Gender differences in the use of the internet by English secondary school children*. Social Psychology of Education, 7, 229-251.
- Müezzın, E. (2016). KKTC'deki psikolojik danışmanların teknoloji bağımlılığına ilişkin görüşleri. *Kıbrıs Araştırmaları ve İncelemeleri Dergisi*, 2(4), 75-84.
- Ocak, M. A. (2010). Aile ve İnternet. *Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü Yayınları*.
- Olafsson et al. (2013). European evidence database Retrieved March 15, 2021, from http://search.lse.ac.uk/search/search.cgi?collection=eu_kids_online
- Ögel, K. (2012). İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak. *İş Bankası Kültür Yayınları*.
- Özcan, K. N., & Buzlu, S. (2005). Problemlı internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: İnternet bilişsel durum ölçeğının üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenirliğı. *Bağımlılık Dergisi*, 6(1), 19-26.
- Öztürk, Ö., Odabaşıoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y., & Kalyoncu, Ö. A. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniğı ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 36-41.
- Pratarelli, M.E., Browne, B.L., & Johnson, K. (1999). The bits and bytes of computer/Internet addiction: A factor analytic approach. *Behavior Resistance and Methods Instrumental Computation*, 31(2), 305-314.
- Pruulmann-Vengerfeldt, P. & Runnel, P. (2012). Online opportunities. In Sonia Livingstone, Leslie Haddon and Anke Gorzig (Eds.), *Children, risk and safety on the Internet: Research and policy challenges in comparative perspective* (pp.73-85)
- Rębisz, S., & Sikora, I. (2016). *Internet addiction in adolescents*. Practice and Theory in Systems of Education, 11(3), 194-204.
- Satan, A. A. (2013). Ortaöğretim öğrencilerinde akran baskısının internet bağımlılığına olan etkisi. *International Journal of Social Science*, 6, 511-526.
- Savaş, G. (2004). Kitle iletişim araçlarına eleştirel bir yaklaşım. *Journal of Human Sciences*, 1(1).
- Savcı, M., & Aysan, F. (2018). “Kişilerarası yetkinlik, yalnızlık, olumsuz değerlendirilme korkusu, ödöl ve cezanın sosyal medya bağımlılığını yordama ve sosyal medya kullanan-kullanmayan ergenleri doğru sınıflandırma düzeyi”. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5, 431-471.
- Scott, W. R. (2008). *Approaching adulthood: the maturing of institutional theory*. Theory and Society, 37(5), 427.
- Sigman, A. (2012). The impact of screen media on children: A Eurovision for parliament.
- Subramanyam, A., & Kamath, R. (2013). *A study on the prevalence of internet addiction and its association with psychopathology in Indian adolescents*. Indian Journal of Psychiatry, 55(2), 140.
- Suler, J. (2004). *Computer and cyberspace “addiction”*. International Journal of Applied Psychoanalytic Studies, 1(4), 359-362.

- Suzuki, L. K., & Calzo, J. P. (2004). *The search for peer advice in cyberspace: An examination of online teen bulletin boards about health and sexuality*. Journal of Applied Developmental Psychology, 25(6), 685-698.
- Swickert, R. J., Hittner, J. B., Harris, J. L., & Herring, J. A. (2002). Relationships among Internet use, personality, and social support. *Computers in Human Behavior*, 18(4), 437-451.
- Şener, G. (2009). *Türkiye’de Facebook kullanımı araştırması*. XIV. Türkiye’de İnternet Konferansı, 12-13.
- Şenormancı, Ö., Konkan, R., & Sungur, M. Z. (2010). İnternet bağımlılığı ve bilişsel davranışçı terapisi. *Psychiatry*, 11, 261-268.
- Tokel, S., Başer, D., & İşler, V. (2013). Türkiye’deki ebeveynlerin çocuklarının internet ve sosyal paylaşım siteleri kullanımına yönelik bilgi seviyeleri ve algıları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 225-236.
- Turel, O., Brevers, D., & Bechara, A. (2018). Time distortion when users at-risk for social media addiction engage in non-social media tasks. *Journal of Psychiatric Research*, 97, 84-88.
- Türkçapar, M. H. (2012). Bilişsel terapi. HYB Yayıncılık.
- Türkdoğan, O. (1982). *Aydınlıktakiler ve karanlıktakiler: toplumumuzun dramı* (7.Baskı). Üçdal Neşriyat.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2020). [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679#:~:text=T%C3%9C%C4%B0K%20Kurumsal&text=%C4%B0internet%20kullan%C4%B1m%20oran%C4%B1%202020%20y%C4%B1%C4%B1nda,%73%2C3%20oldu%C4%9Fu%20g%C3%B6r%C3%BCld%C3%BC](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679#:~:text=T%C3%9C%C4%B0K%20Kurumsal&text=%C4%B0internet%20kullan%C4%B1m%20oran%C4%B1%202020%20y%C4%B1%C4%B1nda,%73%2C3%20oldu%C4%9Fu%20g%C3%B6r%C3%BCld%C3%BC).
- Ural, A., Kılıç, İ. (2013). *Bilimsel araştırma süreci ve SPSS ile veri analizi* (4. baskı). Detay Yayıncılık.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). *Online communication and adolescent well-being: Testing the stimulation versus the displacement hypothesis*. Journal of Computer-Mediated Communication, 12(4), 1169-1182.
- Van Dijk, J. A. (2006). *Digital divide research, achievements and shortcomings*. Poetics, 34(4-5), 221-235.
- Waldo, A. D. (2014). *Correlates of internet addiction among adolescents*. Psychology, 5(18), 1999.
- Whitlock, J., Lader, W., & Conterio, K. (2007). The internet and self-injury: what psychotherapists should know. *Journal of Clinical Psychology*, 63(11), 1135-1143.
- Widyanto, L., & McMurrin, M. (2004). *The psychometric properties of the internet addiction test*. Cyberpsychology & Behavior, 7(4), 443-450.
- Young, K.S. (1998). *Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder*. Cyberpsychology & Behavior, 1(3), 237-244.
- Yu, L., & Shek, D. T. L. (2013). *Internet addiction in Hong Kong adolescents: a three-year longitudinal study*. Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology, 26(3), 10-17.

EKLER

EK-1. Uygulama İzni



T.C.
ERZURUM VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



T.C.
ERZURUM VALİLİĞİ

Sayı : 36648235-605.01-E.17957783
Konu: Uygulama İzni

11/12/2020

VALİLİK MAKAMINA

İlgi: Atatürk Üniversitesi Rektörlüğünün 01.12.2020 tarihli ve E.2000301163 sayılı yazısı.

İlgi yazı gereği, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Sınıf Eğitimi Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Sena İNİK'in "*İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığının Sosyal Hayatları Üzerindeki Etkisi*" adlı çalışmasını ilimize bağlı ek listede isimleri belirtilen okullarda uygulama izni talebinde bulunmuştur.

İlgi yazı ve ekleri, Bakanlığımızın 21.01.2020 tarihli ve E.1563890 (2020/2) sayılı genelgesi çerçevesinde Komisyonumuzca incelenmiş olup, "*Araştırmaların, Eğitim Öğretim Faaliyetlerini Aksatmayacak Şekilde, gönüllük esasıyla ve varsa veli onay belgesinin onaylatılması*" ve komisyon kararlarında belirtilen veri toplama araçlarının kullanılarak uygulama yapılması, yapılan çalışmalarının sonuçlarının birer örneğinin Müdürlüğümüz, Strateji Geliştirme Şube Müdürlüğü (AR-GE Birimi)'ne gönderilmesi ve çalışmaların bir eğitim öğretim yılını kapsayacak şekilde yapılması Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görüldüğü takdirde; Olurlarınıza arz ederim.

Salih KAYGUSUZ
İl Millî Eğitim Müdürü

OLUR
11/12/2020

Uğur KÖROĞLU
Vali a.
Vali Yardımcısı

Ek: İlgi Yazı (1 adet dosya)



İnönü Cad, Valilik Binası Kat:4 Yakutiye ERZURUM
Elektronik Adres: <http://erzurum.meb.gov.tr>
E-posta: arge25@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için: AR-GE Birimi
Tel: (0 442) 234 4800-179
Faks: (0 442) 235 1032

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 56d1-f758-3aa6-89c0-b63d kodu ile teyit edilebilir.

EK-2. Araştırma Değerlendirme Formu

FORM:2	
T.C. MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü	
ARAŞTIRMA DEĞERLENDİRME FORMU	
ARAŞTIRMA SAHİBİNİN	
Adı Soyadı	Sena İNİK
Kurumu / Üniversitesi	Atatürk Üniversitesi
Araştırma yapılacak iller	Erzurum
Araştırma yapılacak eğitim kurumu ve kademesi.	Polis Amca İlkokulu, Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği İlkokulu, Başöğretmen İlkokulu, Sabahattin Solakoğlu İlkokulu, Nihat Kitapçı İlköğretim Okulu
Araştırmanın konusu	İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığının Sosyal Hayatları Üzerindeki Etkisi
Üniversite / Kurum onayı	Kurum Onayı İle
Araştırma / Proje /ödev / Tez önerisi	Uygulama İzni (Yüksek Lisans)
Veri toplama araçları	İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Hayat Anketi, İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Sosyal Hayat Ölçeği
Görüş İstenilecek Birim / Birimler.	
Milli Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik İzinleri konulu 2020/2 nolu genelge doğrultusunda yapılan incelemede veli izni alınması şartıyla araştırmanın kabulüne karar verildi.	
Komisyon Kararı	Oybirliği ile Kabulüne
Muhafızın Adı ve Soyadı	
KOMİSYON	

ÖZGEÇMİŞ

Sena AY İNİK, Erzurum’da doğdu. İlkokul ve ortaokul öğrenimini Erzurum İli Palandöken İlçesi Mimar Sinan İlköğretim Okulu’nda tamamladı. Lise öğrenimini Erzurum İli Mecidiye Anadolu Lisesi’nde tamamladı. 2012 yılında Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği Anabilim Dalında lisans öğrenimine başladı. 2014 yılında Atatürk Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Halkla İlişkiler ve Tanıtım Lisans Programına başladı. 2016 yılında Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği bölümünden mezun oldu. Mental Aritmetik, Zekâ Oyunları, Orff, Dırma Eğitmenliği ve Öğrenci Koçluğu yaptı. Erzurum İli Palandöken İlçesi Liva Çocuk Kulübü’nde Kurum Müdürü olarak göreve başladı. 2017-2018 eğitim öğretim yılında Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Sınıf Öğretmenliği Bilim Dalında Yüksek Lisans yapmaya hak kazandı.