

**T.C.  
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**ÇOCUKLARDA İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE AGRESİF  
DAVRANIŞLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**İlayda SANBAY**

**Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji**

**Enstitü Bilim Dalı: Klinik Psikoloji**

**Tez Danışmanı: Dr. Zeynep Pınar COHEN**

**İSTANBUL – 2021**

**T.C.**  
**İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**ÇOCUKLARDA İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE AGRESİF  
DAVRANIŞLAR ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**İlayda SANBAY**

**Enstitü Anabilim Dalı: Psikoloji**

**Enstitü Bilim Dalı: Klinik Psikoloji**

“Bu tez 11/02/2021 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

<b>JÜRİ ÜYESİ</b>	<b>KANAATI</b>	<b>İMZA</b>

## **BEYAN**

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

İlayda SANBAY

11/02/2021

## ÖNSÖZ

Bu tezin yazılması aşamasında, çalışmamı sahiplenerek titizlikle takip eden danışmanım Dr. Z. Pınar Cohen' e değerli katkı ve emekleri için içten teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Dr. Z. Pınar Cohen bütün süreç boyunca her anlamda yanımda olmuş, desteğini ve katkılarını esirgememiştir. Savunma sınavı sırasında jüri üyeleri çalışmamın son haline gelmesine değerli katkılar yapmışlardır. Bu vesileyle tüm hocalarıma ve tezimin son okumasında yardımlarını esirgemeyen yakınlarıma teşekkürlerimi borç bilirim. Son olarak bu günlere ulaşmamda emeklerini hiçbir zaman ödeyemeyeceğim aileme şükranlarımı sunarım.

İlayda SANBAY

11/02/2020

# İÇİNDEKİLER

<b>BEYAN</b> .....	i
<b>ÖNSÖZ</b> .....	ii
<b>KISALTMALAR</b> .....	vi
<b>TABLO LİSTESİ</b> .....	vii
<b>ŞEKİL LİSTESİ</b> .....	viii
<b>ÖZET</b> .....	ix
<b>SUMMARY</b> .....	x
<b>GİRİŞ</b> .....	1
<b>BÖLÜM 1: LİTERATÜR</b> .....	3
1.1. Bağımlılık Kavramı .....	3
1.1.1. Bağımlılığın Tanımı.....	3
1.1.2. Bağımlılık Türleri .....	4
1.1.3. İnternet Bağımlılığının Tanımı .....	6
1.1.4. İnternet Bağımlılığının Nedenleri .....	8
1.1.5. İnternet Bağımlılığını Açıklayan Yaklaşımlar.....	15
1.1.5.1. Young Kuramı.....	15
1.1.5.2. Grohol Sosyalleşme Kuramı .....	16
1.1.5.3. Suler İnternet Bağımlılığı Kuramı .....	18
1.1.6. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Önceden Yapılmış Çalışmalar.....	19
1.1.7. Çocukta Bağımlılık .....	25
1.2. Agresyon .....	31
1.2.1. Agresyonun Tanımı .....	31
1.2.2. Agresyonun Etiyolojisi .....	33
1.2.2.1. Biyolojik Kuramlar .....	33
1.2.2.2. Psikolojik Kuramlar .....	34
1.2.2.3. Sosyal Kuramlar .....	35
<b>BÖLÜM 2: YÖNTEM</b> .....	36
2.1. Araştırmanın Modeli .....	36
2.2. Örneklem .....	36

2.3. Veri Toplama Araçları.....	36
2.3.1 Demografik Bilgi Formu .....	36
2.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ).....	36
2.3.3. Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği (BPSÖ).....	37
2.4. Verilerin Analizi.....	38
<b>BÖLÜM 3: BULGULAR.....</b>	<b>39</b>
3.1. Ortaokul Öğrencilerinin Demografik Bilgilerine Yönelik Bulgular .....	39
3.2. Hipotez ve Araştırma Sorularına Yönelik Bulgular .....	42
3.3. İnternet Bağımlılığı Alt Ölçekleri ile Saldırganlık Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular .....	43
3.4. Regresyon Analizi ve Hipotezlerin Test Edilmesi .....	44
3.4.1. İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Fiziksel Saldırganlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Bulgular .....	45
3.4.2. İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Öfke Üzerindeki Etkisine Yönelik Bulgular .....	46
3.4.3. İnternet Bağımlılığı Alt Boyutlarının Düşmanlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Bulgular .....	46
3.4.4. İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Sözel Saldırganlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Bulgular.....	47
3.5. Ortaokul Öğrencilerinin Demografik Bilgileri ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular .....	48
3.5.1. Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyeti ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular.....	48
3.5.2. Ortaokul Öğrencilerinin Sınıf Düzeyleri ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular .....	49
3.5.3. Ortaokul Öğrencilerinin Karne Notu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular.....	50
3.5.4. Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Sahibi Olma Durumu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular.....	51
3.5.5. Ortaokul Öğrencilerin Gün İçerisinde Bilgisayar Kullanma Süresi ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular.....	52

3.5.6. Ortaokul Öğrencilerinin Okul Dışında Düzenli Aktivite Yapma Durumu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular.....	53
<b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>55</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>63</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>77</b>
Ek 1. Demografik Bilgi Formu.....	77
Ek 2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği .....	79
Ek 3. Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği.....	82
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>84</b>

## KISALTMALAR

<b>APA</b>	: The American Psychological Association / Amerikan Psikologlar Birliği
<b>BDDE</b>	: Buss-Durkee Düşmanlık Envanteri
<b>BPSO</b>	: Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği
<b>DSM</b>	: Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı
<b>İB</b>	: İnternet bağımlılığı
<b>İBDÖ</b>	: İnternet Bilişsel Durum Ölçeği
<b>PİK</b>	: Patolojik İnternet Kullanımı
<b>TDK</b>	: Türk Dil Kurumu

## TABLO LİSTESİ

Tablo 1: Demografik Bilgilere İlişkin Frekans Analizi Sonuçları .....	39
Tablo 2: Bilgisayar Kullanım Bilgilerine İlişkin Frekans Analizi Sonuçları.....	40
Tablo 3: Araştırma Değişkenlerine Yönelik Tanımlayıcı Analiz Sonuçları .....	42
Tablo 4: İnternet Bağımlılığı Alt Ölçekleri ile Saldırganlık Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları .....	43
Tablo 5: İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Fiziksel Saldırganlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları .....	45
Tablo 6: İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Öfke Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları .....	46
Tablo 7: İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Düşmanlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları .....	46
Tablo 8: İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Sözel Saldırganlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları .....	47
Tablo 9: Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyeti ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları.....	48
Tablo 10: Ortaokul Öğrencilerinin Sınıf Düzeyleri ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları .....	49
Tablo 11: Ortaokul Öğrencilerinin Karne Notu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları .....	50
Tablo 12: Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Sahibi Olma Durumu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları .....	51
Tablo 13: Ortaokul Öğrencilerinin Gün İçerisinde Bilgisayar Kullanma Süresi ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları .....	52
Tablo 14: Ortaokul Öğrencilerinin Okul Dışında Düzenli Aktivite Yapma Durumu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları .....	54

## ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1: Grohol Patolojik İnternet Kullanım Modeli .....	17
Şekil 2: Araştırmanın Modeli.....	36

## ÖZET

**Tezin Başlığı:** Çocuklarda İnternet Bağımlılığı ve Agresif Davranışlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

**Tezin Yazarı:** İlayda SANBAY **Danışman:** Dr. Zeynep Pınar COHEN

**Kabul Tarihi:** 11.02.2021 **Sayfa Sayısı:** x (ön kısım) + 62 (tez) + 7 (ek)

**Anabilimdalı:** Psikoloji **Bilim Dalı:** Klinik Psikoloji

Küresel bir araç olan internet, çok büyük sayılarda ağ, cihaz ve kullanıcıdan oluşmaktadır. İnternet gittikçe daha fazla kullanım görmektedir. İnternet sayesinde insanlık gelişmekte ve ilerlemektedir. Bu durumdan hareketle internete öğrenme, araştırma, iletişim, eğitim, alışveriş gibi sonsuz sayıda amaca yönelik bir mecra denilebilir. İnternet tarafından sağlanan olanaklar sayesinde insan hayatı daha kolay kılınmaktadır. Buna ek olarak daha çeşitli, zengin ve gelişkin bir yaşam mümkün olmaktadır. Ancak internetin popülerleşmesi ve kullanım sıklığının artması istismar semptomları ile beraber gelen klinik vakaların görülmesine sebebiyet vermiştir.

Bu çalışmanın amacı çocuklarda internet bağımlılığı ve agresif davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda 200 ortaokul öğrencisi ile anket uygulaması yapılmıştır. İnternet bağımlılığını ölçmek için 35 maddeden oluşan beşli likert tipi İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ), saldırganlığı ölçmek içinse 29 maddeden oluşan beşli likert tipi Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği (BPSÖ) kullanılmıştır. Bunlara ek olarak araştırmacı tarafından geliştirilen demografik bilgilere ulaşmak için 17 maddelik demografik anket uygulanmıştır. Yapılan uygulama sonucunda kız öğrencilerin internet bağımlılığında yoksunluk çekme düzeyleri erkek öğrencilerden fazlayken, fiziksel saldırganlık düzeylerinin erkek öğrencilerden daha az olduğu sonucuna varılmıştır. Buna ek olarak 6. sınıftaki öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri diğer sınıflardaki öğrencilere göre daha fazladır. Ayrıca okul dışında düzenli olarak aktivite yapan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri ile öfke ve düşmanlık düzeylerinin daha az olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** İnternet Bağımlılığı, Agresif Davranış, Öğrenci, Çocuk

## SUMMARY

<b>Title of the Thesis:</b> Examining the Relationship Between Internet Addiction and Aggressive Behavior in Children	
<b>Author:</b> İlayda SANBAY	<b>Supervisor:</b> Dr. Zeynep Pınar COHEN
<b>Date:</b> 11.0.2021	<b>Nu. of pages:</b> x (pre text) + 62 (main body) + 7 (App.)
<b>Department:</b> Psychology	<b>Subfield:</b> Clinical Psychology
<p>As a global tool, the internet consists of a huge number of networks, devices, and users. The Internet is being used more and more every day. Humanity is developing and advancing through the Internet. From this situation, the Internet can be expressed as a medium that can serve an infinite number of purposes such as learning, research, communication, education, shopping. Human life becomes easier through the possibilities provided by the Internet. In addition, a more diverse, rich, and developing life is possible. However, the popularity of the Internet and the increased frequency of use have led to the appearance of clinical cases that come with abuse symptoms.</p> <p>The aim of this study is to examine the relationship between internet addiction and aggressive behavior in children. Within the context of this purpose, a questionnaire was carried out with 200 secondary school students. To measure Internet addiction, a five-point Likert-type Internet Addiction Scale (IAS) consisting of 35 items, and a five-point Likert-type Buss-Perry Aggression Scale (BPAS) consisting of 29 items were utilized to measure aggression. In addition, a 17-item demographic survey was utilized to attain demographic datas developed by the researcher. As a result of the study, it was concluded that female students' withdrawal levels on internet addiction were higher than male students, while their physical aggression levels were lower than male students. In addition, internet addiction levels of 6th-grade students were observed to be higher than students in other classes. In addition, students who regularly engage in activities outside of school have been found to have lower levels of internet addiction and aggression and hostility.</p>	
<b>Keywords:</b> Internet Addiction, Aggressive Behavior, Student, Child	

# GİRİŞ

## **Çalışmanın Konusu**

Gündelik hayatın internet sayesinde gelişmesi, imkanların ve çeşitliliğin artması beraberinde birtakım olumsuz davranış örüntülerini de getirmektedir. Gelişen ve yayılan internet gittikçe daha küçük yaştaki insanların hayatına girmektedir. Ayrıca herkesin internet kullanım sıklığı artmakta ve daha çok kişi internet kullanmaya başlamaktadır (Şahin, 2001, s. 42). İnternet kullanım istatistiklerine bakıldığında çok önemli bir artış göze çarpmaktadır. 2019 verileri uyarınca 3.8 milyar internet kullanıcısından söz edilmektedir. Yani insanların %42.3'ü internet kullanıcılarıdır (Internet World Stats, 2020). 25 Avrupa ülkesinden 9-16 yaş aralığında 25.142 çocuk ve onların bir ebeveyni ile “Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Araştırma Projesi” gerçekleştirilmiştir. Proje sonuçlarına göre çocukların %93'ü haftada en az bir kez çevrimiçi olmaktadır. %60'ı ise her gün çevrimiçi olmaktadır. Bu durum internetin çocukların hayatının gündelik bir parçası olduğunu belirtir. Çocuklar gittikçe daha küçük yaşlarda internet kullanmaya başlamaktadırlar. En çok yapılan aktiviteler olarak okul işleri, kısa videoların izlenmesi, anlık mesajlaşma gibi farklı amaçlar belirtilmiştir. 9-16 yaş grubunun %59'unun sosyal paylaşım profili olduğu ortaya çıkmıştır. Profillerin %26'sı herkese açık, %43'ü gizli, %28'i kısmen gizlidir. Artan internet kullanımı ile aynı doğrultuda bir şekilde çocuklarda bilişim okur-yazarlığı artmaktadır ve güvenlik becerilerinde gelişim görülmektedir. Çocukların %56'sı sosyal paylaşım profili gizlilik ayarlarını değiştirmeyi bilmektedirler. Ayrıca internet sitelerinin kalitelerini kıyaslama ve istemedikleri mesajları engelleme becerileri vardır (Yurttaş, 2013, s. 33-37). Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Projesi Türkiye için de bulgulara sahiptir ve 9- 16 yaş grubu için internet kullanımı başlama yaşı 10 olarak belirtilirken kullanma sıklığı da günlük 1-1,5 saat şeklinde görülmüştür. İnternetin kullanım amacı %92 okul işleridir. %49 ile oyun, %40 ile haber, %59 ile eğlence ve video izlemesi, %48 ile sosyal paylaşım da yaygın kullanım amaçlarıdır. Türk çocukları Avrupalı akranlarına kıyasla internette iletişim tabanlı faaliyetleri daha az yapmaktadırlar (Akbulut, 2012, s. 55).

## **Çalışmanın Önemi**

Hızla artan internet kullanımı kontrolsüz kullanıma neden olmuş ve bu bağlamda patolojik internet bir kavram olarak tanımlanmıştır. İnternet bağımlılığı da bir terim

olarak Goldberg'in (1996) çalışmasında ilk kez görülmüştür ve Goldberg bu terim ile internetin patolojik kullanımını tanımlamıştır. Young (1996) tarafından yapılan tanıma göre internet bağımlılığı sahibi kullanıcının kontrol becerisini, ilişkisel, mesleki ve sosyal becerisinde, internet kullanımı temelli sorunlar olmaktadır. İnternet bağımlılığı basitçe internette çok uzun süre harcamaktır. Aşırı internet kullanımı çocuklar üzerinde psikososyal gelişim ve davranışsal açılarından negatif etkiler yapar. Bu durum araştırmalarda gösterilmiştir. İnternet bağımlısı olan çocuk ve gençlerin zamanının büyük kısmı internet başında geçer. Bu durum olumsuz sosyal, fiziksel ve psikolojik etkilere, bu alanlarda gelişimlerinin sekteye uğramasına neden olabilir. Kesitsel çalışmalar, internet bağımlılığı yüzünden çocukların yaşam tarzı faktörlerinin olumsuz etkilendiğini ifade etmektedirler. Bu faktörler arasında düzensiz beslenme, fiziksel hareketsizlik, uyku bozuklukları, artan alkol ve tütün kullanımı bulunmaktadır. Bazı çalışmalara göre uzun süreli internet kullanımı sebebiyle hayat tarzı değişimleri oldukça bu durumun internet bağımlılarında büyüme ve gelişme problemlerini doğurduğu belirtilmektedir (Gunnell ve diğerleri, 1998; Choi ve diğerleri, 2009). Holman ve arkadaşları (2005), çoğunlukla internet kullanımı ve bilgisayar oyunları ile vakit harcayan çocukların sosyal gelişim açısından geri kaldıkları ve bu yüzden çocuklarda özgüven sorunları, sosyal anksiyete ve yüksek agresyon görüldüğünü bildirmişlerdir.

### **Çalışmanın Amacı ve Hipotezleri**

Bu araştırmanın amacı çocuklarda internet bağımlılığı ve agresif davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda belirlenen hipotezler aşağıda sıralanmıştır;

H1. İnternet bağımlılığı ile saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2. İnternet bağımlılığı fiziksel saldırganlığı yordamaktadır.

H3. İnternet bağımlılığı öfkeyi yordamaktadır.

H4. İnternet bağımlılığı düşmanlığı yordamaktadır.

H5. İnternet bağımlılığı sözel saldırganlığı yordamaktadır.

## **BÖLÜM 1: LİTERATÜR**

### **1.1. Bağımlılık Kavramı**

#### **1.1.1. Bağımlılığın Tanımı**

Genel olarak bağımlılık tanımı, yaşanan içsel huzursuzluklardan uzaklaşabilmek için, davranışın yaratmış olduğu olumsuz sonuçlara rağmen, haz verdiği için kontrolün kaybedilmesiyle birlikte devamlı olarak gerçekleştirilme halidir (Atalay, 2017). Madde bağımlılığı ise kişilerin fiziksel olarak bir maddeye olan bağımlılıklarını açıklamak amacıyla kullanılan bir kavramdır (Holden, 2001, s. 980). Bağımlılık kavramı DSM-IV'ün (APA, 1995) yeni versiyonlarının pek çoğunda tek başına yer almasa da madde bağımlılığına yönelik tanılara rastlanılmaktadır. DSM-V madde bağımlılığına yer verirken suiistimal (abuse) ve bağlı olma (dependence) terimlerini kaldırarak ilk kez bağımlılık (addiction) terimine yer vermektedir (Rogers, 2014). Yapılan araştırmaların bir çoğunda, kimyasal bir madde bağımlılığıyla benzerlik göstererek sorunlu tutum ve davranışlara sebebiyet veren yeme hastalığı (Lesieur, vd., 1986, s. 33), patolojik kumar oynama (Griffiths,1995), genel teknoloji bağımlılıkları (Griffiths 1995, s.14), video oyunu bağımlılığı (Keepers, 1990, s.49) ve cinsel bağımlılıklar kriterleri, madde bağımlılığı kriterleri ile adapte edilip kabul görmektedir (İnan, 2010). Bireyler davranışsal bağımlılıklarda madde bağımlılığına benzer şekilde bağımlılığın ana bileşenleri olarak bilinen duygu durum değişkenliği, tolerans geliştirme, yoksunluk belirtileri, artmış zihinsel meşguliyet gibi özellikleri göstermektedir. Davranışsal bağımlılıklara örnek olarak kumar oynama, yeme, teknoloji, seks, medya, cep telefonu, televizyon, bilgisayar ve internet bağımlılığı gösterilebilmektedir (Griffiths, 1999, s. 246). Bağımlılık kavramı, negatif yönlü davranışlar ile sonuçlanan, bilişsel bozukluğun yol açmış olduğu hatalı bir irade gücü hastalığı olarak ifade edilmektedir. Bağımlılık sonucunda ortaya çıkan olumsuz tutum ve davranışlar ise bireylerde farklı biçimlerde meydana gelen bağlantılı arzular ya da iştah kabartıcı tutum ve davranışlar olarak nitelendirilir (Campbell, 2003, s. 669). Bağımlılık, bireylerin bağımlı olduğu nesneden ayrı kalmaması, o nesneye erişemediğinde yoksunluk belirtileri sergilemesi ve o nesneyi bulamadığı zamanlarda da aramaya çalışması biçiminde ifade edilmektedir (Şenkoyuncu, 2009).

### 1.1.2. Bağımlılık Türleri

Bağımlılık çeşitlerine bakıldığında temel olarak maddesel bağımlılıklar ve davranışsal bağımlılıklar olarak ayrılmaktadır. Bu bölümde bağımlılık çeşitlerine dair açıklamalara yer verilmiştir. Madde, “bağımlılığa ya da kötüye kullanıma sebep olabilecek, duygu, durum, biliş gibi beyin işlevlerinde farklılaşmaya yol açan, farklı yollarla temin edilebilen her türlü kimyasal” olarak tanımlanmaktadır (Altuner, Engin, Gürer, Akyay, & Akgül, 2009, s. 88). Bu tanıma göre madde, insanlara sarhoşluk veren, yaşam aktivitelerini yerine getirmesine engel teşkil eden, bedensel ve ruhsal sağlığı bozan alkol, eroin, tütün, haşhaş, kokain ve ilaçlar gibi uyuşturuculardan söz edilmektedir. (Budak, 2000, s. 494). Madde bağımlılığı kavramı ise; keyif veren bir maddeden belirgin bir şekilde etki elde etmek amacıyla meydana gelen ruhsal, bedensel ve diğer sosyal içerikli problemlere rağmen madde alım sürecinin devam etmesi ve maddeyi alma isteğinin engellenmemesidir (Berkem & Meral, 2002, s. 34).

Hayatımızdaki her türlü nesne bağımlılığa neden olabilmektedir. İnsanlar herhangi bir nesne ya da maddeye bağımlı olabileceği gibi madde dışındaki varlıklara da bağımlı kalabilmektedirler. Yani her madde ya da varlığın bağımlılık yaratma durumu bulunmakta ancak bazı maddelerin insanlar üzerindeki etkisi, bağımlılık yaratma riski daha yüksektir. Bağımlılık yaratma riski yüksek olan maddelere karşı insanlar daha kolay bağımlı kalabilmekte ve bağımlılık olgusu insanların hayatlarını sürdürebilmesinde engel teşkil etmektedir. Bağımlılık durumu sadece maddeye duyulan istek değildir. İnsanlar aynı zamanda bir insana, bir oyuna, kumar oynamaya, spor yapmaya, elektronik aletlere bağımlı durumda olabilmektedir. İfade edilen bu bağımlılıklar madde dışı bağımlılıklar arasında yer almakta ve davranışsal bağımlılıklar olarak ifade edilmektedir. Bu bağımlılık türleri maddesel bağımlılıklar gibi insanların hayatında olumsuz sonuçlara neden olabilmektedir (Ögel, 2012, s. 59). Davranış bağımlılığı, “kişiye veya başkalarına zarar veren bir eylemi gerçekleştirmek için bir dürtü ve güdüye karşı direnememe” olarak tanımlanmaktadır (Grant, Potenza, Weinstein, & Gorelick, 2010, s. 239).

Grüsser ve Thalemann (2006), sosyal medya bağımlılığını da bir çeşit davranışsal bağımlılık olarak tanımlanabileceğini ifade etmektedir. Sosyal medya bağımlılığı davranışsal bir bağımlılık olarak değerlendirilmekte olup (Griffiths, 2002, s. 284) bu yönüyle sosyal medya bağımlıları madde bağımlılarında olduğu gibi benzer belirtileri

gösterebilmektedirler (Echeburua & Corral, 2010, s. 92). Diğer bağımlılıklarda olduğu gibi, kişi sıklıkla rahatsızlık yaratan olumsuz duygulara karşı rahatlama ve bu duygulardan kaçış motivasyonu ile davranışa bağımlı hale gelirken, kaçma ve kontrol etme yerini yakalama ve kontrol edilmeye bırakmaktadır (Balakrishnan ve Shamim, 2013; Koc & Gülyagcı, 2013; Xu & Tan, 2012).

Aşağıda sık görülen bağımlılık türlerine değinilmiştir.

**Alkol Bağımlılığı:** Bireyi sosyal ve kişisel anlamda zarara uğratmasına karşın alkol kullanımına son verilemeyip kullanımın devam ettiği, bırakıldığı zamanda ise yoksunluk belirtilerinin görüldüğü, tekrar alkol kullanmak için çok kuvvetli ve bastırılması güç bir arzu duyulması olarak tanımlanmaktadır. Alkol bağımlılığı kişinin fiziksel ve ruhsal sağlığının yanı sıra toplum, aile ve iş uyumuna da negatif yönde etki eden bir bozukluk olarak nitelendirilmektedir (Çöl ve diğerleri, 2016, s. 17).

**Nikotin Bağımlılığı:** Sigara kullanımı, merkezi sinir sistemi üzerinde uyarıcı etkiye sahip olan bireye zarar veren bir bağımlılıktır. Bahsi geçen bütün zararlarına karşın, sigara kullanımına devam edilmesini durumu ise sigara bağımlılığı olarak adlandırılmaktadır (Çetin ve diğerleri, 2013, s. 152).

**Madde Bağımlılığı (eroin, esrar, kokain, extacy, uçucu madde):** Bireylerde vücudu ve merkezi sinir sisteminin uyuşmasına yol açan maddelerin bütün zararlarına rağmen kullanımına devam edilmesi durumudur. (Yeşilay, 2017).

**Kumar Bağımlılığı:** Kişinin bireysel, mesleki ya da ailevi hedeflerini bozarak, son derece yıkıcı neticeler doğurmasına rağmen dürtüsel olarak devam etme arzusu uyandıran, durdurulması güç olan, devamlı ve tekrarlayan kumar oynama isteği olarak tanımlanmaktadır. Kumar bağımlılığı toplumsal, ailevi ve mesleki hayatta ciddi kayıpların meydana gelmesine yol açmaktadır (Pınarcı, 2014).

**Yeme İçme Bağımlılığı:** Kişinin özellikle yüksek kalorili olan, yüksek bağımlılık potansiyeline sahip olan ve hoşça giden gıdaları aşırı ölçüde tüketmesi sonucunda ortaya çıkan bağımlılık, gıda bağımlılığı (food addiction) olarak adlandırılmaktadır. Gıda bağımlılığının temelinde davranışlar yatmaktadır (Kandeğer & Bozkurt, 2016, s. 135).

**Egzersiz bağımlılığı:** Sporun fizyolojik açıdan sağladığı yararların yanı sıra bireylerin ruh sağlığı üzerinde anksiyeteyi ve depresyonu azaltma, uyku düzeninin sağlama, özgüveni

artırma ve rahatlatma gibi etkileri de bulunmaktadır. Bütün bunların yanında spor yapmaya aşırı istek duymak ve kontrol altına alınamayacak seviyede egzersiz yapmak da bireylerde egzersiz bağımlılığının ortaya çıkmasına yol açmaktadır (Vardar vd , 2012, s. 51).

İnternet Bağımlılığı: Kişinin internet kullanımını bırakmak istemesine rağmen, internet kullanımına devam etmesi, internetin bireyin fikirlerini ve davranışlarını biçimlendirmesi, internette kalma süresinin kısıtlanması durumunda ise huzursuz olması ve yaşadığı huzursuzluklardan kaçınmak amacıyla interneti tekrar kullanması durumu olarak nitelendirilmektedir (Young, 1999).

### **1.1.3. İnternet Bağımlılığının Tanımı**

Son 15 yılda gittikçe artan internet bağımlılığı dünyanın %40'ının internet kullanıcısı olmasını beraberinde getirmiştir (Kuss ve diğerleri, 2014). Adaptif internet kullanımından patolojik kullanıma varan yol belirli değildir ve kabul görmüş teşhis kriterleri yoktur (Carli ve diğerleri, 2013). Davranış problemlerinin klinik özellikleri internetle ilgili çeşitli konularda tanımlanmıştır. İnternet bağımlılığı bozukluğunu içeren terimler, patolojik internet kullanımı (Pathological Internet Use-PIU), sorunlu internet kullanımı, aşırı internet kullanımı, internet bağımlılığı, dürtüsel bilgisayar kullanımı ve sanal bağımlılık gibi terimlerdir (Shaw & Black, 2008).

İnternet bağımlılığının uygun sınıflandırması hala tartışmalıdır. Dürtü kontrol bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk veya davranış bağımlılığı olarak sınıflandırılmaktadır. İnternet Oyun Bozukluğunun tanı kriterlerinin DSM V güncellenmiş versiyonunun ek kısmında yer alması bu konuyu daha fazla gündeme getirmektedir (Rogers, , 2014). İnternet Oyun Bozukluğunun tanı kriterleri, bozukluğu "Madde dışı bağımlılıklar" kategorisinde yer almaktadır. İnternet'in kendine has normlara, standartlara ve dile sahip olması, internetin eşsiz bir iletişim kurma aracı haline dönüşmesini sağlamaktadır. Geçmişte bilginin aktarılması zor bir işlem olarak görülürken, günümüzde bilginin aktarımı internet aracılığıyla oldukça kolay bir hale gelmiştir. Aynı zamanda bilgiye ulaşım da geçmişe kıyasla çok daha kolay ve hızlıdır. Söz konusu kolaylık ve hız sayesinde bireyler büyük ölçüde enerji ve zaman kazanmaktadırlar. Bilgiye ulaşımın bu denli kolay ve hızlı olması, insanlar üzerlerinde bir doyum yaratılmasını sağlamıştır.

İnsanlar yaşadıkları doyum sonucunda internet kullanım süreleri büyük oranda artmıştır (Akınoğlu, 2002).

İnternetin bireylerini yaşamını kolaylaştırıcı bir araç olması, interneti vazgeçilmesi güç bir teknoloji haline dönüştürmüştür. Günüş (2009), madde bağımlılığı ile internet bağımlılığı arasındaki farkı; kişinin madde bağımlılığından kurtulabilmesinin yalnızca bağımlı olduğu maddeyi terk etmesiyle mümkün olurken, internet bağımlılığından kurtulmak için ise kişinin interneti terk etmesi değil, onu ölçülü ve sağlıklı bir şekilde kullanması gerektiğini belirtmiştir. Böylece kişiler internetin sunduğu olanaklardan da yararlanma imkanına kavuşabilmektedirler. Bunun yanı sıra internet kullanımının olumsuz etkileri arasında aşırı düzeyde internet kullanımı, internet bağımlılığı ve internetin ahlak dışı kullanımı da yer almaktadır. Son yıllarda internette kalma sürelerinde yaşanan artış sonucunda bireylerin sağlıklarının olumsuz yönde etkilendiği, aşırı internet kullanımının akademik ve mesleki yaşamı da olumsuz etkilediği bildirilmektedir (Günüş, 2009).

İnternet kullanımı bir taraftan kullanıcıların yaşamlarının kolaylaşmasını sağlarken, diğer taraftan da bağımlılığın ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır. Bireylerin bir kısmı internet kullanımlarını gereksinimleri doğrultusunda kısıtlayabiliyorken, bir kısmı için bu kısıtlamayı yapmak oldukça zor olmaktadır. Bu bağlamda kullanımlarını sınırlandıramayan bireylerin iş ve aile hayatlarının olumsuz yönde etkilendiği belirtilmektedir (Işık, 2007). Yaşamımızın büyük bir bölümüne hitap ederek bizlere bir dizi kolaylık sunan internet, günümüzün en önemli teknolojisi olarak nitelendirilmektedir. Bununla birlikte sıra internetin sınırsız ve kontrolsüz kullanımı da özellikle çocuklar ve gençler üzerinde fiziksel ve psikososyal açıdan pek çok negatif etkiye yol açmaktadır (Eftekin, 2015).

İnternette geçirilen sürenin uzun olmasıyla birlikte bireylerin yeme alışkanlıklarında bir değişiklik görüldüğü ile ilgili net bir araştırma bulunmamaktadır. Ancak televizyon karşısında geçirilen zamanın uzun olması sonucunda bireylerin yeme alışkanlıklarında bir değişim yaşandığını ortaya koyan araştırmalar bulunmaktadır. Bu bilgilerden yola çıkarak bilgisayar başında uzun süre kalınması sonucunda bireylerin yeme alışkanlıklarının da etkileneceğini söylemek mümkündür. Bununla birlikte bilgisayar başında uzun süre kalındığı zaman, bireylere spor yapmak ve fiziksel oyunlar oynamak için çok az zaman

kalmaktadır. Buna ek olarak gelişim çağındaki çocuklar için kemik, eklem ve kaslara yönelik duruş bozuklukları ve günümüzde internetin cep telefonlarında da kullanılabilmesi sonucunda çocukların sinirlerinde ya da eklem yerlerinde de hasarların ortaya çıkabileceği gözlemlenmiştir. Ayrıca bireyler ekrana uzun süre baktıklarında göz kuruluğu ya da görme bozukluklarının da ortaya çıkabileceği belirtilmektedir (Çam, 2014).

Sosyal açıdan internet çocuklara geniş bir evren sunmaktadır. Çocuklar internet aracılığıyla sosyalleşebilmekte ve yeni arkadaşlıklar kurabilmektedir. Ancak çocukların zamanlarının büyük bir çoğunluğunu bu sanal arkadaşlarla geçirmeleri onların dış dünyadaki arkadaşlarından uzaklaşmalarına neden olmaktadır. Bu da çocuğu yalnızlığa ve sosyal izolasyona iten bir durumdur. Bununla birlikte sanal ortamlarda edinilen arkadaşlıklarda genellikle gerçek kimliklerin yansıtılmadığı durumlar da görülmektedir. Bu durum da çocuklar için bir sanal tehlike yaratmaktadır. Çocuklar oynadıkları çevrimiçi oyunlarda kendilerine gerçek dışı bir dünya kurmaktadır. Bu gerçek dışı dünyada çocuklar fazla vakit geçirdikçe gerçek dünyaya uyum sağlamak hususunda o kadar fazla güçlük çekebilmektedirler (Arıca, 2015).

#### **1.1.4. İnternet Bağımlılığının Nedenleri**

İnternet bağımlılığının gelişimi hususunda birey üzerinde etkili olan doğrudan ve dolaylı nedenler bulunmaktadır. Doğrudan etkiler internet kullanım yoğunluğuyla ve kullanım amacıyla ilgili olan nedenler olarak ifade edilmektedir. Dolaylı etkiler ise kişinin içinde bulunduğu psikolojik ve sosyolojik unsurlar sebebiyle internet kullanımı olarak ifade edilmektedir. İnternet bağımlısı olan kullanıcıların geniş bir kısmı tarafından internet bir kaçış olarak görülmekte ve ruh hallerini değiştirmek amacıyla kullanılmaktadır. Bir başka anlatımla, internet, bağımlıları için bir tedavi aracı olarak kullanılmaktadır. Bu kişiler yaşamlarında yüzleşmekten kaçındıkları durumlar, sınırlı sosyal hayat, endişe duygu durumu, yalnızlık, maddi sorunlar ve depresyon gibi durumlardan kurtulmak amacıyla yoğun bir şekilde internet kullanılmaktadır. Bu yolla kaçtıkları durumlar inkâr edilmektedir (Ögel, 2012).

İnternet kullanımında bireyi internete iten veya internetle tanışmasına sebep olan nedenler bağımlılığın oluşum ve anlama aşamasında son derece önemli faktörlerdir. Zira kişinin teknolojiye aşina olma veya teknolojiden yararlanma amacıyla internet kullanımı

genellikle daha az bağımlılık yapıcı etki taşımaktadır. Ancak kişinin sosyolojik veya psikolojik problemlerden kaçmak amacıyla internet kullanımını daha fazla bağımlılık yapıcı etki taşımaktadır. Kişinin yaşadığı sorunları unutmak veya hayatında elde edemediği şeylere erişmek gibi sebeplerle interneti kullanması neticesinde bağımlılık düzeyi büyük bir hızla artış gösterebilmektedir (Günüç, 2009).

Bu durumda göz önünde bulundurulması gereken en önemli nokta ise ilişkinin yönüdür. Bireylerin yaşadıkları yalnızlık veya sosyalleşme arzusu mu internet bağımlılığında bir belirtidir yoksa internet bağımlılığı mı yalnızlığın veya sosyalleşme eksikliğinin bir belirtisidir? Bu hususta yürütülen araştırmalar çerçevesinde ilişki yönünün tespit edilmesinin çok güç olduğu belirtilmektedir. Bunun yanı sıra kişilerin yoğun internet kullanımını sonucunda yalnızlaştığı da vurgulanmaktadır. Kişiler gerçeklik algıları bozulduğunda, internette kurulan ilişkiler sosyal hayatın yerine geçmeye başladığında bu kötü döngünün içerisine girmektedirler (Morahan, 2005, s. 32). Burada bireyler arası ilişkiler de son derece önemlidir. Yapılan ilgili araştırmalarda, bireylerin günlük yaşamlarında, internet bağımlılıkları ile ilişkilerinden aldıkları tatmin arasında negatif yönlü bir ilişkinin var olduğu saptanmıştır. Sosyal hayatlarında kurdukları ilişkilerde problem yaşayan kişiler, özel ilişkilerini devam ettirmek ya da tekrar kurabilmek amacıyla sıklıkla internete başvurmakta ve bu ortamdaki sanal iletişimi yüz yüze iletişime tercih etmektedirler (Young, 1996, s. 237). Bahsi geçen kişilerde, sosyal iletişim ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla internet bağımlılığı geliştiği belirtilmektedir. Kişiler gündelik hayatlarında kendilerini doğru bir biçimde ifade edemediklerinde, sanal ortamda anlamlı ilişkiler kurmaya çalışmaktadırlar. Bu kişiler gerçek ilişkiler ile elde edemedikleri tatmini, sanal ortamda elde etmeye çalışılmaktadırlar (Batıgün & Hasta, 2010, s. 213).

Diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi çoğunlukla gençler, akranlarına uyum sağlamak amacıyla ya da merak ettikleri için internet kullanımına alışmaktadırlar. Gençler ergenlik döneminde olduklarından daha farklı davranışlar sergileyebilmektedirler. Gençler bu dönemde içe kapanma, çevrelerinden ve ailelerinden uzaklaşma, iletişimlerini sınırlandırma, çatışma yaşama, kötümserlik ve beğenilmeme korkusu gibi duyguları yaşayabilmektedirler (Can, 2007). Bu durum sonucunda yalnızlık problemler ve yabancılaşma duygusu ile tetiklenen internet bağımlılığı karşımıza çıkmaktadır (Günüç, 2009). Bu bireyler yaşadıkları toplumdan git gide uzaklaşmakta ve yabancılaşma duygusuna kapılmaya başlamaktadırlar. Dolayısıyla internet bağımlılığı ve yabancılaşma

arasında güçlü bir bağ kurulmaktadır (Kim & Kim, 2002, s.1). Bu çerçevede internet bağımlılığı konusunda yalnızlık, bir neden ve sonuç olarak görülmektedir (Ögel, 2012). Bir başka anlatımla bireyin arkadaşlarının olmayışı internet bağımlılığı geliştirme nedeni olabilmektedir. Ancak internet bağımlılığı geliştirme açısından bireyin arkadaşlarının olması da bir tehlike olabilmektedir (Dinç, 2010). Kişinin arkadaşlarının büyük bir kısmıyla sohbet gruplarında ya da online oyun alanlarında görüşmektedir. Kişi çevresinde aldığı olumsuz telkinler sonucunda, internetin yol açacağı zararlarından kaçmak amacıyla ondan uzak durmayı ister, fakat yalnızlık duygusuna kapılma, kabul görmeme ve dışlanma kaygısıyla internet kullanımına engel olamamaktadır (Günüç, 2009). Birey interneti yaşamakta olduğu problemlerden kaçmak, ihtiyaçlarının birçoğunu karşılayan, eğlence unsurlarının yer aldığı ve kendini önemli hissettiği bir alan olarak görmektedir. Böylece birey fiziksel çevresinden elde edemediği doyumunu bu sanal dünyadan elde ettikçe internet onun için vazgeçilmez bir araç haline gelmektedir. Dolayısıyla internet kullanımında yalnızlık ve yabancılaşma iki uçlu olarak ifade edilen durumlardır. Kişinin internet, aşırı kullanması onu toplumda yalnızlaştırabilmekte ve yine toplum içerisinde yaşadığı bu yalnızlık sonucunda da aşırı internet kullanımına yönelebilmektedir (Ögel, 2012).

İnternetin etkileri kişiden kişiye değişiklik göstermektedir. Bu bağlamda internet bağımlılığına eğilim üzerinde kişilik farklılıklarının önemli bir etkisinin bulunduğu söylenebilmektedir. Kişilik ile internet kullanımı arasındaki ilişkiyi değerlendirirken kişilik ve sosyal etkileşimin içeriğinin göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Sosyal Ağ Kuramı çerçevesinde baskın dışadönük özelliklere sahip olan kişilerin, içedönük özelliklere sahip olan kişilere kıyasla çok daha fazla etkileşime gereksinim duymaları sebebiyle interneti etkileşim amacıyla daha fazla kullandıkları belirtilmektedir (Köse, Çınar, & Akduran, 2012, s. 227).

Beş faktör kuramı çerçevesinde kişilik beş unsur ile ifade edilmektedir. Bunlar; sorumluluk, uyumluluk, açıklık, dışadönüklük ve duygusal denge olarak sıralanmaktadır. Bu kapsamda kişilerarası alanda içedönük özellikteki kişiler, duygusal dengesi hızla farklılaşan kişiler ve uyumluluk ile ilgili problem yaşayan kişilerin başarı düzeylerinin daha az olduğu görülmüştür. Bu kişiler genellikle günlük hayatlarında yalnızlıklarını sosyal kaynaklara yönelerek gidermek yerine, sanal ilişkilere yönelmeyi tercih edebilmektedirler (Ögel, 2012).

İnternet bağımlılığı hususunda bireylerin sosyal destek ve ait olma gereksinimi son derece önemli bir sebep olarak görülmektedir. Sosyal destek, kişilerin fiziksel çevrelerinde güven duyabilecekleri, onlara değer veren ve onlarla ilgilenen insanların varlığı anlamındadır. Sosyal destek olanaklarından faydalanmak ise fiziksel ve ruhsal sağlık bakımından büyük ölçüde önemlidir. Bireyler sosyal destek gereksinimini yeteri kadar karşılayamadıkları durumlarda ya da olaylarla fiziksel ve ruhsal açıdan büyük sorunlarla karşı karşıya kalabilmektedirler (Batıgün & Kılıç, 2011, s. 1). Bilgisayar vasıtasıyla kurulan, bir sistem çerçevesinde çalışan ve uzun soluklu gerçekleşen iletişimin temelinde ait olma ve sosyal destek ihtiyacını gidermek yer almaktadır. İnternet kullanımındaki yaşanan artışa paralel olarak kullanım amaçları da çeşitlenmiştir. Kişiler duygusal destek gereksinimini karşılamak, yeni kişiler ile tanışmak ve yeni ilişkiler kurmak vb. amaçlarla internet kullanımını arttırmaktadırlar. Günlük hayatta sağlanamayan sosyalleşme sanal ortam vasıtasıyla giderilmek istenmektedir. Kişi ailede sosyalleşme sağlayamadığı durumlarda farklı ortamlara yönelmektedir. Bunun yanı sıra, mesajlaşmalar, oyunlar, sohbetler ve forumlar gibi sosyalleşme amaçlı eylemlere yönelmektedir. İnternet bu taraflıyla, yüz yüze sosyalleşme yerine sanal sosyalleşmeyi meydana getiren bir unsur haline gelmektedir. Dolayısıyla internet bağımlılığında sosyalleşme önemli bir problem olarak görülmektedir. Bu kapsamda sosyalleşmeye yönelik olarak yaşanabilecek problemler şöyle sıralanmaktadır (Derin, 2013).

- Yalnızca çevrimiçi sosyalleşme imkanı sunması sebebiyle kişinin sosyalleşmesini tam anlamıyla sağlayan diğer aşamaları gerçekleştirilemez,

- Toplumsal kimlik kazanımı zorlaşır, bulunulan toplum yerine sanal toplumun normatif beklentileri üstlenilir, örf, adet ve gelenekler öğrenilemez, toplumsal denetim sağlanamaz,

- İnternet haricinde dernek, kulüp, meslek grupları ve vakıf gibi sosyalleşme kaynaklarının birçoğu tanınmaz,

- Bireylerde kendine özgü davranış kalıpları yerine, internete bağlı olarak gelişen, sürekliliği bulunmayan ve bilgisayar başından kalkıldığı anda yok olan davranış kalıpları vardır.

Bireylerin internet başında geçirdikleri süre, sosyal yaşama bağlayan bir hayatı bulunmuyorsa ya da sosyal hayattan sağlanan doyum yoksa çok fazla daha artmaktadır.

Sosyal hayatın temelleri ilk olarak bireyin içinde büyüdüğü ailede atılır. Bireyler, ailelerinde duygusal ihtiyaçları tatmin edici bir biçimde karşılandığında güven ve ait olma duyguları geliştirmektedirler. Kişilerde güven ve ait olma duyguları gelişmediği durumlarda, devamlı bir şekilde bu ihtiyaçlarını giderebilecekleri felsefe, din ya da ideoloji taşıyan güvenilecekleri ortamların arayışına girmektedirler. Bu çerçevede psiko-sosyal ihtiyaçların karşılanmadığı, sağlıksız aile ortamları kişilerin suça itilmesine yol açan faktörlerin başında gelmektedir (Dönmezer, 2003).

Günümüzde aile bireylerinin birbirinde kopuk bir şekilde hayatlarını sürdürmeleri, beraber vakit geçirmeyen, paylaşımda bulunmayan ailelerin artış göstermesi sonucunda aileler kolaylıkla dağılmaya başlamıştır. Aile içinde ilişkiler sağlıklı ailelerde çok daha dayanıklı bir şekilde kurulabilmektedir. Bu ilişkiler aynı zamanda kişileri yanlışlara karşı daha koruyucu bir mekanizma haline gelmektedir. Bu sosyal yapı aile içerisinde oluşturulamaz, bu mekanizma düzgün çalışmaz ise aile bireyleri arasında kopuşlar, anlaşmazlıklar yaşanabilmektedir. Aile içerisinde meydana gelen her değişiklik, bireyin sosyal yaşamda üstlendiği rollerin de değişmesine yol açmaktadır. Kişiler genellikle sosyal ihtiyaçlarını tatmin edici bir şekilde gidermek için arayışlara yönelmektedirler. Bu durumun sonucunda sosyal amaçlı internet kullanımı karşımıza çıkmaktadır. Yoğunluklu bir şekilde sosyal amaçlı internet kullanımı, kişilerin sosyal yaşamlarındaki yanlışların da yoğun internet kullanımına yol açabileceği düşüncesini ortaya çıkarmaktadır (Bayraktutan, 2005).

İnternet kullanımını arttıran durumların arasında kişilerin sosyal gerçeklikte kendilerini memnun edecek daha iyi nedenler oluşturamaması yer almaktadır. Bireylerde bir bilgisayar oyununda başarılı olma, bir makineyi ya da sanal bir oluşumu kontrol etme gibi durumlar da üstünlük duygusunu tatmin etmektedir. Bu durumun sonucunda bireyler kendilerini mutlu hissetmektedirler. Söz konusu eylem sürekli hale gelerek tekrarlar arttığında da kişi başka bir şeyle mutlu olamaya başlar ve yalnızca vaktini bilgisayar başında geçirdiğinde kendisini iyi hisseder. Bu durumda bireyler farklı biçimlerde karşılamayı bilmedikleri duygusal gereksinimlerini tatmin etmek için de interneti kullanıyor olabilirler. Bireyde internet ortamında sağladıkları tatmin duygusunu kaybetmemek amacıyla internette geçirdikleri süreler katlanarak artmaktadır. Bu durumda bireyler bütün yaşamlarını negatif yönde etkileyen bir tabloyla karşı karşıya kalmaktadırlar (Bayraktutan, 2005).

İnternet bağımlılığının nedenleri psikolojik bir bakış açısıyla açıklandığı zaman, bağımlılık oluşumunda klasik ve edimsel koşullanmanın etkisi de dikkate alınmıştır. İnternet bağımlılığında klasik koşullanmanın davranışları başlatma, değiştirme ve muhafaza etme hususlarında etkili bir unsur olduğu belirtilmektedir. Örnek verilecek olursa, bireyin internet bilgisine sahip olmasıyla birlikte, bilgisayarı görme ve bilgisayarı açma psikolojik tahrik unsuru şekline dönüşebilmektedir. Böyle bir durumda birey dış etkenleri uygun hale getirmek amacıyla kendini koşullandırabilir. Böylece dış etkenler tarafından tetiklenen zevk alma, heyecan duyma, umut ederek bekleme sonucunda sürprizle ile karşılaşma gibi bireyin yaşamakta olduğu içsel durumlar onu internet kullanarak yakalamış olduğu düşünsel ve duygusal tatmine bağımlı bir hale dönüştürmektedir. İnternet bağımlılığında edimsel koşullanma ise davranışları başlatma, değiştirme ve muhafaza etme hususunda bir başka etkili unsur olarak değerlendirilmektedir. İnternet bireylere sunmuş olduğu olanaklar, bilgiye kolayca ulaşma, hızlı iletişim kurma gibi etkenler sonucunda, tekrar eden yoğun kullanımı ile pekiştirilmektedir. Bu pekiştirmeyi bireylerin devamlı bir şekilde yapmakta olduğu haberleri takip etme ya da e-postaları kontrol etme işlemleri bile sağlayabilmektedir (Derin, 2013).

İnternet bağımlılığına eğilimin artmasında etkili olan bazı psikolojik rahatsızlıklar da bulunmaktadır. Odabaşoğlu ve arkadaşları (2007) tarafından bağımlılık hususunda, özellikle ailede bağımlılığa yatkın, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, depresyon eğilimi, sosyal fobiye sahip olan kişiler varsa riskli internet kullanımına sahip çocuklara ve ergenlere daha özenli bir şekilde davranılması gerektiği vurgulanmaktadır. Bunun yanı sıra internet bağımlılığına eşlik eden diğer sorunlarla birlikte çoklu bir yapının da oluşabileceği ifade edilmektedir (Derin, 2013). Bu bağlamda bireyin sosyal destekten yoksun olması depresif durum ile bağdaştırılmaktadır. Bu durumun da kişilerde bağımlılığa yakalanma riskini arttırdığı ifade edilmektedir. Günümüzde bireylerin sosyal destek gereksinimini sanal ortamlarda gidermeye çalışmasıyla oluşan yeni yaşam tarzı sonucunda gerçek ilişkiler büyük ölçüde zarara uğramaktadır. Bir diğer ifadeyle depresif kişiler tarafından sosyal destek ihtiyaçları sanal ortamlarda karşılanmaktadır. Bu durumda gerçek ilişkilerinin gittikçe daha fazla zarar görmesiyle internet bağımlılığı riskleri daha fazla artmaktadır (Aksoy, 2015, s. 365). Bunun yanı sıra internet bağımlılığı geliştirme hususunda depresyonun da önemli bir etkisinin var olduğu belirtilmektedir (Young &

Rodgers, 1998, s. 25). İnternet bağımlılığı bulunan bireylerde depresyon saptanmıştır. Bu çerçevede depresif ve endişeli ruh hali ile internet bağımlılığı arasında birbirine etki eden bir ilişkinin var olduğu düşünülmektedir. Özellikle depresyon ile internet bağımlılığı arasında iki uçlu bir etkileşimin var olduğu düşünülmektedir. Bu durumda depresyon bir belirti olarak gösterilmesinin yanı sıra bir sebep olarak da gösterilebilmektedir (Günüç, 2009).

Bir başka sebebe bağlı olarak depresyon belirtilerine sahip kişi bu depresif durumundan ötürü internete yönelebilmektedir. Bunun yanı sıra birey internet bağımlılığının gelişmesinin ardından bağımlılığı nedeniyle de depresyon yaşayabilmektedir. İnternet bağımlılığı olan ergenler tarafından internet kullanımı, depresif hallerini hafifleten bir araç olarak tanımlanmaktadır. Bunun yanı sıra internet bağımlısı olan kişilerde internet kullanımı gerçekleşmediği durumlarda da depresif ruh hali görülebilmektedir. Madde bağımlısı olan kişilerin ise çoğunlukla huzursuz bir ruh halinde oldukları belirtilmektedir (Bayar, 2005, s. 201). Ayrıca çekingen ve kaygılı kişiliklerin de internet bağımlılığı geliştirmeye yatkın olduğu düşünülmektedir (Günüç, 2009). İnternet bağımlılığı nedenleri arasında cinsel tatminin de yer aldığı belirtilmektedir. İnternet bağımlısı olan kişilerin sanal dünyada daha çok cinsel içeriklere ve pornografiye meraklı oldukları bilinmektedir (Ögel, 2012). Bu kişiler söz konusu sanal tatminin neticesinde de gerçek hayatta partnere karşı istek azlığı yaşamaktadırlar. Ayrıca bu kişiler yenilik ve heyecanı da sanal cinsel uyarımda arayabilmektedirler (Young, 2004, s. 402).

Verilen bilgilerden anlaşılacağı üzere internet bağımlılığını oluşturan birçok farklı neden bulunmaktadır. Bununla birlikte söz konusu sebeplerin iki uçlu olarak değerlendirilmesi gerektiği görülmektedir. Çünkü bazen sebep olarak ele alınan durum sonuç, sonuç olarak ele alınan durum da neden olarak görülebilmektedir. Bahsi geçen bütün bu nedenlerin ortaya koyularak anlaşılır hale getirilmesi için de bireylerin ihtiyaçları dikkate alınarak, bütüncül bir değerlendirmenin yapılması son derece önemlidir (Derin, 2013). Bu noktada kişilik yapılarından etkilenen bağımlılık profilleri karşımıza çıkmaktadır. Kişilikler ve internetin kullanım amacının, kişilik ve sosyal ilişkilerin kapsamı dikkate alınarak değerlendirilmelidir (Batıgün & Kılıç, 2011).

### **1.1.5. İnternet Bağımlılığını Açıklayan Yaklaşımlar**

#### **1.1.5.1. Young Kuramı**

Young (1997) tarafından internet bağımlılığına yönelik oldukça kapsamlı araştırmalar yapılmıştır. Bu araştırmalar kapsamında bağımlılığa yol açabilecek unsurlar konusunda bazı varsayımlar oluşturulmuştur. Young'a göre internet bağımlılığında bireylerin içinde buldukları iletişim; sosyal destek ve yaşam koşulları, cinsel ergi ve yeni bir kimlik yaratma imkânı olarak sıralanan üç alanda kendini göstermektedir (Esen, 2010).

**Sosyal Destek ve Yaşam Koşulları:** Birey sosyal destek etkileşimine internette sohbet gruplarıyla, haber gruplarıyla, forumlar ya da çevrimiçi olarak çoklu oynanabilen oyunlar ile sağlayabilir. İnternette herhangi bir çevrimiçi bir gruba dahil olduğu zaman kişiler bu grup aracılığıyla fikirlerini, eleştirilerini ya da önerilerini açık bir şekilde ifade etme olanağına sahip olabilirler. Kişiler internetin anonim bir yapıya sahip olması sayesinde özgür bir ortam sağlayabilmekte ve toplum içerisinde uygun görülmeyen konuları bile sanal ortamda rahat bir şekilde dile getirilebilmektedirler. İnternet bağımlılarının çoğunlukla yakın çevrelerine bile ifade etmekten çekindikleri fikir, görüş ve inançlarını özgür bir şekilde, eleştiri korkusuna kapılmadan olduğu gibi ifade edebildikleri destek gruplarına internet ortamında ulaşabildiklerini dile getirmektedirler. Bunun yanı sıra bağımlılık hususunda bireylerin içinde buldukları hayat koşulları da etkili olabilmektedir. Genel olarak internet bağımlılığı geliştirmeye daha yatkın olan kişiler, sakin bir yaşam tarzına sahip olan kişiler, bakıcılar, emekliler ya da diğer kişilerle gereken düzeyde sosyal etkileşim sağlayamayan kişiler olmaktadır. Çünkü söz konusu kişiler sürekli internet ile evde kalıp aynı ortamı yaşayan durumlarından uzaklaşarak yaşam alanlarının dışındaki sosyal yaşamla bağ kurma olanağına sahip olmaktadır. Ayrıca benlik saygısı düşük olan, depresif duyguları olan ve reddedilme korkusuyla hareket eden kişilerin de internet sayesinde elde edilen sanal sosyallik ile kendilerini daha rahat ifade edebildiklerini belirtilmektedir (Young, 1997).

**Cinsel Ergi:** Young, internetin bireylerin cinsel dürtülerini sınırsız bir şekilde araştırabilmelerine olanak sağladığını belirtmiştir. İnternette bireyler kimliklerini gizleyerek, gerçek hayatta elde etmeleri imkansız olan cinsel fantezilerini gizlilik altında rahatça yaşayabilmektedirler. Bireyler sohbet odalarında sanal seksin her çeşidine erişme olanağına sahip olurlar. Bu kişiler gerçek hayatta kişiler çekici olmadıklarını düşünseler

bile, internet ortamda büründükleri farklı kimlikler aracılığıyla reddedilme kaygısına kapılmadan rahat bir şekilde cinsel fantezilerini gerçekleştirebilmektedirler. Zimbardo'nun tanımlamış olduğu bireylikten uzaklaşma, internet ortamında cinselliğin sansürsüzce araştırılması hususunda son derece önemli bir faktör olarak değerlendirilmektedir (Young, 1997).

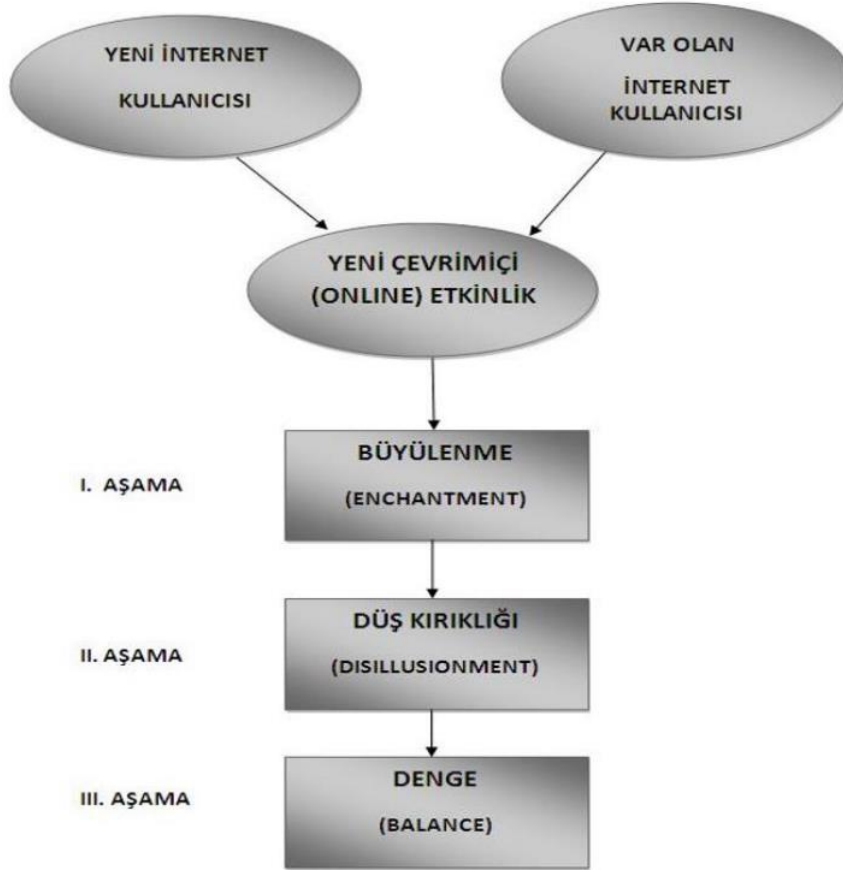
Yeni Bir Karakter Yaratma: Kişiler internet aracılığıyla olduklarından farklı bir kişiliğe kolayca bürünebilmektedir. Kişi internet sayesinde hayal ettiği ideal benliğe ulaşma imkânı elde etmektedir. Bu tarz yeni bir kimlik oluşturma olanağı da internet bağımlılığı hususunda önem arz eden bir etken olarak görülmektedir (Esen, 2010).

### **1.1.5.2. Grohol Sosyalleşme Kuramı**

Grohol'a (1999) göre kişilerin yoğun bir şekilde internet kullanmalarındaki temel unsur sosyalleşmedir. Grohol, Young'dan farklı olarak internet bağımlılığını ve patolojik kumar oynamayı iki farklı bağımlılık çeşidi olarak ele almıştır. Grohol, internet bağımlılığının sosyal arayış temelli bir davranış olduğunu öne sürmektedir (akt. Esen, 2010). Genellikle internet bağımlısı olan eski ve yeni kullanıcılarda özellikle online aktiviteli bağımlılıklar hususunda bu üç aşama yaşanmaktadır. Kullanıcıların bazılarının ise aşamalarda takılmaları sebebiyle denge aşamasına geçememelerinden ötürü bağımlılık durumunu yaşadıkları belirtilmektedir.

Grohol (1999) tarafından internet bağımlılığında kişilerin yaşadığı aşamalı geçiş şu şekilde ifade edilmektedir; a) Büyülenme: İlk aşamada yeni tanışılan ve kişilerde büyük bir heyecan yaratan bir ortam olan internet, kişileri devamlı bir şekilde bağlı tutar. Kişilerin internet ortamında gördüğü bir yenilikle ya da eklenen yeni bir uygulama ile büyülenmişçesine sürekli kullanmaya başlamıştır. Bu yeni karşılaşılan etkinliğe yönelik büyüsel durum ya da takıntı durumu ikinci aşamaya geçilene kadar internetin aşırı düzeyde kullanılmasına yol açmaktadır. Söz konusu aşamalar arasındaki geçiş süreci ise kullanıcılar arasında değişiklik göstermektedir. b) Hayal kırıklığı: Kişilerin internette karşılaştıkları etkinliklere karşı büyülenme sürecinden çıkmalarıyla bu aşama başlamaktadır. Bu aşamada kişiler için etkinlikler artık bilindik olmakta ve yoğun internet kullanımını azalmaya başlamaktadır. Kişiler bu aşamada yoğun kullanıma bağlı olarak hayal kırıklıkları yaşamaya ve etkinliklerden sıkılmaya başlarlar. Bu durumu sonucunda internette kaçınma davranışları ortaya çıkar. Bahsi geçen kaçınma durumu kişi diğer

aşamaya geçene kadar devam edebilmektedir. c) Denge: Bu aşamada kişiler takıntılı oldukları davranışlardan vazgeçmektedirler. Böylece artık sanal dünya ve gerçek yaşam dengesi kurulmaktadır. Bu denge durumunu yaşayan kişiler artık normal bir düzeyde teknoloji kullanmaya başlamıştır.



**Şekil 1: Grohol Patolojik İnternet Kullanım Modeli**

Modele göre internet kullanımını normal düzeyde devam ettiren bireyler, yeni bir etkinlikle karşılaştıkları zaman ilk aşamayı yeniden yaşayarak üçlü döngü sürecini tekrar deneyimlemeye başlayabilmektedirler. İnternet kullanıcılarının bazıları yeni teknoloji veya uygulamalarla karşılaştıklarında büyülenme aşamasında kalabilirler. Bu kullanıcılar ikinci ve üçüncü aşamalara geçiş yapabilmek için yardıma ihtiyaç duymaktadırlar. Model çerçevesinde internet kullanımında tecrübe sahibi olan kişilerin, yeni kullanıcılara kıyasla bu üç aşamalı döngü arasında daha kolay geçiş yapabildikleri düşünülmektedir (Esen, 2010). Bu modelin temel önermesi, kullanıcıların uzun sürse bile mutlaka üçüncü aşamaya geçecek olmalarını vurgulamasıdır. Model internet kullanıcılarının uzun zaman olsa bile bir denge aşamasına mutlaka geleceklerini ifade eder. İnternette yer alan bütün

etkinlikler belirli bir noktada aşamalara ayrılır ve internet kullanıcıların tamamı kendi içinde döngüyü üçüncü aşamaya taşıyabilmektedirler. Bu durumun neticesinde de internet hayata uygun bir biçimde entegre edilebilmektedir (Grohol, 1999).

### **1.1.5.3. Suler İnternet Bağımlılığı Kuramı**

1999'da Suler tarafından problemlili ve sağlıklı internet kullanımının ayırt edilebileceği belirtilmiştir. Söz konusu ayırımı yapabilmek amacıyla da 8 ölçüt belirlenmiştir. Bu ölçütler şöyle sıralanmaktadır;

- İnternetteki etkinliğin karşıladığı ihtiyaçların sayısı ve türü. Kişi interneti fiziki, kişisel, manevi veya kişilerarası ihtiyaçlarını gidermek amacı ile kullanabilmektedir. İnternet kullanıcısı için giderilmeye çalışılan ihtiyaçların sayısındaki artışa paralel olarak internetin önemi artmaktadır.

- Karşılanmamış ihtiyaçların altında yatan yoksunluğun derecesi. İnternet kullanıcısının ihtiyaç duyduğu şeyler ne kadar inkar edilirse ya da bastırılrsa, ihtiyaçlarını gidermeyi arzulayan kullanıcı, bastırmanın derecesine göre daha farklı yollara başvurur. Genel olarak internet ortamı söz konusu ihtiyaçların gerçek yaşamda olduğundan çok daha kolay bir şekilde karşılanabildiği bir ortam olarak görülmektedir.

- İnternet aktivitesinin türü. İnternet üzerinde yer alan aktivitelerin özellikleri ne kadar fazlaysa, kullanıcılar da o kadar fazla ihtiyacını karşılamak için interneti kullanmayı arzularlar. Farklı türlerdeki internet etkinlikleri, kullanıcıların ihtiyaçlarına etki etmeleri açısından oldukça fazla çeşitliğe sahip olabilmektedir.

- İnternetin kullanıcının gerçek hayattaki işlevselliğine etkisi. İş performansı, akademik performansı, sağlık ve bireyler arası ilişkilerdeki işlevsellik etkilenebilir. İnternet kullanımıyla ilişkili olarak sorun yaratan alanların sayısı ve ortaya çıkan sorunun ölçüsü patolojinin önemini gözler önüne sermektedir.

- Bunaltıya dair öznel duygular. İnternet kullanan kişinin internet etkinliklerine yönelik yaşamakta olduğu öfke, depresyon, düş kırıklığı, yabancılaşma ve suçluluk duyguları patolojik internet kullanımının uyarıcı işaretleri arasında yer almaktadır.

- İhtiyaçlar hakkında bilinç düzeyindeki farkındalık. Kişi bastırmış olduğu ihtiyaçlarını internet vasıtasıyla giderdiğinde, katarsisle alakalı bir etkinlik oluşturmaktadır. Bahsi geçen etkinlik, gerçek giderilmemiş ihtiyaç tatmin edilmediği

sürece tekrarlanmak mecburiyetindedir. İnternet kullanıcısının söz konusu etkinliklerinin temelinde yatan tatmin edilmemiş ihtiyaçlarını bilinçli farkındalık düzeyinde anlaması gerekmektedir. Bununla birlikte kişi bu aktiviteler ile ilgili çatışma ve yoksunluğu da çözmelidir.

- Deneyim ve dahil olma süreci. Kullanıcılar, zaman içerisinde deneyim elde edildikçe internet üzerinden gerçekleştirdikleri etkinliklerin gerçek yaşamdaki ihtiyaçlarını yeteri kadar tatmin edemediğini ve internetin giderek cazibesini yitirdiğini fark ederler. Çoğunlukla deneyim, internet kullanıcılarına aşırı dahil olmayı gerektiren etkinliklerden uzak durmaları hususunda yardımcı olmaktadır.

- Gerçek hayat ve sanal hayat arasındaki denge ve entegrasyon. İnternet kullanımının sağlıklı ve ölçülü bir şekilde gerçekleştirilmesi sonucunda internet aktiviteleri ile gerçek dünya aktiviteleri entegre olur. Patolojik internet kullanımı sonucunda bireyler çoğunlukla gerçek hayattan uzaklaşarak çevrimiçi bir yaşam sürmeye başlamaktadırlar (Suler, 1999).

#### **1.1.6. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Önceden Yapılmış Çalışmalar**

Bu alanda yürütülen bir araştırma çalışmasında, yalnızlık yaşayan kişilerin düşük benlik değerine sahip olabilecekleri ortaya çıkarılmıştır. Bu kişilerin sosyal ilişkilerinde yüz yüze iletişim kullanmak yerine, internet vasıtasıyla sosyal ilişkiler kurmayı tercih ettikleri belirtilmiştir. Bu durumun da patolojik internet kullanımının gelişmesinde son derece etkin role sahip olduğu vurgulanmıştır. Leung (2004, s. 333) tarafından, kişilerin internet kullanım düzeyi arttıkça asosyal oldukları ve internet bağımlılarının özellikle sohbet, çevrim içi oyunlar, e-posta, vb. etkinlikleri çok daha fazla kullandıkları saptanmıştır (Leung, 2004, s. 333). Kişilerin, internet kullanma amaçlarının temelinde sosyalleşmenin veya sosyal destek bulmanın yer aldığı belirtilmektedir. Bu süreç içinde internet kullanımının bağımlılığa dönüşmesiyle birlikte söz konusu kişiler toplumdan uzaklaşmaktadırlar.

Young'a (1998) göre kız erkeklere kıyasla çok daha fazla internet bağımlısı olmaktadır. Bununla birlikte haftada 39 saat internet kullanımı gerçekleştiren kişiler internet bağımlısı olarak nitelendirilmektedir. Yang ve diğerleri (2005, s. 407) tarafından öğrenciler üzerinde yapılan bir araştırma çalışmasında, aşırı internet kullanan öğrencilerde, depresyon belirtilerinin var olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırma sonucunda, internet

bağımlılığı ile depresyon arasında da anlamlı bir ilişkinin var olduğu saptanmıştır (Young, 1998, s. 120).

Balta ve Horzum (2008, s. 187) tarafından yapılan çalışmada internet bağımlılık seviyesinin farklı değişkenlere göre değişiklik sergileyip sergilemediği araştırılmıştır. Yapılan araştırmadan elde edilen bulgular çerçevesinde, haftada 8 saatten fazla internet kullanan öğrencilerin, diğer öğrencilere kıyasla çok daha yüksek bağımlılık düzeylerine sahip olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte internet bağımlılığının, patolojik davranış ve uyumsuz fikirler barındıran psikiyatrik bir durum olduğu ifade edilmiştir. Ayrıca bireylerin psikolojik hayatında, iş, okul, ev ve sosyal yaşamında zorluklara sebebiyet veren aşırı düzeyde kullanım olarak tanımlanmıştır (Balta & Horzum, 2008, s. 89). Kişinin internetten uzak kaldığı durumlarda; mutsuz, saldırgan davranışlar sergilemesi ve bu gerginliği sosyal hayatına, ailesine, işine yansıtması, internetten uzak geçen zamanı değersiz görmesi ve kişinin çevrimiçi olma isteğinden vazgeçememesi gibi durumların bağımlılığa yol açan semptomlar olduğu tespit edilmiştir (Arısoy, 2009, s. 55).

Kuloğlu (2001), internet bağımlılığında sergilenen davranışlar arasında internetin günlük yaşamda ortaya çıkan problemlerden kaçmak amacıyla kullanılan bir araç olarak görülmesi, çevrimiçi olmanın planlanması, internet ortamında aşırı düzeyde vakit geçirilmesi gibi davranışların yer aldığını vurgulamıştır. Ergenler tarafından sosyal hayattaki karşılıklı iletişim yerine, sanal ortamdaki iletişim tercih edilmektedir. Ölçsüz ve kontrolsüz internet kullanımı, ödev ve sorumlulukların ihmal edilmesine ve ertelenmesine yol açabilmektedir. Ergenlerin zihinlerini internette daha fazla kalabilmek amacıyla plan yaparak meşgul etmeleri, onların bir nevi internetin kölesi haline geldiklerini göstermektedir (Ceyhan, 2011, s. 89). İnternet bağımlısı olmaya en yatkın gruplar arasında ergenler de yer almaktadır. Bu durumun sebebi ise gençlerde bulunan en önemli niteliklerden biri olan merak duygusudur. Ergenler internet sayesinde meraklarını giderebilecek nitelikte bilgilere kolaylıkla erişebilmektedirler (Kalkan & Kaygusuz, 2013, s. 56).

İnternet bağımlılığı kavramı tanımlanmaya başlandığı dönemden itibaren literatürde farklı isimlerle yerini almıştır. Bu isimler arasında “patolojik internet kullanımı”, “uygun olmayan internet kullanımı” ve “aşırı internet kullanımı” ifadeleri yer almaktadır. Patolojik internet kullanımı kavramı, Morahan-Martin ve Schumacher (2000, s. 13)

tarafından yapılan tanım çerçevesinde, internetin aşırı düzeyde, kontrolsüz olarak kullanılması ve kişinin günlük yaşamına büyük ölçüde zarar vermesi olarak ifade edilmektedir. Davis (2001, s. 187) sorun yaratan internet kullanımını psikiyatrik bir durum olarak nitelendirilmektedir. Bu kullanım şekli patolojik davranışlar ve uyumsuz düşünceleri içermektedir. Bu kapsamda cinsiyet açısından öğrencilerin problemlili İnternet Kullanım Ölçeğinden elde edilen puanları karşılaştırılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda ise bağımlı internet kullanımına yönelik davranışların, erkek öğrencilere kıyasla kız öğrencilerde daha fazla olduğunu saptanmıştır (Kayrı vd, 2014, s. 1).

Lin ve Tsai (2002) tarafından Tayvan'da farklı bölgelerde yer alan liselerde eğitim gören toplam 751 öğrencinin dahil edildiği bir araştırma çalışması yapılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda öğrencilerin %17'sinin internet bağımlılığı belirtisi gösterdiği saptanmıştır. Araştırma kapsamında internet kullanım süresinin internet bağımlılığının temel belirleyicisi olduğu da tespit edilmiştir.

Nalwa ve Anand (2003), Hindistan'daki öğrencilerin internet bağımlılıklarının boyutunun belirlenmesi amacıyla bir araştırma yapmışlardır. Araştırma kapsamında bağımlı olanlar ve bağımlı olmayanlar olarak farklı gruplar belirlenmiştir. Araştırma sonucunda, internete bağımlı olan ve internete bağımlı olmayan gruplar arasında anlamlı davranışsal ve işlevsel kullanım farklılıklarının var olduğu saptanmıştır. Araştırma bulgularına göre internet bağımlısı olan öğrencilerin online vakit geçirmek amacıyla diğer sorumluluklarını erteledikleri, ihmal ettikleri, uzun saatler internette vakit geçirdikleri için uykusuz kaldıkları ve internet olmadan geçen bir yaşamın sıkıcı olduğunu düşündüklerini ifade etmişlerdir. Bunların yanı sıra araştırmada, bağımlı olan öğrencilerin internet ortamında geçirdikleri zamanın, bağımlı olmayan öğrencilere göre çok daha yüksek olduğu ortaya çıkarılmıştır.

Odabaşoğlu ve arkadaşları (2007) tarafından yapılan araştırmada internet bağımlılığının klinik görünümleri incelenmiştir. Araştırma kapsamında aşırı internet kullanımı sebebiyle kliniklerine başvuran 10 vaka ele alınmıştır. Bu 10 vakanın 7'sinin lise öğrencisi ve bunların 6'sının da erkek öğrenci olduğu vurgulanmıştır. Araştırma sonucunda lise öğrencilerinin 2'sinin internet bağımlısı ve 5'inde riskli internet kullanıcısı olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte araştırmada internet başında geçirilen zamanın ortalama olarak yedi-sekiz saat olduğu belirtilmiştir. Hastaların neredeyse tamamında zararlı

internet kullanımının akademik alanda meydana getirdiği olumsuzlukların çok belirgin olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra araştırmacılar, internet bağımlısı olarak tanımlanan hastaların oranının toplam kullanıcı sayısının %1,98'i ile %3,5'i arasında yer aldığını, internet bağımlılığı bakımından riskli olan kullanıcıların oranının ise %8,68 ile %18,4 arasında yer aldığını ifade etmişlerdir.

Yang ve Tung (2007) tarafından yapılan çalışma kapsamında Tayvan'daki liselerde internet bağımlısı olan ve bağımlı olmayan lise öğrencileriyle çalışmıştır. Çalışma sonucunda katılımcıların %13,8'lik kısmı bağımlı olarak tanımlanmıştır. Bununla birlikte internet bağımlısı olan öğrencilerin, internet bağımlısı olmayan öğrencilere kıyasla internette geçirdikleri zamanın iki kat daha fazla olduğu saptanmıştır. İnternet bağımlısı olan öğrencilerin internetin, günlük etkinlikler, okul başarısı öğretmen ve aile ilişkileri üzerinde bağımlı olmayan öğrencilere kıyasla çok daha fazla olumsuz etkisinin var olduğu düşünülmektedir. Ayrıca internet bağımlısı olan grup ile internet bağımlısı olmayan grubun internet kullanımının, arkadaşlık ilişkilerini geliştirdiği düşünülmüştür. Yürütülen araştırma sonucunda, internet bağımlılığı ve internette geçirilen haftalık süre arasında pozitif bir ilişkinin var olduğu tespit edilmiştir. Bağımlı olan öğrencilerin, bağımlı olmaya öğrencilere kıyasla internette iki kat daha çok vakit geçirdikleri görülmüştür. Erkek öğrencilerin bağımlı olma olasılığının kız öğrencilere göre 2,6 kat daha fazla olduğu da ortaya çıkarılmıştır.

Günüç (2009), lise öğrencileri ile internet bağımlılık ölçeği geliştirme amacıyla bir tez çalışması gerçekleştirmiştir. Bunun için DSM-IV ve ilgili literatürün yanı sıra öğrencilerin internete yönelik görüşlerinden elde edilen veriler kullanılarak ölçek maddeleri hazırlanmıştır. Öğrencileri %10,1'lik kısmı internet bağımlısı, %26,4'lük kısmı risk grubu, %29,4'ü lük kısmı eşik grubunda ve %34,1'lik kısmı da bağımlı olmayan grup kapsamına dahil edilmiştir. Günlük ortalama internet kullanımı açısından bağımlı olan grubun günlük ortalama 4,3 saat, risk grubunun 3,2 saat, eşik grubunun 2,2 saat ve son olarak bağımlı olmayan grubun ise 2 saat kullandığı saptanmıştır. Çalışma kapsamında bazı bireysel değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki de araştırılmıştır. Araştırma sonucuna göre il, cinsiyet, yaş, sınıf, baba mesleği, ailenin gelir düzeyi, internetin kullanım amacı, günlük ve yıllık internet kullanım miktarı ve sigara kullanımı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir farkın var olduğu saptanmıştır.

Huang ve arkadaşları (2009) yürütülen çalışmada öğrencilerin%48,51'lik kısmının (n= 1696) zayıf internet kullanıcısı olduğunu ve bu öğrencilerin internette geçirdikleri sürelerinin haftalık 5 ya da 6 saat olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin %16.36'lık kısmının aşırı internet kullanıcısı olduğunu ve bunların internette geçirdikleri zamanın haftada 15 saati aştığı ortaya çıkarılmıştır.

Tarı Cömert ve Ögel (2009) tarafından yapılan bilgisayar ve internet bağımlılığının yaygınlığının araştırıldığı çalışmada bağımlılık tanısı için gereken en az beş ölçütü sağlayanların yaygınlığı ise %4,5 olarak bulunmuştur. Bağımlılık ölçütlerinden en az üç ve dört ölçütü karşılayanların oranı %21,2 olarak bulunmuştur. En yaygın gözlemlenen bağımlılık ölçütlerinin ise, internette harcanan sürede artış ve internette planlanan süreden daha fazla vakit geçirmek olduğu saptanmıştır.

Titsika ve arkadaşları (2009) tarafından ise Atina'da 438'i erkek, 499'u kadın olmak üzere toplam 937 ergen arasında patolojik internet yaygınlığını ve aşırı internet kullanımının yordayıcıları araştırılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen bulgulara göre aşırı internet kullanımının en temel yordayıcısının sosyal etkileşim için internete kendi evinden bağlanma olduğu belirlenmiştir. Aşırı internet kullanımının en temel bir yordayıcısının internet kafe olduğu belirtilirken, düşük internet kullanımının caydırıcısının ise okul çevresi vasıtasıyla internete erişme olduğu belirtilmiştir. Bununla birlikte araştırma kapsamında internet bağımlısı olanların %1 oranında, sınırda internet kullanımının da %12,8 oranında olduğu saptanmıştır.

Esen (2010) tarafından ortaöğretim kurumlarında 9., 10., 11. ve 12.sınıflarda yapılan araştırma kapsamında, yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönde; internet bağımlılığı ile aileden algılanan sosyal destek arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin var olduğu tespit edilmiştir. Buna ek olarak internet bağımlılığı ile özel kişiden algılanan sosyal destek ve arkadaştan algılanan sosyal destek arasında anlamlı bir ilişkinin varlığı saptanamamıştır. Yapılan araştırma sonucunda ergenlerde akademik performans, yalnızlık, cinsiyet ve aileden algılanan sosyal destek değişkenlerinin internet bağımlılığını yordadığı gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra söz konusu değişkenlerin internet bağımlılığındaki toplam varyansın % 7,3'lük kısmını açıkladığı da ortaya çıkarılmıştır.

Gençer (2011) tarafından ortaöğretim kurumlarında 9. sınıf ile 12.sınıf düzeylerinde yapılan araştırmanın sonucunda, öğrencilerin %2,7'sinin internet bağımlısı, %24,3'ünün ise olası internet bağımlısı olduğu belirlenmiştir. Ayrıca internet bağımlılığı bakımından risk grubunun da %5,2-%38 oranları arasında değişebileceği belirtilmiştir. Araştırmada internet bağımlılığı ile cinsiyet ve başarı algısı arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu saptanırken, sosyoekonomik düzey ve okul türü ile bir ilişkisinin olmadığı saptanmıştır. Bununla birlikte kullanım profilleri bakımından internet kullanım sıklığı, başat internet kullanım amacı ve yeri ile internet bağımlılık durumu arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu tespit edilmiştir. İnternet bağımlılarının %89'unun internete her gün girdiği vurgulanmıştır. Bu bağlamda internete her gün girenlerin ayda birkaç kez girenlere göre yaklaşık 11 kat daha çok bağımlı olma olasılığının bulunduğu belirtilmiştir.

Üneri ve Tanıdır (2011) tarafından 97 erkek ve 114 kadın olmak üzere toplam 211 lise öğrencisinde internet bağımlılığı ile ilgili kesitsel bir çalışma yapılmıştır. Çalışma sonucunda, öğrencilerin internette vakit geçirme süresi ve depresyon puanı arttıkça internet bağımlılığı ölçek puanının da artış gösterdiği saptanmıştır. Buna ek olarak erkeklerin bağımlılık ölçek puanlarının kadınlara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu da belirtilmiştir. Öte yandan, internet bağımlısı olan grubu internet bağımlısı olmayan gruptan ayırt etme hususunda, erkek olmanın, depresyon puanının yüksek olmasının ve internette geçirilen zamanın uzun olmasının istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin var olduğu saptanmıştır.

Gökçearslan ve Günbatar (2002) tarafından yapılan çalışmada ortaöğretim düzeyinde eğitim gören öğrencilerin internet bağımlılıkları incelenmiştir. Araştırma kapsamına 72 erkek ve 100 kadın olmak üzere toplam 172 son sınıf öğrencisi dahil edilmiştir. Araştırma kapsamına dahil edilen öğrencilerin %2,33'lük kısmının internet bağımlısı, %17,45'lik kısmının ise eşik ve risk grubunda internet bağımlısı olduğu ortaya çıkarılmıştır. İnternet kullanımı günde üç saatten fazla olan öğrencilerin diğer gruplara kıyasla istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde daha yüksek internet bağımlılığı puanlarına sahip oldukları saptanmıştır. Bunun yanı sıra araştırmacılar, internet bağımlılığının erkeklerde kadınlara kıyasla daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Öğrencilerin kişisel bilgisayara sahip olup olmama durumuna ve ebeveynlerin eğitim seviyesine göre internet bağımlılık durumlarının anlamlı düzeyde bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

### 1.1.7. Çocukta Bağımlılık

Gelişen teknoloji bilgisayarı çocukların dünyasında baş köşeye koymuştur. Dijital araçlar çocuklarda bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimine tesir etmektedir (Ocak, 2010). Tıpkı yetişkinlerde olduğu gibi çocuklarda da internet bir eğlence, iletişim ve bilgilenme mecrası olarak yaygınlık kazanmaktadır. İnternet sayesinde çocuklar dünyayı daha iyi tanımakta, öğrenmekte ve eğlenmektedirler. Avrupa Çevrim-içi Çocuklar Araştırma Projesi bağlamında, 9-16 yaş aralığındaki çocukların internet kullanımlarının 10 yaş civarında başladığı, günlük 1 ila 1,5 saat internet kullandıkları tespit edilmiştir (EU Kids, 2010). Suhail ve Bargees (2016), internette harcanan vakit arttıkça çocuklarda yalnızlaşmanın arttığını ve yüz yüze iletişimin zorlaştığını göstermişlerdir.

Türkiye’de internet bağımlılığıyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında, çalışmaların çoğunun üniversitede ya da ilköğretimde okumakta olan öğrencilere eğildiği görülmektedir. Bayraktar (2001), ergen gelişimine internet kullanımının etkileri üzerine çalışırken Ayaroğlu (2002) da kız ve erkek üniversite öğrencilerinde internet kullanımı-yalnızlık ilişkilerini değerlendirmiştir. Bölükbaş (2003) ve Sevindik (2003) çalışmalarında internet kafeler odaklanmışlardır. Ersoy ve Yaşar (2003) ile Orhan ve Akkoyunlu (2004) tarafından yapılan araştırmalarda ilköğretim öğrencilerinin internet kullanım durumları konu alınmıştır. Özcan ve Buzlu (2005) tarafından “İnternet Bilişsel Durum Ölçeği (İBDÖ, Online Cognition Scale-OCS)” analiz metodunun geçerlilik ve güvenilirlik incelemesi üzerine çalışılmıştır. Cengizhan (2005), aşırı internet kullanımına eğilerek öğrencilerin raporladıkları problemleri incelemiştir.

İnternet bağımlılığı ve yaygınlığı konusundaki çalışmalara ek olarak çocuklardaki internet kullanım alışkanlıkları konusunda yapılan araştırmalar, ailelerin bu konudaki tutumları ve görüşleri (Gökçearsan, 2005) öğrencilerin kendi kullanım profillerini değerlendirmeleri (Tercan, Sakarya, & Çoklar, 2012) konusunda çalışmalar içermektedir. Literatürde, ailelerin çocuklarının internet kullanım profillerini yorumladıkları çalışmalar pek fazla görülmemiştir. Ayrıca belli bir ölçeğe bağlı kalınmadığı görülmektedir. Bu çalışmalarda ailelerin görüşleri alınarak konu hakkında tartışma yapılmıştır. Odabaşı (2005) İnternet Kullanımına İlişkin Aile Görüşleri (Parent’s Views On Internet Use) adını taşıyan çalışmasında ilköğretim öğrencisi çocukların ailelerini konu almıştır. 17 maddelik bir anket kullanılan çalışmada anket soruları internetin mali, eğitim, sosyal ve güvenlik

boyutlarını içermiştir. 94 ailenin katılımı gerçekleşmiştir. Araştırma sonuçlarına göre aileler internetin akademik başarı için faydalı olduğunu, modern hayatın gerekliliği olduğunu ve aile ilişkilerini olumsuz etkilediğini düşünmektedirler.

Amerikan Pediatri Akademisi'ne göre çocuklar iki yaşına gelinceye kadar hiç televizyon izlememelidirler. Günümüzde, daha önceden teknolojik tehdit olan televizyonun yanı sıra artık bilgisayarlar ve mobil araçlar da vardır. Artık iki yaşındaki bu çocuklar ailelerinin mobil araçları ile haşır neşir olabilmektedir. Çocuklar dijital mecralarda takındıkları edilgen ve hareketsiz tutumun sonucu olarak bilişsel, fiziksel ve psikososyal açıdan gelişimsel sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Küçük çocukların iletişim ve sosyal ilişkileri öğrenme yolu yetişkinleri ve diğer insanları taklit yoluyla olur. Ayrıca dijital ortamlarda oynanan oyunların fiziksel yönü genellikle olmamaktadır. Yani bilgisayar kullanımı çocukların çok önemli gelişim süreçlerinden uzakta kalmaları demektir. Dijital ortamda çocuklar sosyal uyarılma ve fiziksel etkinliği yetersiz şekilde yaşamaktadırlar. Bu durum yetersiz ya da anormal gelişime sebebiyet verir.

Bilgisayar ve internet kullanımının çocuklarda ve ergenlerde fiziksel, bilişsel ve psikososyal gelişimlerine olan etkileri için ayrı başlıklar aşağıda verilmiştir.

**Fiziksel Gelişim:** Uzun süreli bilgisayar ve internet kullanımı sebebiyle fizyolojik sorunlar yaşanır. Çocuklar ve ergenler için bu durum daha ciddidir; zira bu bireylerin gelişimleri henüz inşa aşamasındadır. Bilhassa uzun süre bilgisayar kullanma ve duruş bozuklukları kas ve iskelet sistemi bozuklukları ile kendini gösterir. Vücutta tutulma ve gerginliğe sık rastlanır. Buna ek olarak gözde yorgunluk, ağrı, acı, kuruluk gibi sıkıntılar yaşarlar. Bunlara ek olarak bilgisayar radyasyon yayar ve bu da çocuk ve ergenleri yetişkinlerden daha ağır etkiler. 10-17 yaş aralığından 314 öğrenci ile bir çalışma yapan Harris ve Straker (2000), en çok görülen sıkıntıları boyun, sırt, bilekler ve dizlerdeki sıkıntılar olarak ifade ederken bunun yanı sıra görsel odaklanma bozukluğu, gözde ağrı ve acıdan söz etmiştir. Ülkemizde, geniş bir örneklem ile yaptıkları çalışmada Kuzu ve arkadaşları (2008), ailenin maruz kaldığı en yaygın fizyolojik sıkıntıları çok yaygından az yaygına şöyle sıralar: Göz yorgunluğu, sırt/boyun ağrısı, eklem/kas ağrısı, baş ağrısı ve uykusuzluk. Ayrıca internet kullanımının artmasının artan fizyolojik sorunlar ile ilintili olduğu görülmektedir. Daha eski dönemlerden araştırmaların daha çok televizyon kullanımına yoğunlaştığı görülürken artık vücudu hareketsiz kılan yeni bir teknoloji

olarak internet ve bilgisayar kullanımı vardır. Erişkinleri konu alan araştırmalar dahi fiziksel hareketsizliğin kilo artışına sebep olduğunun altını çizmektedirler (Ball ve diğerleri, 2001; Hemmingsson ve Ekelund, 2007; Vandelanotte, 2009).

Fiziksel gelişimi artık sonra ermiş olan bireylerde dahi önemli sağlık problemlerine sebebiyet veren bilgisayar ve internet kullanımının çocuk ve ergenlerde daha zararlı olması normaldir. Toronto Üniversitesi'nde yapılan bir araştırmada sekiz bin genç katılımcı bulunmaktadır ve ulaşılan sonuca göre bilgisayar ve televizyon ile daha fazla zaman geçiren katılımcılar fiziksel etkinlikler için daha az istekli olanlardır (Koezuka vd., 2006). Bu doğrultuda, yabancı literatürden birçok araştırma bilgisayar ve internet kullanımı sebebiyle gerçekleşen fiziksel problemlerin altını çizer. Çocuk ve ergenler için fiziksel aktivite düşüklüğü, fiziksel gelişim anomalisi ve fazla kilolar için önemli yordayıcılardan biri de aşırıya kaçan internet ve bilgisayar kullanımındır (Mota, Ribeiro, Santos, ve Gomes, 2006). Fiziksel rahatsızlık çeşitleri ve boyutları konusunda birçok araştırma olmakla birlikte bu rahatsızlıklar yalnızca devamlı bilgisayar kullanımından temellenmezler. Bilgisayar kullanım alanlarının ergonomik olmayan yapısı da görsel ve fiziksel sorunlar getirir. Bunun yanı sıra, bireyler fizyolojik problemler ve bu çerçevedeki önlemler konusunda bilinç kazanırlarsa bu rahatsızlıklar önlenebilecektir. Fakat bu bilinç kazandırma alanı oldukça geri kalmıştır. Zira Kuzu ve arkadaşları 2008'de yaptıkları araştırmada aile bireylerinin bilgisayar kullanımının sebep olduğu fizyolojik problemler hakkında bilgisiz olduklarını göstermişlerdir.

**Bilişsel Gelişim:** Gençler zihinsel açıdan dijital teknolojiye en fazla maruz kalanlar oldukları gibi beyinleri de bu duruma yüksek hassasiyet göstermektedir (Small & Vorgan, 2008). Bugün çocuk olanların beyin fonksiyonları daha önceki nesillere göre daha farklıdır. Bu durumun bir sonucu olarak bu çocuklar geleneksel öğrenme ve ölçme metotlarına eskisi gibi yanıt vermemektedirler. Bu çerçevede bakıldığında zaman internetin ve bilgisayarın getiri ve götürülerinin geleneksel perspektiften değerlendirilmesi, yapılacak çıkarımların yanlış olmasına sebebiyet verecektir. Bilgisayar ve internet konusundaki bilişsel etki çalışmaları farklı sonuçlara varmışlardır. Fakat bir ortak çerçeve çizilecek olursa denilebilir ki teknolojilerin bilişsel eğitime olan etkileri nasıl kullanıldıklarına bağlıdır. Eğer kullanımda zihinsel beceriler aktif durumda oluyorsa ve birey etkin ise bilişsel gelişim desteklenecektir. Fakat tam tersi özellikler taşıyan çok sayıda yazılım ve faaliyet de kullanımda bulunmaktadır. Özellikle çocuklar ve ergenler

nitelikli bilgisayar ve internet faaliyetleri ile haşır neşir olmalıdırlar. Zira bilişsel gelişim sürecinde belli becerilerin edinilmesi için kritik dönemler söz konusudur. Kişinin bilgisayar ile harcadığı zaman çevre ile iletişim, hayal kurma, içsel süreçlere dikkat etme gibi kritik bilişsel faaliyetlerin yerine geçerek bazı kritik becerilerin kazanılamamasına neden olabilir. Bu durumun telafisi oldukça zor ya da imkansız olabilecektir (Ceyhan ve Ceyhan, 2011). İnternette oyun oynama, iletişime katılma, sörf yapma gibi faaliyetler çocuk için kognitif gelişime katkı yapabilir, eğer faaliyetler doğru seçilirse problem çözme yetenekleri gibi üst seviye kognitif süreçlerin bile gelişimi hızlanabilir. Örneğin, internet sitelerini gezinmek, bireyin kıyasla daha pasif konumda bulunduğu basit okuma ve dinleme süreçlerinden çok daha karmaşık bilişsel aktivite gerektirebilmektedir. Bunlar yerine getirilirken planlama ve arama stratejileri kullanılacak ve eldeki verilerin analizi gibi diğer kognitif süreçler aktive olacaktır. Bütün bunlar internet kullanımının olumlu bilişsel etkilerini meydana getirmektedir (Johnson ve Puplampu, 2008; Tarpley, 2001). Bu argüman ile aynı doğrultuda olarak, daha çok internet kullanımı olan çocukların okuma başarısı ölçüm testlerinde daha başarılı olduklarına dair araştırma çıktılarına ulaşılmıştır (Johnson, 2006). Ayrıca, Coniam ve Wong (2004), çevrimiçi iletişim gerçekleştiren ergenlerde bu iletişimi gerçekleştirilmeyen ergenlere kıyasla daha komplike cümleler kurma yeteneğinin görüldüğünü, dil öğrenme performansı açısından akranlarını aştıklarını gözlemlemişlerdir. Ancak bazı çalışmalar da internet ve cep telefonu iletişiminin özgün jargonunun ve kullanılan kısaltılmış cümle ve sözcüklerin gündelik hayattaki dil kullanım becerilerine olumsuz etkilerinden söz etmektedir (Greenfield ve Subrahmanyam, 2003). Bilgisayar ve internet kullanımı sayesinde çocukların görsel bilgiyi hızla işlemeyi öğrendikleri ve bu sayede de görsel zekada gelişim olabileceği ifade edilmektedir (DeBell ve Chapman, 2006).

Bilgisayar oyunlarının bazıları kavramsal beceriyi ve aynı zamanda birden fazla görev yapma kabiliyetini desteklemektedirler (Kearney, 2007). Literatürde çok sayıda çalışma, farklı tipten bilgisayar oyunlarını inceleyerek, oyunların dikkat toplama, görsel unsurlara odaklanma, resim ve şekilleri algılama ve oyun hakkında tahmin yürütme konusunda olumlu etkiler raporlamıştır. Fakat eğitsel oyunların, ki bu oyunlar daha az eğlenceli görülmektedir, akademik başarıya olumlu yönde tesir ettiğine dair bulgular henüz yeterli değildir (Subrahmanyam, 2009). Bu durumun sebebi olarak oyunların eğitsel yönünden

olan eksiklik değil, akademik yeterliliğe çok fazla yoğunlaşıp dijital yeterliliğin göz ardı edilmesidir denilmiştir.

Fish ve arkadaşları (2008) bilgisayar ve internet kullanımı sonucu elde edilen avantajların ailelerin eğitim seviyeleri, evde bilgisayar olup olmaması, maddi durum gibi faktörlerden etkilenebileceğini düşünmüşlerdir. Bu çerçevede, değişkenler kontrol edilerek, bilgisayar kullanımı ve kognitif gelişim arasında olumlu bir korelasyon belirlenmiştir. Erken yaşlarda bilgisayar ile haşır neşir olmanın bilişsel gelişim için bir destekleyici olabileceği ifade edilmiştir. Aynı doğrultuda Johnson (2010), 1-6. sınıf düzeyleri arasında bulunan öğrencileri konu almış ve 128 çocuk katılımcının bilişsel gelişimi ailelerince ölçülmüştür. Çalışma çocukların internet kullanımlarını ve ailenin sosyoekonomik pozisyonunu da göz önünde bulundurmıştır. Araştırma sonuçlarına göre evde internet kullanımı diğer sosyoekonomik faktörlere kıyasla bilişsel gelişimi daha fazla etkilemektedir. Yeni nesil, yani yaygın ismiyle dijital yerliler, birçok çalışmaya göre çoklu görevleri önceki nesillere göre daha başarılı gerçekleştirmektedir. Bütün bunlara karşın gençler-teknoloji ikilisi üzerine bütün çalışmalar bu şekilde pozitif çıktılar getirmez. Dijital yerliler farkı görevler ve çok çeşitli bilgilerle simültane olarak baş edebilmektedir denilir ancak bazen bu komplike görevlerin hakkını veremezler. Örneğin, bazı araştırmalara göre yalnızca ses ve görüntü ile haber bülteni dinleyen gençlerin, çok fazla ses ve görüntü ile zenginleştirilmiş haber bültenlerine kıyasla çok daha net hatırlayabilmektedirler. Buradan varılacak sonuç, aşırı zengin kaynakların bazen olumlu olmadığıdır. Yani çoklu görev yaptığını düşünen bazı insanlar aslında birçok şeyle meşgul olan, ancak bunların hiçbirine layığına odaklanma yaşayamayan insanlar olabilirler. Bu çerçevede, bireylerin teknoloji maruziyet seviyelerinin kendileri ya da ebeveynleri tarafından bilinçli bir şekilde ayarlanması, bu şekilde de ileri teknolojinin olumsuz etkilerinden olabildiğince kaçınılması olumlu çıktılar sağlanması önemlidir.

Psikososyal Gelişim: Çocuk ve ergenler henüz gelişimlerini devam ettirmektedirler. Bilgisayar ve internet onların hayatında önemli bir vakit aldığı için ruh sağlığı, ailevi ilişkiler ve akransal uyum konusunda negatif etkilerden korkulmaktadır. Medya organları bu bağlamdaki birtakım uç örnekleri egzajere ederek iletmekte ve durumu körükleyerek paranoya yaratmaktadır. Ancak literatürde bilgisayar ve internet kullanımının çocuk ve ergenlerdeki gelişimsel psikososyal etkileri konusunda çok sayıda farklı yönde araştırma bulunmaktadır. Bazı araştırmalar da internetin sosyal katılımı artırdığı ve bireysel iyi

oluşu pozitif etkilediği (Valkenburg & Peter, 2009), yaygın kanının aksine sosyal izolasyon değil sosyalleşme etkisi yaptığı (Orleans ve Laney, 2000) gibi sonuçlar görülmektedir. İnternet sanal iletişim imkanları ve sanal arkadaşlıklar sunar. Bunların gerçek olmadığı yönünden eleştirildikleri görülmektedir. Ancak akademik çalışmalarda bu görüşe temkinli yaklaşılmaktadır. Bu doğrultuda, internet yok ise sosyal çevrenin sınırlı kalabileceği, yeni görüşlere maruziyetin olmayacağı; oysa ki internet sayesinde dünyanın tamamı ile etkileşime geçilerek farklılık ve zenginlikler hakkında bilgi edinileceği ifade edilmektedir. Kısacası bir sorun oluşuyorsa teknolojinin değil yanlış kullanımın sonucudur. Bu yüzden internetin kötü görülmesi, sınırlandırılması yerine internetin nasıl olumlu, verimli ve sorumluluk sahibi olarak kullanılabilmesinin öğrenilmesi gerekmektedir. Ancak internetin tamamen serbest bırakılmasını savunmak da çocuk ve ergen gelişimi açısından uygun değildir. Gelişme çağında olan çocuklar ve ergenler internetin tehlikelerine karşı savunmasız bırakılmamalıdır. Teknolojiye aşırı maruziyete çağın bir gerçeği olarak bakarak sürekli bilgisayar başında olmayı kabullenmek de doğru değildir. Bilhassa sosyalleşme yetileri üzerinde bilgisayar ve internetin etkileri konulu çok sayıda araştırma görülebilmektedir. 2008 tarihli bir araştırma ülkemizde bu konudaki en geniş çaplı araştırmadır (Kuzu, 2008).

Araştırmanın dile getirdiği temel sorunlardan biri mesajlaşma yazılımının kapalı olduğu durumlarda bireyin rahatsız hissetmesi olmaktadır. Bilgisayar kullanımı konusunda yaşanan psikososyal sorunların en fazla çocuklarda, daha sonra babalarda, en az da annelerde görüldüğü belirlenmiştir. Aile bireylerinde internet kullanım süreleri ne kadar fazlaysa o kadar fazla psikososyal problem görülmektedir. Bunun yanı sıra çocuklarda ve ergenlerde yaşanan sorunlar daha ciddidir. Araştırmadaki en önemli sonuçlardan biri de aile bireylerinin bilgisayar ve internet kullanımı kaynaklı psikososyal problemler konusunda bilgisiz olmalarıdır. Bunun yanı sıra aileler de bu problemlere karşı çok az önlem almaktadırlar. Daha önce de sözü edildiği üzere internet ve bilgisayar kullanımının psikososyal tesirlerini inceleyen araştırmalar farklı sonuçlara varmaktadırlar. Örneğin, Kraut ve arkadaşları (1998) 10 yaşından büyük 169 kişi ile uzun süren ve ayrıntılı bir veri toplama sürecini takiben bir araştırma yaparak internet kullanımının aile içi etkileşimi azalttığı, sosyal çevreyi daralttığı, depresyon ve yalnızlık semptomlarını şiddetlendirdiğini belirtmişlerdir. Diğer taraftan Kraut ve meslektaşları, 2002'de yeni bir araştırma ile kapsam ve süre artırımına gitmişler, aynı örneklem üzerinde daha az negatif

etki sonucuna varmışlardır. Sosyal etkileşim ve özgüveni internet kullanımının arttırdığını (Kraut vd., 2002), çocukların, akranlarının da kullandığı interneti kullanmasının onu zararlı bir mecra olmaktan çıkarıp basit bir iletişim aracına çevirebileceğini (Gross, 2004) öne süren çalışmalar da vardır. Bazı araştırmalar ergenlerin benlik, yalnızlık, sosyal kaygı, depresyon ve yaşam doyumu faktörlerinin internet kullanımı ile hiç alakalı olmadığını bulmuşlardır (Gross, 2004; Law, 2004). Bazı çalışmalar ise sosyal kaygısı üst seviye olan ve sosyal destek ihtiyacı olan bireylerin bu sorunları internete yönelerek çözmeye çalıştıklarını ifade etmektedir (Desjarlais ve Willoughby, 2010; Stepanikova, Nie ve He, 2010). Bilhassa ruh sağlığı-internet kullanımı ilişkisini sorgulayan araştırmalarda çelişkili sonuçlar görülmüştür. Örneğin, Subrahmanyam ve Lin (2007), 156 ergen katılımcı ile bir araştırma yapmışlar ve yalnızlık ile internette geçirilen zaman arasında bir ilişki olmadığını ifade etmişlerdir. Fakat Ybarra ve meslektaşları (2005), ciddi ruhsal problemleri olan 10-17 yaş aralığından çocuk ve ergenlerin internette daha çok vakit harcadıkları, bu tip problemleri olmayan akranlarına göre internetten daha çok sosyal iletişim kurdukları görülmektedir. Bilişsel ve psikolojik açıdan olgunluk seviyesi yetersiz olan çocuk ve ergenler internet bağımlılığı tehdidiyle karşı karşıyadırlar. İnternet bağımlılığı internet kullanımının kontrol altına alınamaması ve internet kullanımı sebebiyle gündelik hayatta fonksiyon kaybı şeklinde görülür. Bu konu üzerinde son zamanlarda birçok araştırma vardır. İnternet bağımlılığı demografik olarak birçok grubu etkilemektedir (Small ve Vorgan, 2008).

## **1.2. Agresyon**

### **1.2.1. Agresyonun Tanımı**

Agresyon ve şiddet davranışı insan davranışının komplike bir parçasıdır ve tarih boyunca hem bireysel hem de grup tabanlı eylemlerde kendini göstermiştir. Agresyon, şiddet ve bununla alakalı davranış biçimleri antropoloji, ekonomi, biyoloji, politik bilimler, iletişim ve sosyoloji gibi birçok farklı disiplinin konusudur (Abderhalden vd., 2007). Saldırgan davranışlar köken açısından analiz edilirse, insanın genetik kodlarında yer alan alınma, gücenme, yalnızlık, korku, reddedilme, hayal kırıklığı, üzüntü gibi durumlarda ikincil tepki olarak öfke hissedildiği, bu öfkenin işlevsel olabileceken bazen de çok yoğun ve uzun süreli hissedildiği için işlevsel olmayan şekilde ifade edildiği görülmektedir (Soykan, 2005). Kontrolsüz ve davranışa sebebiyet veren bir şekilde öfke

ortaya çıktığında agresyon görülür ve agresyon ya da saldırganlık kaba, zarar verme yönelimi olan sözlü ve fiziksel saldırıları ifade etmek için kullanılan bir sözcüktür. Agresyon fiziksel ve psikolojik zarar oluşturan ya da bu amaca yönelik olan bir davranıştır. Agresyon birçok biçimde ifade edilebilir. Agresyon bir kavgada ses yükseltmek gibi sözel agresyon şeklinde görülebileceği gibi silahlı saldırı gibi fiziksel agresyon şeklinde de görülebilir (Irwin, 2006). Agresyonun önüne geçme ve onu ortadan kaldırma amacıyla gerçekleşen girişimler ancak geçerli ve açıklayıcı bir model temelinde gerçekleştiği zaman işlevsel olabilirler. Bu çerçevede öncelikle agresyon tanımının yapılması gerekir. Bu sayede olduğu zaman olayın farkına varılabilecek, bildiri yapılabilir, kaydedilebilecek, sistematik değerlendirmesi yapılabilir (Foster, Bowers, & Nijman, 2007).

Agresyon ve şiddet son zamanlarda sıkça tartışması yapılan, birey ve toplumda ruh sağlığına tehdit oluşturan önemli kavramlar olmaktadır. Dünya çapındaki psikiyatri klinikleri ve acil servislerin tamamında agresyon ile yüzleşilmektedir (Jonker vd 2008). Şiddet ve agresyon kavramlarının birbirini ifade eden kullanımı görülebilmektedir. Agresyon tehdit ya da zarar oluşturan sözlü ifadeler, fiziksel davranışlar demek olmaktadır. Agresyon görülen bireylerin aile ortamı, sosyal çevresi, madde kullanması, kitle iletişim araçları gibi çok sayıda etken agresyona sebep olabilir (Hasta & Güler, 2013). Agresif davranışlar ayrıca ruhsal rahatsızlıklar sebebiyle de görülebilmektedir (Ural ve ark., 2013).

Agresyon kavramının tanımı farklı şekillerde yapılabilmektedir. TDK'ya göre saldırganlık "Düşünce ya da davranışlarını karşısındaki bireylere zorla benimsetme çabası"dır (TDK, 2019). Agresyon İngilizcede "aggression" şeklinde söylenir. Agresyon bir bireye fiziksel ya da psikolojik zarar verme amacı güden bir davranış yönelimidir (Yalçın & Erdoğan, 2013). Agresyonun üç tipi vardır ve bunlar da tepkisel agresyon, yıkıcı agresyon ve edilgen agresyondur. Tepkisel agresyon, bireyin kendisini doğrudan üzen birisine ya da öfke kaynağı olan olaya karşı gösterilmektedir. Tepkisel agresyonda bireyin kendisine yönelebilmektedir. Yıkıcı agresyon ise aynı zamanda düşmanlık içeren agresyon olarak nitelenebilen bir davranıştır ve bu agresyon çeşidinde birey beklentilerinin karşılanmaması sebebiyle hayal kırıklığı, üzüntü, korku gibi duygular yaşar. Bir duygu yoğunluğu içerisinde kalan birey, toplumun kabul etmeyeceği birtakım agresif davranışlar gösterebilir. Edilgen agresyon davranışında ise birey karşısındaki

bireyin öfkesini kazanmadan agresyon duygusunun tatminine uğraşmaktadır. Edilgen agresyon görülen bireyler farklı kaygılar taşıdıkları için pasif davranarak mücadeleden kaçmak isterler (Bostan & Kılıçgil, 2008). Agresif ve şiddet içeren davranışlar kültürel, sosyal, psikolojik ve biyolojik sebeplerden ileri gelebilmektedir. Agresyonun sebebi olarak öfke, kaygı bozukluğu, suçlu hissetme, hayal kırıklığı ya da şüphe duyma gibi çeşitli duygular gösterilebilir. Saldırgan davranışlar iğneleme ve alay etme gibi hafif seviye davranışlardan kapıları çarpma gibi orta seviye davranışlara ve tehdit etme, fiziksel şiddet uygulama gibi ağır seviye fiziksel davranışlara varan bir skalada görülmektedir (Townsend, 2015). Agresyonun öncülü olarak anksiyete, uygunsuz sözler, gerilim ve hiperaktiflik olabilmektedir. Diş sıkma, yumruk sıkma, aşırı şeyler isteme, hızlı ve yüksek sesle konuşma, tehdit belirten ifadeler, hiperaktiflik yaygındır (Günüşen, 2016). Agresif davranış sebepleri olarak birçok faktör görülmektedir. İnsanlar doğal yapıları sebebiyle kırılabilir, yalnız hissedebilir, korku duyar, anlaşılmama, reddedilme, üzüntü hayal kırıklığı gibi hissiyatlar yaşarlar. Bu hislere öfke eşlik etmektedir. Öfke de zaman zaman agresyona dönüşebilmektedir (Soykan, 2005).

## **1.2.2. Agresyonun Etiyolojisi**

### **1.2.2.1. Biyolojik Kuramlar**

Biyolojik kuramlar, genetik, nörofizyolojik faktörler, beyinin yapısal sorunları, ilaç, alkolü madde kullanımı, endokrin ve metabolizma gibi biyolojik etkenlere dayanan bir agresyon açıklaması öne sürerler. Genetik temelinde gerçekleştirilen kromozom anomalileri ve ikiz çalışmaları sonucunda bazı genetik kombinasyonların agresyona sebebiyet verdiği belirlenmiştir. Coccaro ve arkadaşları (1997), doğrudan fiziksel agresyonda %47, dolaylı fiziksel agresyonda %40, sözel agresyonda ise %28'lik genetik geçiş faktörü bulmuştur (Abay ve Tuğlu 2000). Nörotransmitterler agresif davranışları etkilerler. Kolinerjik ve katekolaminerjik sistemler agresyonu artırır, serotonerjik sistemler ise azaltır. Beyindeki yapısal kusurlar çerçevesinde yapılan beyin görüntüleme araştırmaları, dürtüsel eylemleri kontrol etme ve sönümlendirmeden sorumlu olan, agresyon ile ilgili olan beyin kısımlarını amigdala, temporal lob ve limbik sistem olarak tanımlamışlardır. Bu alanlarda lezyonlar oluştuğunda agresyon meydana gelebilmektedir (Çetin ve ark.1996). Beyinde meydana gelen nörofizyolojik fonksiyon bozukluklarında da agresif davranış ile alakalı olarak temporal lob epilepsisi, beyin hasarı ve organik beyin

sendromu ile kafa travmaları gibi durumlar ilintilenmektedir (akt. Abay ve Tuğlu 2000). Endokrin ve metabolizma temelli çalışmalar yüksek testosteron düzeylerini artan agresyona bağlamışlardır. Yalnızca kadınlarda olmak üzere prolaktin fonksiyonu ile de agresyon ilintilenmiştir. Agresyon ile ilişkili olarak şu ve benzeri hormonlar ifade edilmektedir: Tiroid hormonu, renin, progesteron, melatonin, beta endorfin (etin ve ark.1996). İlaç, alkol ve madde kullanımı temelindeki çalışmalarda ise dşuk dozda alkolün agresyonu azalttığı, yüksek doz olduğunda ise arttırdığı belirtilmektedir (Kaplan ve Sadock 1989, Kaynak: etin ve ark.1996 p.61). Barbitürat ve uçucu maddelerin de agresyona etkileri benzerdir (Kaplan ve Sadock 1989, Kaynak: etin ve ark.1996 p.61).

### **1.2.2.2. Psikolojik Kuramlar**

Agresif davranış oluşumunu konu alan psikolojik kuramlar, İçgüdü ve dürtü kuramlarıdır (Dilbaz 1999; Geçtan 1999; Oral ve Atamer 2004). Psikanalitik Kuram libido ve psikoseksüel gelişim evrelerine odaklanmaktadır. Freud'a göre nevroitik çelişkiler tamamen cinsellik ile ilgilidir. Bu yüzden agresyon dürtüsü de psikoseksüel gelişim çerçevesindedir. Örneğin, ocuğun oral dönemde dişleri çıkar ve nesnelere ısırma başlar. Anal dönemde ise ocuk çevresinde zarar vermek ve onlar üzerinde kontrol sağlamak ister. Bunlara ilk agresyon belirtileri denmiştir (Geçtan 1999; Oral ve Atamer 2004). Freud, daha sonradan agresyonun ego içgüdüsüne bağlı olduğunu ifade etmiştir ve kişisel doyumunu etkileyen, tehdit oluşturan durumlarda egodan bir tepki gösterileceğini ifade ederek bu tepkilere agresyon demiştir (Oral ve Atamer 2004). Birinci Dünya Savaşı'nda Freud, birçok şiddet olayına tanıklık etmiştir ve bu durum kuramını revize ederek daha dengeli bir şekle sokmasını, yaşam-ölüm içgüdüsü kavramını geliştirmesini sağlamıştır. Freud her insanın içinde yaşam içgüdüsünün beslediği yapıcı dürtülerin ve ölüm içgüdüsünün beslediği yıkıcı dürtülerin yer aldığını ifade etmiştir. Ona göre yaşam da bu dürtüler arasında bir denge kurmaktır. Ölüm içgüdüsü güçlenen birey kişilere, nesnelere ve kendisine yönelik agresyona başvurabilir (Geçtan 1999). Etoloji Kuramı ise insanlar arasındaki agresyon içerikli davranışları içgüdülere bağlamıştır. Bu kuramın öncülerinden olan Lorenz'e göre agresyon sadece dış uyaranlara karşı bir tepki değildir, ayrıca içsel bir agresif dürtü temelinde oluşan tepkiye bağlıdır veya ite bulunan bir varlığa dayalı, uyaransız bir tepki de olabilir (Dilbaz 1999; Geçtan 1999; Oral ve Atamer 2004). Dürtü (Engellenme-Saldırđanlık) Kuramı çerçevesinde ise agresyonu açıklayan enerji modellerinde, içgüdüler değil dürtüler vardır. Dolard ve arkadaşları bu kuramı 1939

yılında ortaya koymuşlar ve bu kuramsal yaklaşıma göre agresif davranışlar bir engellenmeden temellenmektedir. Engellenme agresyon için basit bir uyarıcıdır ve bu da organizmayı agresyon göstermeye hazırlar. Eğer besin ve su gibi fizyolojik ihtiyaçlar ve sevgi, ilgi temas gibi ruhsal gereksinimler engellenirse insanlar agresif olabilmektedirler (Geçtan 1999; Oral ve Atamer 2004).

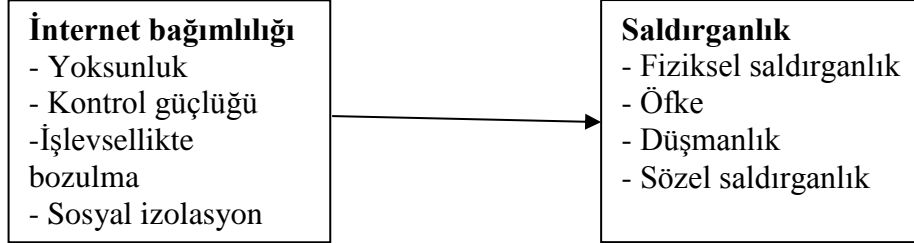
### **1.2.2.3. Sosyal Kuramlar**

Sosyal öğrenme kuramcılarına göre agresif davranışların sebepleri içgüdü ya da dürtülerde değil, çevresel uyarıcılardadır. Bu uyarıcılar agresif tepkilere yol açarlar. Bu kuramcılara göre insan davranışları devamlı olarak çevresel koşullar ile olan etkileşimden etkilenmektedir. Nasıl davranışlar çevreyi değiştiriyorsa çevre de davranışları değiştirir (Oral ve Atamer 2004). Sosyal öğrenme kuramı çerçevesinde agresyon açıklaması yapma gayretlerinde Buss ve Bandura önde gelen iki kuramcıdır. Buss, agresif davranışın tamamen öğrenilmiş olduğunu ve diğer davranışlarda olduğu gibi ödül ve ceza ile öğrenildiğini öne sürmektedir. Bandura ise agresyonu iç dürtülere bağlı olmayan bilişsel oryantasyonlu bir öğrenme kuramı ile açıklamak istemiştir. Bandura, agresyonun ana nedeninin olumlu sonuç beklentisinin yarattığı motivasyon olduğunu ifade etmiştir. Diğer bir deyişle insanlar gelecekte bekledikleri kar, davranış gerçekleştirme bedelini aşyorsa agresif davranış oluşabilir. Bandura insanların, bilhassa da komplike olanlar olmak üzere çoğu davranışlarını diğer insanlardan izleme ve örnek alma yoluyla öğrendiklerini öne sürer. Birey aile üyeleri, sosyal çevre ve medyada görülen sembolik modeller temelinde öğrenmektedir (Oral ve Atamer 2004).

## BÖLÜM 2: YÖNTEM

### 2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmanın modeli aşağıda sunulmuştur;



Şekil 2: Araştırmanın Modeli

### 2.2. Örneklem

Bu araştırma basit rastgele çevrimiçi örneklem yolu ile yapılmıştır. Araştırma kapsamında 200 ortaokul öğrencisine ulaşılmıştır. Katılımcıların 94'ü kız 106'sı erkektir.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak Demografik Bilgi Formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği kullanılmıştır.

#### 2.3.1 Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların demografik bilgilerini toplamak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuş 17 maddelik formdur (Ek 1).

#### 2.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ)

Araştırmada kullanılan internet bağımlılığı ölçeği Günüş ve Kayri (2010) tarafından geliştirilmiş ve 35 maddeden oluşmuştur. Ölçek beşli (1= Kesinlikle Katılmıyorum, 2= Katılıyorum, 3= Kararsızım, 4=Katılıyorum ve 5= Kesinlikle Katılıyorum) likert tipi bir ölçektir. Kesme değeri olmadığı için bu ölçek ayırt edici bir ölçek değildir. Burada amaç tanı koymak değildir. Ancak artan değerlerde bağımlılıktan bahsedilmiştir. Orijinal ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .944 olarak, bu çalışmada ise .941 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğe açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Örneklem büyüklüğünün uygunluğu KMO ve Barlett istatistiği ile onaylanmıştır. Analiz sonucunda ölçek ile ilgili dört alt ölçeğe ulaşılmıştır. Bu faktörler; 'Yoksunluk', 'Kontrol Güclüğü', 'İşlevsellikte

Bozulma' ve 'Sosyal İzolasyon' olarak adlandırılmıştır. Ölçeğin açımlayıcı faktör analizi yapıldığı için tekrara yer vermemek amacıyla faktör analizi yapılmamıştır (Ek 2).

### 2.3.3. Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği (BPSÖ)

Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği (BPSÖ), Buss ve Perry (1992) tarafından Buss-Durkee Düşmanlık Envanteri'nden (BDDE) (1957) uyarlanmıştır. Orijinal dili İngilizce olan BPSÖ, 29 maddeden oluşan beşli (1= Kesinlikle Katılmıyorum, 2= Katılıyorum, 3= Kararsızım, 4=Katılıyorum ve 5= Kesinlikle Katılıyorum) likert tipi bir ölçektir. Kesme değeri olmadığı için bu ölçek ayırt edici bir ölçek değildir. Burada amaç tanı koymak değildir. Alınan yüksek puanlar saldırganlığın yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçek dört alt ölçekten meydana gelmektedir; Fiziksel saldırganlık alt ölçeği fiziksel zarar verme ile alakalı 9 sorudan, sözel saldırganlık alt ölçeği sözel olarak zarar verme ile alakalı 5 sorudan, düşmanlık alt ölçeği saldırganlığın bilişsel boyutunu ölçen 8 sorudan ve öfke alt ölçeği ise saldırganlığın duygusal boyutunu ölçen 7 sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin 9. ve 16. maddeleri ters puanlanmıştır, bu maddeler şunlardır: "Bir insana vurmanın mantıklı bir gerekçesi olamayacağını düşünüyorum." ve "Sakin yapılı biriyimdir.". Ölçeğin orijinalinin Cronbach Alpha iç tutarlılıkları; fiziksel saldırganlık alt ölçeği için 0,85; sözel saldırganlık alt ölçeği için 0,72; öfke alt ölçeği 0,83; düşmanlık alt ölçeği için 0,77 ve toplam puan için 0,89'dur. Demirtaş ve Madran (2012) BPSÖ'yü Türkçe diline uyarlamış, testin dili haricinde testin genelinde veya alt ölçeklerinde değişiklik yapmamıştır. Türkiye'de iki ayrı üniversiteden 220 öğrenciye yapılan geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları sonucunda, tüm ölçek için elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlılık değeri 0,85; fiziksel saldırganlık için elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlılık değeri 0,78; sözel saldırganlık için elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlılık değeri 0,48; öfke için elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlılık değeri 0,76; düşmanlık için elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlılık değeri 0,71 olarak saptanmıştır. Test tekrar test güvenirlikleri sözel saldırganlık için 0,82; fiziksel saldırganlık için 0,98; öfke için 0,85; düşmanlık için 0,85 ve toplam puan için ise 0,97 olarak saptanmıştır. Test yarılama güvenirliği katsayıları 0,53 ile 0,82 arasında değişmektedir. Ölçüt geçerliği ise Balkaya ve Şahin'in (2003) Çok Boyutlu Öfke Ölçeğinin "Öfkeyle ilgili davranışlar" alt ölçeği ile gerçekleştirilmiş ve BPSÖ ile arasındaki korelasyon katsayısı  $r = 0,49$  ( $p < 0,001$ ) olarak belirlenmiştir. Ölçeğin açımlayıcı faktör analizi yapıldığı için tekrara yer vermemek amacıyla faktör analizi yapılmamıştır (Ek 3).

#### **2.4. Verilerin Analizi**

Araştırmada toplanan verilerin analizi SPSS 24 (Statistical Package for the Social Scienses) programı ile gerçekleştirilmiştir. Analizlerde tanımlayıcı istatistikler frekans (n), yzde (%), ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler olarak belirtilmiştir. Ölçeklerin normal dağılım varsayımına uyup uymadığı arpıklık ve basıklık katsayılarına bakarak belirlenmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1,5 ve -1,5 değerleri arasında olması değişkenlerin normal dağılıma uyum gösterdiğini ifade etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Normal dağılım gösteren değişkenlerin iki grup karşılaştırmalarında bağımsız örneklem t testi kullanılırken  ve üzeri grupların karşılaştırmalarında tek yönlü varyans analizi (One-way ANOVA) testi kullanılmıştır. Ayrıca İnternet Bağımlılığı leği alt leklerinin saldırganlık leği alt leği zerindeki etkisi için çoklu lineer regresyon analizi yapılmıştır. İstatistiksel anlamlılık  $p < 0,05$  düzeyinde değerlendirilmiştir.

### BÖLÜM 3: BULGULAR

Araştırmada kullanılan form ve ölçekler 94 kız ve 106 erkek olmak üzere toplamda 200 ortaokul öğrencisine basit rastgele çevrimiçi yolla ulaşılarak uygulanmıştır. Uygulama sonucunda elde edilen verilere ilişkin bulgular bu bölümde verilmektedir.

#### 3.1. Ortaokul Öğrencilerinin Demografik Bilgilerine Yönelik Bulgular

Tablo 1’de demografik bilgilere ilişkin frekans analiz sonuçları gösterilmektedir. Demografik bilgilerin alt başlıkları cinsiyet, sınıf, yaş, son dönem karne notu ve yaşanılan evdeki kişi sayısı şeklindedir.

**Tablo 1: Demografik Bilgilere İlişkin Frekans Analizi Sonuçları**

	Frekans	Yüzde
<b>Cinsiyet</b>		
Kız	94	47,0
Erkek	106	53,0
<b>Sınıf</b>		
5. sınıf	53	26,5
6. sınıf	35	17,5
7. sınıf	54	27,0
8. sınıf	58	29,0
<b>Yaş</b>		
10	10	5,0
11	38	19,0
12	44	22,0
13	45	22,5
14	48	24,0
15	15	7,5
<b>Son dönem karne notu</b>		
0-49,99	5	2,5
50-59,99	11	5,5
60-69,99	41	20,5
70-84,99	62	31,0
85-100	81	40,5
<b>Yaşanılan evdeki kişi sayısı</b>		
3	76	38,0
4	91	45,5
5 veya daha fazla	33	16,5

Tablo 1’deki demografik bilgilere ilişkin bulgular incelendiğinde öğrencilerin %47’sinin (n=94) kız, %53’ünün (n=106) erkek olduğu görülmektedir. Öğrencilerin %26,5’i (n=53) 5. sınıfa giderken, %17,5’i (n=35) 6. sınıfa, %27’si (n=54) 7. sınıfa, %29’u (n=58) ise 8. sınıfa gitmektedir. Öğrencilerin %5’i (n=10) 10 yaşında, %19’u (n=38) 11 yaşında, %22’si (n=44) 12 yaşında, %22,5’i (n=45) 13 yaşında, %24’ü (n=48) 14 yaşında ve %7,5’i (n=15) 15 yaşındadır. Erkek öğrencilerin yaş ortalaması  $12,93 \pm 1,45$  olarak

bulunurken kız öğrencilerin yaş ortalaması 12,31±1,17 olarak bulunmuştur. Öğrencilerin %2,5'inin (n=5) karne notu 50'den düşükken, %5,5'inin (n=11) karne notu 50-60 arasında, %20,5'inin (n=41) karne notu 60-70 arasında, %31'inin (n=62) karne notu 70-85 arasında ve %40,5'inin (n=81) karne notu %85-100 arasındadır. Öğrencilerin %46'sı (n=92) geniş aile ile, %54'ü (n=108) ise çekirdek aile ile yaşamaktadır. Öğrencilerin %38'i (n=76) evde 3 kişiyle yaşarken, %45,5'i (n=91) 4 kişiyle, %16,5'i (n=33) 5 veya daha fazla kişiyle yaşamaktadır.

**Tablo 2: Bilgisayar Kullanım Bilgilerine İlişkin Frekans Analizi Sonuçları**

Tablo 2'de bilgisayar kullanım bilgilerine ilişkin frekans analiz sonuçları gösterilmektedir. Bilgisayar kullanım bilgilerine ait alt başlıklar, bilgisayar sahipliği, bilgisayar konumu, bilgisayar kullanım kısıtlaması veya izin süresi, kısıtlama veya izin süresine uyma sıklığı, bilgisayarda geçirilen süreden dolayı uyarılma sıklığı, bilgisayar kullanma sıklığı, bilgisayar kullanırken yapılanlar, gün içerisinde bilgisayar kullanma süresi, okul dışındaki zamanda düzenli yapılan aktiviteler, okul dışındaki zamanda düzenli yapılan aktivitelerin yapılma süresi şeklindedir.

	Frekans	Yüzde
<b>Bilgisayar sahipliği</b>		
Kendine ait bir bilgisayarı var	160	80,0
Kendine ait bir bilgisayarı yok	40	20,0
<b>Bilgisayar konumu</b>		
Ortak kullanım alanlarında (Salon, oturma odası vs.)	55	27,5
Kendi odasında	145	72,5
<b>Bilgisayar kullanım kısıtlaması veya izin süresi</b>		
Var	98	49,0
Yok	102	51,0
<b>Kısıtlama veya izin süresine uyma sıklığı</b>		
Her zaman	18	18,4
Sıklıkla	50	51,0
Bazen	25	25,5
Nadiren	5	5,1
<b>Bilgisayarda geçirilen süreden dolayı uyarılma sıklığı</b>		
Her zaman	48	24,0
Sıklıkla	70	35,0
Bazen	45	22,5
Nadiren	22	11,0
Hiçbir zaman	15	7,5
<b>Bilgisayar kullanma sıklığı</b>		
Her gün	144	72,0
İki günde bir	24	12,0
Üç günde bir	17	8,5
Haftada iki gün	15	7,5
<b>Bilgisayar kullanırken yapılanlar</b>		

Ödev hazırlamak	99	49,5
Sohbet etmek	88	44,0
Film ya da video izlemek	113	56,5
Müzik dinlemek	82	41,0
Sosyal medya hesaplarında gezmek	87	43,5
Oyun oynamak	98	49,0
İnternette gezinmek	41	20,5
Diğer	20	10,0
<b>Gün içerisinde bilgisayar kullanma süresi</b>		
1 saat	40	20,0
2-5 saat arası	90	45,0
6 saatten fazla	70	35,0
<b>Okul dışındaki zamanda düzenli yapılan aktiviteler (hobi, sosyal aktivite, spor, müzik vb.)</b>		
Evet	105	52,5
Hayır	95	47,5
<b>Okul dışındaki zamanda düzenli yapılan aktivitelerin yapılma süresi</b>		
1 yıldan az süreyle	10	9,5
1-2 yıldır	41	39,0
2-4 yıldır	28	26,7
4 yıldan uzun süredir	26	24,8

Tablo 2'deki bilgisayar kullanımı ile ilgili bilgiler incelendiğinde öğrencilerin %80'inin (n=160) kendilerine ait bir bilgisayarı olduğu görülürken, %27,5'inde (n=55) bilgisayar ortak kullanım alanlarında, %72,5'inde (n=145) ise kendi odasında durmaktadır.

Öğrencilerin %49'unun (n=98) bilgisayar kullanım kısıtlaması veya izin süresi yoktur. Kısıtlaması bulunan öğrencilerin %18,4'ü (n=18) bu kısıtlamalara her zaman uyarken %51'i (n=50) sıklıkla, %25,5'i (n=25) bazen, %5,1'i (n=5) ise nadiren uymaktadır. Öğrencilerin %24'ü (n=48) bilgisayarda geçirdiği süreden dolayı her zaman uyarılırken, %35'i (n=70) sıklıkla, %22,5'i (n=45) bazen, %11'i (n=22) nadiren uyarılmakta ve %7,5'i (n=15) hiçbir zaman uyarılmamaktadır.

Öğrencilerin %73,5'i (n=147) bilgisayarda planladıklarından daha uzun süre vakit geçirmektedir. Öğrencilerin %72'si (n=144) bilgisayarı her gün kullanmaktadır. Bilgisayar kullanırken öğrencilerin %49,5'i (n=99) ödev hazırlamakta, %44'ü (n=88) sohbet etmekte, %56,5'i (n=113) film ya da video izlemekte, %41'i (n=82) müzik dinlemekte, %43,5'i (n=87) sosyal medya hesaplarında gezmekte, %49'u (n=98) oyun oynamakta, %20,5'i (n=41) de internette gezinmektedir.

Öğrencilerin %20'si (n=40) gün içerisinde bilgisayarı 1 saat kullanırken, %45'i (n=90) 2-5 saat arası, %35'i (n=70) ise 6 saatten fazla kullanmaktadır. Öğrencilerin %52,5'inin (n=105) okul dışındaki zamanlarında düzenli olarak yaptıkları hobi, sosyal aktivite, spor, müzik vb. uğraşları vardır. Bu öğrencilerin %9,5'i (n=10) bu yaptıklarını 1 yıldan az

süreyle yaparken %39'u (n=41) 1-2 yıldır, %26,7'si (n=28) 2-4 yıldır, %24,8'i (n=26) ise 4 yıldan uzun süredir yapmaktadır.

### 3.2. Hipotez ve Araştırma Sorularına Yönelik Bulgular

Araştırmada; İnternet Bağımlılığı Ölçeği alt ölçeklerinden “Yoksunluk”, “Kontrol Güçlüğü”, “İşlevsellikte Bozulma” ve “Sosyal İzolasyon” ile Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği alt ölçeklerinden “Fiziksel Saldırganlık”, “Öfke”, “Düşmanlık”, ve “Sözel Saldırganlık” araştırmanın değişkenlerini oluşturmaktadır.

Araştırmanın bu kısmında, araştırma değişkenlerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler incelenecektir.

**Tablo 3: Araştırma Değişkenlerine Yönelik Tanımlayıcı Analiz Sonuçları**

	N	Min.	Maks	Ort.	SS	Çarpıklık	Basıklık
<b>İnternet Bağımlılığı Ölçeği</b>							
Yoksunluk	200	1,00	5,00	2,77	,84	,179	,376
Kontrol Güçlüğü	200	1,00	5,00	2,80	,88	-,139	-,188
İşlevsellikte Bozulma	200	1,00	5,00	2,89	1,03	-,333	-,860
Sosyal İzolasyon	200	1,00	5,00	2,36	,86	,531	,791
<b>Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği</b>							
Fiziksel Saldırganlık	200	1,63	3,63	2,19	,41	,711	,518
Öfke	200	1,17	3,17	2,33	,49	-,567	-,107
Düşmanlık	200	1,14	3,86	2,66	,77	-,192	-1,098
Sözel Saldırganlık	200	1,00	4,00	2,57	,63	,094	,022

Araştırma değişkenlerine yönelik tanımlayıcı analiz sonuçları Tablo 3'te incelenmiştir. Buna göre internet bağımlılığı ölçeğinin yoksunluk alt ölçeğinden öğrencilerin ortalama  $2,77 \pm 0,84$  puan aldıkları görülürken, kontrol güçlüğü alt ölçeğinden ortalama  $2,80 \pm 0,88$  puan, işlevsellikte bozulma alt ölçeğinden ortalama  $2,89 \pm 1,03$  puan, sosyal izolasyon alt ölçeğinden ise ortalama  $2,36 \pm 0,86$  puan almışlardır.

Buss-Perry saldırganlık ölçeğinin fiziksel saldırganlık alt ölçeğinden öğrencilerin ortalama  $2,19 \pm 0,41$  puan aldıkları görülürken, öfke alt ölçeğinden ortalama  $2,33 \pm 0,49$  puan, düşmanlık alt ölçeğinden ortalama  $2,66 \pm 0,77$  puan, sosyal izolasyon alt ölçeğinden ise ortalama  $2,57 \pm 0,63$  puan almışlardır.

Ölçeklerin normal dağılım varsayımına uyup uymadığı çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakarak belirlenmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin  $+1,5$  ve  $-1,5$  değerleri arasında olması değişkenlerin normal dağılıma uyum gösterdiğini ifade etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Yapılan analizler sonucunda değişkenlerin tamamının belirtilen aralıklarda olduğu tespit edilmiştir. Bu sebeplerden dolayı değişkenlerin normal dağılıma uyduğu varsayımı kabul edilmiştir. Değişkenlerin kullanıldığı analizlerde parametrik analiz yöntemleri kullanılacaktır.

### 3.3. İnternet Bağımlılığı Alt Ölçekleri ile Saldırganlık Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

Tablo 4’te internet bağımlılığı ve saldırganlık arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile test edilmiştir.

**Tablo 4: İnternet Bağımlılığı Alt Ölçekleri ile Saldırganlık Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları**

		Fiziksel Saldırganlık	Öfke	Düşmanlık	Sözel saldırganlık
Yoksunluk	r	,207**	,285**	,409**	,376**
	p	,003	,000	,000	,000
Kontrol Güçlüğü	r	,215**	,329**	,403**	,212**
	p	,002	,000	,000	,003
İşlevsellikte Bozulma	r	,132	,333**	,455**	,171*
	p	,062	,000	,000	,015
Sosyal İzolasyon	r	,166*	,200**	,260**	,082
	p	,019	,005	,000	,250

\*  $p < ,05$  \*\*  $p < ,01$

Elde edilen bulgular incelendiğinde öğrencilerin fiziksel saldırganlık düzeyleri ile yoksunluk ( $r= ,207$ ), kontrol güçlüğü ( $r= ,215$ ) ve sosyal izolasyon düzeyleri ( $r= ,166$ ) arasında anlamlı ve pozitif yönlü korelasyon bulunmuştur ( $p < ,05$ ).

Öğrencilerin öfke düzeyleri ile yoksunluk ( $r= ,285$ ), kontrol güçlüğü ( $r= ,329$ ), işlevsellikte bozulma ( $r= ,333$ ) ve sosyal izolasyon düzeyleri ( $r= ,200$ ) arasında anlamlı ve pozitif yönlü korelasyon bulunmuştur ( $p < ,01$ ).

Öğrencilerin düşmanlık düzeyleri ile yoksunluk ( $r= ,409$ ), kontrol güçlüğü ( $r= ,403$ ), işlevsellikte bozulma ( $r= ,455$ ) ve sosyal izolasyon düzeyleri ( $r= ,260$ ) arasında anlamlı ve pozitif yönlü korelasyon bulunmuştur ( $p < ,01$ ).

Öğrencilerin sözel saldırganlık düzeyleri ile yoksunluk ( $r= ,376$ ), kontrol güçlüğü ( $r= ,212$ ) ve işlevsellikte bozulma düzeyleri ( $r= ,171$ ) arasında anlamlı ve pozitif yönlü korelasyon bulunmuştur ( $p < ,05$ ).

### **3.4. Regresyon Analizi ve Hipotezlerin Test Edilmesi**

Araştırmanın bu kısmında, İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin alt ölçeklerinin Buss-Perry Saldırganlık Ölçeğinin alt ölçekleri üzerindeki etkisi incelenecektir. Birden fazla bağımsız değişkenin (internet bağımlılığı alt ölçekleri), bir bağımlı değişken (saldırganlık alt ölçekleri) üzerindeki etkisi inceleneceği için hipotezleri test etmek amacıyla Çoklu Lineer Regresyon Analizi kullanılacaktır.

Test edilecek hipotezler ise şu şekildedir:

H1. İnternet bağımlılığı ile saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2. İnternet bağımlılığı fiziksel saldırganlığı yordamaktadır.

H3. İnternet bağımlılığı öfkeyi yordamaktadır.

H4. İnternet bağımlılığı düşmanlığı yordamaktadır.

H5. İnternet bağımlılığı sözel saldırganlığı yordamaktadır.

Bu hipotezler ışığında şu araştırma sorularına cevap verilmesi planlanmıştır.

1. İnternet bağımlılığı düzeyi cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
2. İnternet bağımlılık düzeyi sınıf düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?
3. İnternet bağımlılığı düzeyi karne notuna göre farklılaşmakta mıdır?

4. İnternet bağımlılığı düzeyi, bilgisayar sahibi olma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

5. İnternet bağımlılığı düzeyi, bilgisayarda vakit geçirme süresine göre farklılaşmakta mıdır?

6. İnternet bağımlılığı düzeyi, düzenli olarak aktivite yapma durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

### 3.4.1. İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Fiziksel Saldırganlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Bulgular

Tablo 5’te internet bağımlılığı alt ölçeklerinin fiziksel saldırganlık üzerine etkisine yönelik regresyon analiz sonuçları gösterilmiştir.

**Tablo 5: İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Fiziksel Saldırganlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

	<b>B</b>	<b>t</b>	<b>P</b>	<b>F</b>	<b>R<sup>2</sup></b>
<b>Sabit</b>		18,258	,000		
<b>Yoksunluk</b>	,079	,611	,542		
<b>Kontrol Güçlüğü</b>	,667	2,703	,007	4,128*	,078
<b>İşlevsellikte Bozulma</b>	-,365	-2,069	,040		
<b>Sosyal İzolasyon</b>	-,200	-1,103	,271		

**Bağımlı değişken: Fiziksel saldırganlık**

\* p <,01

Tablo 5’te bağımsız değişken olan internet bağımlılığı alt ölçeklerinin bağımlı değişken olan fiziksel saldırganlığı ne derece etkilediğini tespit etmek amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve bu değişkenlerin fiziksel saldırganlık değişkeninin varyansının %7,8’ini açıkladığı görülmektedir,  $R^2 = ,078$ ;  $F(4, 195) = 4,128$ ,  $p <,01$ .

Bulunan sonuçlarda kontrol güçlüğü’nün fiziksel saldırganlığı anlamlı ve pozitif yönde etkilediği ( $\beta = ,667$ ,  $p <,05$ ), işlevsellikle bozulmanın ise fiziksel saldırganlığı anlamlı ve negatif yönde etkilediği ( $\beta = -,365$ ,  $p <,05$ ) görülmektedir. Buna göre, kontrol güçlüğü fiziksel saldırganlığı pozitif yönlü olarak etkilerken işlevsellikte bozulma negatif yönde etkilemektedir. Bu sonuçlara göre araştırmanın ikinci hipotezi doğrulanmıştır.

### 3.4.2. İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Öfke Üzerindeki Etkisine Yönelik Bulgular

Tablo 6’da internet bağımlılığı alt ölçeklerinin öfke üzerindeki etkisine yönelik regresyon analiz sonuçları gösterilmiştir.

**Tablo 6: İnternet Bağımlılığı Alt Boyutlarının Öfke Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

	B	T	P	F	R <sup>2</sup>
Sabit		15,140	,000		
Yoksunluk	,211	1,745	,083		
Kontrol Güçlüğü	,561	2,437	,016	12,004*	,198
İşlevsellikte Bozulma	,310	1,887	,061		
Sosyal İzolasyon	-,753	-4,458	,000		

**Bağımlı değişken: Öfke**

\* p <,01

Tablo 6’da bağımsız değişken olan internet bağımlılığı alt ölçeklerinin bağımlı değişken olan öfkeyi ne derece etkilediğini tespit etmek amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve bu değişkenlerin öfke değişkeninin varyansının %19,8’ini açıklayabildiği görülmektedir,  $R^2 = ,198$ ;  $F(4, 195) = 12,004$ ,  $p <,01$ . Bulunan sonuçlara göre yoksunluk ( $\beta = ,211$ ,  $p <,05$ ) ve kontrol güçlüğü ( $\beta = ,561$ ,  $p <,05$ ) öfkeyi anlamlı ve pozitif yönde etkilediği, sosyal izolasyonun ise öfkeyi negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde etkilediği ( $\beta = -,753$ ,  $p <,05$ ) görülmektedir. Buna göre, yoksunluk, kontrol güçlüğü ve işlevsellikle bozulma öfkeyi pozitif yönlü olarak etkilerken sosyal izolasyon negatif yönde etkilemektedir. Bu sonuçlara göre üçüncü hipotez doğrulanmıştır.

### 3.4.3. İnternet Bağımlılığı Alt Boyutlarının Düşmanlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Bulgular

Tablo 7’de internet bağımlılığı alt ölçeklerinin düşmanlık saldırganlık üzerindeki etkisine yönelik regresyon analiz sonuçları gösterilmiştir.

**Tablo 7: İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Düşmanlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

	B	T	P	F	R <sup>2</sup>
Sabit		8,544	,000		
Yoksunluk	,502	4,665	,000		
Kontrol Güçlüğü	,170	,830	,408	28,240*	,367
İşlevsellikte Bozulma	,740	5,066	,000		
Sosyal İzolasyon	-,937	-6,247	,000		

**Bağımlı değişken: Düşmanlık**

\* p <,01

Tablo 7’de bağımsız değişken olan internet bağımlılığı alt ölçeklerinin bağımlı değişken olan düşmanlığı ne derece etkilediğini tespit etmek amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve bu değişkenlerin düşmanlık değişkeninin varyansının %36,7’sini açıklayabildiği görülmektedir,  $R^2 = ,367$ ;  $F(4, 195) = 28,240$ ,  $p < ,01$ . Bulunan sonuçlara göre yoksunluk ( $\beta = ,502$ ,  $p < ,05$ ) ve işlevsellikle bozulmanın ( $\beta = ,740$ ,  $p < ,05$ ) düşmanlığı anlamlı ve pozitif bir şekilde yordadığı, sosyal izolasyonun ise düşmanlığı anlamlı ve negatif yönde etkilediği ( $\beta = -,937$ ,  $p < ,05$ ) görülmektedir. Buna göre, yoksunluk ve işlevsellikle bozulma düşmanlığı pozitif yönlü olarak etkilerken sosyal izolasyon negatif yönde etkilemektedir. Bu sonuçlara göre dördüncü hipotez doğrulanmıştır.

#### 3.4.4. İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Sözel Saldırganlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Bulgular

Tablo 8’de internet bağımlılığı alt ölçeklerinin sözel saldırganlık üzerine etkisine yönelik regresyon analiz sonuçları gösterilmiştir.

**Tablo 8: İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinin Sözel Saldırganlık Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları**

	$\beta$	T	p	F	$R^2$
<b>Sabit</b>		12,502	,000		
<b>Yoksunluk</b>	,840	7,573	,000		
<b>Kontrol Güçlüğü</b>	,322	1,527	,128	23,621*	,326
<b>İşlevsellikte Bozulma</b>	,153	1,015	,311		
<b>Sosyal İzolasyon</b>	-1,030	-6,658	,000		
<b>Bağımlı değişken: Sözel saldırganlık</b>					

\*  $p < ,01$

Tablo 8’de bağımsız değişken olan internet bağımlılığı alt ölçeklerinin bağımlı değişken olan sözel saldırganlığı ne derece etkilediğini tespit etmek amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre bu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve bu değişkenlerin sözel saldırganlık değişkeninin varyansının %32,6’sını açıklayabildiği görülmektedir,  $R^2 = ,326$ ;  $F(4, 195) = 23,621$ ,  $p < ,01$ . Bulunan sonuçlara göre yoksunluğun sözel saldırganlığı anlamlı ve pozitif bir şekilde yordadığı ( $\beta = ,840$ ,  $p < ,05$ ), sosyal izolasyonun ise sözel saldırganlığı anlamlı ve negatif bir şekilde yordadığı ( $\beta = -$

1,030,  $p < ,05$ ) görülmektedir. Buna göre, yoksunluk sözel saldırganlığı pozitif yönlü olarak etkilerken sosyal izolasyon negatif yönde etkilemektedir. Bu sonuçlara göre beşinci hipotez doğrulanmıştır.

### 3.5. Ortaokul Öğrencilerinin Demografik Bilgileri ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

Araştırmanın bu kısmında ortaokul öğrencilerinin demografik bilgileri ile araştırma değişkenlerinden olan yoksunluk, kontrol gücü, işlevsellikte bozulma, sosyal izolasyon ve fiziksel saldırganlık, öfke, düşmanlık ve sözel saldırganlık düzeyleri arasındaki farklılaşmaları incelenecektir.

#### 3.5.1. Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyeti ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 9’de öğrencilerin cinsiyeti ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik bağımsız örneklem sonuçları gösterilmiştir.

**Tablo 9: Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyeti ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları**

	Cinsiyet	N	Ort.	SS	T	p
<b>İnternet Bağımlılığı Ölçeği</b>						
Yoksunluk	Erkek	94	2,90	,80	1,973	,049*
	Kadın	106	2,67	,86		
Kontrol Güçlüğü	Erkek	94	2,75	,78	-,792	,429
	Kadın	106	2,85	,97		
İşlevsellikte Bozulma	Erkek	94	2,76	,92	-1,743	,083
	Kadın	106	3,01	1,11		
Sosyal İzolasyon	Erkek	94	2,34	,85	-,301	,764
	Kadın	106	2,38	,87		
<b>Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği</b>						
Fiziksel Saldırganlık	Erkek	94	2,11	,41	-2,491	,014*
	Kadın	106	2,26	,40		
Öfke	Erkek	94	2,31	,46	-,495	,621
	Kadın	106	2,34	,51		
Düşmanlık	Erkek	94	2,68	,78	,273	,785
	Kadın	106	2,65	,76		
Sözel Saldırganlık	Erkek	94	2,52	,54	-1,063	,289
	Kadın	106	2,61	,70		

\*  $p < ,05$

Tablo 9’da yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçlarına göre internet bağımlılığı ölçeğinin yoksunluk alt ölçeği ( $t = 1,973$ ,  $p < ,05$ ) ile saldırganlık ölçeğinin fiziksel saldırganlık alt ölçeğinin ( $t = -2,491$ ,  $p < ,05$ ) öğrencilerin cinsiyetine göre farklılık

gösterdiği bulunmuştur. Bu sonuçlara göre kız öğrencilerin internet bağımlılığında yoksunluk çekme düzeyleri erkek öğrencilere göre daha fazlayken, fiziksel saldırganlık düzeyleri daha azdır.

### 3.5.2. Ortaokul Öğrencilerinin Sınıf Düzeyleri ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 10'da öğrencilerin sınıf düzeyleri ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları belirlenmiştir.

**Tablo 10: Ortaokul Öğrencilerinin Sınıf Düzeyleri ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

	Sınıf	N	Ort.	SS	F	p
<b>İnternet Bağımlılığı Ölçeği</b>						
Yoksunluk	5. Sınıf	53	2,81	,63	9,250	,000**
	6. Sınıf	35	3,24	,86		
	7. Sınıf	54	2,36	,74		
	8. Sınıf	58	2,84	,91		
Kontrol Güçlüğü	5. Sınıf	53	2,85	,66	10,425	,000**
	6. Sınıf	35	3,43	,78		
	7. Sınıf	54	2,45	,89		
	8. Sınıf	58	2,70	,92		
İşlevsellikte Bozulma	5. Sınıf	53	2,88	,81	6,905	,000**
	6. Sınıf	35	3,55	,78		
	7. Sınıf	54	2,62	1,14		
	8. Sınıf	58	2,76	1,08		
Sosyal İzolasyon	5. Sınıf	53	2,57	,64	11,193	,000**
	6. Sınıf	35	2,84	,93		
	7. Sınıf	54	1,91	,78		
	8. Sınıf	58	2,31	,87		
<b>Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği</b>						
Fiziksel Saldırganlık	5. Sınıf	53	2,28	,47	2,863	,038*
	6. Sınıf	35	2,29	,26		
	7. Sınıf	54	2,11	,28		
	8. Sınıf	58	2,13	,50		
Öfke	5. Sınıf	53	2,37	,37	1,538	,206
	6. Sınıf	35	2,45	,49		
	7. Sınıf	54	2,30	,58		
	8. Sınıf	58	2,24	,47		
Düşmanlık	5. Sınıf	53	2,78	,53	3,159	,026*
	6. Sınıf	35	2,91	,79		
	7. Sınıf	54	2,62	,95		
	8. Sınıf	58	2,45	,70		
Sözel Saldırganlık	5. Sınıf	53	2,66	,36	3,835	,011*
	6. Sınıf	35	2,71	,63		
	7. Sınıf	54	2,33	,77		
	8. Sınıf	58	2,62	,64		

\* p <,05, \*\* p <,01

Tablo 10’da yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre internet bağımlılığı ölçeğinin yoksunluk ( $F(3, 196) = 9,250, p < ,05$ ), kontrol gücü ( $F(3, 196) = 40,425, p < ,05$ ), işlevsellikte bozulma ( $F(3, 196) = 6,905, p < ,05$ ), sosyal izolasyon ( $F(3, 196) = 11,193, p < ,05$ ) alt ölçekleri ile saldırganlık ölçeğinin fiziksel saldırganlık ( $F(3, 196) = 2,863, p < ,05$ ), düşmanlık ( $F(3, 196) = 3,159, p < ,05$ ) ve sözel saldırganlık ( $F(3, 196) = 3,835, p < ,05$ ) alt ölçeklerinin öğrencilerin sınıf düzeylerine göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bulunan anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit edebilmek amacıyla Bonferroni Post-hoc testi yapılmıştır. Buna göre 6. sınıftaki öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri diğer sınıflardaki öğrencilere göre daha fazladır. Ayrıca 5. ve 6. sınıftaki öğrencilerin fiziksel saldırganlıkları daha yüksek bulunmuştur. 6. sınıftaki öğrencilerin düşmanlık düzeyleri 8. sınıftan fazla olarak bulunmuştur. 7. sınıftaki öğrencilerin sözel saldırganlık düzeyleri ise diğer sınıflardaki öğrencilere göre daha düşük bulunmuştur.

### 3.5.3. Ortaokul Öğrencilerinin Karne Notu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 11’de öğrencilerin karne notu ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları gösterilmiştir.

**Tablo 11: Ortaokul Öğrencilerinin Karne Notu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

	Not	N	Ort.	SS	F	p
<b>İnternet Bağımlılığı Ölçeği</b>						
Yoksunluk	0-69,99	57	3,11	,78	6,928	,000**
	70-84,99	62	2,69	,79		
	85-100	81	2,60	,86		
Kontrol Güçlüğü	0-69,99	57	3,41	,70	26,761	,000**
	70-84,99	62	2,74	,82		
	85-100	81	2,42	,82		
İşlevsellikte Bozulma	0-69,99	57	3,65	,69	28,954	,000**
	70-84,99	62	2,73	,90		
	85-100	81	2,48	1,04		
Sosyal İzolasyon	0-69,99	57	2,92	,92	20,572	,000**
	70-84,99	62	2,18	,64		
	85-100	81	2,11	,79		
<b>Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği</b>						
Fiziksel Saldırganlık	0-69,99	57	2,17	,21	5,112	,007**
	70-84,99	62	2,32	,57		
	85-100	81	2,10	,34		
Öfke	0-69,99	57	2,36	,46	,379	,685
	70-84,99	62	2,35	,58		
	85-100	81	2,29	,43		

Düşmanlık	0-69,99	57	2,72	,75	,225	,799
	70-84,99	62	2,65	,80		
	85-100	81	2,63	,76		
Sözel Saldırganlık	0-69,99	57	2,41	,54	3,415	,035*
	70-84,99	62	2,54	,70		
	85-100	81	2,69	,61		

\*  $p < ,05$ , \*\*  $p < ,01$ , İstatistiksel açıdan doğru ve anlamlı sonuçlar elde etmek ve ortaokul öğrencilerinin genel eğilimini tam olarak yansıtabilmek için; katılımcı sayısı 30'dan az olan 0-49,99 arası kategorisi ve 50,00-59,99 arası kategorisi 60,00-69,99 arası kategorisi ile birleştirilerek 0-69,99 arası kategorisi olarak yeniden isimlendirilmiştir.

Tablo 11'de yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre internet bağımlılığı ölçeğinin yoksunluk ( $F(2, 197) = 6,928, p < ,05$ ), kontrol güçlüğü ( $F(2, 197) = 26,761, p < ,05$ ), işlevsellikte bozulma ( $F(2, 197) = 28,954, p < ,05$ ), sosyal izolasyon ( $F(2, 197) = 20,572, p < ,05$ ) alt ölçekleri ile saldırganlık ölçeğinin fiziksel saldırganlık ( $F(2, 197) = 5,112, p < ,05$ ) ve sözel saldırganlık ( $F(2, 197) = 3,415, p < ,05$ ) alt ölçeklerinin öğrencilerin son dönemdeki karne notu düzeylerine göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bulunan anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit edebilmek amacıyla Bonferroni Post-hoc testi yapılmıştır. Buna göre karne notu 70'in altında olan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri karne notu 70'in üstünde öğrencilere göre daha fazladır. Ayrıca karne notu 70-84,99 arasında olan öğrencilerin fiziksel saldırganlıkları, karne notu 85'ten yüksek olan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Karne notu 85'ten yüksek olan öğrencilerin sözel saldırganlıkları, karne notu 70'ten düşük olan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

#### 3.5.4. Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Sahibi Olma Durumu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 12'de öğrencilerin bilgisayar sahibi olma durumu ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik bağımsız örneklem sonuçları gösterilmiştir.

**Tablo 12: Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Sahibi Olma Durumu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları**

İnternet Bağımlılığı Ölçeği	Bilgisayar	N	Ort.	SS	t	p
Yoksunluk	Var	160	2,80	,85	,996	,321
	Yok	40	2,66	,79		
Kontrol Güçlüğü	Var	160	2,88	,88	2,568	,011*
	Yok	40	2,48	,86		
İşlevsellikte Bozulma	Var	160	3,01	1,01	3,467	,001**
	Yok	40	2,40	,98		

Sosyal İzolasyon	Var	160	2,42	,89	2,017	,045*
	Yok	40	2,12	,68		
<b>Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği</b>						
Fiziksel Saldırganlık	Var	160	2,13	,31	-4,658	,000**
	Yok	40	2,45	,62		
Öfke	Var	160	2,29	,50	-2,095	,037*
	Yok	40	2,47	,41		
Düşmanlık	Var	160	2,62	,77	-1,460	,146
	Yok	40	2,82	,76		
Sözel Saldırganlık	Var	160	2,50	,62	-3,034	,003**
	Yok	40	2,83	,62		

\* p <,05, \*\* p <,01

Tablo 12’de yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçlarına göre internet bağımlılığı ölçeğinin kontrol güçlüğü (t = 2,568, p <,05), işlevsellikte bozulma (t = 3,467, p <,05), sosyal izolasyon (t = 2,017, p <,05) alt ölçekleri ile saldırganlık ölçeğinin fiziksel saldırganlık (t = -4,658, p <,05), öfke (t = -2,095, p <,05) ve sözel saldırganlık (t = -3,034, p <,05) alt ölçeklerinin öğrencilerin kendilerine ait bir bilgisayara sahip olma durumuna göre farklılık gösterdiği bulunmuştur, sırasıyla bu sonuçlara göre bilgisayar sahibi olan öğrencilerin kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma, sosyal izolasyon düzeylerinin bilgisayar sahibi olmayan öğrencilere göre daha fazla olduğu görülürken, fiziksel saldırganlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri daha azdır.

### 3.5.5. Ortaokul Öğrencilerin Gün İçerisinde Bilgisayar Kullanma Süresi ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 13’de öğrencilerin gün içerisinde bilgisayar kullanma süresi ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik bulgular gösterilmiştir.

**Tablo 13: Ortaokul Öğrencilerinin Gün İçerisinde Bilgisayar Kullanma Süresi ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

	Süre	N	Ort.	SS	F	p
<b>İnternet Bağımlılığı Ölçeği</b>						
Yoksunluk	1 saat	40	2,25	,67	10,827	,000**
	2-5 saat arası	90	2,87	1,04		
	6 saatten fazla	70	2,95	,42		
Kontrol Güçlüğü	1 saat	40	2,15	,79	22,171	,000**
	2-5 saat arası	90	2,77	1,01		
	6 saatten fazla	70	3,21	,43		
İşlevsellikte Bozulma	1 saat	40	2,08	,63	36,166	,000**
	2-5 saat arası	90	2,76	1,15		
	6 saatten fazla	70	3,53	,55		

Sosyal İzolasyon	1 saat	40	1,84	,68	17,028	,000**
	2-5 saat arası	90	2,29	1,01		
	6 saatten fazla	70	2,75	,49		
<b>Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği</b>						
Fiziksel Saldırganlık	1 saat	40	2,08	,47	2,272	,106
	2-5 saat arası	90	2,25	,47		
	6 saatten fazla	70	2,18	,26		
Öfke	1 saat	40	2,08	,36	11,795	,000**
	2-5 saat arası	90	2,30	,58		
	6 saatten fazla	70	2,51	,32		
Düşmanlık	1 saat	40	2,24	,66	16,301	,000**
	2-5 saat arası	90	2,57	,89		
	6 saatten fazla	70	3,02	,43		
Sözel Saldırganlık	1 saat	40	2,49	,31	,514	,599
	2-5 saat arası	90	2,56	,82		
	6 saatten fazla	70	2,61	,46		

\* p <,05, \*\* p <,01

Tablo 13'te yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre internet bağımlılığı ölçeğinin yoksunluk ( $F(2, 197) = 10,827, p <,05$ ), kontrol gücü ( $F(2, 197) = 22,171, p <,05$ ), işlevsellikte bozulma ( $F(2, 197) = 36,166, p <,05$ ), sosyal izolasyon ( $F(2, 197) = 17,028, p <,05$ ) alt ölçekleri ile saldırganlık ölçeğinin öfke ( $F(2, 197) = 11,795, p <,05$ ) ve düşmanlık ( $F(2, 197) = 16,301, p <,05$ ) alt ölçeklerinin öğrencilerin son dönemdeki karne notu düzeylerine göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bulunan anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit edebilmek amacıyla Bonferroni Post-hoc testi yapılmıştır. Buna göre gün içerisinde bilgisayarda 1 saat vakit geçiren öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri gün içerisinde bilgisayarda 1 saatten fazla vakit geçiren öğrencilere göre daha azdır. Ayrıca gün içerisinde bilgisayarda 6 saatten fazla vakit geçiren öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri gün içerisinde bilgisayarda 6 saatten az vakit geçiren öğrencilere göre daha fazladır. Bunların yanı sıra gün içerisinde bilgisayarda 1 saat vakit geçiren öğrencilerin öfke ve düşmanlık düzeyleri gün içerisinde bilgisayarda 1 saatten fazla vakit geçiren öğrencilere göre daha azdır. Gün içerisinde bilgisayarda 6 saatten fazla vakit geçiren öğrencilerin ise öfke ve düşmanlık düzeyleri gün içerisinde bilgisayarda 6 saatten az vakit geçiren öğrencilere göre daha fazladır.

### 3.5.6. Ortaokul Öğrencilerinin Okul Dışında Düzenli Aktivite Yapma Durumu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 14'de öğrencilerin okul dışında düzenli aktivite yapma durumu ile araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik bağımsız örneklem sonuçları gösterilmiştir.

**Tablo 14: Ortaokul Öğrencilerinin Okul Dışında Düzenli Aktivite Yapma Durumu ile Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları**

	Aktivite yapma	N	Ort.	SS	t	p
<b>İnternet Bağımlılığı Ölçeği</b>						
Yoksunluk	Evet	2,49	,84	2,49	-5,351	<b>,000**</b>
	Hayır	3,09	,71	3,09		
Kontrol Güçlüğü	Evet	2,35	,85	2,35	-8,959	<b>,000**</b>
	Hayır	3,30	,61	3,30		
İşlevsellikte Bozulma	Evet	2,33	,97	2,33	10,010	<b>,000**</b>
	Hayır	3,52	,67	3,52		
Sosyal İzolasyon	Evet	1,96	,79	1,96	-8,001	<b>,000**</b>
	Hayır	2,81	,71	2,81		
<b>Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği</b>						
Fiziksel Saldırganlık	Evet	2,16	,51	2,16	-1,150	,252
	Hayır	2,23	,25	2,23		
Öfke	Evet	2,25	,52	2,25	-2,557	<b>,011*</b>
	Hayır	2,42	,43	2,42		
Düşmanlık	Evet	2,50	,82	2,50	-3,291	<b>,001**</b>
	Hayır	2,85	,66	2,85		
Sözel Saldırganlık	Evet	2,59	,73	2,59	,627	,532
	Hayır	2,54	,50	2,54		

\* p <,05, \*\* p <,01

Tablo 14'te yapılan bağımsız örneklem t-testi sonuçlarına göre internet bağımlılığı ölçeğinin yoksunluk (t = -5,351, p <,05), kontrol güçlüğü (t = -8,959, p <,05), işlevsellikte bozulma (t = -10,010, p <,05), sosyal izolasyon (t = -8,001, p <,05) alt boyutları ile saldırganlık ölçeğinin öfke (t = -2,557, p <,05) ve düşmanlık (t = -3,291, p <,05) alt ölçeğinin öğrencilerin okul dışında düzenli bir şekilde aktivite yapma düzeylerine göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu sonuçlara göre okul dışında düzenli olarak aktivite yapan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri ile öfke ve düşmanlık düzeylerinin daha az olduğu görülmüştür.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonuçlarına göre bütün hipotezler doğrulanmıştır. Birinci hipotez olan “H1. İnternet bağımlılığı ile saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki vardır.” hipotezine yönelik elde edilen bulgulara bakıldığında öğrencilerin saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan fiziksel saldırganlık düzeyleri arttıkça internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan yoksunluk, kontrol güçlüğü ve sosyal izolasyon düzeylerinde de artış gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca öğrencilerin saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan öfke ve düşmanlık düzeyleri arttıkça internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon düzeyleri de artmaktadır. Bunlara ek olarak öğrencilerin saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan sözel saldırganlık düzeyleri arttıkça, internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan yoksunluk, kontrol güçlüğü ve işlevsellikte bozulma düzeylerinde artış görülmektedir.

Araştırmanın diğer hipotezlerine yönelik yapılan analizler incelendiğinde internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan kontrol güçlüğü'nün saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan fiziksel saldırganlığı pozitif yönlü olarak etkilerken internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan işlevsellikte bozulmanın negatif yönde etkilediği bulunmuştur. Ayrıca internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçekleri olan yoksunluk ve kontrol güçlüğü'nün saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan öfkeyi pozitif yönlü olarak, internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan sosyal izolasyonun ise saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan öfkeyi negatif yönlü olarak etkilediği ancak bunlardan en çok internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan sosyal izolasyonun saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan öfke üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur. Bulunan sonuçlara göre internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan yoksunluk ve işlevsellikle bozulma, saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan düşmanlığı pozitif yönlü olarak etkilerken internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan sosyal izolasyon negatif yönde etkilemektedir ancak bunlardan en çok internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan sosyal izolasyonun saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan düşmanlık üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur. Hipotezlere yönelik son bulguya bakıldığında ise internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan yoksunluk, saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan sözel saldırganlığı pozitif yönlü olarak etkilerken internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan sosyal izolasyonun negatif yönde etkilediği bulunmuştur.

Araştırmada bunların yanı sıra ortaokul öğrencilerinin demografik bilgileri ile internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan yoksunluk, kontrol gücünü, işlevsellikte bozulma, sosyal izolasyon ve saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan fiziksel saldırganlık, öfke, düşmanlık ve sözel saldırganlık düzeyleri arasındaki farklılaşmaları incelenmiştir. Bulunan sonuçlara bakıldığında; kız öğrencilerin internet bağımlılığında yoksunluk çekme düzeyleri erkek öğrencilere göre daha fazlayken, saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan fiziksel saldırganlık düzeyleri daha azdır. 6. sınıftaki öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri diğer sınıflardaki öğrencilere göre daha fazladır. 5. ve 6. sınıftaki öğrencilerin saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan fiziksel saldırganlıkları daha yüksek bulunmuştur. 6. sınıftaki öğrencilerin saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan düşmanlık düzeyleri 8. sınıftan fazla olarak bulunmuştur. 7. sınıftaki öğrencilerin saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan sözel saldırganlık düzeyleri ise diğer sınıflardaki öğrencilere göre daha düşük bulunmuştur. Karne notu 70'in altında olan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri karne notu 70'in üstünde öğrencilere göre daha fazladır. Karne notu 70-84,99 arasında olan öğrencilerin saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan fiziksel saldırganlıkları, karne notu 85'ten yüksek olan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Karne notu 85'ten yüksek olan öğrencilerin saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan sözel saldırganlıkları, karne notu 70'ten düşük olan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Bilgisayar sahibi olan öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeğinin alt ölçeği olan kontrol gücünü, işlevsellikte bozulma, sosyal izolasyon düzeylerinin bilgisayar sahibi olmayan öğrencilere göre daha fazla olduğu görülürken, saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan fiziksel saldırganlık, öfke ve sözel saldırganlık düzeyleri daha azdır. Gün içerisinde bilgisayarda 1 saat vakit geçiren öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri gün içerisinde bilgisayarda 1 saatten fazla vakit geçiren öğrencilere göre daha azdır. Ayrıca gün içerisinde bilgisayarda 6 saatten fazla vakit geçiren öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri gün içerisinde bilgisayarda 6 saatten az vakit geçiren öğrencilere göre daha fazladır. Bunların yanı sıra gün içerisinde bilgisayarda 1 saat vakit geçiren öğrencilerin saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan öfke ve düşmanlık düzeyleri gün içerisinde bilgisayarda 1 saatten fazla vakit geçiren öğrencilere göre daha azdır. Gün içerisinde bilgisayarda 6 saatten fazla vakit geçiren öğrencilerin ise saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan öfke ve düşmanlık düzeyleri gün içerisinde bilgisayarda 6 saatten az vakit geçiren öğrencilere göre daha fazladır. Okul dışında düzenli olarak aktivite yapan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri ile

saldırganlık ölçeğinin alt ölçeği olan öfke ve düşmanlık düzeylerinin daha az olduğu görülmüştür.

Araştırmada internet bağımlılığı ve saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kim ve arkadaşları da (2008) de yaptıkları araştırmada internet oyun bağımlılığı ile saldırganlığın arasında pozitif korelasyon bulmuştur. Benzer şekilde Ayazseven ve Önder (2018) de internet bağımlılığının saldırganlık (fiziksel ve dolaylı saldırganlık) ile pozitif korelasyonu olduğunu bulmuştur. Agbaria (2020) internet bağımlılığının üniversite öğrencilerinde saldırganlık ile pozitif, öz kontrol ile negatif ilişkili olduğunu belirlemiştir. Çoğu araştırma fiziksel saldırganlığın internet üzerinden oynanan şiddet içerikli oyunlarla ilişkisi olduğu ortaya konulmuştur ama tam olarak net değildir bunun sebebi olarak da kültürden kültüre ve örnekleme göre değişkenlik gösterildiği düşünülmektedir. Davranışsal bağımlılıklar da saldırganlık gibi yoruma çok açık kavramlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla, internette maruz kalınanlar saldırganlık oluşturuyor olabileceği gibi zaten saldırgan özellikte olan insanların örneğin düşük öz kontrol gibi kişilik özellikleri onların internet bağımlısı olmalarına yol açıyor olabilir.

Çalışmamızda fiziksel saldırganlık düzeyleri ile yoksunluk, kontrol güçlüğü ve sosyal izolasyon düzeyleri anlamlı seviyede pozitif korelasyon göstermektedir. Literatürde çok sayıda çalışma internet bağımlılarında yoksunluğun fiziksel saldırganlık ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Arısoy (2009), internet yoksunluğunda bağımlının sinirli ve saldırgan olduğunu belirtmiştir. İnternet bağımlılığı ile saldırganlık arasındaki pozitif korelasyon tekrar tekrar gösterildiği halde ilişkinin yönü ve aracı faktörler tam olarak tanımlanmamıştır. Yoksunluk en önemli arası faktörlerden biri olarak düşünülebilir. Hatta yoksunluk halinde saldırganlık yaşanması zaten internet bağımlılığının tanı ölçütleri arasında yer almaktadır (Lim, et al., 2015). Aynı şekilde Puri vd. (2016)'nin çalışmaları gibi birçok çalışma internet bağımlılığı ile sosyal izolasyonun bağlantılarını ifade etmişlerdir. Ancak burada da ilişkinin hangi yönlü olduğu net değildir. Sonuç olarak bu konuda da bulgularımızın literatürle tam örtüştüğü görülmektedir.

Bu araştırmada, kontrol güçlüğü'nün fiziksel saldırganlığı pozitif yönde etkilerken işlevselliğin bozulmasını ise negatif yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. İnternet bağımlılığını karakterize eden durumlar arasında işlevsellik kaybı ve kontrol güçlüğü bulunmaktadır. Literatürde internet bağımlılığının sık sık dürtü kontrolüne bağlandığı

görülmektedir. Örneğin Dalbudak ve arkadaşları (2013) dürtüselliğin internet bağımlılığını belirleyen temel faktörlerden olduğunu ifade etmiştir. Yani dürtüsellik var ve dürtü kontrolü yok ise doğal olarak bağımlılığa yatkınlık olmaktadır. Bu durum bulgularımızla örtüşür. Kontrol güçlüğü ve öfke arasında da pozitif ilişki tespit edilmiştir. Yani internet bağımlılarında sıklıkla görülen dürtü kontrol bozukluğu aynı zamanda öfkeyi arttırarak, öfke kontrolünü zorlaştırarak ve saldırganlığı arttırarak internet bağımlılarında saldırganlığın sık görülmesini açıklayabilir.

Kız öğrencilerde internet bağımlılığı temelli yoksunluk daha fazla olarak bulunmuştur. Cinsiyet faktörünü inceleyen birçok araştırma, bilgisayar oyunu oynama oranlarında da çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyinde de erkeklerin kızlardan anlamlı derecede yüksek değerlere sahip olduklarını göstermektedir (Tüfekçi, 2007; Jansz & Tanis, 2007; Erboy, 2010; Çakır, Ayas, & Horzum, 2011; Çavuş, Ayhan, & Tuncer, 2016; Ankara Kalkınma Ajansı, 2016; Denizci Nazlıgül, Baş, Akyüz, & Yorulmaz, 2018). Chiu, Lee, & Huang (2004) Tayvan'daki çocuk ve ergenlerin video oyun bağımlılığını incelemek için 5. ve 8. sınıf öğrencilerinden oluşan 1228 katılımcı üzerinde yürüttükleri araştırmada erkeklerin daha çok oyun oynadığını bulmuşlardır. Ancak cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olmadığını bulgulayan çalışmalara da rastlanmaktadır. (Demirtaş Madran & Ferligül Çakılcı, 2014). Ha ve Hwang (2014) internet bağımlılığında cinsiyet farklılıklarını incelediği araştırmasında bu konuda bir farklılık raporlamamıştır. Bir başka çalışmada, (Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Öfkeyi İfade Biçimleri- 2018) madde dışı bağımlılıklardan dijital oyun bağımlılıklarında erkeklerin, kızlara oranla daha fazla dijital oyun bağımlısı olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın bu bulgusu bazı araştırmacılarca desteklenmektedir bazı araştırmacılarca desteklenmemektedir.

Fiziksel saldırganlık ise erkeklerde daha fazla olarak bulunmuştur. Ko vd. (2009) de internet bağımlısı ergenlerde saldırganlığı inceleyerek aynı doğrultuda sonuç belirtmiştir. Bu iki sonuç iki cinsiyetin bağımlılığa olan farklı tepkilerini gösterir. Erkeklerde artan saldırganlık literatür taraması kısmında belirtilen hormon farklılıklarına yanı sıra toplumsal cinsiyet bağlamında erkeklerin yetiştikleri aile ortamları gereği, saldırganlıklarının açık veya gizli toplumda kabul görüldüğü ve normalleştirildiği için erkeklerin çok da bu davranışlarını saklayıp gizlemedikleri sonucuna varılabilir. Bununla beraber, erkek çocukların ülkemizde çokça rastlanan “benim oğlum yapar, sana vurana sende vur, altta kalma, erkek adamsın” şeklindeki yetiştirme tutumuna maruz

kalmalarına baęlı olduęu dūřunūlebilir. Arařtırma bulgularımız literatūr tarafından desteklenmektedir.

Arařtırmanın demografik deęiřkenlerinden akademik bařarı ile internet baęımlılıęı arasındaki iliřkiye bakıldıęında not ortalaması 70'in ūstünde olan ūęrencilerin internet baęımlılık seviyesinin 70'in altında notu olan ūęrencilere gōre daha dūřuk olduęu gōrūlmūřtur. Akademik bařarı ile internet baęımlılıęını birlikte deęerlendiren çok sayıda çalıřma mevcuttur. Derin (2013) internet baęımlılıęının akademik bařarıyı yordadıęını belirtmiřtir. Anlayıřlı ve Serin (2019) akademik bařarısı iyi olanlar ile biraz kōtū olanlar arasında internet baęımlılıęı açısından önemli bir fark saptamıřtır. Yavuz (2018) akademik bařarısı yūksək olan ūęrencilerin internet baęımlılık puanlarının anlamlı ūlūde dūřuk olduęunu belirtmiřtir. Demir ve Kutlu (2017) ergenlerde internet baęımlılıęının erteleme davranıřını arttırdıęı ve akademik bařarıyı da dūřürdūęünü ifade etmiřtir. Sonuç olarak internet baęımlılıęı akademik bařarıya olumsuz etkiler yapmaktadır. Bu durum ūęrencilerin internette fazla zaman geçirdikleri için ders çalıřmaya zaman bulamadıkları řeklinde yorumlanabileceęi gibi internet baęımlılıęına sebep olan kiřilik ūzelliklerinin dūřuk akademik bařarıya sebep olduęu řeklinde de yorumlanabilir.

Çalışmadan çıkan en önemli sonuç internet bağımlılığının fiziksel ve sōzel saldırganlığı, ūfkeyi ve dūřmanlıęı yordamasıdır. Okulda daha az başarı elde eden çocuklar başarısızlık şemaları tetiklendiğinden ve sorunu gōrmezden gelmeye çalıştıklarından dolayı ūfke, dūřmanlık sōzel ve fiziksel saldırganlık artıyolabilir.

Yapılan baęımsız ūrneklem t-testi sonuçlarına gōre internet baęımlılıęı ūleęinin kontrol gūlūęū, iřlevsellikte bozulma, sosyal izolasyon alt ūleęi ile saldırganlık ūleęinin fiziksel saldırganlık, ūfke ve sōzel saldırganlık alt ūleęinin ūęrencilerin kendilerine ait bir bilgisayara sahip olma durumuna gōre farklılık gōsterdięi bulunmuřtur. Sırasıyla bu sonuçlara gōre bilgisayar sahibi olan ūęrencilerin kontrol gūlūęū, iřlevsellikte bozulma, sosyal izolasyon dūzeylerinin bilgisayar sahibi olmayan ūęrencilere gōre daha fazla olduęu gōrūlürken, fiziksel saldırganlık, ūfke ve sōzel saldırganlık dūzeyleri daha azdır. Bilgisayar sahibi olan ūęrenciler olmayanlara gōre internete daha rahat eriřebildikleri için sosyal izolasyonları daha fazla olabilir ama aynı zamanda internette tanıřılan arkadařlar ya da oyunlarla birlikte de ūfke ve saldırganlıklarını sanal ortamda duygularını ifade edecekleri alan olarak deęerlendiriyor olabilirler.

Yapılan araştırma sonucunda aşağıdaki öneriler ön plana çıkmaktadır:

- Çocuklarına bilgisayar ve internet olanağı sunan ebeveynler artık görevlerini tamamladıklarını düşünmemelidirler. Ev içi denetleme ile bilgisayar ve internet kullanımından ileri gelecek tehlikelere karşı çocuklarını korumaları gerekmektedir. Bunun için de denetleme yapacak seviyede internet ve bilgisayar kullanabilmeleri önemlidir.

- Çocukların bilgisayar ile tanıştıracakları yaşın analizi dikkatlice yapılmalıdır. Hangi oyun ve programların olumlu etkiler yaptığının öğrenilmesi tavsiye edilir.

- Davranışsal bağımlılıklar ve saldırganlık ile ilgili daha ileri araştırma yapılmasına ihtiyaç vardır. Ne kadar bilgiye yaklaşırsak o kadar önlem alabiliriz

- Çocuğa küçük yaştan itibaren iyi bir hobi kazandırılmalıdır. Bu sayede sanal ortamın doğal ortamı yok etmesinin önüne geçilebilir.

- Çocukların arkadaşları ile olan görüşmelerinin doğal yollardan olması esas olmalıdır. Bunun için gereken olanaklar çocuklara sağlanmalıdır.

- Oynanmakta olan oyunların olumlu ve olumsuz yanları üzerine aile içi tartışmalar yapmak, oyunların çocukların kişiliğine katkı sağlayıp sağlamadığının belirlenmesini kolaylaştırır.

- Çocuklara internette geçirdikleri zamandan önce neler yapmaktan keyif aldıklarını hatırlayabilecekleri kartlar, şablonlar hazırlanmalıdır.

- Çocukların uyacağı oyun zamanları belirlenmelidir. İnternet kafeye gitme ve internette zaman harcama konusunda sert kurallar koyulması yerine karşılıklı konuşma ile ikna yolunun seçilmesi önemlidir.

- Çocuk ve ergenlerin teknolojik aletlerin yerine koyabilecekleri alternatifler gerekir. Bunlar ailecek birlikte yapılacak çocuk ve ergenin de keyif alabileceği, yüz yüze sosyalleşme ve hareket edebildikleri aktiviteler olmalıdır.

- Anne baba tarafından çocukların uygunsuz siteye girişleri engellenmelidir. Çocukların kumar ya da pornografi içeriği olan sitelere girdikleri tespit edilirse çocuklar azarlanmamalı, bunlardan zarar görebileceği kendisine anlatılmalıdır. Zihinsel ve sosyal

gelişimlerine katkıda bulunabilmek adına spor faaliyetlerine yönlendirilmeleri uygun görülmektedir.

- İnternet nispeten yeni bir şeydir ve saymakla bitmeyecek faydaları mevcuttur. İnternetin bu denli hızlı bir şekilde her yere girmesi bunun kanıtıdır. Çocuk ve gençler gelecekte bilgi toplumunun birer ferdi olacak önemli bireylerdir. Bu bireylerin sanal risklere karşı korunması hem kendileri hem de toplum için oldukça kritiktir.

- Anne-babalar internet kullanımı ve bağımlılık riski konusunda onlara düşen sorumluluklarla ilgili olarak, okul rehberlik servislerince bilgilendirilmelidir.

- İçinden geçilen pandemi sürecinde, okullardaki eğitim artık çevrimiçi eğitim programları üzerinden devam ettirilmektedir. Çocukları bir yandan ekrandan uzak tutmaya çalışırken bir yandan da ekran başının sınıf ortamı, ders yeri haline gelmesiyle ebeveynler için de eğitimciler içinde zorlayıcı bir durum ortaya çıkmaktadır. Çocukların ve ailelerin uzaktan eğitim süreci hakkında bilgilendirilmesi gerekir. Bu süreçte kısıtlar noktasında uzmanların görüşlerine kulak vermek, çocuklardaki ekran bağımlılığın önüne geçebilmek için önemlidir. Öğrencilerin, “Şimdi ve burada elimdeki durum bu, koşullarım böyle, peki ben ne yapabilirim?” sorusuna odaklanmaları sağlanmalıdır, çünkü ne kadar bu duruma adapte olursak daha rahatlar ve yeniden yapılanıp koşullara uyum sağlarız.

- Çocuk ve ergenlerin pandemi döneminde her zaman hissettiklerinden farklı hissetmelerinin normal bir durum olduğuyla ilgili aileler çocuklarıyla sağlıklı bir iletişim kurmalıdır. Unutmamalıyız ki, hepimiz sıra dışı bir durum içindeyiz. Çocuklar aslında bir yas sürecindedir. Arkadaşları ve okullarla ilgili bir kayıp yaşıyorlar, fiziksel olarak hareket etmemeleri, ders alanlarının değişimi vs. çocukların hırçınlığını ve fiziksel saldırganlıklarını arttırabilir. Daha özelleşmiş yardımların ve anlayışın geliştirilmesi yerinde olacaktır.

Günümüzde internet kullanımı kaçınılmaz bir gerekliliktir. Tüm bu bilgiler göz önüne alındığında ülkemizde sosyal yaşamı etkilemeye başlayan internetin, çocukları, gençleri ve yetişkinleri etkisi altına aldığı görülmektedir. Bu teknolojik gelişmenin çocuk ve ergenlerin ruh sağlığı üzerine etkilerini belirlemek ve bu konuda gerekli önlemleri almak kaçınılmaz bir zorunluluktur. Literatür incelendiğinde bu amaçla yapılan çalışmaların

arttığı gözlenmektedir. Aileler, çocuklar ve ergenlerin daha iyi yetişmesi adına bilgisayar ve internet kullanımını eğitim amaçlı olarak desteklemektedir.

## KAYNAKÇA

- Abay, E. &. (2000). Abay, E., & Tuğlu, C. (2000). *Şiddet ve agresyonun nörobiyolojisi*, 21-26.
- Acılar, A., & Mersin, S. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Facebook Kullanımı İle Mahremiyet Kaygısı Arasındaki İlişki. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*(4), 103-114.
- Akbulut, Y. &. (2012). *Adaptive educational hypermedia accommodating learning styles: A content analysis of publications from 2000 to 2011. Computers & Education*, 58 (2), 835-842.
- Aknoğlu, O. (2002). Eğitim ve sosyalleşme açısından internet kullanımı: İstanbul örneği. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Ana Bilim Dalı. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Amichai-Hamburger Y, Wainapel G, Fox S. *On the Internet No one Knows I'm an Introvert: Extroversion, Neuroticism, and Internet Interaction. Cyberpsychol Behave*, s. 125-128.
- Aksoy, V. (2015). ). İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Ağ Kullanım Düzeylerinin Fen Lisesi Öğrencilerinin Demografik Özelliklerine Göre Değişimi ve Akademik Başarılarına Etkisi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 3 (19). , 365-383.
- Alexander, B. K., & Schweighofer, A. R. (1988). Defining "addiction. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 29(2), 151-162.
- Altuner, D. T., Engin, N. T., Gürer, C. T., Akyay, İ. T., & Akgül, A. T. (2009). Madde kullanımı ve suç ilişkisi: Kesitsel bir araştırma. *Tıp Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 87-94.
- American Psychiatric Association . (2013). *DSM 5 TM* (5. b.). (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and

- prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature. *Psychological Science*, 12(5), 353-359.
- Arıcak, O. T. (2011). Siber Zorbalık. *Gençlerimizi Bekleyen Yeni Tehlike. Kariyer Penceresi*, 2(6),10-12.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet Bağımlılığı Ve Tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 55-67.
- Aslan, K. (2015). *DSM-4-TR İle DSM-5 Arasındaki Önemli Farklılıklar*. Nisan 25, 2019 tarihinde <http://www.psikopatoloji.info/?p=9> adresinden alındı
- Ata, E. E., Akpınar, Ş., & Kelleci, M. (2011). Üniversite öğrencilerinin problemlı internet kullanımı ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 10(4), 473-480.
- Avcı, R. (2006). Şiddet Davranışı Gösteren Ve Göstermeyen Ergenlerin Ailelerinin Aile İşlevleri, Öfke Ve Öfke İfade Tarzları Açısından İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Adana: Çukurova Üniversitesi.
- Balacrishnan, V. &. (2013). Malaysian Facebookers: Motives and addictive behaviours unraveled. *Computers in Human Behavior*, 29(4). 1342–1349.
- Balcı, Ş., & Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 6(1), 5-22.
- Balkaya, F., & Şahin, N. H. (2003). Çok Boyutlu Öfke Ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202.
- Balta, Ö. (2008). *The Factors that Affect Internet Addiction of Students in a Web Based Learning Environment* . *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)* , 41 (1) ,187-205.
- Başerer, Z. (2014). Öğrencilerin İnterneti ve Sosyal Paylaşım Sitelerini Kullanma Durumlarına Göre İletişim Becerileri ve Öz Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Batıgün D.A. (2011). İnternet Bağımlılığı İle Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler 26 (67). *Türk Psikoloji Dergisi*, 1-10.
- Bayraktutan, F. (2005). Aile içi ilişkiler açısından internet kullanımı. *Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*. İstanbul.
- Bayram, S. B., & Gündoğmuş, G. (2016). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı eğilimlerinin ve yalnızlık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*(54), 1-12.
- Beal, C. (2006). *Loneliness In Olderwomen: A Review Of The Literature*. Nisan 25, 2019 tarihinde Issues in Mental Health Nursing: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/01612840600781196?journalCode=imhn20> adresinden alındı
- Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 4(3), 377-383.
- Berkem, N., & Meral, İ. (2002). *Öğrenciler arasında madde kullanım yaygınlığının ve özelliklerinin belirlenmesi araştırması*. Bursa: Bursa İl Sağlık Müdürlüğü Yayınları.
- Bostan, G. &. (2008). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencisi Olan ve Olmayan Ankara Üniversitesi Öğrencilerinin Saldırganlık Boyutları. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*,6, 133-140.
- Bölükbaş, K. (2003). İnternet kafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir araştırma: Diyarbakır örneği. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Diyarbakır: Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Budak, S. (2000). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (İ. Sarıoğlu, Çev.) İstanbul: Kaknüs yayınları.
- Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanımında Yeni Bir Boyut: İnternet Bağımlılığı. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*(22), 83-98.

- Ceyhan, A. (2011). Ergenlerin problemleri internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 8(2), 85-94.
- Ceyhan, E. (2008). Ergen ruh sağlığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(2), 109-116.
- Cüceloğlu, D. (2005). *İnsan ve davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çagiltay, K. (1997). *Herkes İçin İnternet*. Ankara: ODTÜ Yayıncılık.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*(17), 187-195.
- Dilbaz, N. (1999). Şiddet Riskinin Değerlendirilmesi ve Saldırgan Hastaya Yaklaşım. *Klinik Psikiyatri*, 2. 179-188.
- Doğan, N., & Başokçu, T. O. (2010). İstatistik Tutum Ölçeği İçin Uygulanan Faktör Analizi ve Aşamalı Kümeleme Analizi Sonuçlarının Karşılaştırılması. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 1(2), 65-71.
- Durualp, E., & Çiçekoğlu, P. (2013). Yetiştirme yurdunda kalan ergenleri yalnızlık düzeyinin internet bağımlılığı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(1), 29-46.
- Duy, B. (2003). Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Yalnızlık ve Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Üzerine Etkisi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Echeburua, E., & Corral, P. (2010). Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge. *Adicciones*(22), 91-95.
- Eftekin, P. (2015). Ergenlik dönemindeki öğrencilerin internet bağımlılığı ve anne baba tutumları arasındaki ilişki. *(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Erciyes Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Eğitim Bilimleri ve Öğretim Bilim Dalı. Kayseri.
- Egger, O., & Rauterberg, M. (1996). Internet Behaviour and Addiction. *Unpublished Master Thesis*. Swiss: Switzerland university Swiss Federal Institute of Technology.

- Ellsworth, J. H., & Ellsworth, M. V. (1996). *Internet Business Book*. ABD: Wiley press.
- Ertemel, A. V. ve Aydın, G. (2018). Dijital ekonomide teknoloji bağımlılığı ve çözüm önerileri. *Addicta-The Turkish Journal on Addictions*, 5(4), s. 683-690.
- Feldman, R. (1998). *Social Psychology*. London: Prentice Hall.
- Firestone, R. W., Firestone, L. A., & Catlett, J. (2003). Coping With Anger, Passivity, And A Victimized Point Of View . *Creating A Life Of Meaning And Compassion: The Wisdom Of Psychotherapy* (s. 131-148). içinde Psycbooks.
- Geçtan, E. (1999). *Psikanaliz ve Sonrası*, Hür Yayınları, İstanbul.
- Gentry, W. D. (2000). *Anger free. Ten basic steps to maneging your anger*. New York: Harper Collins Publisher inc.
- Gierveld, J. D. (1988). A Review Of Loneliness: Concept And Definitions, Determinants, And Consequences. *Review in Clinical Gerontology*(8), 73-80.
- Goldberg I. (1995). *Internet Addiction Disorder un fenomeno sociale in espansione*. <http://www.iucf.indiana.edu/brown/hyplan/addict.html> adresinden alındı
- Gonzales, L., & Vodicka, D. (2010). *Top ten internet resources for educators*. Leadership.
- Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A., & Gorelick, D. A. (2010). Introduction to behavioral addictions. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 233-241.
- Greenfield, P. M. ve Subrahmanyam, K. (2003). Online discourse in a teen chatroom: New codes and new modes of coherence in a visual medium . *Journal of Applied Developmental Psychology*, 713, 725-735.
- Griffiths, M. (2002). *Gambling and Gaming Addictions in Adolescence*. UK: Blackwell Publishers.
- Griffiths, M. D. (2002). Occupational health issuesconcerning internet use in the workplace. *Work & Stress*, 16(4), 283-286.

- Griffiths, M.D. (1999). Internet addiction: Fact or fiction? *The Psychologist: Bulletin of the British Psychological Society*, 12, 246-250.
- Günüç, S. (2009). *İnternet Bağımlılık Ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile İnternet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yüksek Lisans). Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.
- Günüşen, N. P. (2016). *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatric Nursing-Special Topics*, 2, 36- 43.
- Harris, C., & Straker, L. (2000). Survey of physical ergonomics issues associated with school children's use of laptop computers. *International Journal of Industrial Ergonomics*, 26(3), 337–346.
- Hawkey, C. L., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness matters. *Ann Behavioral Medicine*, 40(2), 1-14.
- Holman JP, Hansen CE, Cochian ME, Lindsey CR. (2005). Liar: Internet faking but not frequency of use affect social skills, self-esteem, social anxiety, and aggression, *Cyber Psychol Behav* ;8(1). 1-6.
- Horzum, M. H. (2011). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Education and Science*, 36(59), 56-68.
- Hwang, J. Y., Choi, J. S., Gwak, A. R., Jung, D., Choi, S., & Lee, J. (2014). Shared psychological characteristics that are linked to aggression between patients with internet addiction and those with alcohol dependence. *Annals of General Psychiatry*, 13(6), 1-6.
- İmamoğlu, S. (2008). Genç Yetişkinlikte Kişilerarası İlişkilerin Cinsiyet, Cinsiyet Roller ve Yalnızlık Algısı Açısından İncelenmesi. *Yayımlanmamış doktora tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Johnson, G. M. (2010). Internet Use and Child Development: Validation of the Ecological Techno.

- Jong, J. G., & Tilburg, T. G. (2010). The De Jong Gierveld Short Scales For Emotional and Social Loneliness: Tested On Data From 7 Countries In The UN Generations and Gender Surveys. *European Journal of Ageing*, 7(2), 121-130.
- Jonker, E. J., Goossens, P. J., Steenhuis, I. H., et al. (2008). Patient aggression in clinical psychiatry: Perceptions of mental health nurses. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 15, 492-499.
- Kaplan, B., & Aksel, E. S. (2013). Ergenlerde Bağlanma ve Saldırganlı Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 1, 21-49.
- Karaca, M. (2007). İnternet Gençliği: Yeni Bir Gençlik Tiplemesi Denemesi. *eJournal of New World Sciences Academy*, 2(4), 419-438.
- Kassinove, H., & Sukhodolsky, D. G. (1995). Anger disorders: Basic science and practice issues. H. Kassinove içinde, *Anger Disorders: Definition, Diagnosis and Treatment* (s. 1-26). Washington: Taylor & Francis.
- Kaya, N., Kaya, H., Atar, N. Y., Tarhan, N., Eskimez, Z., Palloş, A., & Aktaş, A. (2012). Hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin öfke ve yalnızlık özellikleri. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 9(2), 18-26.
- Keepers, G. A. (1990). Pathological Preoccupation with Video Games. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 29, 49-50.
- Kılıç, F. S. (2016). Bağımlılık ve Uyarıcı Maddeler. *Osmangazi Tıp Dergisi*, 38(Özel Sayı 1), 55-60.
- Kim, E. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European Psychiatry*, 212-218.
- Kim, S. &. (2002). A Study of Internet Addiction: Status, Causes, and Remedies-Focusing on the alienation factor . *International Journal of Human Ecology* , 3(1), 1-19.
- Kısaç, G. (1997). Üniversite Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Sürekli Öfke İfade Düzeyleri. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Kızıldağ, S. (2009). Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Yalnızlık, Boyun Eğici Davranışlar ve Sosyal Destek. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kızılgöçit, M. (2011). Yalnızlık Umutsuzluk ve Dindarlık İlişkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Liu, S. C., Huang, C. F., & Yen, C. F. (2009). The associations between aggressive behaviors and internet addiction and online activities in adolescents. *Journal of Adolescent Health*(44), 598-605.
- Ko, C., Liu, T., Wang, P., Chen, C., Yen, C., & Yen, J. (2014). The exacerbation of depression, hostility, and social anxiety in the course of internet addiction among adolescents: A prospective study. *Comprehensive Psychiatry*(55), 1377-1384.
- Ko, C., Yen, J., Chen, C., Yeh, Y., & Yen, C. (2009). Predictive values of psychiatric symptoms for internet addiction in adolescents. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 163(10), 937-943.
- Ko, C., Yen, J., Yen, C., Lin, H., & M. Yang, M. (2007). Factors predictive for incidence and remission of internet addiction in young adolescents: A prospective study. *Cyberpsychology & Behavior*, 10(4), 545-550.
- Koçak, E. (2008). Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi . *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Koçak, E. (2008). Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Korkmaz, İ. (2013). Facebook ve mahremiyet: Görmek ve gözetle(n)mek. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(5), 107-122.
- Köklü, N., Büyüköztürk, Ş., & Bökeoğlu, Ö. Ç. (2006). *Sosyal bilimler için istatistik*. Ankara: PegemA Yayıncılık.

- Köksal, Y. (2015). İnternet bağımlılığı ile internetten alışveriş ilişkisi üzerine bir inceleme: üniversite öğrencileri uygulaması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(12), 117-130.
- Körler, Y. (2011). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Yalnızlık Düzeyleri ve Yalnızlık ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiler. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi.
- Köse, D , Çınar, N , Akduran, F. (2012). Hemşirelik Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Kişilik Özellikleri Ve Zaman Yönetimi İle İlişkisi . *Sakarya University Journal of Science* , 16 (3), 227-233 .  
<http://www.saujs.sakarya.edu.tr/en/pub/issue/20671/220569> adresinden alındı
- Kuloğlu, Ceyda. (2001). *İnternet Cafeler ve İnternet Bağımlılığı*. Ankara.
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. (2014). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959-966.
- Kuzu, A., Odabaşı, F., Erişti, S.D., Kabakçı, I. Ve Kurt, A.A. (2008). İnternet Kullanımı ve Aile Araştırması. T.C. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü Yayınları.
- Leibsohn, M. T., Oetting, E. R., & Deffenbacher, J. L. (1994). Effects of Trait Anger on Alcohol Consumption and Consequences. *Journal of Child and Adolescent Substance Abuse*, 3(3), 17-32.
- Lesieur, H.R., & Blume, S.B. (1993). Pathological gambling, eating disorders, and the psychoactive substance use disorders. *Journal of Addictive Diseases*, 12(3), 89-102.
- Leung, L. (2004). Net-generation attributes and seductive properties of the internet as predictors of online activities and internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 7(3), 333-348.
- Lim, T. (2010). The Use Of Facebook For Online Discussions Among Distance Learners. *Turkish Online Journal Of Distance Education-TOJDE*, 11(4), 72-81.

- Makas, Y. (2008). Lise Öğrenimi Gören Gençlerin İnternet Kullanımının Psikososyal Durum İle İlişkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- MEB. (2011). *İnternet Ve E-Posta Yönetimi*. Nisan 25, 2019 tarihinde T.C. Millî Eğitim Bakanlığı:  
[http://bizdosyalar.nevsehir.edu.tr/539e5b3da2d8f7a15b3694f3e87f4140/bilgi\\_ve\\_iletisi\\_m\\_tek.pdf](http://bizdosyalar.nevsehir.edu.tr/539e5b3da2d8f7a15b3694f3e87f4140/bilgi_ve_iletisi_m_tek.pdf) adresinden alındı
- Mitchell, P. (2000). *Internet Addiction: Genuine Diagnosis or Not?* Nisan 25, 2019 tarihinde <http://drdanvelea.fr/wpcontent/uploads/2017/03/Internet-Addiction-Lancet-2000.pdf> adresinden alındı
- Morahan-Martina, J. S. (2000). Incidence and correlates of pathological internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13-29.
- Novaco, R. W. (1975). *Anger Control*. Canada D.C.: Health and Company.
- Odabaşıoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y., & Pektas, Ö. (2007). On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı klinik görünümleri. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 46-51.
- Odacı, H., & Çelik, Ç. B. (2013). Who are problematic internet users? An investigation of the correlations between problematic internet use and shyness, loneliness, narcissism, aggression and self-perception. *Computers in Human Behavior*(29), 2382-2387.
- Oral, G. &. (2004). Psikolojik Kuramlar ve Agresyon üzerine Bir Derleme. *Adli Psikiyatri Dergisi* , 43-57.
- Orleans, M. &. (2000). Children's computer use in the home: Isolation or sociation? *Social Science Computer Review*. 18, 56-72.
- Oruç, T. (2013). Üniversite Öğrencilerinde Psikososyal Değişkenlere Göre Yalnızlık ile Otomatik Düşünceler İlişkisinin İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı*. İstanbul: Kültür Yayınları.

- Özen, Ü., & Sarıcı, M. B. (2010). Yalnızlık olgusu ve sanal sohbetin yalnızlığın paylaşımına etkisi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24(1), 149-159.
- Özmen, A. (2006). Öfke: Kuramsal Yaklaşımlar ve Bireylerde Öfkenin Ortaya Çıkmasına Neden Olan Etmenler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(1), 39-56.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspective on Loneliness. L. A. Peplau, & D. Perlman içinde, *Loneliness: A sourcebook of Current Theory, Research and Therapy* (s. 13–46). New York: Wiley Interscience.
- Pınarcı, G. (2014). *Üniversite öğrencilerinde kumar oynama, patolojik kumar bağımlılığı ve ilişkili karakter özellikleri*.  
<https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp> adresinden indirilmiştir adresinden alındı
- Ritterfeld, M. Cody ve P. Vorderer (Ed.) Small, G.W., ve Vorgan, G . (2008). Serious games: Mechanisms and effects . *IBrain: Surviving the technological alteration of the modern mind*, 145-166.
- Sarıçam, H. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Reddedilme Duyarlılıkları ile Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Sevindik, F. (2011). Fırat Üniversitesi Öğrencilerinde Problemlerli İnternet Kullanımı ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Malatya: İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Shaw, M., & Black, D. W. (2008). *Internet Addiction: Definition, Assessment, Epidemiology and Clinical Management*. *CNS Drugs*, 22, 353-365.
- Small, G.W., ve Vorgan, G. (2008). *IBrain: Surviving the technological alteration of the modern mind*.
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve Öfke Yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11, 19-27.

- Suhail, K. & Bargees, Z. (2006). Effects of excessive internet use on undergraduate students in Pakistan . *CyberPsychology & Behavior*, 9, 297-307.
- Suler, J. (1996). *Internet Addiction Support Group / Is There Truth in Jest?* Nisan 25, 2019 tarihinde John Suler's The Psychology of Cyberspace: <http://www.wsr.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html> adresinden alındı
- Suler, J. (1999). Healthy and Pathological Internet Use. *CyberPsychology and Behavior*, 2, 385-394.
- Suler, J. (1999). To Get What You Need Healthy and Pathological Internet Use. *CyberPsychology and Behavior*(2), 385-394.
- Şahin, C. ve Korkmaz, Ö. ( 2001). İnternet bağımlılığı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32, 101-115.
- Şahin, H. (2005). Öfke ve Öfke Denetiminin Kuramsal Temelleri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10), 1-22.
- Şahin, N. H., Batıgün, A. D., & Uzun, C. (2011). Anksiyete Bozukluğu: Kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfke açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12, 107-113.
- Şenkoyuncu, Ö. (2009). Çocuklarımızı İnternetteki Tuzaklardan Korumak.
- Şenormancı, Ö., Konkan, R., & Sungur, M. Z. (2010). İnternet Bağımlılığı ve Bilişsel Davranışçı Terapisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*(11), 261-268.
- Taşlıyan, M., Hırlak, B., Güler, B., & Gündoğdu, E. (2018). İnternet Bağımlılığı, Yaşam Doyumu ve Bazı Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(2), 166-179.
- TDK. (2006). *Türk Dil Kurumu*. Nisan 25, 2019 tarihinde [http://tdk.gov.tr/index.php?option=com\\_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5b9eb38b8716a9.85033416](http://tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5b9eb38b8716a9.85033416) adresinden alındı
- Terzi, Ş. I., & Tekinalp, B. E. (2013). *Psikolojik Danışmada Güncel Kuramlar*. Ankara: Pegem Akademi.

- Turan, R. T. (2015). Başkan Üniversitesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Sıklığı ve İlişkili Faktörler. *Uzmanlık Tezi*. Ankara: Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Ümmet, D., & Ekşi, F. (2016). Türkiye'de genç yetişkinlerde internet bağımlılığı: yalnızlık ve sanal ortam yalnızlık bağlamında bir inceleme. *Türk Bağımlılıklar Dergisi*, 3(1), 29-53.
- Üneri, Ö. Ş. ve Tanıdır, C. (2011). Bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirmesi: kesitsel bir çalışma. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24, 265-272.
- Vardar, E., Vardar, S.A., Toksöz, İ. & Süt, N. (2012). Egzersiz bağımlılığı ve psikopatolojik özelliklerin değerlendirilmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25 (1), 51-57.
- Yahyaoğlu, R. (2007). *Kurt kapanından huzur limanına*. İstanbul: Nesil.
- Yalçın, Ö., & Erdoğan, A. (2013). Şiddet ve agresyonun nörobiyolojik, psikososyal ve çevresel nedenleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 5, s. 388.
- Yazgan, İ. (2004). *Gelişim Psikolojisi*. Adana: Nobel Kitabevi.
- Ybarra, M. L., Alexander, C. ve Mitchell, K. J. (2005). Depressive symptomatology, youth Internet use, and online interactions: A national survey. *Journal of Adolescent Health*, 36, s. 9-18.
- Yen, J., Ko, C., Yen, C., Chen, S., Chung, W., & Chen, C. (2008). Psychiatric symptoms in adolescents with internet addiction: Comparison with substance use. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*(62), 9-16.
- Yen, J., Ko, C., Yen, C., Wu, H., & Yang, M. (2007). The comorbid psychiatric Symptoms of internet addiction: Attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD), depression, social phobia, and hostility. *Journal of Adolescent Health*(41), 93-98.
- Yen, J., Yen, C., Chen, C., Tang, T., & Ko, C. (2009). The association between adult ADHD symptoms and internet addiction among college students: The gender difference. *Cyberpsychology & Behavior*, 12(2), 187-191.

- Yılmaz, S. (2006). İnternet Ve İnternet Kafelerin İlk Ortaöğretim Öğrencilerine Etkileri (İstanbul Örneği). *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yoo, H. J., Cho, S. C., Ha, J., Yune, S. K., Kim, S. J., & Hwang, J. (2004). Attention deficit hyperactivity syptoms and internet addiction. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*(58), 487-494.
- Young, J. E. (1982). Loneliness, Depression and Cognitive Therapy: Theory and Application. L. A. Peplau, & D. Perlman içinde, *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research And Therapy* (s. 379-406). New York: Wiley.
- Young, K. S. (2007). Treatment outcomes with internet addicts. *CyberPsychology & Behavior*, 10(5), s. 671-679.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1(3), 237-244.

## **EKLER**

### **Ek 1. Demografik Bilgi Formu**

#### **1. Cinsiyetiniz?**

Kız  Erkek

#### **2. Sınıfınız?**

5. Sınıf  6. Sınıf  7. Sınıf  8. Sınıf

#### **3. Yaşınız?**

10  11  12  13  14  15

#### **4. Son dönemdeki karne notunuz nasıldı?**

0-49,99  50-59,99  60-69,99  70-84,99  85-100

#### **5. Yaşadığınız aileyi belirtiniz.**

Geniş aile  Çekirdek aile

#### **6. Yaşadığınız evde kaç kişi bulunuyor?**

.....

#### **7. Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı?**

Evet  Hayır

#### **8. Evdeki bilgisayar diğer aile bireyleri tarafından paylaşılan bir bilgisayar ise bu bilgisayar evin neresinde duruyor?**

Ortak kullanım alanlarında (Salon, oturma odası vs.)  Kendi odamda

#### **9. Bilgisayar kullanma süresiyle ilgili bir zaman kısıtlaması veya izin süreniz var mı?**

Evet  Hayır

#### **10. Eğer bir zaman kısıtlaması veya izin süreniz varsa buna ne sıklıkla uyuyorsunuz?**

Her zaman  Sıklıkla  Bazen  Nadiren  Hiçbir zaman

**11. Evde bilgisayar başında geçirdiğiniz süreden dolayı ebeveynleriniz tarafından uyarılır mısınız?**

Her zaman  Sıklıkla  Bazen  Nadiren  Hiçbir zaman

**12. Bilgisayar başında geçirmeyi planladığınızdan daha uzun süre geçirdiğinizi düşünüyor musunuz?**

Evet  Hayır

**13. Haftada kaç gün bilgisayar kullanıyorsunuz?**

Hiç  Bir gün  İki gün  Üç günde bir  İki günde bir  Her gün

**14. Bilgisayarda geçirdiğiniz zamanda genellikle aşağıdakilerden hangisini ya da hangilerini yaparsınız?**

Ödev hazırlamak  Sohbet etmek  Film ya da video izlemek  
 Müzik Dinlemek  Sosyal medya hesaplarında gezinmek  Oyun oynamak  İnternette (sayfa ve bloglarda) gezinmek  Diğer

**15. Bilgisayar kullandığınız günler, günde kaç saat kullanırsınız?**

Hiç  1 saat  2 – 5 saat arası  6 – 14 saat arası  15 – 21 saat arası

**16. Okul dışındaki zamanında düzenli olarak yaptığınız bir şey (hobi, sosyal aktivite, spor, müzik vb.) var mı?**

Evet  Hayır

**17. Eğer okul dışındaki zamanında düzenli olarak yaptığınız bir şey varsa bunu ne kadar zamandır yapmaktasınız?**

1 yıldan az süreyle  
 1-2 yıldır  
 2-4 yıldır  
 4 yıldan uzun süredir

## Ek 2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
İnternet kullanmadığım zaman kendimi gergin/huzursuz hissedirim					
İnternet kullanmak isteyip de kullanmadığım zaman sinirli/öfkeli olurum					
İnternet bağlantısı koparsa ya da yavaşlarsa sinirlenirim/öfkelenirim					
İnternet kullandığım zamanlarda hiç olmadığım kadar mutlu/huzurlu olurum					
Kendimi endişeli ya da sıkıntılı hissettiğim zamanlarda internet kullanmak beni rahatlatır					
Birileri beni internetin başından kaldırırsa sinirlenirim					
Sorunlarımdan kaçmak için internet kullanmaya yönelirim					
İnternete, planladığım zamanda giremezsem sinirlenirim					
Çevremde birileri varken, yalnız kalıp, internete girmeyi isterim					
İnterneti kullanmadığım zamanlarda internete girmek için sabırsızlanırım					
Gittiğim yerlerde internet bağlantısı ararım					

İnternet kullanmamı sınırlamakta ya da kontrol etmekte güçlük çekerim					
Sabah uyandığımda ilk aklıma gelen internete girmek olur					
İnternette her defasında, bir öncekinden daha uzun süre kalmak isterim					
İnternette planladığımdan daha uzun süre kalırım					
İnternet kullanmadığım zamanlarda bile interneti düşünürüm					
İnternette iken acıktığımı, susadığımı hissetmem ya da farkına varmam					
İnternette daha fazla zaman geçirmek için başka planlarımı iptal ederim					
İstediğim zaman internetin başından kalkamam					
Ailem beni çağırsa dahi internetin başından kalkamam					
İnternet kullanabilmek için uykumdan ödün veririm					
İnternet kullanmamdan dolayı ailem ile sorunlar yaşarım					
Arkadaşlarım beni çağırsa dahi internetin başından kalkamam					
İnternet kullanmamdan dolayı başka etkinliklere (spor, sinema, kitap okuma vb.) ilgim azalır					

İnternet kullanmamdan dolayı ev/iş/okul sorumluluklarımı yerine getiremem ya da ihmal ederim.					
Çevremdekiler internette harcadığım zamandan dolayı şikayet eder					
İnternet kullanmamdan dolayı ailem ile daha az zaman geçiririm					
İnternet kullanmamdan dolayı arkadaşlarım ile daha az zaman geçiririm					
İnternet kullanmamdan dolayı arkadaşlarım ile sorunlar yaşarım					
İnternet ortamında edindiğim arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlarıma tercih ederim					
Gerçek yaşamdaki arkadaşarımla dışarıda görüşmek yerine internette görüşmeyi tercih ederim					
Arkadaşlarımı internetten edinirim					
İnternet benim en iyi arkadaşımdır					
İnternetsiz bir yaşam bana anlamsız/boş gelir					
İnternet kullanmamdan dolayı yüz yüze iletişimde zorluk yaşarım					

### Ek 3. Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Bazı arkadaşlarım benim öfkeli biri olduğumu söylerler					
Gerekirse hakkımı korumak için şiddete başvurabilirim					
Birisi bana fazlasıyla iyi davrandığında “Acaba benden ne istiyor?” diye düşünürüm					
Arkadaşlarımın görüşlerine katılmadığım zaman bunu onlara açıkça söylerim					
Öfkeden deliye döndüğümde bir şeyler kırıp dökerim					
Diğer insanların her zaman çok iyi fırsatlar yakaladıklarını düşünüyorum					
Zaman zaman bazı olaylara/kişilere yönelik kızgınlığım uzun süre bitmek bilmez					
Bazen başkalarına vurma dürtümü kontrol edemiyorum					
Sakin yapılı biriyimdir					
Tanımadığım insanlar bana fazla yakın davrandıklarında onlara şüpheyle yaklaşırım					
Daha önce, tanıdığım insanları tehdit ettiğim oldu					

Çok çabuk parlar ve hemen sakinleşirim					
Birisi bana sataşırse kolaylıkla onu itip tartaklayabilirim					
İnsanlar sinirimi bozduklarında kolaylıkla onlar hakkında ne düşündüğümü söyleyebilirim					
Zaman zaman kıskançlık beni yiyip bitirir					
Bir insana vurmanın mantıklı bir gerekçesi olamayacağını düşünüyorum					
Bazen hayatın bana adaletsiz davrandığını düşünürüm					
Öfkemi kontrol etmekte zorluk çekerim					
Yapmak istediğim bir şey engellendiğinde kızgınlığımı açıkça ortaya koyarım					
Zaman zaman insanların arkamdan güldüğü duygusuna kapılırım					
İnsanlarla sıkça görüş ayrılığına düşerim					
Birisi bana vurursa ben de karşılık veririm					
Bazen kendimi patlamaya hazır bir bomba gibi hissediyorum					
İnsanlar benim görüşlerime katılmadıklarında onlarla tartışmaktan kendimi alıkoyamam					
Birisi beni iterse onunla kavgaya tutuşurum					

## ÖZGEÇMİŞ

İlayda Sanbay 1994 yılında İstanbul'da doğmuştur. Yeditepe Üniversite'si İngilizce Psikoloji (burslu) Bölümü'nden mezun olduktan sonra İstanbul Kent Üniversitesi'nde Klinik Psikoloji yüksek lisans programına devam etmektedir. Bu süreç içerisinde, bazı anaokulu ve rehabilitasyon merkezinde, Moodist Psikiyatri & Nöroloji Hastanesi'nde ve Dr. Sinem Durusal'ın kliniğinde gönüllü stajlarını tamamlamıştır. Yaygın gelişimsel bozukluğu ve zihinsel yetersizliği olan bireylerle ve aileleriyle çalışmaktadır. Oyun Terapisi, Çocuk ve Ergenlerde Bilişsel Davranışçı Terapi, Çocuk Resimleri Değerlendirme Uygulayıcı Eğitimi, İstanbul Çocuk Değerlendirme Uygulayıcı Eğitimleri'ni tamamladıktan sonra çocuk-genç, yetişkin ve aileleri ile çalışmalarını özel olarak devam ettirmekte ve hala Dr. Sinem Durusal ile süpervizyon çalışmalarına devam etmektedir.