T.C. SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ ŞİŞLİ HAMİDİYE ETFAL SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

AİLE HEKİMLİĞİ KLİNİĞİ

LİSE DÖNEMİ ADOLESANLARDA İNTERNET BAĞIMLILIĞININ AİLE İÇİ UYUMA VE OKUL BAŞARISINA ETKİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Dr. Görkem Çalık

TIPTA UZMANLIK TEZİ

İSTANBUL / 2020





T.C. SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ ŞİŞLİ HAMİDİYE ETFAL SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

AİLE HEKİMLİĞİ KLİNİĞİ

LİSE DÖNEMİ ADOLESANLARDA İNTERNET BAĞIMLILIĞININ AİLE İÇİ UYUMA VE OKUL BAŞARISINA ETKİLESİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Dr. Görkem Çalık

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Güzin ZEREN ÖZTÜRK

TIPTA UZMANLIK TEZİ

İSTANBUL / 2020

TEŞEKKÜR

Uzmanlık eğitimim boyunca ve bu çalışmamı yaparken bana desteğini eksik etmeyen, bilgi ve becerisi ile bana yol gösteren, enerjisine hayran kaldığım, saygıdeğer hocam ve danışmanım Doç. Dr. Güzin Zeren Öztürk'e

Bana aile hekimliğini sevdiren, bilgisinden ve duruşundan ilham aldığım, yoluma ışık tutan sevgili hocam Prof. Dr. Dilek Toprak'a,

Uzmanlık eğitimim boyunca bilgi ve tecrübelerini benimle paylaşan ve eğitimime katkı sunan tüm klinik şeflerime, uzman ve asistan meslektaşlarıma,

Asistanlığım süresince dostluklarından dolayı sevgili Dr. Ömer Özyalvaç ve Dr. Neriman Erkan'a, eğitimlerde yaptığı kahvelerden dolayı sevgili arkadaşım Dr. Ziya Köseoğlu'na ve tüm SAHU arkadaşlarıma,

Bugünlere gelmemde emeği geçen, sevgilerini ve desteklerini her zaman hissettiğim sevgili anne ve babama,

Biricik kızım Öykü'ye ve bu süreç boyunca bana aşkı ve desteği ile herşeyi yapılabilir kılan, sevgili eşim Kıymet Çalık'a

Sevgi ve saygılarımla...

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR i

İÇİNDEKİLER ii

KISALTMALAR iv

TABLOLAR LİSTESİ v

ŞEKİLLER LİSTESİ vii

ÖZET viii

ABSTRACT ix

1. GİRİŞ VE AMAÇ 1

2. GENEL BİLGİLER 3

2.1. İNTERNET 3

2.1.1. İnternet'in tanımı ve tarihçesi 3

2.1.2. Bağımlılık 4

2.1.3. Maddesel Bağımlılıklar 4

2.1.4. Davranışsal Bağımlılıklar 4

2.1.5. İnternet Bağımlılığı 5

2.1.6. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri 5

2.1.7. İnternet Bağımlılığının Adolesan Üzerindeki Olumsuz Etkileri 7

2.1.8. Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Görülme Sıklığı 8

2.1.9. Etyoloji 11

2.1.10. İnternet Bağımlılığında Tedavi Yaklaşımları 11

2.2. ADOLESAN DÖNEMİ 13

2.3. AİLE TANIMI VE AİLE UYUMU 14

3. GEREÇ VE YÖNTEM 15

3.1. ARAŞTIRMA MODELİ 15

3.2. HASTA POPÜLASYONU 15

3.3. ÖRNEKLEM BÜYÜKLÜĞÜ VE BELİRLEME YÖNTEMİ 15
3.4. KATILIMCILARIN VERİLERİNİN TOPLANMASI 15
3.5. ÇALIŞMAYA DAHİL EDİLME KRİTERLERİ 15
3.6. ÇALIŞMADAN HARİÇ TUTMA KRİTERLERİ 16
3.7. ÇALIŞMA ANKETİ 16
3.8. ÇALIŞMADA KULLANILAN ÖLÇEKLER 16
3.8.1. İnternet bağımlılığı ölçeği 16
3.8.2. Aile uyumu ölçeği 16
3.9. İSTATİKSEL DEĞERLENDİRME 17
3.10. ETİK ONAM 17
4. BULGULAR 18
4.1. KATILIMCILARIN SOSYODEMOGRAFİK VERİLERİ İLE İLGİLİ BULGULAR: 18
4.2. AİLE ÖZELLİKLERİ İLE İLGİLİ DEĞİŞKENLERE AİT BULGULAR 20
4.3. İNTERNET KULLANIMI İLE İLGİLİ DEĞİŞKENLER AİT BULGULAR 22
4.4. ÖLÇEKLERDEN ALINAN PUANLARIN SOSYODEMOGRAFİK, AİLE ÖZELLİKLERİ VE İNTERNET KULLANIM ÖZELLİKLERİ İLE KARŞILAŞTIRILMASI SONUCU ELDE EDİLEN BULGULAR 26
4.5. ÖLÇEKLERİN BİRBİRLERİ İLE OLAN İLİŞKİSİNE AİT BULGULAR 31
5. TARTIŞMA 33
6. SONUÇ VE ÖNERİLER 39
6.1. SONUÇLAR 39
6.2. ÖNERİLER 40
KAYNAKLAR 41
7. EKLER 50

KISALTMALAR

ARPA	Advanced Research Projects Agency
ASM	Aile Sağlığı Merkezi
AUÖ	Aile Uyumu Ölçeği
DSM	Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders
ODTÜ	Orta Doğu Teknik Üniversitesi
TCP/IP	Transmission Control Protokol/ İnternet Protokol
TTNET	Türk Telokom İnternet
TUİK	Türkiye İstatistik Kurumu
TÜBİTAK	Türkiye Bilimsel Ve Teknolojik Araştırma Kurumu
ULAKNET	Ulusal Akademik Ağ
YİBÖ	Young İnternet Bağımlılık Ölçeği

TABLOLAR LİSTESİ

TABLO 1: YOUNG'IN TANI ÖLÇÜTLERİ 6
TABLO 2: YOUNG'IN BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TEDAVİ YÖNTEMLERİ..... 12
TABLO 3: YAŞADIKLARI EV ORTAMI İLE İLİŞKİLİ BİLGİLER..... 21
TABLO 4: ANNE BABA EĞİTİM DURUMU..... 21
TABLO 5: AİLENİN EKONOMİK DURUMU..... 22
TABLO 5: İNTERNETE ULAŞIM YERİ 23
TABLO 6: KULLANILAN SOSYAL MEDYA HESAPLARI 23
TABLO 7: AKILLI TELEFON VE BİLGİSAYAR KULLANIM ÖZELLİKLERİ 24
TABLO 8: İNTERNET KULLANIM AMACI 25
TABLO 9: İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ AİLE UYUMU ÖLÇEĞİ VE OKUL BAŞARISI PUANLARININ KATILIMCILARIN CİNSİYET DEĞİŞKENİNE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI 26
TABLO 10: İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ AİLE UYUMU ÖLÇEĞİ VE OKUL BAŞARISI PUANLARININ KATILIMCILARIN KENDİLERİNE AİT ODALARI OLUP OLMAMASINA GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI..... 26
TABLO 11: İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ AİLE UYUMU ÖLÇEĞİ VE OKUL BAŞARISI PUANLARININ KATILIMCILARIN OKULLARININ TÜRÜ AÇISINDAN KARŞILAŞTIRILMASI 27
TABLO 12: İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ AİLE UYUMU ÖLÇEĞİ VE OKUL BAŞARISI PUANLARININ KATILIMCILARIN AİLESİNİN EKONOMİK DÜZEYİ HAKKINDAKİ GÖRÜŞLERİNE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI 28
TABLO 13: İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ AİLE UYUMU ÖLÇEĞİ VE OKUL BAŞARISI PUANLARININ KATILIMCILARIN AKILLI TELEFON VARLIĞINA GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI..... 29
TABLO 14: İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ AİLE UYUMU ÖLÇEĞİ VE OKUL BAŞARISI PUANLARININ KATILIMCILARIN GÜNLÜK AKILLI TELEFONDA İNTERNET KULLANIM SÜRESİ İLE KARŞILAŞTIRILMASI 29
TABLO 15: İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ AİLE UYUMU ÖLÇEĞİ VE OKUL BAŞARISI PUANLARININ KATILIMCILARIN GÜNLÜK TOPLAM BİLGİSAYAR KULLANIM SÜRESİ İLE KARŞILAŞTIRILMASI..... 30

TABLO 16: İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ AİLE UYUMU ÖLÇEĞİ VE OKUL BAŞARISI PUANLARININ KATILIMCILARIN UYKU DÜZENİ İLE İLGİLİ KARŞILAŞTIRILMASI 31
TABLO 17: İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ AİLE UYUMU ÖLÇEĞİ VE OKUL BAŞARISI PUANLARININ BİRBİRLERİ İLE OLAN KORELASYON TABLOSU..... 32

ŞEKİLLER LİSTESİ

ŞEKİL 1: TUİK 2020 AĞUSTOS AYI HANE HALKI BİLİŞİM TEKNOLOJİLERİ KULLANIM ARAŞTIRMASI SONUÇLARI 9
ŞEKİL 2: KATILIMCILARIN CİNSİYET DURUMUNA GÖRE DAĞILIMI 18
ŞEKİL 3: VÜCUT KİTLE İNDEKSİ PERSENTİL EĞRİSİNE GÖRE SINIFLAMASININ DAĞILIMI 19
ŞEKİL 4: KATILIMCILARIN OKULLARININ TÜRÜNE GÖRE DAĞILIMI..... 19
ŞEKİL 5: KATILIMCILARIN OKUDUKLARI SINIFLARA İLİŞKİN DAĞILIMI..... 20

ÖZET

GİRİŞ VE AMAÇ: 14-19 yaş arası lise dönemi adolesan gençlerin internet bağımlısı olup olmadıklarının tespit edilmesi, internet bağımlılığının aile uyumuna ve okul başarısına etkilerinin araştırılması.

GEREÇ VE YÖNTEM: Çalışmamız 30 Haziran 2020-1 Ağustos 2020 tarihleri İstanbul Bağcılar Barbaros Aile Sağlığı Merkezi'nde yapılmıştır. Çalışmamızda Lise dönemi adolesanlara 29 sorudan oluşan sosyodemografik durum ile ilgili sorular soruldu. Ardından 20 sorudan Young internet bağımlılığı ölçeği ve Kavikondala ve arkadaşları tarafından oluşturulan 5 soruluk aile uyum ölçeği uygulandı ve okul yılsonu karne notu ortalamaları sözel olarak öğrenilerek okul başarıları ölçüldü.

BULGULAR: Biz çalışmamızda lise öğrenimi gören 183 öğrenciye Young İnternet Bağımlılığı Ölçeğini uyguladık. İnternet bağımlılık durumları incelendiğinde, %85,8'inin (n=157) normal internet kullanıcısı, %13,1'inin (n=24) muhtemel bağımlı ve %1.1'inin (n=2) 80 ve üzeri puan alan internet bağımlısı olduğunu belirledik.

Katılımcıların 100'ü kız, 83'ü erkekti. İnternet bağımlılığı toplam puanları kız ve erkekler arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermemiştir. Okul başarı puanları erkeklere kıyasla kızlarda daha yüksek bulunmuştur. Fen lisesinde öğrenim görenlerde diğer lise gruplarına göre daha yüksek İnternet Bağımlılığı Ölçeğini puanları olduğunu saptadık.

Akıllı telefonu olanların olmayanlara, günlük akıllı telefon veya bilgisayar kullanımı süresi 3 saatten fazla olanların 3 saatten daha az kullandığını bildirenlere ve internet ile tanışma süresi 5 yıldan fazla olan bireylerin diğerlerine göre internet bağımlılığı toplam puanlarının diğer gruplara göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Ayrıca Young İnternet Bağımlılığı Ölçeğini toplam puanları düzensiz uykuya sahip bireylerde anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

SONUÇ: Çalışmamızda İnternet bağımlılığı toplam puanları ile aile uyumu puanları arasında istatistikçe anlamlı negatif bir ilişki saptadık ancak okul başarı puanları ile internet bağımlılığı puanları arasında bir korelasyon saptamadık.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: İnternet; aile uyumu; okul başarısı; adolesan.

ABSTRACT

AIM: The aim of this study was to determine whether high school adolescents between the ages of 14-19 are internet addicts or not, and investigating the effects of internet addiction on family harmony and school success.

METHOD: Our study was conducted on 30 june 2020-1 August 2020 in Istanbul Bağcılar Barbaros Family Health Center. In our study, firstly, high school adolescents were asked 29 questions about their socio-demographic status. Then, Young internet addiction scale consisting of 20 questions and the 5-question Family Harmony Scale created by Kavikondala et al. were applied and school success was measured via learning the school year-end grade averages by verbally.

RESULTS: In our study, internet addiction scale were applied to 183 high school students between the ages of 14-19. We determined that 85.8% of the participants were normal internet users, 13.1% of the participants were potential addicts, and 1.1% of the participants were addicted. The participants consisted of 100 girls and 83 boys. İnternet addiction scale total scores did not show a statistically significant difference between girls and boys. Girls' school success scores were found higher than boys. The students studying at science high school had higher internet addiction scale scores than other high school groups. Total scores of internet addiction were significantly higher in those who have a smart phone, use smart phone or computer for more than 3 hours daily, met with the internet for more than 5 years, compared to the other groups. Internet addiction scale scores were found significantly higher in individuals with irregular sleep.

CONCLUSİON: In our study, we found a statistically significant negative correlation between internet addiction total scores and family harmony scores, but we did not find a correlation between school success scores and internet addiction scores.

Keywords: Internet; family relations; academic achievement; adolescent.

1.GİRİŞ VE AMAÇ

İnternet hiç şüphesiz günümüzün en önemli keşiflerinden biridir. Son 30 yılda teknolojik gelişmeler ile telefonların herkesin cebine sığacak kadar küçülmesi ve kablosuz bağlantıların sağlanması sayesinde internet, kullanımı giderek yaygınlaşarak Türkiye ve dünyada neredeyse herkes tarafından kullanılmakta veya kullanılmak zorunda kalınan bir haberleşme ve bilgi edinme aracı olmuştur.

İnternet kullanımı ile insanlar oturdukları yerden faturalarını ödeyebilmekte, internet bankacılığı ile bütün hesap bilgilerine ulaşabilmekte ve hesapları arasında transfer yapabilmekte, cep telefonları ve araçlarında bulunan navigasyon sitemleri ile gideceği konuma trafik durumuna göre alternatifleriyle birlikte çok hızlı bir şekilde ulaşabilmektedir. Özellikle de COVID-19 pandemi sürecinde olduğu gibi çevrimiçi derslerle katılıp eğitimlerini tamamlayabilmek, hatta çevrimiçi doktor muayenesi bile olabilmek gibi kişisel ihtiyaçlarını karşılayabilen bizler, müzik dinleyerek, film ve dizi izleyerek, sohbet ederek, oyun oynayarak eğlenme ihtiyaçlarımızı internet sayesinde karşılayabiliyoruz. İnsanoğlu olarak artık tek bir tıkla dünyanın öbür ucuna ulaşabiliyor ve ilgili güncel bilgilere çok hızlı bir şekilde erişebiliyoruz.

İnternet ve internet bağımlı teknolojiler günümüzde insan yaşamını, davranışlarını, sosyoekonomik düzeyini, oturduğumuz evlerin özelliklerini bile değiştirmektedir. Bu değişimlerden birisi de belki yakın bir gelecekte adapte olmamız gerekecek olan ilk defa 2011 yılında adından söz edilen bilişim teknolojileri ve sanayi birleşmesiyle gerçekleşecek olan dördüncü sanayi devrimidir. Dördüncü sanayi devrimi ile canlı ve cansız nesnelerin kendi aralarında iletişim sağlayarak insana gerek kalmadan verimli üretim yapılabilmesi planlanmaktadır (1). Bunun sonucu olarak artık gelecekte fabrikalarda çalışan işçilerin ve hatta mühendis ve doktorların yerini yapay zeka ve robotların alması öngörülmeye başlanmıştır (2).

İnsan hayatını oldukça hızlı bir şekilde değiştiren dönüştüren internetin adolesanları da etkilememesi kaçınılmazdır. Adolesan dönemi, insanların hem bedensel hem de ruhsal hızlı bir gelişim ve değişim basamağıdır. Kendine bir arkadaş çevresi edinmeye çalışan, ailesinden çok akranlarıyla sohbet etmekten hoşlanan, bir kimlik arayışı içindeki adolesan döneminde internet kullanımı gençlerimizi olumlu yönde etkilediği kadar internetin sınırsız ve aşırı kullanımının gençlerimizi kötü yönde

etkilemesi muhtemeldir. Öğrencilerin okul başarılarının düştüğü, uyku düzenlerinin bozulduğu, arkadaşlarından uzaklaşarak sanal ilişkiler yaşamaya başlamak gibi etkileri olduğu bilinmekte olan internet kullanımı bazen maalesef adolesan ve küçük yaştaki çocuklarımızın hayatını bile tehdit edebilmektedir. 2013 yılında internette sosyal ağ üzerinden mesajlarla, meydan okuma üzerine kurulu Mavi Balina adlı bir oyun ortaya çıkmış ve yüzlerce genci kandırarak verilen talimatlar ile intihar etmelerine sebep olmuştur (3). Bunun ardından Arjantin'de 12 yaşındaki bir kız çocuğunun Momo adında bilinmeyen bir mesaj aldığı ve kişisel bilgilerinin çalınarak intihar ettiği duyurulmuştur (3).

Hem aile hem de adolesan için hassas dengelerin kurulmaya çalışıldığı adolesan döneminde, internet ortamında fazla vakit geçirmek aile içerisinde bireyler arasında iletişimi azaltarak aile uyumunu bozmakta olduğu, derslerini ve okulunu ihmal etmesine ve okul başarısının azalmasına neden olduğu pek çok çalışmada kanıtlanmıştır.

Maruz kalınan her türlü etkiye açık olunan bir dönem olan adolesan döneminin doğru yönetilmesi, gelecekte toplum içinde kendine bir birey olarak bir yer bulacak olan adolesanın hem aile ilişkilerini geliştirerek hem de okul başarısını olumlu etkileyerek, sağlıklı bireylerden oluşan bir toplum oluşumuna katkı sağlayacaktır. Aile hekimi olarak biz birinci basamak hekimlere düşen görev kendisine kayıtlı bireylere ve ailelere bütüncül sağlık hizmeti verebilmek, klinik ve davranış bilimleri ile birlikte faaliyet göstererek, adolesan ve tüm yaş gruplarını ve her ailenin sağlık danışmanı olmaktır (4).

2.GENEL BİLGİLER

2.1. İNTERNET

2.1.1. İnternet'in tanımı ve tarihçesi

İnternet günümüzde milyonlarca insanı, alet ve aracı birbirine bağlayan, her türlü bilgi alışverişi yapılmasına olanak sağlayan, dünyamıza olağanüstü bir hız ve devinim kazandırarak küreselleşen dünyamıza yeni bir soluk kazandırmış bir keşif ve bir araçtır. Tanım olarak internet dünya içerinde yer alan milyonlarca alt ağın birbiriyle ortak bir protokol kapsamında iletişim kurmasını ve birbirleriyle kaynaklarını paylaşmasını sağlayan ağlar arası bir ağdır (5). İnternet insanoğlunun yaşamına birçok fayda ve katkı sağlamış bu sayede artık biz insanoğlunun ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir (6).

İlk olarak 1960'lı yıllarda ABD'de askeri haberleşmeyi sağlamak amacı ile ARPA (Advanced Research Projects Agency) adı verilen bir proje oluşturulmuş ve bir bilgisayar ağı kurulmuştur. ARPANET olarak adlandırılan bu bilgisayar ağı çoğunlukla askeri amaçlı ve sadece mail gönderilebilen karmaşık bir sisteme sahipti. 1983 yılında halen bugün de kullanılmakta olan internet ağının bir bileşeni konumundaki iletişim kontrol protokolü (TCP/IP Transmission Control Protokol/ internet protokol) ARPANET içerinde kullanılmaya başlandı.

90'lı yıllarda özelleştirme süreci ve özel sektör yatırımları ile giderek gelişimi hız kazanan internet 1991 yılında World Wide Web (www)'in Tim Barnes Lee tarafından icat edilmesi ile daha kolay bir arayüze sahip oldu ve bu sayede dünya çapında yaygınlığı arttı.

Türkiye ilk internet bağlantısına ODTÜ ve TÜBİTAK işbirliği ile 12 Nisan 1993 yılında kavuşmuştur. 1994 yılından itibaren ise diğer üniversiteler, ticari şirketler ve diğer insanlar tarafından kullanılabilir hale gelmiştir (7).

Ticari kuruluşlar ve internet servis sağlayıcıları bağlantılarını 1996 yılında kurulan TURNET ağı ile sağlamış, 1999 yılında ise bu ağ yerini TTNET'e bırakmıştır. Üniversiteler arasındaki bağlantı 1997 yılından itibaren ULAKNET ağı ile sağlanmaya başlanmıştır.

2.1.2. Bağımlılık

"Bağımlılık, bir maddeyi kullanmayı bırakamama ya da bir davranışı kontrol edememe durumu" şeklinde tanımlanmaktadır (8). Bağımlılık kronik bir hastalıktır ve insan beyninin ödül, motivasyon, hafıza, ve benzer bölümlerini etkiler (9). Bu bölüm ya da bölümler arasında ortaya çıkan herhangi bir problem kişide biyolojik, psikolojik, sosyal ve ruhsal hastalıklar için zemin oluşturur (10). Eğer bir birey bağımlı olduğu madde veya davranışa ulaşabilirse ancak o zaman ödül ve rahatlama hissine kavuşabilir (10).

Bağımlılık, maddesel ve davranışsal olarak iki ana grup altında incelenebilir.

2.1.3. Maddesel Bağımlılıklar

Uzbay (2009) madde bağımlılığını "ilaç özelliğindeki bir maddenin kişinin zihinsel faaliyetlerini etkileyerek kişiye haz ve mutluluk vermesi bu haz ve mutluluğu tekrar elde edebilmek amacı ile devamlı ve tekrarlayan aralıkta madde kullanma arzusu ve çeşitli davranış bozukluklarına yol açan patolojik bir beyin rahatsızlığıdır" şeklinde tanımlamıştır (11) .

Amerikan Psikiyatri Birliği'nin DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)-V el kitabında tanımlanan madde bağımlılığı; alkol, kafein, kannabis, hallüsinojenler, uçucular, opiyatlar, sedatif, hipnotik ve anksiyolitikler, uyarıcılar, tütün ve diğer bilinmeyen maddeler olarak on farklı kategoride incelenmektedir (12).

2.1.4. Davranışsal Bağımlılıklar

Madde kullanılmamasına rağmen madde kullanımına benzer olumsuz sonuçlara sebep olan alışkanlıklarımız davranışsal bağımlılık olarak tanımlanabilir (13). Davranışsal bağımlılıkta kişi sürekli olarak bağımlısı olduğu davranışa yönelmekte ve onu düşünmektedir. Davranışı yapamadığında duygu durum bozukluğu yaşamakta, tolerans düzeyi düşmekte, yoksunluk belirtileri göstermekte ve çatışmaya yatkın olmaktadır (14, 15, 16).

Kişinin herhangi bir maddeye bağımlılığının olmayıp sadece zihinsel bağımlılığının olması, diğer bağımlılıklarla birlikteliğinin daha az görülüyor olması, genellikle obsesif kompulsif özellikte davranışlar görülmesi ve tedaviye madde

bağımlılığından daha iyi yanıt vermesi davranışsal bağımlılığı madde bağımlılığından ayıran başlıca özelliklerdir (17).

Yeme, alışveriş, seks, bilgisayar, kumar, dijital araçlar, internet, televizyon ve oyun bağımlılığı, davranış tabanlı bağımlılıklar arasında sıralanabilir (15, 18).

2.1.5. İnternet Bağımlılığı

İnternet insanoğluna her konuda faydası olmuş, hayatımızın her alanında oldukça yaygın bir şekilde kullanılmaya başlanmış bir araçtır. Gerektiği zaman kullanıldığında oldukça yararlı olan internet aşırı kullanıldığı zaman ise birey ve içinde yaşadığı toplum açısından bir problem ve sorun kaynağı olabilir (19). Buna göre düşünsel veya davranışsal herhangi bir rahatsızlık hissetmeden, belirlenen bir amaç doğrultusunda mantıklı bir miktar süre harcanarak yapılan internet kullanımına "sağlıklı internet kullanımı" denmiştir (20). Bu sınırlar aşıldığında ortaya internet bağımlığı sorununu çıkmaktadır.

Genel olarak internet bağımlılığı "İnternet kullanmayı kontrol edememe ve bu kontrolsüzlükten kaynaklanan hayatının birçok alanında özellikle de kişiler arası ilişkiler ve iş hayatında ciddi derecede sorunlar yaşamasına sebep olan bir hastalık" olarak Young tarafından tanımlanmıştır (21).

Literatürde tanı koymada veya tanımlamada bir fikir birliğinin olmaması nedeniyle internet bağımlılığı farklı araştırmacılar tarafından kullanılan "patolojik internet kullanımı", "problemli internet kullanımı" ya da "internet bağımlılığı" gibi farklı isimlendirmeleri vardır (22). Belki de bu nedenden dolayı DSM-V'te internet bağımlılığı kesin bir rahatsızlık olarak belirtilmemiştir. Ancak konuya ilgisiz kalmamış, internet bağımlılığının bir alt konusu olan "internette oyun oynama bozukluğu" adı altında hakkında daha fazla araştırma gerektiren konular bölümünde sözü geçmektedir. İnternet bağımlılığı ve türevlerinin ilerde konu ile ilgili daha çok araştırmaların yapılması ile daha kapsamlı bir şekilde DSM'de kendisine yer bulacağı öngörülmektedir (23).

2.1.6. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri

İnternetin bağımlılığı ile ilgili birçok araştırmacı birçok araştırma ve tanımlama yapmıştır (24). İnternet bağımlılığı terimi ilk olarak Goldberg (1996) tarafından kullanılmıştır. Goldberg 1996 da DSM-IV'te yer alan madde bağımlılığı (alkol) tanı

kriterlerini internet bağımlılığı tanı kriterleri için uyarlamıştır (12). İnternet bağımlılığı tanı ve tedavisi için asıl çalışmalar ise Young ve Griffiths tarafından yapılmıştır (15, 25). Griffiths (1998), internet bağımlılığını teknoloji bağımlılığının bir türü ve davranışsal bağımlılığın bir alt kümesi olarak kabul etmiş ve belirlemiş olduğu davranış bağımlılığı ölçütlerini internet bağımlılığı için de kullanmıştır (15).

Young DSM-IV'te bulunan patolojik kumar oynama ile internet bağımlılığının benzeştiğini öngörmüş ve buradan yola çıkarak tanı kriterleri oluşturmuştur ve internet bağımlılığını sarhoş edici madde içermeyen bir dürtü kontrol bozukluğu olarak tanımlamıştır. Oluşturulduğu kriterlere göre bireye internet bağımlısı denebilmesi için aşağıdaki sekiz maddeden beş tanesinin kişide bulunması gerekmektedir (Tablo 1) (18).

Tablo 1: Young'ın Tanı Ölçütleri

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

Young'ın "internet bağımlılığı" tanı ölçütlerini Beard ve Wolf (2001) ve daha sonra Shapira ve arkadaşları (2003) düzenleyerek kendilerine ait tanı ölçütleri oluşturmuşlardır (26, 27).

Ko ve arkadaşları 2005 yılında "Chen internet Bağımlılığı Ölçeği" ismini verdikleri bir ölçek geliştirmiş ve kendi internet bağımlılığı için tanı ölçütleri oluşturmuşlardır (28).

Tao ve arkadaşları (2010) bağımlı internet kullanım kriterlerine en az üç ay boyunca süren ve günde en az altı saat internet kullanımını bir kriter olarak eklemişler ve kişinin psikotik veya bipolar bozukluk tanısı var ise bunu bir dışlama kriteri olarak belirtmişlerdir (29).

Kriterlere baktığımızda birçoğunda ortak paydalar vardır. İnternet kullanımının kontrol edilememesi, planlandığından daha uzun süre İnternet'te kalınma, günlük hayatın işlevselliğinde aksamalar temel kriterler arasındadır (14, 15, 16).

2.1.7. İnternet Bağımlılığının Adolesan Üzerindeki Olumsuz Etkileri

Hızlı bir büyüme ve toplumda kendine bir yer bulmaya çalışan adolesan dönemindeki birey etrafından gelen her türlü etkilere daha açık haldedir. Bu etkilerin en başında da internet ve internete bağımlı teknolojik alet ve gelişmeler gelmektedir. Fiziksel, cinsel, benlik gelişiminin oldukça dalgalı ve hızlı olduğu adolesan yaş gurubu için internet bağımlılığı büyük bir tehlike arz etmektedir (30).

Her güzel ve faydalı durumda olduğu gibi internet kullanımının da bir sınırı olması gerekir. Eğer bu sınırlar aşılıyor ise bir bağımlılıktan söz etmek mümkün hale gelir. İnternet kullanımından tamamen vazgeçmek günümüzde hayali bir düşünce olsa da, internet kullanım sınırlarını bilmemiz, her bağımlılıkta olduğu gibi internet bağımlılığının da hayatımızı olumsuz etkilemesine izin vermemek adına önem arz etmektedir.

İnternet kullanım sınırlarını aşan bağımlı bir birey hayatındaki diğer işleri ve olayları geri plana atarak giderek arkadaş çevresinden, okul hayatından varsa iş hayatından ve hatta diğer aile bireylerinden uzaklaşmaya başlar. İnternette fazla zaman geçirme görev ve sorumlulukları ihmal etmesine sebep olur. Okula devamsızlık yapmak ve okula gitmek istememe, geç vakitlere kadar internette olma yüzünden ödevlerini aksatma, ders kaçırma ve uykusuz kaldıklarından derslerine odaklanamama gibi sorunlar yaşamaya başlarlar (31, 32, 33). Bu durum okul başarısının düşmesine,

aile içi çatışmaların artmasına neden olacaktır. Kişide uzun sürerler internet kullanımından dolayı uyku bozukluğu ve gerçek hayattaki arkadaşlardan uzaklaştıkça yalnızlaşma ve depresyon ortaya çıkacaktır (34).

Aynı durum tersi içinde söz konusudur. Adolesan dönemde yaşıtları ile problemlerin yaşanması, bağımsızlık arzusu ve aile içi çatışmaların artması kişinin kendisini gerçek hayattan ve hayatın zorluklarından soyutlayarak daha kolay iletişim kurabileceği, sohbet edeceği, rahatça isteklerini dile getirebileceği internet ortamına kaymasına neden olabilir. Bu nedenlerden dolayı da diğer gelişim dönemlerine kıyasla, en çok adolesan dönemde bağımlılığa rastlanıldığı düşünülmektedir (34, 35). Sanal ortamda sınırsız olarak kolayca sohbet edip arkadaş sahibi olabilir fakat bu arkadaşlıklar sahte hesaplar ile kandırmaya ve kandırılmaya müsait bir şekilde olacaktır. Gerçek hayatta ki arkadaşlıklarından ise zamanla uzaklaşacak ve bu durum yalnız bir erişkin hayat yaşama riskine neden olabilecektir.

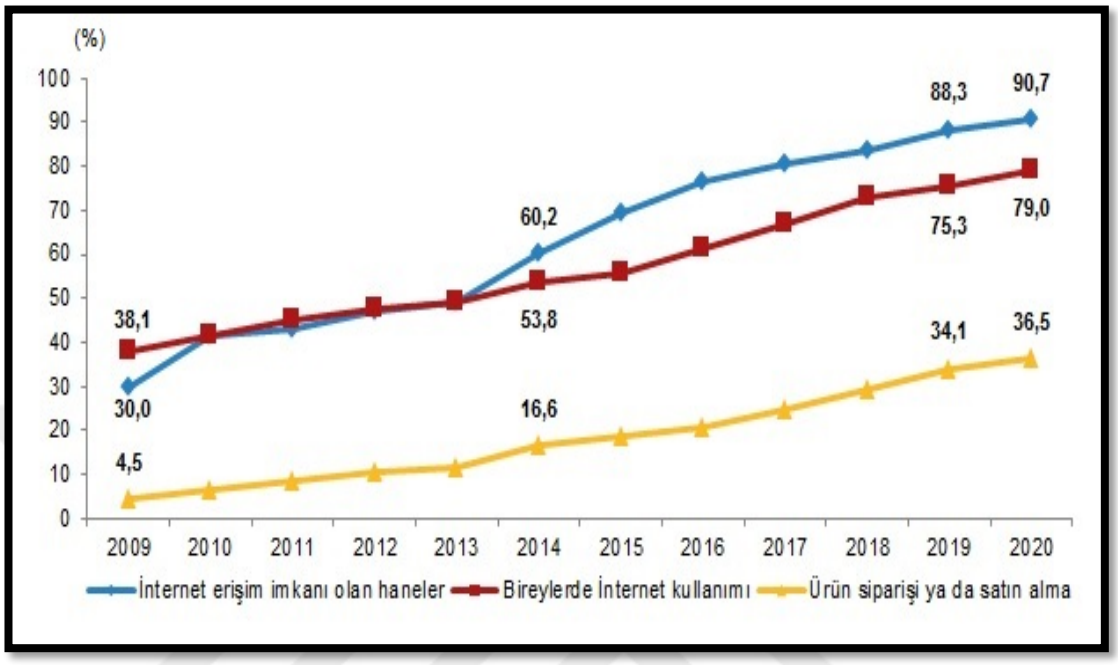
Carli ve arkadaşlarının 2013 yılında 20 makalede yaptığı derleme bir çalışmada patolojik internet bağımlılığı ile depresyon ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu semptomları arasında direkt ilişki olduğunu saptamıştır. Her ne kadar patolojik internet bağımlılığı ile ilgili makalelerin % 57'si anksiyete, % 60'ı obsesif kompulsif bozukluk ve % 66'sı agresyon semptomlarından bahsetse de internet bağımlılığı ile direkt ilişkileri tespit edilememiştir (36).

İnternet bağımlılığı ayrıca kişinin sosyal hayatını etkilediği kadar kişinin sedanter yaşamasına ve bu nedenden dolayı çeşitli fiziksel sorunlara da yol açması muhtemeldir. Karpal tünel sendromu, obezite, bel ve boyun ağrıları bu bulgulardan birkaçı olarak sayılabilir. Uzun süre internette veya ekran başında vakit geçirenlerde gözlerde kuruma ve yanma, göz yaşarması, bulanık görme gibi görme ile problemlerin ortaya çıkması beklenen bulgular arasındadır.

2.1.8. Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Görülme Sıklığı

İnternet bağımlılığının tanımlanması, sınıflandırılması hatta isimlendirilmesinde bile ortak bir uzlaşının sağlanamamış olması araştırmacıların kendilerine göre tanısal araçlar kullanmalarına neden olmuştur. Bu durum internet bağımlılığı prevalansı hakkında kesin bir bilgi sahibi olmamıza engel olsa da genel anlamda internet bağımlılığı prevalansı literatürde %0,3 ile %38 arasında karşımıza çıkmaktadır (37). Yapılan araştırmalarda internet bağımlılığının erkeklerde kızlara

oranla ve adolesan yaş gurubunda oldukça sık ve daha fazla görüldüğü genel olarak saptamıştır.



Şekil 1: TUİK 2020 Ağustos ayı Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonuçları

Türkiye'de 2009 yılında TUİK Nisan ayı Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonuçlarına göre hanelerin ancak % 30,0'unun İnternet erişimi bulunuyordu. İnsanlar internete daha çok evden, işten ya da internet kafelerden bilgisayar aracılığı ile bağlanabiliyordu. Artık günümüzde mobil internet ile akıllı telefonların ve kablosuz ağların yaygınlaşması ve ucuzlaması sayesinde Türkiye'de 16-74 yaş grubundaki bireylerin internete erişim oranı 2020 Ağustos TUİK verilerine göre %79 oldu. Bu oran bir önceki yıl %75 idi. İnternet kullanım oranı erkeklerde %84,7, kadınlarda %73,3 olarak tespit edildi. Hanelerin %90,7'sinin evden İnternete erişim imkanına sahip olduğu gözlendi (Şekil 1) (38).

Ülkemizdeki çalışmalarda internet bağımlılığının görülme sıklığı araştırmanın yapıldığı il ya da ilçenin teknik altyapısı, insanların sosyoekonomik ve sosyokültürel durumları, yapılan çalışmalarda farklı tanı ölçeklerinin kullanılması gibi birçok faktörden etkilenmiştir.

Canan ve arkadaşlarının 2010 yılındaki 300 lise öğrencisinde yaptığı bir çalışmada problemli internet kullanım oranını %11,09 bulmuştur (39). Batıgün ve arkadaşları ise 2011'de Eskişehir il merkezindeki resmi liselerde 1198 öğrenci üzerinde yaptıkları çalışmada problemli internet kullanım oranı % 18,8 olarak hesaplanmıştır (40). Yılmaz ve arkadaşlarının 2014 yılında Balıkesir ili Merkez ilçedeki 32 liseden belirlenmiş olduğu 2853 öğrenci üzerinde yapılan çalışmada % 16,3'ün de yüksek düzeyde internet bağımlısı olduğu saptanmıştır (41). Türkiye'de liseye giden adolesanlarda yapılan çalışmalarda genel olarak 9. ve 10. sınıf öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri 11. ve 12. sınıfa gidenlerden daha yüksek bulunmuştur (41, 42).

Avrupa'da Kaess ve diğerleri tarafından 2014 yılında 11.356 adolesan üzerinde YİBÖ (young internet bağımlılık ölçeği) uygulanarak yapılan araştırmada katılımcıların % 4.2 sinde patolojik internet kullanımı, %13,4'ünde ise uygunsuz internet kullanımı saptanmıştır (43). Avrupa'da Tsitsika ve diğerleri tarafından YİBÖ ölçeği kullanılarak 14-17 yaş aralığında 13.284 adolesan üzerinde yapılan çalışmada internet bağımlılığının görülme sıklığı % 1.2, internet bağımlılığı riski ise % 12.7 bulunmuştur. Toplam riskli internet kullanıcısı (problemli internet kullanıcısı) %13.9 hesaplanmış, erkeklerde kızlardan daha sık ve ebeveynleri düşük veya orta eğitim seviyesinde olanlarda daha sık olarak karşılaşıldığı saptanmıştır. İspanya'da bu oran %22.8 ile en yüksek İzlanda'da ise %7,9 ile en düşük hesaplanmıştır (44).

Müller ve diğerlerinin 2015 yılında Avrupa'da DSM-V internette oyun oynama bozukluğu tanı kriterlerini kullanarak 14-17 yaş arası 12938 adolesan üzerinde yaptıkları bir çalışmada adolesanların %1.6'sının bütün kriterleri karşıladığı, %5.1'inin 4 kriteri karşılayarak internette oyun oynama bozukluğu için riskli gurupta olduğu bulunmuştur. Ülkeler arasında çok küçük farklıların saptandığı bu çalışmada en yüksek oran Yunanistan'da %2,5, Polonya'da %2,1 olarak bulunmuş en düşük oran ise ispanyada %0,6 olarak bulunmuştur (45).

Asya'da 2014 yılında 6 ülkede 12-18 yaş arası 5366 adolesanda hem Young İBT hem de Chen İBÖ kullanılarak bir çalışma yapılmıştır. Young'ın İBT kullanılarak yapılan ölçümlerde bağımlı kullanım ve problemli kullanım oranları en yüksekten başlayarak Filipinler'de % 4.9- 46.0, Japonya'da % 3.1- 44.4, , Malezya'da %2.4-35.1, Hong Kong'da %3-31.6 Çin'de %2.2 - %17.1, Güney Kore %1.2- 12.5 olarak

bulunmuştur. Bağımlı internet kullanımının prevalansı tarama aracı olarak revize Chen İBÖ ile ölçüldüğünde ise Filipinler (21%), Hong Kong (16%), Malezya (14%), Güney Kore (10%), Çin (10%), ve Japonya (6%) olarak ölçülmüştür (46). Bu çalışma internet bağımlılığı ölçeklerinin arasındaki farklılıktan kaynaklandığını göstermektedir.

2.1.9. Etyoloji

İnternet bağımlılığının sebeplerine dair birden fazla teori ortaya atılmış olmasına rağmen bazı internet kullanıcılarında neden daha fazla bağımlılık geliştiği hala cevap beklemektedir (37).

Öğrenme teorisine göre eğer bir kişi internet kullanırken coşku ve öfori gibi olumlu hislerin etkisi altına girerse bağımlılık ihtimali yüksektir (47). Bu görüşe göre eğer kişi bir şey denendiği zaman ortaya olumlu sonuçlar çıkıyor ise aynı doyumu yakalayabilmek için aktiviteyi tekrar etme ve sürdürme eğilimindedir.

Bir başka düşünceye göre bazı kişilerin karakter özelliklerinin bağımlı olmaya daha yatkın olduğu saptanmıştır. Dürtü ve güdülerini kontrol edemeyen, düşünme ve idrak güçleri zayıf bu bireyler, bağımlı davranışlarda bulunmaya daha meyillidirler (48),(49).

Douglas ve arkadaşlarının "kavramsal internet bağımlılığı modeli" ne göre kişisel yatkınlıkla birlikte, internette kimliklerin saklanabilmesi, sosyal gereksinimlerin kolayca karşılanabilmesi, sıkıntılar ile yüzleşmek zorunda olmama gibi bireyin motivasyonunu artıran ve içsel gereksinimleri karşılayan itici etkenler, internet aşırı kullanımına neden olmaktadır (37, 48, 50, 51). Caplan'a göre internet aracılığı ile iletişim kurmak yalnız ve depresyonlu kişilerde var olan olumsuz düşüncelerin üzerlerinin örtülmesini sağlayarak adeta bir depresyon ilacı etkisi yaratmaktadır ve bu durum bireyi gitgide toplumdan uzaklaştırmaktadır (52, 53).

İnternet bağımlılarının nörotransmitter düzeylerine bakıldığında ise bir kısmında aynı kimyasal madde bağımlısı gibi dopamin maddesinin arttığı, bir kısmında ise noradrenalin düzeylerini düşük olarak saptandığı bulunmuştur. Bu iki durumunda da internet bağımlılığı ile kişinin duygu durumu hakkında ilişki olduğunu göstermesi açısından faydalıdır.

2.1.10. İnternet Bağımlılığında Tedavi Yaklaşımları

İnternet bağımlılığının tedavisi ile ilgili kanıta dayalı tedavi stratejileri olmasa da hem farmakoterapi hem de psikoterapi yöntemleri önerilmektedir.

İnternet bağımlılığı tedavisi yapılırken birlikte oldukça sık görülebilen psikiyatrik bozukluklar dikkate alınmalıdır ve öncelikle bu bozukluğa yönelik tedavi planlanmalıdır (37).

Yapılan çalışmalara göre internet bağımlılığı belirtilerinin dürtü kontrol bozukluğu hastalığı belirtilerine daha çok benzediği düşünülmektedir. İnternet bağımlılığı altta yatan başka bir psikiyatrik hastalığın bir bulgusu değilse tedavisinde SSRI ve duygudurum düzenleyicileri ön planda düşünülebilir (37).

Ayrıca depresyon ve internette oyun oynama bozukluğu birlikteliği olanlarda bupropionun kullanımının, dikkat eksikliği bozukluğu ile birlikte olanlarda metilfenidat kullanımının, sanal seks bağımlıları gibi öforik bulgular ile birlikte olanlarda ise naltrekson kullanımının faydalı olduğunu gösteren çalışmalar vardır (54, 55, 56).

İnternet bağımlılığının tedavisinde bilişsel davranışçı psikoterapi yöntemleri, farmakoterapi ile birlikte veya tek başlarına uygulanabilmektedir (48).

Young'a göre internet bağımlılığı tedavisinin asıl hedefi internet kullanımına tamamen engel olmak değil kontrollü kullanımını sağlamak olmalıdır.

Tablo 2: Young'ın bilişsel davranışçı tedavi yöntemleri

1. Kişinin geçmişteki rutin alışkanlıklarından kurtulmasını sağlamak için günlük internet kullanımını tam tersi zaman aralıklarına kaydırmak
2. Alarm kurmak, hatırlatıcılar oluşturmak gibi dış uyaran kullanarak internet kullanım süresini sınırlandırmak
3. Belirli amaçlar doğrultusunda internet kullanılması
4. Özellikle sorunlu internet kullanımına yol açan işlevlerden uzak durmaya çalışılması
5. İnternet kullanımının yararlarının ve zararlarının yazılı olduğu hatırlatıcı kartlar oluşturmak ve yanında taşımak
6. Bireyin internete bağlanmak yerine yapmak istediklerini not edeceği bir defter kullanmak
7. Bir destek grubuna girmesi
8. Aile terapisi yapılması

Young'ın 114 kişi üzerinde bilişsel davranışçı terapinin etkinliğini araştırdığı bir çalışmasında kişilere belirli periyotlarda anketler yaparak sorunlu internet kullanımı ve bunların olumsuz etkileri ile baş edebilmeleri ölçülmüş, 8 hafta sonunda bilişsel davranışçı tedaviyle internet bağımlılığı belirtileriyle baş edebildikleri, 6 aylık izlemde de bu iyilik hallerini korudukları gözlenmiştir (21).

2.2. ADOLESAN DÖNEMİ

Adolesan sözcüğü Latincede "adolescense"den gelmektedir ve anlamı büyümek, olgunlaşmaktır. Adolesan dönemi çocukluktan erişkinliğe geçişte hem biyolojik hem de psikolojik hızlı gelişimlerin olduğu bir ara dönemdir. Bu dönemde kişiler bağımsız bir birey olmaya ve bir kimlik kazanmaya başlarlar (57). Sosyal ve kişisel kimlikleri arasında bir denge kurmaya çalışırlar

Adolesan dönemi genel anlamda yaşamın ikinci on yılını kapsar (58). Üç aşamadan oluşur: erken adolesan dönemi (10-13 yıl), orta adolesan dönemi (14–17 yaş) ve geç adolesan dönemi (18-20 yıl) .

Erken adolesan dönem adolesanların fiziksel olarak en hızlı değişim gösterdikleri dönemdir. Vücut olarak oldukça hızlı büyümenin yanı sıra cinsel yönden de gelişme ve olgunlaşma dönemine girilmiş olur (57). Fiziksel ve duygusal olarak son derece dalgalı bir dönem yaşarlar. Arkadaş çevresinde kendini kanıtlamaya çalışarak bir yer edinme çabasına girerler. Dış görünüşlerine önem verirler ve ayna karşısında fazla zaman geçirmeye başlarlar.

Orta adolesan döneminde arkadaş grupları adolesan için daha fazla önem kazanır. Bu dönemde bilişsel gelişimi tamamlanmaya başlar, genellemeler yapabilir, soyut düşünebilir ve çevresel uyaranlara düşünerek tepki verebilir. Cinsel kimliğin gelişmesiyle birlikte karşı cinse ilgi duyma ve tanımaya çalışma önem kazanır. Bağımsızlık isterler ve aile kalıplarından kurtulup dış dünya ile iletişime daha fazla önem verirler. Bu nedenden dolayı anne baba ile çatışmalar fazlalaşır. Ebeveyn veya çevrelerinden gelen tavsiyelerden aşırı rahatsız olurlar (59).

17-19 yaş arasındaki geç adolesan döneminde kişi şimdiye kadarki elde edilen duygu ve davranışların adeta sentezini yapar. Aile ve arkadaş gurubuna kendisini kanıtlamış ve onlardan yeterince destek bulabilmiş bir adolesan geç adolesan dönemini

başarı ile atlatabilir. Toplumda erişkin insanların üstlendiği, insanlar ile yakın ilişkiler kurabilme, kendisine iş ve eş seçebilme gibi sorumlulukları yerine getirebilme, belirli bir kimliğe sahip olma gibi özellikler kazanır.

Kişinin bu dönemi içinde bulunduğu toplum, aile ve sosyal arkadaşları arasında problemsiz veya en az hasarla atlatabilmesi erişkin hayatı için son derece önemlidir. Aksi takdirde kişinin hem bilişsel hem de biyopsikososyal gelişimi yeterince sağlıklı olmayacak, kişinin hem duygusal hem de davranışsal problemleri olmasına yol açacaktır.

2.3. AİLE TANIMI VE AİLE UYUMU

Aile, her birisi farklı karaktere, değer türlerine, görev beklentilerine ve kabiliyetlerine sahip iki ya da daha çok bireyden meydana gelen bir grup biçimidir (60). Bireyin dünyaya geldiği andan itibaren içinde yer aldığı, ona yaşamını devam ettirebilmesi için gerekli bakım ve desteğin sunulduğu sosyal bir ortamdır. Toplumun sahip olduğu değer yargılarının ve sosyalleşmenin en ciddi ve yoğun olarak yaşandığı toplumsal yapı ailedir (61).

Türk Aile Yapısı Özel İhtisas Komisyonu aileyi kan bağı, evlilik ve diğer yasal yollardan, aralarında akrabalık ilişkisi bulunan ve genelde aynı evde yaşayan bireylerden oluşan, aile üyelerinin cinsel, psikolojik, sosyal ve ekonomik ihtiyaçlarının karşılandığı, topluma uyum ve katılımlarının sağlandığı ve düzenlendiği temel bir sosyal birim olarak tanımlanmaktadır (62).

Aile toplumun en küçük yapı taşıdır. Toplumlar için bu derece öneme sahip olan ailenin en değerli öznelerinden birisi ise yakın, benzer, iş birliği ve karşılıklı ilişkilerinde vurgulandığı aile uyumudur. Bunun kişilerin zihinsel sağlıkları ve toplumların refahı için gerekli olduğu düşünülmektedir (63). Ailedeki uyum ya da uyumsuzluk, her üyeyi kişisel olarak ilgilendirdiğinden toplumsal huzurun sağlanması için üyelerin bireysel çabası önem taşımaktadır.

Aile içindeki ilişkinin niteliği aile uyumunu etkilemektedir. Toplum içinde birbirinden farklı aile yapıları olmasına rağmen ilişki yönetimi güçlü olan ailelerin uyumlu davranışlar sergilemesi daha olasıdır.

3.GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMA MODELİ

Çalışmamız tek merkezli, kesitsel ve analitik bir klinik çalışma niteliğindedir.

3.2. HASTA POPÜLASYONU

Bağcılar Barbaros ASM (Aile Sağlığı Merkezi) 34.05.044 no'lu Aile hekimliği birimine kayıtlı 14-19 yaş arası örgün lise eğitimine devam eden kişiler.

3.3. ÖRNEKLEM BÜYÜKLÜĞÜ VE BELİRLEME YÖNTEMİ

Bu çalışma 2019-2020 eğitim öğretim sezonunda örgün eğitime devam eden 01/07/2020-01/08/2020 tarihleri arasında İstanbul Bağcılar Barbaros ASM'de 34.05.044 no'lu Aile hekimliği biriminde kayıtlı olan, çalışmaya katılmayı kabul eden ve dahil edilme kriterlerine uyan öğrenciler arasında yapılmıştır.

Nüfusa bağlı o yaş gurubundaki birey sayısı 345 olup, %95 power 0,05 alfa anlamlılık seviyesinde toplam örneklem büyüklüğü 183 olarak belirlenmiştir.

3.4. KATILIMCILARIN VERİLERİNİN TOPLANMASI

Yüz yüze görüşme esas alınarak yapılacak anket öncesi sözel ve yazılı onam alındı. Lise dönemi adolesan gençlere öncelikle 29 sorudan oluşan demografik durum ile ilgili sorular soruldu. Ardından Young tarafından geliştirilmiş, Bayraktar tarafından Türkçeye uyarlanan 20 soruluk YİBÖ ve Kavikondala ve arkadaşları tarafından oluşturulan, Duman Kula ve arkadaşları tarafından Türkçeye uyarlanan 5 soruluk AUÖ (aile uyumu ölçeği) uygulandı (64, 65). Okul yılsonu karne notu ortalamaları sözel olarak öğrenilerek okul başarıları ölçüldü.

3.5. ÇALIŞMAYA DAHİL EDİLME KRİTERLERİ

1. Sağlıklı gönüllüler
2. 14-19 yaş arası olanlar,
3. Örgün eğitim veren bir liseye kayıtlı olanlar
4. Çalışmaya katılmayı kabul edenler
5. Her iki cinsiyetten bireyler
6. Anne ve baba onayı alınanlar
7. 34.05.044 no'lu aile hekimliği biriminde kayıtlı olanlar

3.6. ÇALIŞMADAN HARİÇ TUTMA KRİTERLERİ

1. Örgün eğitim veren bir liseye gitmeyenler
2. 14 yaşından küçük ve 19 yaşından büyükler
3. Çalışmaya katılmayı kabul etmeyenler
4. Anne veya babası razı olmayanlar
5. Bilinen nörolojik hastalığı, gelişimsel geriliği olanlar
6. Bilinen psikiyatrik tanısı olanlar

3.7. ÇALIŞMA ANKETİ

Dahil edilme kriterlerini karşılayan 183 kişi çalışmaya katıldı. Çalışmamızda katılımcılara ilk önce yaşı, cinsiyeti, sınıfı, kayıtlı olduğu lise türü, ebeveynlerin eğitimi, ailenin ekonomik durumu hakkındaki düşüncesi gibi bilgileri sorgulayan sorular soruldu. Ardından günlük ortalama internet kullanım süresi ve internetin en sık hangi amaçla kullanıldığı, internete ulaşım yeri ve kullanılan sosyal medya hesapları gibi internet bağımlılığı ile ilişkili olduğu düşünülen sorular sorularak veri toplanmıştır.

3.8. ÇALIŞMADA KULLANILAN ÖLÇEKLER

3.8.1. İnternet bağımlılığı ölçeği

İnternet Bağımlılığı Ölçeği Young tarafından, DSM-IV'te yer alan 'Patolojik Kumar Oynama Ölçütlerinden yola çıkarak oluşturulmuştur. Zamanla geliştirilerek İnternet Bağımlılığını değerlendirmek için kullanılabilen 20 soruluk, altılı likert tipinde bir ölçeğe çevrilmiştir. Her soruda "hiçbir zaman", "nadiren", "arada sırada", "çoğunlukla", "çok sık" ve "devamlı" seçeneklerinden birinin işaretlenmesi istenmektedir. Puanlama sırasıyla 0, 1, 2, 3, 4, 5 şeklinde yapılmaktadır. Ölçekten toplamda 80 puan ve üzeri almak "internet bağımlısı" olarak tanımlanmaktadır. 50-79 arası puan alanlar muhtemel bağımlı, 49 ve altında puan alanlar ortalama internet kullanıcısı olarak tanımlanmaktadır. İnternet bağımlılığı ölçeği Bayraktar tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Standardize edilmiş Alpha değeri 0.91, Spearman-Brown değeri 0.87"dir. Bu verileri ölçeğin güvenilir olduğunu düşündürmektedir (64).

3.8.2. Aile uyumu ölçeği

Aile Uyumu Ölçeği: "Aile Uyumu Ölçeği" toplumun refahında pozitif aile ilişkilerinin rolünü ortaya koymak ve bu doğrultuda aile uyumunu ölçmek amacıyla

Kavikondala ve çalışma arkadaşları (2015) tarafından Türk toplumu gibi genel olarak toplulukçu kültür yapısını benimsemiş Çin toplumunu esas alarak geliştirilmiş bir ölçüm aracıdır. Bu çalışmamızda Duman Kula ve arkadaşları tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan Aile Uyumu Ölçeği 5 maddelik kısa formunu kullandık. Ölçeğin Türkçe Formunun puanlanması 5'li (1= Kesinlikle katılmıyorum, 5= Kesinlikle Katılıyorum) bir derecelendirme sistemine göre yapılmaktadır. Ölçek sonucunda toplam puan aralığı 5 ile 25 arasında değişiklik göstermektedir (65). Ölçekte alınan puanlar yükseldikçe aile uyumu yükselmektedir. AUÖ'nin orijinal halinin geliştirilme sürecinde yapı geçerliğini ortaya koymak amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi sonucunda ölçeğin kısa formunun tek faktörlü olduğu ve iyi uyum gösterdiği belirlenmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı ise 0.92 olarak bulunmuştur.

3.9. İSTATİKSEL DEĞERLENDİRME

İstatistiksel analiz için SPSS 24.0 sürümü kullanılmıştır. Katılımcıların sosyodemografik değişkenlerinin dağılımlarının belirlenmesi amacıyla betimsel istatistikler yapılmıştır. Verilerin normallik testi ile normal dağılıma uyup uymadığı belirlenmiş ve verilerin shapiro wilk ya da kolmogorov smirnov değerlerine bakıldığında normal dağılıma uymadığı belirlenmiştir. Bu doğrultuda tüm testler non-parametrik testlerden seçilmiştir.

Çalışmada kullanılan ölçeklerin birbirleri ile olan ilişkilerine yönelik spearman korelasyon analizi yapılmıştır. Son olarak ise demografik değişkenler ile ölçeklerin karşılaştırılmasında mann-whitney u testi ile kruskall-wallis testi uygulanarak anlamlılıklar değerlendirilmiştir.

3.10. ETİK ONAM

Çalışmamız için Sağlık Bilimleri Üniversitesi Şişli Hamidiye Etfal Sağlık Uygulama Merkezi Etik Kurulu Başkanlığı'ndan 25/02/2020 tarihli 1455 karar no ile etik kurul onamı alındı (EK-6). İstanbul il sağlık müdürlüğü Sağlık Hizmetleri Başkanlığı Araştırma, Basılı Yayım, Duyuru İçeriği Değerlendirme Komisyonu 30.06.2020 tarih ve 2020/20 sayılı kararınca uygundur onamı alınarak Barbaros ASM'de çalışmamız uygulandı (EK-5).

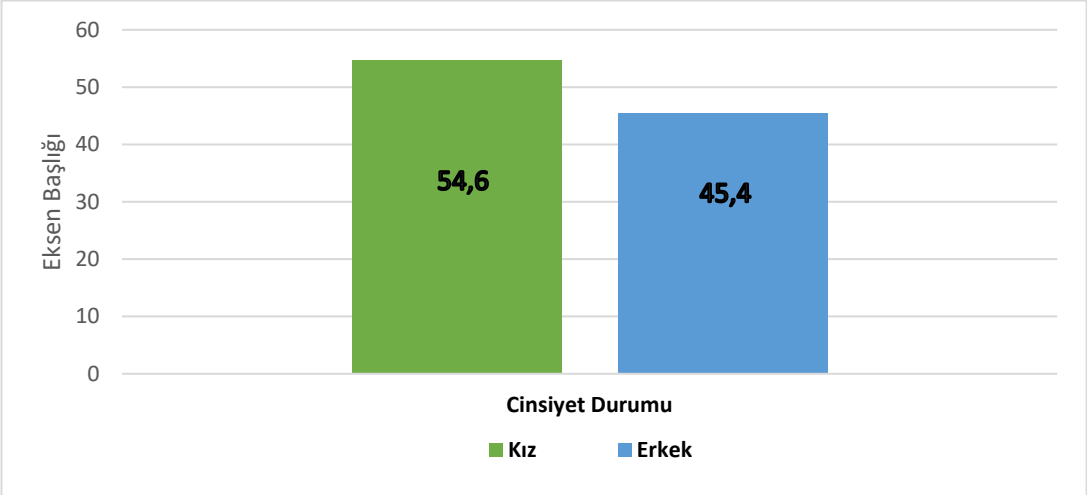
4.BULGULAR

Araştırmamız İstanbul bağcılar Barbaros mahallesinde 34.05.044 no'lu aile hekimliği biriminde kayıtlı 14-19 yaş arası örgün eğitim liseye kayıtlı 350 adolesan arasında yapılmıştır. Çalışmamızda 250 kişiye ulaşılmıştır ve dahil edilme kriterlerini karşılayan 183 kişiye anketimiz uygulanmıştır.

Katılımcılara YİBÖ ve AUÖ uygulanmış ve okul başarısı ölçümü için yılsonu okul not ortalamaları kullanılmıştır. Ölçeklerden alınan puanlar ve okul not ortalamaları, kişilerin sosyodemografik, aile ve internet kullanımı ile ilgili verileri ile karşılaştırılmıştır.

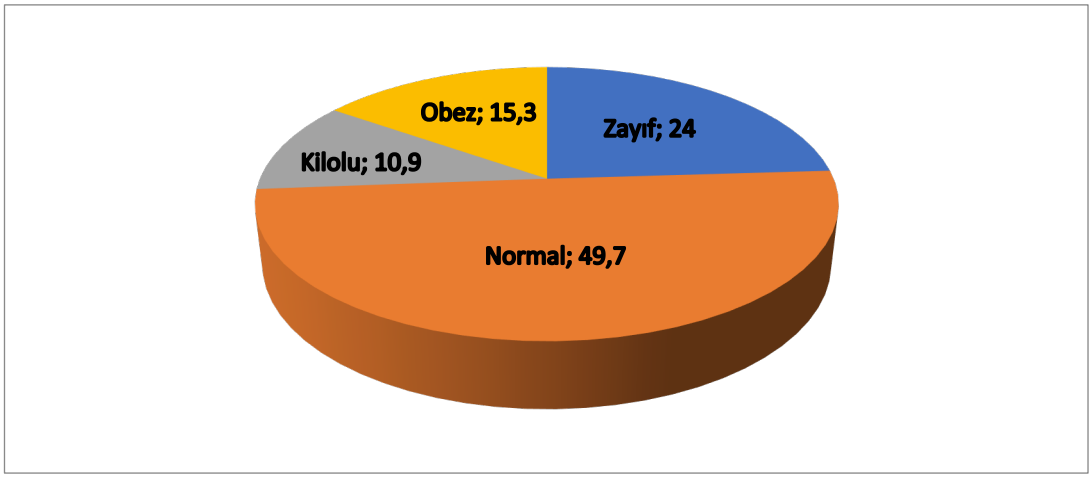
4.1. KATILIMCILARIN SOSYODEMOGRAFİK VERİLERİ İLE İLGİLİ BULGULAR:

Çalışmamıza katılan 183 14-19 yaş aralığındaki lise öğrencisinin yaş ortalaması 16,3'tü (SS=1,28).



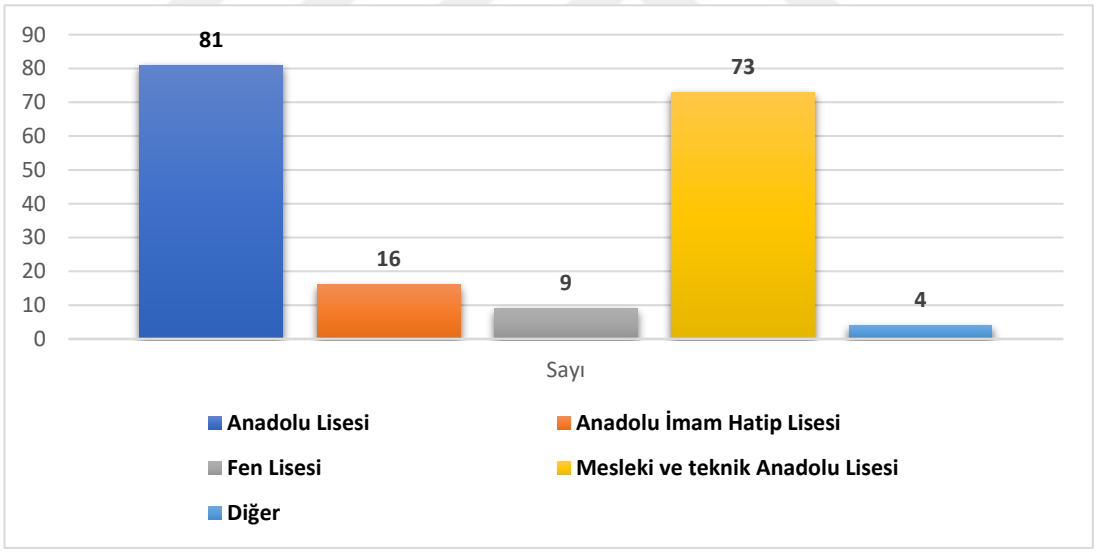
Şekil 2: Katılımcıların cinsiyet durumuna göre dağılımı

Çalışmamıza katılan öğrencilerin 100'ü kız (%54,6), 83'ü erkekti (%45,4) (Şekil 2).



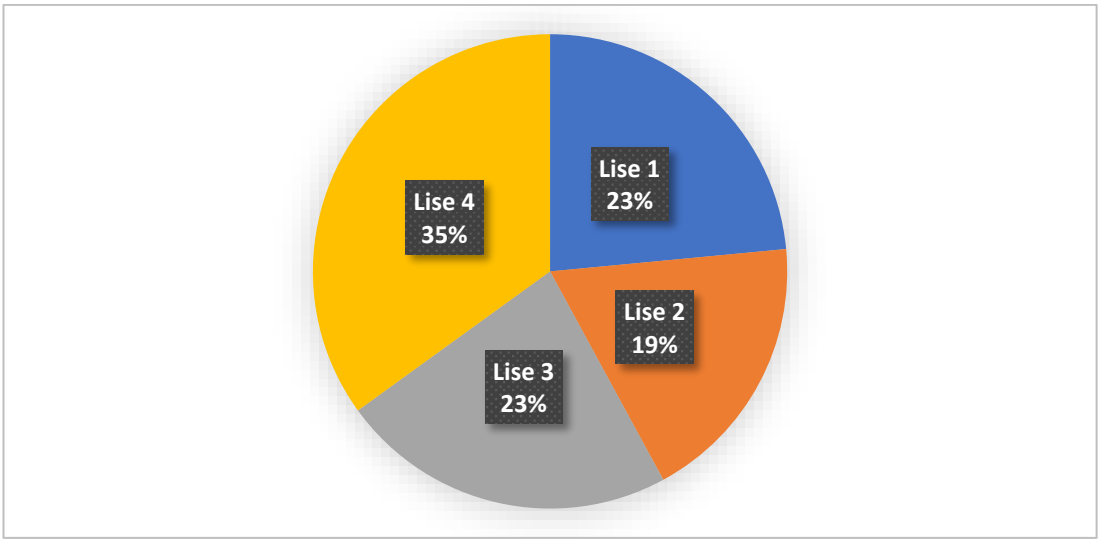
Şekil 3: Vücut kitle indeksi persentil eğrisine göre sınıflamasının dağılımı

Adolesanların vücut kitle indeksi persentil eğrisine göre incelendiğinde, katılımcıların %24,0'ının (n=44) zayıf, %49,7'sinin (n=91) normal, %10,9'unun (n=20) kilolu, %15,3'ünün (n=28) obez olduğu belirlenmiştir (Şekil 3).



Şekil 4: Katılımcı sayısının okullarının türüne göre dağılımı

Katılımcıların %44,3'ünün (n=81) Anadolu lisesinde, %8,7'sinin (n=16) Anadolu İmam Hatip Lisesinde , %4,9'unun (n=9) Fen Lisesinde, %39,9'unun (n=73) Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, %2,2'sinin (n=4) diğer lise türlerinde eğitim gördüğü saptanmıştır (Şekil 4).



Şekil 5: Katılımcıların okudukları sınıflara ilişkin dağılımı

Lise 1, lise2, lise 3, lise 4'e gitmekte olan katılımcı öğrencilerin yüzdesi sırasıyla %23,5, %18,6, %23,0, %35,0 olduğu belirlenmiştir (Şekil 5).

Çalışmamıza katılan öğrencilerin %23,5'i (n=43) düzenli spor yaptığını bildirmiştir. %42,1'i (n=77) düzenli bir uykuya sahip olmadığını belirtmiş ve katılımcıların %9,3'ü (n=17) sigara kullandığını, %2,2'si (n=4) sigarayı bıraktığını, %4,9'ü (n=9) de alkol kullandığını belirtmiştir.

4.2. AİLE ÖZELLİKLERİ İLE İLGİLİ DEĞİŞKENLERE AİT BULGULAR

Çalışmamızda katılımcıların %98,9'u (n=181) ailesi ile birlikte yaşadığını belirtmiştir. Evde minimum 2 kişi, maximum 10 kişi olarak ortalama 4,6 kişi (SS=1,25) birlikte yaşadıkları belirlenmiştir. Katılımcıların %65,0'ı (n=119) evde kendilerine ait odalarının olduğunu, %35,0'i (n=64) kendilerine ait odalarının olmadığı belirtmiştir (Tablo 3).

Tablo 3: Yaşadıkları ev ortamı ile ilişkili bilgiler

Değişkenler	**N**	**%**
Birlikte Yaşadığı Kişiler		
Ailemle	181	98,9
Evde arkadaşla	1	,5
Yurtta	1	,5
Toplam	**183**	**100,0**
Evde siz dahil kaç kişi ile birlikte yaşıyorsunuz?		
Min:2 Max:10 Ort:4,60 Std.Sapma:1,25		
Kendinize Ait Odanız Var mı?		
Evet	119	65,0
Hayır	64	35,0
Toplam	**183**	**100,0**

Öğrencilerin anne eğitim düzeyi incelendiğinde, %72,1'inin (n=132) lise altı mezunu olduğu, %19,1'inin (n=35) lise ve üstü mezunu olduğu, %8,7'sinin (n=16) okuryazar olmadığı belirlenmiştir. Baba eğitim düzeyi incelendiğinde ise, %64,5'inin (n=118) lise altı mezunu olduğu, %30,1'inin (n=55) lise ve üstü mezunu olduğu, %5,5'inin (n=10) okur-yazar olmadığı belirlenmiştir (Tablo 4).

Tablo 4: Anne Baba Eğitim Durumu

Değişkenler	**N**	**%**
Anne Eğitim Durumu/Düzeyi		
Okur- Yazar değil	16	8,7
Lise altı	132	72,1
Lise ve üstü mezun	35	19,1
Toplam	**183**	**100,0**
Baba Eğitim Durumu/Düzeyi		
Okur- Yazar değil	10	5,5
Lise altı	118	64,5

Lise ve üstü mezun	55	30,1
Toplam	**183**	**100,0**

Katılımcılar ailelerinin ekonomik düzeylerinin %4,4'ünü (n=8) düşük, %86,9'unu (n=159) orta düzeyde, %8,7'sini (n=16) yüksek düzeyde olduğunu bildirmiştir. Katılımcıların %67,2'sinin (n=123) annesinin çalışmadığı, %30,1'inin (n=55) annesinin çalıştığı ve %2,7'sinin (n=5) annesinin vefat ettiği belirtilmiştir (Tablo 5).

Tablo 5: Ailenin ekonomik durumu

Değişkenler	**N**	**%**
Ekonomik düzey		
Düşük	8	4,4
Orta	159	86,9
Yüksek	16	8,7
Toplam	**183**	**100,0**
Anneniz Çalışıyor mu?		
Vefat/ yok	5	2,7
Çalışıyor	55	30,1
Çalışmıyor	123	67,2
Toplam	**183**	**100,0**

4.3. İNTERNET KULLANIMI İLE İLGİLİ DEĞİŞKENLER AİT BULGULAR

Katılımcıların %89,1'inin (n=163) evinde sürekli kullanabileceği interneti olduğu, %10,9'unun (n=20) ise evde sürekli bağlanabileceği bir internetinin olmadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların %55,4'ü (n=163) cep telefonu, %32,0'si (n=94) evde dizüstü veya masaüstü bilgisayar, %6,1'i (n=18) okul, %4,4'ü (n=13) ise internet kafe, %2,0'ının (n=6) diğer yollar ile internette ulaşabildiğini belirtmiştir (Tablo 5).

Tablo 5: İnternete ulaşım yeri

Değişkenler	N	%
Evde Sürekli Kullanabileceğiniz İnternet Bağlantınız Var mı?		
Evet	163	89,1
Hayır	20	10,9
Toplam	**183**	**100,0**
İnternete Ulaşım Yeriniz?		
Ev (dizüstü, masaüstü)	94	32,0
Okul	18	6,1
Internet kafe	13	4,4
Cep telefonu	163	55,4
Diğer	6	2,0
Toplam	**294**	**100,0**

Katılımcıların %12,9'unun (n=72) facebook, %11,1'inin (n=62), twitter, %28,5'inin (n=159) instagram, %7,7'sinin (n=43) Pinterest, %12,6'sının (n=70) snapchat, %0,7'sinin (n=4) periskop hesabı olduğu, %22,8'inin (n=127) youtube, %0,7'sinin (n=4) swarm hesabı olduğu, %2,2'sinin (n=12) diğer sosyal medya hesaplarına sahip olduğu, %0,7'sinin (n=4) herhangi bir sosyal medya hesabına sahip olmadığı belirlenmiştir (Tablo 6).

Tablo 6: Kullanılan sosyal medya hesapları

Değişkenler	N	%
Sosyal Medya Hesaplarından Hangisine/Hangilerine Sahipsiniz?		
Facebook	72	12,9
Twitter	62	11,1
İnstagram	159	28,5
Pinterest	43	7,7

Snapchat	70	12,6
Periskop	4	0,7
Youtube	127	22,8
Swarm	4	0,7
Diğer	12	2,2
Hiçbirine sahip değilim	4	0,7
Toplam	**557**	**100,0**

Çalışmamızda öğrencilerden %91,3'ü (n=167) akıllı telefona sahip olduğunu belirtmişlerdir. Katılımcıların minimum telefon alınma yaşı 8, maximum telefon alınma yaşı 17, ortalama telefon alınma yaşı 13,41'dir (SS=1,81). Günlük Akıllı Telefon Kullanım Süresi sorgulandığında katılımcıların %40,4'ünün (n=74) 3 saatten fazla, %49,2'sinin (n=25) 1-3 saat arasında, %10,4'ünün (n=19) 1 saatten az akıllı telefon kullandıkları saptanmıştır. Günlük Toplam Bilgisayar Kullanım Süresi sorgulandığında ise %16,4'ünün (n=30) 3 saatten fazla, %19,1'inin (n=35) 1-3 saat arasında, %64,5'inin (n=118) 1 saatten az bilgisayar kullandıkları saptanmıştır. Katılımcıların %5,5'inin (n=10) 1 yıldan az zamandır, %13,7'sinin (n=25) 1-2 yıldır, %31,7'sinin (n=58) 3-4 yıldır, %49,2'sinin (n=90) 5 yıldan fazla zamandır internet kullandıkları belirlenmiştir (Tablo 7).

Tablo 7: Akıllı telefon ve bilgisayar kullanım özellikleri

Değişkenler	**N**	**%**
Akıllı telefonunuz var mı?		
Evet	167	91,3
Hayır	16	8,7
Toplam	**183**	**100,0**
İlk tel alınma yaşınız kaçtır?		
Min:8 Max:17 Ort:13,41 Std.Sapma:1,81		
Günlük Akıllı Telefon Kullanım Süresi		
1 saatten az	19	10,4

1-3 saat	90	49,2
3 saatten fazla	74	40,4
Toplam	**183**	**100,0**
Günlük Toplam Bilgisayar Kullanım Süreniz		
1 saatten az	118	64,5
1-3 saat	35	19,1
3 saatten fazla	30	16,4
Toplam	**183**	**100,0**

Katılımcıların interneti kullanma amacı sorgulandığında, %12,7'sinin (n=128) sosyal ağlar için, %11,8'inin (n=119) sohbet etmek için, %4,3'ünün (n=43) e-posta için, %5,6'sinin (n=56) spor için, %7,2'sinin (n=73) haber için, %14,2'sinin (n=143) müzik, %13,1'inin (n=132) film için, %13,8'inin (n=139) ders için, %7,5'inin (n=76) alışveriş, %9,8'inin (n=99) oyun oynamak için interneti kullandıkları belirlenmiştir (Tablo 8).

Tablo 8: İnternet kullanım amacı

İnterneti Kullanma Amacınız Nedir?		
Sosyal ağlar	128	12,7
Sohbet	119	11,8
e-posta	43	4,3
Spor	56	5,6
Haber	73	7,2
Müzik	143	14,2
Film	132	13,1
Ders	139	13,8
Alışveriş	76	7,5
Oyun oynamak	99	9,8
Toplam	**1008**	**100,0**

4.4. ÖLÇEKLERDEN ALINAN PUANLARIN SOSYODEMOGRAFİK, AİLE ÖZELLİKLERİ VE İNTERNET KULLANIM ÖZELLİKLERİ İLE KARŞILAŞTIRILMASI SONUCU ELDE EDİLEN BULGULAR

Tablo 9' da katılımcıların AUÖ, YİBÖ ve katılımcıların Okul Başarı puanları cinsiyete göre karşılaştırılmıştır. AUÖ ve YİBÖ puanları kız ve erkekler arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermemiştir. Okul başarı puanları ise erkeklere kıyasla kızlarda daha yüksek bulunmuştur (p=0,029) (Tablo 9).

Tablo 9: İnternet bağımlılık ölçeği aile uyumu ölçeği ve okul başarısı puanlarının katılımcıların cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Ort.	Z	p
Aile Uyum Ölçeği Toplam	Kız	100	20,7	-0,412	0.680
	Erkek	83	20,5		
Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği	Kız	100	30,2	-0,153	0.879
	Erkek	83	30,2		
Okul Başarısı	Kız	100	73,2	-2,182	**0.029**
	Erkek	83	67,9		

Mann-Whitney U test

Evde kendimize ait bir odamız var diyen katılımcıların AUÖ puanları (Z=-1.990, p=0.049) ve okul başarı puanları (Z=-2,310, p=0,021) daha yüksek bulunmuştur. YİBÖ puanları ile arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Tablo 10).

Tablo 10: İnternet Bağımlılık Ölçeği Aile Uyumu Ölçeği Ve Okul Başarısı Puanlarının Katılımcıların Kendilerine Ait Odaları Olup Olmamasına Göre Karşılaştırılması

	Kendinize ait bir odanız var mı?	N	Ort.	Z	p
	Evet	119	20,92	-1,990	**0.049**

Aile Uyum Ölçeği Toplam	Hayır	64	20,01		
Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği	Evet	119	30,14	-0,189	0.850
	Hayır	64	30,28		
Okul Başarısı	Evet	119	72,52	-2,310	**0.021**
	Hayır	64	67,59		

Mann-Whitney U test

Tablo 11'de görüldüğü gibi ölçek puanları ile okul türü arasındaki ilişki Kruskall Wallis testi ile incelenmiştir. Test sonuçlarında AUÖ ve Okul başarısı ile okul türü arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptamamıştır. YİBÖ toplam puanlarının okul türü fen lisesi olan bireylerde diğer gruplara göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir (KV=10.192, p=0.037) (Tablo 11).

Tablo 11: İnternet Bağımlılık ölçeği Aile uyumu ölçeği ve Okul Başarısı puanlarının Katılımcıların Okullarının Türü Açısından Karşılaştırılması

	Okul Türü	**Ort.**	**N**	**KV**	**p**
Aile Uyum Ölçeği Toplam	Anadolu Lisesi	20,60	81	6.561	0.161
	Anadolu İmam Hatip Lisesi	23,12	16		
	Fen Lisesi	20,44	9		
	Mesleki ve teknik Anadolu Lisesi	20,06	73		
	Diğer	20,75	4		
Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği	Anadolu Lisesi	29,87	81	10.192	**0.037**
	Anadolu İmam Hatip Lisesi	26,68	16		
	Fen Lisesi	41,44	9		
	Mesleki ve teknik Anadolu Lisesi	30,73	73		
	Diğer	15,25	4		
Okul Başarısı	Anadolu Lisesi	70,60	81	3.824	0.430
	Anadolu İmam Hatip Lisesi	74,00	16		
	Fen Lisesi	77,33	9		
	Mesleki ve teknik Anadolu Lisesi	69,84	73		
	Diğer	64,75	4		

KV=Kruskall Wallis test

Anneniz ve babanın medeni durumları ile YİBÖ ve AUÖ puanları ve okul not ortalamaları arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptamamıştır.

Anne eğitim düzeyi ile YİBÖ ve AUÖ puanları ve okul not ortalamaları arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Baba eğitim düzeyi lise ve altı olan katılımcıların ise babasının eğitim düzeyi lise ve üstü (p=0.004) ve okuryazar olmayanlara (p= 0.033) göre sadece YİBÖ puanlarında anlamlı yüksek olduğu bulunmuştur (KV=6.288, p=0.043) . Ayrıca babasının eğitim düzeyi lise ve üstü olanların okul başarıları diğer guruplar ile karşılaştırıldığında anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur (Z=11.986, p=0.002).

AUÖ, YİBÖ ve Okul başarısı ile ailelerinin ekonomik durumu arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptamamıştır (Tablo 12).

Tablo 12: İnternet Bağımlılık Ölçeği Aile Uyumu Ölçeği Ve Okul Başarısı Puanlarının Katılımcıların Ailesinin Ekonomik Düzeyi Hakkındaki Görüşlerine Göre Karşılaştırılması

	Ekonomik Düzey	Ort.	N	KV	p
Aile Uyum Ölçeği Toplam	Düşük Orta Yüksek	19,50 20,48 22,37	8 159 16	3.484	0.175
Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği	Düşük Orta Yüksek	30,25 30,44 27,68	8 159 16	0.507	0.776
Okul Başarısı	Düşük Orta Yüksek	65,25 71,43 67,31	8 159 16	2.562	0.278

KV=Kruskall Wallis test

Evde Sürekli internet bağlantısı olup olmaması ve annesinin çalışıp çalışmaması katılımcıların AUÖ, YİBÖ ve katılımcıların Okul not ortalama puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermemiştir.

Tablo 13' de yer aldığı gibi, katılımcıların akıllı telefonu olup olmamasının AUÖ ve okul başarı puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermezken, YİBÖ puanları akıllı telefonu olanların olmayanlara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur (p=0,032) (Tablo 13).

Tablo 13: İnternet Bağımlılık ölçeği Aile uyumu ölçeği ve Okul Başarısı puanlarının Katılımcıların Akıllı Telefon varlığına göre Karşılaştırılması

	Akıllı Telefonunuz var mı?	N	Ort.	Z	p
Aile Uyum Ölçeği Toplam	Evet	167	20,65	-0,717	0.474
	Hayır	16	20,12		
Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği	Evet	167	30,91	-2,150	**0.032**
	Hayır	16	22,68		
Okul Başarısı	Evet	167	71,00	-0,628	0.530
	Hayır	16	68,75		

Mann-Whitney U test

Tablo 14'da görüldüğü gibi Ölçek puanları ile "Günlük Akıllı Telefonda İnternet Kullanım Süreniz nedir?" Sorusu arasındaki ilişki Kruskall Wallis testi ile incelenmiştir. YİBÖ toplam puanları Günlük Akıllı Telefonda internet kullanım süresi 3 saatten fazla olan bireylerde diğer gruplara göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir (KV=47.199, p<0.001). AUÖ toplam puanlarının günlük akıllı telefonda internet kullanım süresi 1 saatten az olan bireylerde diğer guruplar göre daha yüksek olduğu saptanmıştır (KV=8.785, p=0.012) ve 3 saatten fazla olan bireyler arasında istatiksel olarak anlamlı bir fark belirlenmiştir (p=0.045) (Tablo 14).

Tablo 14: İnternet Bağımlılık ölçeği Aile uyumu ölçeği ve Okul Başarısı puanlarının Katılımcıların Günlük akıllı telefonda internet kullanım süresi ile Karşılaştırılması

	Günlük Akıllı Telefonda İnternet Kullanım Süresi	Ort.	N	KV	p
Aile Uyum Ölçeği Toplam	**1 saatten az**	22,31	19	8.785	**0.012**
	1-3 saat	20,95	90		
	3 saatten fazla	19,74	74		

Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği	1 saatten az 1-3 saat 3 saatten fazla	17,26 25,50 39,21	19 90 74	47.199	**<0.001**
Okul Başarısı	1 saatten az 1-3 saat 3 saatten fazla	74,31 71,11 69,52	19 90 74	1.706	0.426

KV=Kruskall Wallis test

Tablo 15'de görüldüğü gibi Ölçek puanları ile "Günlük Toplam Bilgisayar Kullanım Süreniz nedir?" Sorusu arasındaki ilişki Kruskall Wallis testi ile incelenmiştir. YİBÖ toplam puanlarının bilgisayar kullanım süresi 3 saatten fazla olan bireylerde diğer gruplara göre istatistiksel olarak daha yüksek olduğu gözlenmiştir (KV=14.806, p=0.001). Test sonuçlarında AUÖ Toplam Puanı ve Okul başarısı ile "Günlük Toplam Bilgisayar Kullanım Süreniz nedir" sorusu arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptamamıştır (Tablo 15).

Tablo 15: İnternet Bağımlılık Ölçeği Aile Uyumu Ölçeği ve Okul Başarısı Puanlarının Katılımcıların Günlük Toplam Bilgisayar Kullanım Süresi ile Karşılaştırılması

	Günlük Toplam Bilgisayar Kullanım Süresi	**Ort.**	**N**	**KV**	**p**
Aile Uyum Ölçeği Toplam	1 saatten az 1-3 saat 3 saatten fazla	20,66 20,82 20,13	118 35 30	0.340	0.844
Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği	1 saatten az 1-3 saat 3 saatten fazla	28,00 27,74 41,63	118 35 30	14.806	**0.001**
Okul Başarısı	1 saatten az 1-3 saat 3 saatten fazla	70,77 71,48 70,10	118 35 30	0.426	0.808

KV=Kruskall Wallis test

Çalışmamızda ayrıca internet kullanım süresi 5 yıldan fazla olan bireylerin YİBÖ toplam puanlarının diğer gruplara göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu gözlenmişken (KV=23.392, p<0.001) internet kullanım süresinin AUÖ Toplam Puanı ve Okul başarısı arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptamamıştır.

Katılımcılara uyku düzenleri olup olmadığı sorulmuş, alınan cevaplara göre uyku düzeni olduğunu söyleyenlerin AUÖ puanlarının daha yüksek (Z=-3.281, p=0,001), uyku düzeni olmadığını söyleyenlerde de YİBÖ puanları anlamlı daha yüksek bulunmuştur (Z=-2,163, p=0,031). Okul not ortalama puanları ile "Uyku düzeniniz var mı?" Sorusu arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptamamıştır (Tablo 16).

Tablo 16: İnternet Bağımlılık ölçeği Aile uyumu ölçeği ve Okul Başarısı puanlarının Katılımcıların uyku düzeni ile ilgili Karşılaştırılması

	Uyku Düzeniniz var mı?	N	Ort.	Z	p
Aile Uyum Ölçeği Toplam	Evet	106	21,33	-3,281	**0.001**
	Hayır	77	19,61		
Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği	Evet	106	26,94	-2,163	**0.031**
	Hayır	77	34,66		
Okul Başarısı	Evet	106	70,88	-0,061	0.952
	Hayır	77	70,68		

Mann-Whitney U test

Çalışmamızda AUÖ ve YİBÖ toplam puanları ve okul başarı puanları ile sigara ve alkol kullanımı sorularına verilen cevaplar arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptanamamıştır.

4.5. ÖLÇEKLERİN BİRBİRLERİ İLE OLAN İLİŞKİSİNE AİT BULGULAR

Bu çalışmamızda katılımcılara uygulanan ölçeklerden elde edilen toplam puanlar ve beyan edilen okul not ortalamaları arasındaki ilişkiler spearman korelasyon analizi ile karşılaştırılmış ve YİBÖ toplam puanları ile AUÖ puanları arasında

istatistikçe anlamlı negatif bir ilişki saptanmışken (r=-0,217 p=0.003) okul not ortalamaları ile aile uyum (r=0,084 p=0.261) ve internet bağımlılığı ölçek puanları (r=-0,039 p=0.596) arasında bir ilişki tespit edilememiştir (Tablo 17).

Tablo 17: İnternet Bağımlılık ölçeği Aile uyumu ölçeği ve Okul Başarısı puanlarının birbirleri ile olan korelasyon tablosu

		1	**2**	**3**
1-Aile Uyum Ölçeği	r	1		
2-Young internet Bağımlılığı ölçeği	r	-,217**	1	
	p	**0,003**		
3-Okul Başarısı	r	0,084	-0,039	1
	p	0,261	0,596	

Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır (Spearman korelasyon testi), ** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (Spearman korelasyon testi)

5.TARTIŞMA

Dünyada internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalara baktığımızda, genel olarak internet bağımlılık oranları %0.3 ten %38 gibi değerlere kadar, uygulanan ölçeğe göre değişken sonuçlar ile karşımıza çıkmaktadır (37). Biz çalışmamızda 14-19 yaş arası lise öğrenimi gören 183 öğrenciye YİBÖ'yü uyguladık, katılımcıların internet bağımlılık durumları incelendiğinde, %85,8'inin (n=157) normal internet kullanıcısı olduğu, %13,1'inin (n=24) muhtemel bağımlı ve %1.1'inin (n=2) 80 ve üzeri puan alan internet bağımlısı olduğunu belirledik. Problemli internet kullanıcılarının yüzdesini muhtemel bağımlı ve bağımlı olarak değerlendirdiğimiz katılımcıların toplamı olarak %14.2 (n=26) olarak saptadık.

YİBÖ ile yapılan diğer ülkelerdeki çalışmalara baktığımızda bizim bulduğumuz internet bağımlılık oranımız ile benzer oranlar bulabildiğimiz halde, genel anlamda daha yüksek oranlar ile karşılaştık (66-70). Şahin (2014)' in ülkemizde 518 lise öğrencisi ile yaptığı araştırmada da bu sonuçlara benzer bir şekilde gençlerin %20,1' inin risk grubunda olduğu, %3,3' ünün ise bağımlılık kriterlerini karşıladığı bulunmuştur (71). Bu sonuçlar bizim sonuçlarımıza oranla daha yüksektir. Bu durum araştırma yapılan bölgenin teknolojik altyapıları ve insanların teknolojiye ulaşım imkânları, insanların alım güçleri arasındaki farklılık, çalışmaların metodolojik farklılıklarından ve örneklem sayımızın azlığından kaynaklanıyor olması muhtemeldir.

Ülkemizde yapılan çalışmalar ile kıyasladığımız zaman internet bağımlılığı oranlarımızın daha benzer olduğunu gördük (72). Bayhan'ın (2011) çalışmasında katılımcıların %82'sini normal (20-49 puan); %12'sini muhtemel bağımlı; %2'sini bağımlı olarak saptamıştır ve katılımcıların %14'ünün problemli internet kullanıcısı olduğunu görmüştür (73). Kılıç ve arkadaşları 2016 da yaptıkları çalışmada internet bağımlılığı prevalansını %1,3 olarak bulmuş ve katılımcıların % 16,9'unun muhtemel internet bağımlısı olduğunu saptamıştır (74). Mertoğlu 2020'de İzmir Bayraklı'da internet bağımlılığının düzeyini araştırdığı çalışmada ortaokul öğrencileri arasında internet bağımlılığı oranını %1,6, lise döneminde ise %1 olarak tespit etmiştir (75). Bu sonuçlar bizim sonuçlarımız ile oldukça benzerdir.

Çam ve Nur'un 2015'te Giresun il merkezinde yaptığı araştırmada ise katılımcıların %7,1'inin problemli internet kullanıcısı olduğunu saptamışlardır (76). Bu oran bizim çalışmamızdaki problemli internet kullanıcılarından (%14,2) belirgin bir şekilde düşüktür. Çam ve Nur'un çalışmasında ki katılımcıların hepsinin şehir merkezinde değil de 245'inin (%20,9) ilçe merkezinde ve 126'sının (%10,7) ise köyde oturmakta olması bizlere internet bağımlılığının sosyoekonomik ve sosyokültürel farklılardan kaynaklanabileceğini düşündürmektedir. Sanayinin az gelişmiş olduğu tarıma dayalı ekonomisi bulunan kırsal yaşamın kişiye yüklediği farklı görev ve sorumluluklar olmasının, teknoloji aletlerine ulaşmanın zor ve gereksinimin daha az olması en azından gereğinden fazla internet kullanımına engel olmakta olduğunu düşünmekteyiz.

Çalışmamızda internet bağımlılığının cinsiyet ile ilişkili durumuna baktığımız zaman kızlar ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Ancak literatürde bulunan yerli ve yabancı birçok çalışmaya göre erkeklerin kızlara nazaran daha fazla internet bağımlılık yatkınlığı bulunmaktadır (41, 75-79). Buna rağmen yine de bizim bulgularımız gibi internet bağımlılığının cinsiyet ile anlamlı bir ilişkisi olduğunu saptamayan bazı çalışmalar da mevcuttur (70, 80-84). Bernardi ve arkadaşlarının 2009'da yaptıkları bir araştırmaya göre ise internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunamamışken, internet kullanım amacı olarak kızlar daha çok sohbet etmek için erkekler DSM-V'te üstünde durulan ve daha çok sorunlu internet kullanımına yol açan internette oyun oynamayı tercih ettiğini bulmuştur (85, 86). Erkeklerin kızlara göre daha özgür olması, internet kafelere daha rahat girip çıkabilmeleri, geç saatlere kadar dışarıda kalabilmeleri, erkeklerin teknolojiye daha meraklı ve özellikle de internette veya bilgisayarda oyun oynamaya daha yatkın olmaları onların daha problemli internet kullanımlarına yol açması öngörülmektedir. Ancak günümüzde akıllı telefonların yaygınlaşması ve kolay ulaşılabilir hale gelmesi ile birlikte internet kullanımında cinsiyet eşitliğini sağlamış olabilir.

Literatürdeki çalışmalara göre günlük ve haftalık internet kullanım süreleri ile internet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki mevcuttur (31, 87). Anlayışlı ve Serin internete günlük giriş süresi 5 saatten fazla internet bağımlılık düzeylerinin günlük internete giriş süresi 3 saatin altında olanlar ile karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde

yüksek olduğu bulunmuştur (81). 2019 yılında yapılan bir diğer çalışmada ise riskli internet kullanıcılarının % 57.1'inin günlük 3 saatten fazla internet kullanımı olduğu bulunmuştur (88). Fakat internet kullanım süresinin artması her zaman internet bağımlılığının bir sonucu değil aynı zamanda nedeni de olabilir (89,90). Çalışmamızda günlük akıllı telefon ve bilgisayar kullanım süreleri ayrı ayrı sorulmuş iki sorudan da günlük 3 saatten fazla akıllı telefon veya bilgisayar kullananların beklendiği üzere İnternet bağımlılık ölçeği puanları anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Ayrıca çalışmamızda ne zamandır internet kullanıyorsunuz sorusuna 5 yıldan fazla kullandığını belirtenlerin internet bağımlılık puanları diğerlerine göre anlamlı olarak yüksek çıkmıştır. Bu sonuçlar bizlere internet kullanım süresi ve internet ile tanışma yaşı ne kadar yüksek ise problemli internet kullanımının ortaya çıkma ihtimalinin o derece arttığını göstermektedir.

İnternet bağımlılığı ile aile uyumu ilişkisine göz attığımızda YİBÖ toplam puanları ile AUÖ puanları arasında istatistikçe anlamlı negatif bir ilişki saptadık. Literatürde bizim kullandığımız aile uyumu ölçeğini kullanılarak internet bağımlılığı ile olan ilişkisini araştıran yayınlara rastlamadık. Aile uyumunu ölçen farklı ölçekler ile yapılan çalışmalarda ise internet bağımlılığı ile aile uyumu arasında bizim bulgumuzla örtüşen negatif ilişkiler bulunmuştur (91,92). Genellikle yapılan çalışmalar internet bağımlılığı ile aile ilişkileri veya ailesel faktörler ile ilgilidir. Aile uyumu kişinin yaşam memnuniyeti ve mutlu hissetmesi ile doğrudan ilişkilidir ve kişilerin öznel mutluluk algıları ve yaşam doyumları ile etkileşim içindedir (65). Mutsuzluk ve depresyon gibi bu durumların tersi ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki daha önce birçok araştırmaların içinde yer almış ve internet bağımlılığı arttıkça depresyon durumunun arttığı belirlenmiştir (81, 93, 94).

Çalışmamızda ayrıca akıllı telefonda internet kullanım süresi günlük 1 saatten az olanların AUÖ puanlarının diğer guruplardan daha yüksek olduğunu ve 3 saatten fazla internet kullanımı olanlar ile aralarında anlamlı bir olduğunu saptadık ($p=0.045$). Mesch, & Talmud, (2006) adolesanlik döneminde internet ortamında geçirilen vaktin artması ile ailesine ayırdığı zamanının azaldığı ve bu sebeple de ailede çatışmalar oluştuğu gözlenmiştir (95). Aşırı internet kullanımının çatışmalara yol açtığı, aile ilişkilerinde olumsuzluklara yol açtığı, kişinin doyumunu olumsuz yönde etkilediği görülmektedir. Bu durum da adolesanlık dönemindeki bireyin çevresinde ve

kendisinde kaygıya sebep olmakta ve bireyin ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemektedir (96). İnternetin aşırı kullanımına özellikle okul çağındaki bireylerde rastlanmaktadır. İnternetin problemli şekilde kullanılması ve gereksiz zaman geçirilmesi bireyin gelişim düzeyini olumsuz yönde etkilemektedir (80).

Aile ilişkileri ve internet bağımlılığı bağlantısını araştıran bir çalışmalarda ise özellikle ebeveyn ve çocuklar arasında internet kullanımına ve kullanım süresi hakkında kuşaklar arasında algı farklılığı olduğunu bulan çalışmalar vardır. Çocukların büyük bir bölümünün kendilerini ortalama internet kullanıcısı düzeyinde görürken ebeveynlerin büyük çoğunluğunun çocuklarını internet kullanımın da problemli bireyler olarak algıladıkları sonucuna ulaşılmıştır (97). Aslında bu bakış farklılığı aile içi uyumun bozulmasına yol açabilecek görüş ayrılığı oluşturmaktadır.

İstanbul şişlide yapılan bir araştırmada ebeveynlerin yarısının günde 2 saatin üstünde internet kullandıklarını ve çocukları internette iken onlarla ilgilenmediklerini ve kendi işleri ile ilgilendikleri beyan etmesi bizlere konunun sadece adolesan problemi değil aynı zamanda ebeveyn problemi olduğunu bizlere göstermektedir (98). Ebeveynleri, öğretmenleri internet bağımlılığını önleme müdahalelerin bir parçası olması gerektiğini belirten bir diğer çalışmada ise, çocuklarına zaman ayıramayan, yeterli ilgi ve alakanın gösterilmediği, ihmal edildiği ailelerde çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını karşılamamaları sonucunda çocukların bu ihtiyaçları farklı şekilde karşılama yollarına itebilmekte ve internet bağımlılığı üzerinde önemli rolü olduğuna değinmiştir (99).

Bizim çalışmamızda ebeveynlerin internet bağımlılığı hakkındaki görüşleri ve tutumları ile aile uyumu konusundaki fikirleri sorgulanmamıştır. Konuya sadece adolesanın internet kullanımı açısından değil ebeveyn tutumu açısından yaklaşan bu çalışmalar bizlere herhangi bir durum karşısında gerektiği zaman müdahale edebilen, sınırlar koyabilen bunları yaparken de çatışmadan uzak iletişim kurabilen, uyum içindeki bireylerden oluşan ailelerin problemli davranışların önlenmesinde ve devam ettirilmesinin önlenmesinde öncelikli olarak yeri olduğunu göstermektedir.

Çalışmamızda katılımcılara uyku düzenlerinin olup olmadığı sorulmuş, alınan cevaplara göre uykularının düzenli olduğunu söyleyenlerin AUÖ puanlarının daha yüksek ($p=0,001$) bulunmuştur. Uyku düzeni olmadığını söyleyenlerde de YİBÖ puanları anlamlı daha yüksek bulunmuştur ($p=0,031$).

Bizim çalışmamızda AUÖ, YİBÖ ve Okul başarısı ile adolesanların ailelerinin farz edilen ekonomik durumu arasında istatistikçe anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Bizim çalışmamıza benzer bulguları olan literatürde çalışmalar mevcuttur (100). Ancak birçok araştırmada, yüksek ekonomik düzeyde bulunan öğrencilerin, diğer öğrencilere göre daha çok internet bağımlısı olduğu bulunmuştur (13),(40), (64),(101). Yüksek ekonomik düzey sayesinde teknolojik aletlere erişim imkanının artması nedeniyle internet bağımlılığı görülme sıklığının daha sık olma ihtimali daha yüksektir. Bize göre bu farkın temel nedeni ailelerin gerçekte var olan ekonomik düzeyleri ölçmediğinden olma ihtimali yüksektir.

Öğrencilerin okul başarısının internet bağımlılığı ile değerlendirildiğinde problemli internet kullanıcıları ile normal internet kullanıcıları arasında okul not ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki saptayamadık. Ancak yine de problemli internet kullanıcılarının (n:26) not ortalamalarının, normal internet kullanıcısı (n:156) gurubun not ortalamalarından daha düşük olarak saptadık. İzmir bayraklıda 2020 yılında yapılan bir çalışmada internet bağımlıları grubunda yer alan öğrenci grubunda da akademik başarı yüksek olduğunu görmüştür. Bu durumu internet bağımlısı olanların sayısının az olması ile açıklamıştır (75). Bizim bulgularımıza göre de okul başarısı daha yüksek öğrencilerin öğrenim gördüğü fen lisesinde öğrencilerin İBÖ puanlarının daha yüksek olması konunun çok etkenli sebeplerden kaynaklanmakta olduğunu göstermektedir.

Yılmazel ve arkadaşları (2012) ve Kapucı (2016) tarafından yapılan araştırmalarda depresyonun olan kişilerde internet bağımlılığının yüksek, okul ve akademik başarının düşük olduğu saptanmıştır (81, 93, 94). Depresyonun mu internet bağımlılığı ve düşük okul başarısına yol açtığı yoksa internet bağımlılığının mı depresyona ve düşük okul başarısına neden olduğu ileri araştırma gereken, belki de her üçünün de birbiri ile alakalı olduğunu gösteren çalışmalar olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bulgulara göre internette aşırı zaman geçirmenin akademik başarı ve okul başarısını etkilemesi öngörülse de okul başarısına etki edebilecek birden fazla etken olabileceğini düşündürmektedir.

Covid-19 pandemi sürecinde ve artık günümüzde çok yaygınlaşan çevrimiçi derslerin, çevrimiçi soru çözümlerinin ve sınav hazırlıklarının artık internetten yapılabiliyor olması zaten internet kullanım süresini artırmaktadır ancak bu

durumların okul başarılarını iyi yönde etkilediğini düşünmek gerekir. Bize göre internet kullanım amacına göre sorunlu internet kullanımını ve okul başarısına etkisini araştırmak daha doğru olacaktır.

Okul başarısı için kullandığımız öğrencinin o yılki okul not ortalamalarının okunulan okul, okul türü, öğretmen ve sınıf değişkenlerinden etkilendiği düşünüldüğü zaman kişilerin okul başarısını ölçmek için zayıf bir ölçek olabilir. Bizim de çalışmamamızda dikkati çeken bir bulguda okul başarıları yüksek olan öğrencilerin belirli sınavlardan başarı sağlayabilen öğrencilerin girebildikleri fen lisesi öğrencilerinin internet bağımlılık puanlarının diğer okullara devam eden öğrencilerin İBÖ puanlarından daha yüksek saptanması internet bağımlılığı ile okul başarısı ilişkisini zayıflatmaktadır.

Buna rağmen internet bağımlılığı arttıkça okul başarısının düştüğünü gösteren çalışmalar literatürde daha fazla olarak karşımıza çıkmaktadır (41, 67, 72, 81, 93, 102, 103). Bazı çalışmalarda internet bağımlılığı ile algılanan akademik başarı karşılaştırılmış ve akademik başarılarının düşük seviyede hisseden kişilerin internet bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğunu saptayan yayınlar mevcuttur (104, 105, 106).

Çalışmamızda ayrıca okul başarı puanları erkeklere kıyasla kızlarda daha yüksek bulunmuştur (p=0,029). Buna göre kız öğrencilerin akademik başarı düzeyleri, erkek öğrencilerin akademik başarı düzeylerine göre daha yüksektir (107).

6.SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. SONUÇLAR

Biz çalışmamızda 14-19 yaş arası lise öğrenimi gören 183 öğrenciye YİBÖ'yü uyguladık, katılımcıların internet bağımlılık durumları incelendiğinde, %85,8'inin (n=157) normal internet kullanıcısı olduğu, %13,1'inin (n=24) muhtemel bağımlı ve %1.1'inin (n=2) 80 ve üzeri puan alan internet bağımlısı olduğunu belirledik. Literatürde karşılaştığımız problemli internet kullanıcılarını muhtemel bağımlı ve bağımlı olarak değerlendirdiğimiz katılımcıların (n=26 %14.2) toplamı olarak değerlendirdik.

Çalışmamızda internet bağımlılığının cinsiyet ile ilişkili durumuna baktığımız zaman kızlar ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Çalışmamızda günlük akıllı telefon ve bilgisayar kullanım süreleri ayrı ayrı sorulmuş iki sorudan da günlük 3 saatten fazla akıllı telefon veya bilgisayar kullananların beklendiği üzere İnternet bağımlılık ölçeği puanları anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Ayrıca çalışmamızda ne zamandır internet kullanıyorsunuz sorusuna 5 yıldan fazla kullandığını belirtenlerin internet bağımlılık puanları diğerlerine göre anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

Öğrencilerin okul başarısının internet bağımlılığı ile değerlendirildiğinde problemli internet kullanıcıları ile normal internet kullanıcıları arasında okul not ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki saptayamadık. Ancak yine de problemli internet kullanıcılarının not ortalamalarının, normal internet kullanıcısı gurubun not ortalamalarından daha düşük olarak saptadık.

İnternet bağımlılığı ile aile uyumu ilişkisine göz attığımızda YİBÖ toplam puanları ile AUÖ puanları arasında istatistikçe anlamlı negatif bir ilişki saptadık. Çalışmamızda ayrıca akıllı telefonda internet kullanım süresi günlük 1 saatten az olanların AUÖ puanlarının diğer guruplardan daha yüksek olduğunu ve 3 saatten fazla internet kullanımı olanlar ile aralarında anlamlı bir olduğunu saptadık.

Çalışmamız bizlere bir durum karşısında gerektiği zaman müdahale edebilen, sınırlar koyabilen bunları yaparken de çatışmadan uzak iletişim kurabilen, uyum

içindeki bireylerden oluşan ailelerin problemli davranışların önlenmesinde ve devam ettirilmesinin önlenmesinde öncelikli olarak yeri olduğunu göstermektedir.

6.2. ÖNERİLER

Günümüzde internetin her alanda kullanılmaya başlamasından dolayı internet bağımlılığının da birçok tipi vardır. Araştırma yapılırken genel internet bağımlılığı yerine kullanım amacına ve alt tiplerine yönelik soruları içeren araştırmalar daha sonuca yönelik olacağını düşünmekteyiz. İnternet kullanımın nedenlerini ve sonuçlarını daha iyi irdeleyebilir, kişilerin hayatlarına olan etkilerini daha iyi çözümleyebiliriz.

Gitgide yaygınlaşmaya devam eden internet kullanımının ne zaman sınırları aştığının değerlendirilmesi, ne zaman kişinin tedavi ya da müdahaleye gereksinim duyduğunun belirlenmesi ölçek ve metodların farklılıklarından hala çok değişkendir. Daha geniş ve daha kapsamlı araştırmalar sonucu oluşturulacak olan gerek ulusal gerek uluslararası belirli standartlarda oluşturulan tanı ölçekleri internet bağımlılığı tanısı ve değerlendirmesi için bizlere daha fazla yol gösterecektir.

Ayrıca çalışmamız bizlere bağımlı internet kullanımının bir sonuç mu yoksa bir neden mi olduğuna yönelik çalışmaların yürütülmesi gerektiğini göstermiştir.

Çalışmamızda karşılaştırdığımız internet bağımlılığı, aile uyumu ve okul başarısının çok etkenli sebeplerin bir araya gelmesi sonucu ortaya çıkması nedeniyle bu konularda genelleme yapılması için elde edilen verilerin detaylandırılması ve daha ileri araştırılması gerekmektedir. Yaptığımız çalışmada adolesanın aile uyumu algısı değerlendirilmiştir. Daha sonra yapılacak çalışmalarda aile uyumu ve internet bağımlılığı konusunda diğer aile bireylerini de kapsayacak şekilde ebeveyn düşüncelerinin de alınması bizlere daha net ve gerçeğe yakın fikirler verebilir.

KAYNAKLAR

1. YILDIZ A. Industry 4.0 and smart factories. Sak Univ J Sci. 2018;22(2):1–1.
2. ENDÜSTRİ 4.0 [Internet]. [cited 2020 Jul 5]. Available from: http://www.turkishtimedergi.com/genel/endustri-4-0/
3. Yılmaz M, Candan F. Oyun Sanal İntihar Gerçek: "The Blue Whale Challange/Mavi Balina" Oyunu Üzerinden Kurulan İletişimin Neden Olduğu İntiharlar Üzerine Kuramsal Bir Değerlendirme. Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Derg [Internet]. 2018 Nov 2 [cited 2020 Jul 5];(29. Özel Sayısı):266–79. Available from: http://dergipark.gov.tr/doi/10.31123/akil.459303
4. CİHAN F. AİLE Yaşam Döngüsü. Konuralp Tıp Derg. 2020;12(2):313–5.
5. ÖGEL K. İnternet bağımlılığı: İnternet'in Psikolojisini Anlamak Ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak. 2012.
6. Kayri M, Günüç S. Comparing Internet Addiction in Students with High and Low Socioeconomic Status Levels. Addicta Turkish J Addict. 2016;3(2):177–83.
7. Bölükbaş K. İnternet kafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir araştırma: Diyarbakır örneği. 2003.
8. Egger O, Rauterberg M. Internet Behaviour and Addiction. 1996;1–173.
9. Griffiths MD. Internet sex addiction: A review of empirical research. Addict Res Theory. 2012;20(2):111–24.
10. Caplan SE. Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. Comput Human Behav. 2010 Sep 1;26(5):1089–97.
11. Uzbay T. Madde Bağımlılığının Tarihçesi, Tanımı, Genel Bilgiler ve Bağımlılık Yapan Maddeler. Mesl İçi Sürekli Eğitim Derg [Internet]. 2009;(21–22):5–15. Available from: http://www.eczaakademi.org/images/upld2/ecza_akademi/makale/20110325100354madde_bagimliligi_tarihcesi.pdf
12. KOCA EB, TUNCA MZ. İNTERNET VE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ ÖĞRENCİLERİN PERFORMANSLARINA ETKİLERİ ÜZERİNE BİR YAZIN TARAMASI. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilim Fakültesi Derg [Internet]. 2019 Jan 30 [cited 2020 Jun 19];24(1):33–53. Available from: https://dergipark.org.tr/tr/pub/sduiibfd/issue/53003/703280
13. Sevindik F. Fırat üniversitesi öğrencilerinde problemli internet kullanımı ve sağlıklı yaşam

biçimi davranışlarının belirlenmesi. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2011.

14. Arslan A. Ortaöğretim Öğrencilerinin Dijital Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi: Sivas İli Örneği. Gazi Eğitim Bilim Derg [Internet]. 2019;5:63–80. Available from: https://dx.doi.org/10.30855/gjes.2019.05.02.004DergiWebSayfası:http://dergipark.gov.tr/gebd

15. Griffiths M. Internet addiction: fact or fiction?. The Psychologist. 1999;12:246–51. Available from: https://thepsychologist.bps.org.uk/volume-12/edition-5/internet-addiction-fact-or-fiction-0

16. Cengizhan C. Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut : internet bağımlılığı. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilim Derg [Internet]. 2005 Oct 11 [cited 2020 Jun 7];22:83–98. Available from: https://dergipark.org.tr/tr/pub/maruaebd/issue/360/2008

17. Marks I. Behavioural (non-chemical) addictions. Vol. 85, British Journal of Addiction. John Wiley & Sons, Ltd; 1990. p. 1389–94.

18. Kim S, Kim R. A Study of Internet Addiction: Status, Causes, and Remedies. J Korean Home Econ Assoc … [Internet]. 2002;3(1):1–20. Available from: http://www.khea.or.kr/InternationalJournal/2002/1.PDF

19. Kılıç Z, Durat G. Üniversite Öğrencilerinde Problemli İnternet Kullanımının Genel Psikolojik Belirtileri ve Sosyal Fobi ile İlişkisi. Sak Med J. 2017;7(2):97–104.

20. Davis RA. Davis RA, Flett GL, Besser A. Cyberpsychology Behav. 2002;5(4):331–45.

21. Young KS. Cognitive behavior therapy with Internet addicts: treatment outcomes and implications. Cyberpsychology Behav. 2007;10(5):671–9.

22. Zorbaz O. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMININ SOSYAL KAYGI VE AKRAN İLİŞKİLERİ AÇISINDAN İNCELENMESİ [Internet]. 2013. Available from: http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080/xmlui/handle/11655/1763

23. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). Arlington, American Psychiatric Publishing. 2013.

24. Kavaklı M, Yalçın SB. İnternet Bağımlılığı ve Algılanan Stres İlişkisinin Algılanan Sosyal Destek Açısından İncelenmesi. Bağımlılık Derg. 2019;20(4):175–84.

25. Young KS. Internet addiction: evaluation and treatment. Bmj. 1999;319(Suppl S4):9910351.

26. Beard KW, Wolf EM. Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. Cyberpsychology Behav impact Internet, Multimed virtual Real Behav Soc. 2001 Jun;4(3):377–83.

27. Shapira NA, Lessig MC, Goldsmith TD, Szabo ST, Lazoritz M, Gold MS, et al. Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. Depress Anxiety. 2003;17(4):207–16.

28. Ko C-H, Yen J-Y, Chen C-C, Chen S-H, Yen C-F. Proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents. J Nerv Ment Dis. 2005;193(11):728–33.

29. Tao R, Huang X, Wang J, Zhang H, Zhang Y, Li M. Proposed diagnostic criteria for internet addiction. Addiction. 2010;105(3):556–64.

30. Bayraktar F. İnternet ve ergen gelişimi. Kalkan M, Kaygusuz C, editors. Ankara: Anı Yayıncılık; 2013. 75–94 p.

31. Young KS. Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. CyberPsychology Behav. 1998;1(3):237–44.

32. Griffiths MD. Does internet and computer "addiction" exist? Some case study evidence. CyberPsychology Behav. 2000;3(2):211–8.

33. Iftene F, Roberts N. Internet use in adolescents: Hobby or avoidance. Can J Psychiatry. 2004;49(11):789–90.

34. Tsai C-C, Lin SSJ. Internet addiction of adolescents in Taiwan: An interview study. CyberPsychology Behav. 2003;6(6):649–52.

35. Bayhan V. Lise öğrencilerinde internet kullanma alışkanlığı ve internet bağımlılığı (Malatya uygulaması). Malatya; 2011.

36. Carli V, Durkee T, Wasserman D, Hadlaczky G, Despalins R, Kramarz E, et al. The association between pathological internet use and comorbid psychopathology: a systematic review. Psychopathology. 2013;46(1):1–13.

37. Bozkurt H, Şahin S, Zoroğlu S. İnternet Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme. J Contemp Med. 2016;6(3).

38. TUİK. Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, 2019. 2019.

39. Canan F, Ataoglu A, Nichols LA, Yildirim T, Ozturk O. Evaluation of psychometric properties of the internet addiction scale in a sample of Turkish high school students. Cyberpsychology, Behav Soc Netw. 2010;13(3):317–20.

40. Batıgün AD, Kılıç N. İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. Turk Psikol Derg. 2011;26(67).

41. YILMAZ E, ŞAHİN YL, HASESKİ Hİ, Osman E. Lise öğrencilerinin internet bağımlılık

düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi: Balıkesir ili örneği. Eğitim Bilim Araştırmaları Derg. 2014;4(1):133–44.

42. Ceyhan AA. Ergenlerin problemli internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. 2011;

43. Kaess M, Durkee T, Brunner R, Carli V, Parzer P, Wasserman C, et al. Pathological Internet use among European adolescents: psychopathology and self-destructive behaviours. Eur Child Adolesc Psychiatry. 2014;23(11):1093–102.

44. Tsitsika A, Janikian M, Schoenmakers TM, Tzavela EC, Olafsson K, Wójcik S, et al. Internet addictive behavior in adolescence: a cross-sectional study in seven European countries. Cyberpsychology, Behav Soc Netw. 2014;17(8):528–35.

45. Müller KW, Janikian M, Dreier M, Wölfling K, Beutel ME, Tzavara C, et al. Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. Eur Child Adolesc Psychiatry. 2015;24(5):565–74.

46. Mak K-K, Lai C-M, Watanabe H, Kim D-I, Bahar N, Ramos M, et al. Epidemiology of internet behaviors and addiction among adolescents in six Asian countries. Cyberpsychology, Behav Soc Netw. 2014;17(11):720–8.

47. Wallace PM, Gardiner WL. The psychology of the Internet. Can J Commun. 2001;26(2/3):318.

48. Arısoy Ö. İnternet bağımlılığı ve tedavisi. Psikiyatr güncel yaklaşımlar. 2009;1(1):55–67.

49. Esen BK. Çeşitli değişkenlere göre ergenlerde internet bağımlılığının yordanması. Educ Sci. 2009;4(4):1331–40.

50. Douglas AC, Mills JE, Niang M, Stepchenkova S, Byun S, Ruffini C, et al. Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996–2006. Comput Human Behav. 2008;24(6):3027–44.

51. Davis RA. Cognitive-behavioral model of pathological Internet use. Comput Human Behav. 2001 Mar 1;17(2):187–95.

52. Caplan S. Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being. Commun Res - COMMUN RES. 2003 Dec 1;30:625–48.

53. Morahan-Martin J, Schumacher P. Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. Comput Human Behav. 2000;16(1):13–29.

54. Han DH, Renshaw PF. Bupropion in the treatment of problematic online game play in patients with major depressive disorder. Physiol Behav. 2012;26(5):689–96.

55. Han DH, Lee YS, Na C, Ahn JY, Chung US, Daniels MA, et al. The effect of methylphenidate

on Internet video game play in children with attention-deficit/hyperactivity disorder. Compr Psychiatry. 2009 May 1;50(3):251–6.

56. Bostwick JM, Bucci JA. Internet sex addiction treated with naltrexone. Mayo Clin Proc. 2008;83(2):226–30.

57. Derman O. Ergenlerde Psikososyal Gelişim. İÜ Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Tıp Eğitimi Etkinlikleri Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi. 2008;(63):19–21.

58. Caplan S, Williams D, Yee N. Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. Comput Human Behav [Internet]. 2009;25(6):1312–9. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2009.06.006

59. Müdürlüğü T. SBSEG. Çocuk ve Ergen Sağlığı Modülleri. 2008. :116–8.

60. Bulut. Ruh Sağlığının Aile İşlevlerine Etkisi. 1993.

61. Bayer A. Değişen toplumsal yapıda aile. Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Derg. 2013;4(8):101–29.

62. DURUALP E, ÇİÇEKOĞLU P. Yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin yalnızlık düzeylerinin internet bağımlılığı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sos Bilim Enstitüsü Derg [Internet]. 2013 Feb 1 [cited 2020 Jun 18];15(1):29–46. Available from: https://dergipark.org.tr/tr/pub/deusosbil/issue/4631/63136

63. Kavikondala S, Stewart SM, Ni MY, Chan BHY, Lee PH, Li KK, et al. Structure and validity of family harmony scale: An instrument for measuring harmony. Psychol Assess. 2016;28(3):307–18.

64. Bayraktar F. İnternet kullanımının ergen gelişimindeki rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Ege Üniversitesi, Sos Bilim Enstitüsü İzmir. 2001;

65. DUMAN KULA M, EKŞİ H, DEMİRCİ İ. Aile Uyum Ölçeği'nin Türkçe Formunun Psikometrik Özellikleri. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sos Bilim Derg [Internet]. 2018 Sep 4 [cited 2020 Jun 28];19(1):97–106. Available from: http://dergipark.gov.tr/doi/10.17494/ogusbd.457082

66. Adiele I, Olatokun W. Prevalence and determinants of Internet addiction among adolescents. Comput Human Behav. 2014;31:100–10.

67. Stavropoulos V, Alexandraki K, Motti-Stefanidi F. Recognizing internet addiction: prevalence and relationship to academic achievement in adolescents enrolled in urban and rural Greek high schools. J Adolesc. 2013;36(3):565–76.

68. Jang KS, Hwang SY, Choi JY. Internet addiction and psychiatric symptoms among Korean adolescents. J Sch Health. 2008;78(3):165–71.

69. Johansson A, Götestam KG. Internet addiction: characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12–18 years). Scand J Psychol. 2004;45(3):223–9.

70. Kim K, Ryu E, Chon MY, Yeun EJ, Choi SY, Seo JS, et al. Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: A questionnaire survey. Int J Nurs Stud [Internet]. 2006 [cited 2020 Jul 8];43(2):185–92. Available from: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16427966/

71. Şahin N. Ergenlik problemleri ve baş etme yöntemleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki. Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2014.

72. Yavuz O. Ergenlik döneminde internet bağımlılığının okul başarısı üzerinde etkileri. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Derg. 2018;8(15):1056–80.

73. Bayhan V. Lise öğrencilerinde internet kullanma alışkanlığı ve internet bağımlılığı (Malatya uygulaması). In: Akademik Bilişim 11 - XIII Akademik Bilişim KonferansıBildirileri. İnönü Üniversitesi, Malatya;

74. Kilic M, Avci D, Uzuncakmak T. Internet Addiction in High School Students in Turkey and Multivariate Analyses of the Underlying Factors. J Addict Nurs. 2016;27(1):39–46.

75. MERTOGLU M. ORTAOKUL VE LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI DÜZEYLERİ İLE AKADEMİK BAŞARILARI VE BAZI DEĞİŞKENLERLE İLİŞKİLERİNİN İNCELENMESİ - İZMİR BAYRAKLI ÖRNEĞİ. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Derg [Internet]. 2020 Jun 2 [cited 2020 Jul 16];20(2):932–44. Available from: https://dergipark.org.tr/tr/doi/10.17240/aibuefd.2020..-566843

76. Çam HH, Nur N. Adölesanlarda internet bağımlılığı prevalansı ile psikopatolojik semptomlar ve obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi. TAF Prev Med Bull. 2015;14(3):181–8.

77. Çetinkaya M. İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının incelenmesi. DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2013.

78. İbrahim KIR, SULAK Ş. EĞİTİM FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ. Elektron Sos Bilim Derg. 13(51).

79. Durkee T, Kaess M, Carli V, Parzer P, Wasserman C, Floderus B, et al. Prevalence of pathological internet use among adolescents in E urope: demographic and social factors. Addiction. 2012;107(12):2210–22.

80. Doğan H, Işıklar A, Eroğlu SE. ERGENLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMININ BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ. Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Derg. 2008;(18):106–24.

81. Anlayışlı C, Serin NB. Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Depresyonun Cinsiyet,

Akademik Başarı ve İnternete Giriş Süreleri Açısından İncelenmesi. Folklor/edebiyat. 2019;25(97):730–43.

82. Eroğlu A. İnternet bağımlılığı ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2014.

83. Balcı Ş, Gülnar B. Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. 2009;

84. Ceyhan E. Problemli İnternet Kullanım Düzeyi Üzerinde Kimlik Statüsünün, İnternet Kullanım Amacının ve Cinsiyetin Yordayıcılığı. Educ Sci theory Pract. 2010;10(3).

85. Dikme E. Meslek lisesi öğrencilerinin internet bağımlılıklarının çeşitli değişkenler bağlamında incelenmesi. Yeditepe Üniversitesi Sos Bilim Enstitüsü, İstanbul. 2014;

86. Bernardi S, Pallanti S. Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. Compr Psychiatry. 2009;50(6):510–6.

87. SIRAKAYA M, SEFEROĞLU SS. Öğretmen adaylarının problemli internet kullanımlarının incelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Derg. 2013;28(28–1):356–68.

88. Yılmaz Z. 18-25 yaş arası üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının depresyon ve yalnızlıkla ilişkilendirilmesi. Yayımlanmamış doktora tezi, İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi, Mal. 2019;

89. Cao H, Sun Y, Wan Y, Hao J, Tao F. Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. BMC Public Health. 2011;11(1):802.

90. DEMIR I, ÖZKÖKLÜ DP, TURĞUT BA. Ergenlerin problemli internet kullanımının yordanmasında denetim odağı ve yaşam doyumunun rolü. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Derg. 2015;11(3).

91. Wang C-W, Chan CLW, Mak K-K, Ho S-Y, Wong PWC, Ho RTH. Prevalence and Correlates of Video and Internet Gaming Addiction among Hong Kong Adolescents: A Pilot Study. Harrington KF, editor. Sci World J [Internet]. 2014;2014:874648. Available from: https://doi.org/10.1155/2014/874648

92. Schneider LA, King DL, Delfabbro PH. Family factors in adolescent problematic Internet gaming: A systematic review. J Behav Addict. 2017 Sep;6(3):321–33.

93. Akbulut AB, Yılmazel G. Ergen yaş grubunda internet bağımlılığı düzeyinin belirlenmesi. 15. Ulus Halk Sağlığı Kongresi'nde sunulan Bildir Bursa Özet http//halksagligiokulu org/anasayfa/components/com_booklibrary/ebooks/15 UHSK. 2012;20.

94. Kapucı Ö. Üniversite öğrencilerinin depresyon ve anksiyete düzeylerinin internet kullanım amaçları ve akademik başarı açısından incelenmesi. Beykent Üniversitesi/Sosyal Bilim

Enstitüsü, İstanbul. 2016;

95. Mesch GS, Talmud I. Online friendship formation, communication channels, and social closeness. Int J Internet Sci. 2006;1(1):29–44.

96. Morsünbül Ü. İnternet bağımlılığının bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumu ile ilişkisi. Int J Hum Sci. 2014;11(1):357–72.

97. Eşgi N. Dijital yerli çocukların ve dijital göçmen ebeveynlerinin internet bağımlılığına ilişkin algılarının karşılaştırılması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Derg. 2013;28(28–3):181–94.

98. Kırık AM. AİLE VE ÇOCUK İLİŞKİSİNDE İNTERNETİN YERİ: NİTEL BİR ARAŞTIRMA. 2014;

99. AYAS T, HORZUM MB. İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Aile İnternet Tutumu. Türk Psikolojik Danışma ve Rehb Derg [Internet]. 2013;4(39):46–57. Available from: http://dergipark.ulakbim.gov.tr/tpdrd/article/view/1058000183

100. Altıntaş S, Öztabak M. Ortaokul öğrencilerinin problemli internet kullanımları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Eğitim ve İnsani Bilim Derg Teor ve Uygul. 2016;7(13):109–28.

101. Yüksel M, Yılmaz E. Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Elem Educ Online. 2016;15(3).

102. Odabaşıoğlu G, Öztürk Ö, Genç Y, Pektaş Ö. On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı klinik görünümleri. Bağımlılık Derg. 2007;8(1):46–51.

103. ELDELEKLİOĞLU J, VURAL M. Predictive effects of academic achievement, internet use duration, loneliness and shyness on internet addiction. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Derg. 2013;28(28–1):141–52.

104. Derin S. Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş. 2013;

105. Gencer SL, Koc M. Internet abuse among teenagers and its relations to internet usage patterns and demographics. J Educ Technol Soc. 2012;15(2):25–36.

106. Esen E. Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2010.

107. ABAY AR, KELEŞOĞLU F. Okul Sosyal Hizmeti Perspektifinden Lise Öğrencilerinin Akademik Başarı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yalova Üniversitesi Sos Bilim Derg [Internet]. 2016 Oct 1 [cited 2020 Jul 19];6(11):9–9. Available from: http://dergipark.gov.tr/doi/10.17828/yalovasosbil.286917

7.EKLER

EK.1. TEZ KONUSU ONAY FORMU

TEZ KONUSU HAKEM DEĞERLENDİRME FORMU

Öğrenci Adı Soyadı	**Görkem ÇALIK**
Kurumu	**S.B.Ü. İstanbul Şişli Hamidiye Etfal SUAM**
Uzmanlık Alanı	**Aile Hekimliği**
	DEĞERLENDİRME
*Araştırma / Tez konusu (Study title)	**Lise dönemindeki 14-19 yaş arası adölesan gençlerde internet bağımlılığının aile içi uyum ve okul başarısına etkilerinin değerlendirilmesi**
1- Araştırma sorusu (Research problem)	**Uygun**
2- Arka plan ve gerekçe (Background/rationale)	**Uygun**
3- Araştırma amacı (Objectives)	**Uygun**
4- Hipotez (Hypothesis)	**Uygun**
5- Araştırma türü/tasarım (Study design)	**Uygun**
6- Araştırma yeri (Study setting/location)	**Uygun**
7- Araştırmaya katılanlar/denekler (Study population)	**Uygun**
8- Araştırmanın birincil ve ikincil sonuç değişkenleri (Primary and secondary outcome)	**Uygun**
9- Araştırma süreçleri (Study procedures)	**Uygun**
10- Örnek büyüklüğü ve istatistiksel güç (Sample size and statistical power)	**Uygun**
11- İstatistiksel yöntemler (Statistical methods)	**Uygun**
12- Etik öngörü (Ethical considerations)	**Uygun**
13- Anahtar kelimeler (Keywords)	**Uygun**
Hakemin kararı	**(X) TEZ KONUSU UYGUNDUR.** (……) Tez konusu açıklanan eksiklikler giderilmesi şartı ile uygundur. Tekrar değerlendirmeye gerek yoktur. (……) Açıklanan eksiklikler giderildikten sonra tez konusu tekrar değerlendirilmelidir. (……) Tez konusu uygun değildir. Yeni tez konusu önerisi gönderilmelidir.
HAKEM ADI SOYADI: **KURUMU:** **TARİH:**	**Uzm. Dr. Mehmet ÖZEN** **S.B.Ü. Antalya SUAM Aile Hekimliği Kliniği Başasistanı** **03.12.2019**

**Bilgisayar ortamında doldurulmalıdır.*
***Lütfen değerlendirmelerinizi açıklayınız.*

EK 2. TEZ ANKET FORMU

1. **Adı Soyadı:** **Yılsonu Okul Not Ortalaması:**

2. **Yaş :**
3. **Cinsiyetiniz:** ( ) Kız ( ) Erkek

4. **Boy: ..... cm, Kilo:.....kg**

5. **Birlikte yaşadığı kişiler:**
( )Evde arkadaşla ( )Ailemle
( )Yurtta ( ) Evde tek

6. **Evde siz dahil kaç kişi ile birlikte yaşıyorsunuz?**
.....

7. **Kendinize ait bir odanız var mı?**
( ) evet ( ) hayır

8. **Okul türü:**
( ) Anadolu Lisesi ( ) Anadolu İmam Hatip Lisesi
( ) Fen Lisesi ( ) Mesleki ve teknik Anadolu Lisesi
Diğer ( )……

9. **Sınıfınız:** Lise 1 ( ) Lise 2 ( )
Lise 3 ( ) Lise 4 ( )
10. **Boş zamanlarınızda maddi kazanç sağlamak için çalışıyor musunuz?**
( ) Hayır ( ) Evet

11. **Anne ve Babanız / hayatta ise şu anki durumları :**
( ) Birlikte ( ) Ayrı Yaşıyor ( ) Boşanmış

12. **Annenizin eğitim durumu /düzeyi**
( ) Okur- Yazar değil
( ) lise altı
( ) Lise ve üstü mezun

13. **Babanızın eğitim durumu /düzeyi**
( ) Okur- Yazar değil
( ) lise altı
( ) Lise ve üstü mezun

14. **Size göre anne-babanızın tutumu nasıldır?**
( )İlgisiz ( )Otoriter ( )Demokratik ( )Aşırı Koruyucu

15. **Kendinizin/ailenizin sosyo-ekonomik düzeyini nasıl değerlendiriyorsunuz?**
( )Düşük ( )Orta ( )Yüksek

16. **Anneniz çalışıyor mu?**
( )vefat/ yok ( )çalışıyor ( )çalışmıyor

17. **Evde Sürekli kullanabileceğiniz bir internet bağlantınız var mı?**
( )Evet ( )Hayır

18. **İnternete ulaşım yeriniz? Birden çok seçenek işaretleyebilirsiniz.**
( ) ev (dizüstü, masaüstü) ( ) okul
( ) internet kafe ( ) cep telefonu ( )diğer……

19. Sosyal medya hesaplarından hangisine ya da hangilerine sahipsiniz? Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz.

( ) Facebook ( ) Twitter ( ) İnstagram ( ) Pinterest
( ) Snapchat ( ) Periskop ( ) Youtube ( ) Swarm
( ) Diğer…….. ( ) Hiçbirine sahip değilim

20. Akıllı telefonunuz var mı?

( )Evet ( )Hayır

21. İlk tel alınma yaşınız kaçtır? .....

22. Günlük akıllı telefonda internet kullanım süresi:

( )1 saatten az ( )1-3 saat ( )3 saatten fazla

23. Günlük toplam bilgisayar kullanım süreniz:

( )1 saatten az ( )1-3 saat ( )3 saatten fazla

24. Ne kadar zamandır internet kullanıyorsunuz?

( ) 1 yıldan az ( ) 1-2 yıl
( ) 3-4 yıl ( ) 5 yıldan fazla

25. İnternet kullanım amacınız:

( ) sosyal ağlar ( ) müzik
( ) sohbet ( ) film
( ) e-posta ( ) ders
( ) spor ( ) alışveriş
( ) haber ( ) oyun oynamak

26. Düzenli spor yapıyor musunuz?

( ) Evet ( )Hayır

27. Uyku düzeniniz var mı?

( ) Evet ( )Hayır

28. Sigara kullanıyor musunuz?

( ) Evet ( )Hayır ( )Bıraktım

29. Alkol kullanıyor musunuz?

( ) Evet ( )Hayır ( )Bıraktım

EK 3. AİLE UYUMU ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki ifadelerin her birini aynı evde yaşadığınız ailenizi düşünerek ailenize ne derecede uyduğunu, yanındaki kutucuklarda yer alan "1= Kesinlikle katılmıyorum" ile "5= Kesinlikle Katılıyorum" arasındaki rakamlardan yalnızca birinin üstüne (X) işareti koyarak gösteriniz.

1= Kesinlikle katılmıyorum 2=Katılmıyorum 3= Kararsızım 4= Katılıyorum 5= Kesinlikle Katılıyorum

1	Ailemdeki herkes için aile yaşamımız sağlıklıdır.	1	2	3	4	5
2	Günlük yaşamda aile ilişkilerimiz huzur içindedir.	1	2	3	4	5
3	Aile üyeleri birbiriyle iyi geçinir.	1	2	3	4	5
4	Ailemle gurur duyarım.	1	2	3	4	5
5	Ailem uyum içindedir.	1	2	3	4	5

EK 4. YOUNG İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

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

EK 5. İSTANBUL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ ASM'DE ÇALIŞMA İZNİ

İSTANBUL İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ - İSTANBUL EĞİTİM ve TESCİL BİRİMİ
08/07/2020 23:31 - 15916306 - 604.01.01 - E.4323
00120659097

T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Sağlık Müdürlüğü

Sayı : 15916306-604.01.01
Konu : Dr. Görkem ÇALIK Tez Çalışması Hk.

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : 08/06/2020 tarihli ve 79341859-903.99-10420 sayılı yazı.

İlgi sayılı yazı ile Hastanenizde Sözleşmeli Aile Hekimliği uzmanlık eğitimi alan Dr. Görkem ÇALIK, " Lise döneminde 14-19 yaş arası adölesan gençlerde internet bağımlılığının aile içi uyum ve okul başarısına etkilerinin değerlendirilmesi " başlıklı anket çalışmasını, Müdürlüğümüze bağlı kurumda yapma talebi birimimize iletilmiş olup , Müdürlüğümüz Sağlık Hizmetleri Başkanlığı Araştırma, Basılı Yayım, Duyuru İçeriği Değerlendirme Komisyonu 30.06.2020 tarih ve 2020/20 sayılı kararınca uygun görülmüştür.

Çalışmanın kurumunuzun uygun gördüğü zaman diliminde (Başvuru dosyasında belirtilen aralık gözetilerek) sürecin koordinasyonunun tarafınızca sağlanması ve araştırmanın bitiminde bir nüshasının elektronik ortamda (CD halinde) Müdürlüğümüze teslim edilmesi gerektiğinin başvuru sahibine tebliği hususunda;

Gereğini bilgilerinize rica ederim.

e-imzalıdır.
Uz. Dr. Hasan Basri VELİOĞLU
Başkan

Dağıtım:
Gereği :
Bağcılar İlçe Sağlık Müdürlüğü

Bilgi:
Şişli Hamidiye Etfal EAH

EĞİTİM VE TESCİL BİRİMİ
Telefon: Faks No:
e-Posta:cemile.ozaslan@saglik.gov.tr İnt.Adresi: cemileozaslan@windowslive.com
Bilgi için:Cemile ÖZASLAN
TIBBİ SEKRETER
Telefon No:(0 212) 638 33 99
Evrakın elektronik imzalı suretine http://e-belge.saglik.gov.tr adresinden 21e5caae-0eec-4255-9768-c96fd6af2052 kodu ile erişebilirsiniz.
Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanuna göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK 7: ÖZGEÇMİŞ

I- Bireysel Bilgiler

Adı- Soyadı: Görkem Çalık

Doğum yeri ve tarihi: Bakırköy 15.12.1981

Uyruğu: Türk

Medeni Durumu: Evli

İletişim adresi: Fevzi çakmak mah. 2061 sokak no:4 d:2 Bağcılar / İSTANBUL

Telefonu: 5068935065

E-posta: gorkemcalik@gmail.com

Yabancı dili: İngilizce

II- Eğitimi

İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fak. (İngilizce bölümü) (2000-2007)

Adnan Menderes Anadolu Lisesi, İstanbul (1992-2000)

Bağcılar ilköğretim okulu, İstanbul (1987-1992)

III- Mesleki Deneyimi

Erzurum Hınıs Devlet Hastanesi (2008-2008)

İstanbul Bağcılar Barbaros 5'nolu Acil Yardım İstasyonu (2009-2010)

İstanbul Bağcılar Barbaros ASM (2010-)

SBÜ Şişli Hamidiye Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi (2014-)

IV- Bilimsel İlgi Alanları

- Diabetus Mellitus
- Metabolik Sendrom
- Beslenme
- Depresyon

V- Diğer Bilgiler

- Tütün Bağımlılığı Tedavisi Eğitimi – İzmir (2020)
- Yanık ve Yara bakım kursu – İzmir (2020)
- Edirne Aile Hekimliği Kongresi (2014)
- 2. Aile Hekimliği Dermatoloji Okulu (2019)
- 2. Çocuk Dostları Kongresi (2016)