

T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ
HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI

GAZİ ÜNİVERSİTESİ ÖĞRENCİLERİNDE CEP
TELEFONU PROBLEMLİ KULLANIMI ile AKILLI
TELEFON ve İNTERNET BAĞIMLILIĞININ
DEĞERLENDİRİLMESİ

UZMANLIK TEZİ
Dr. ÖNDER AYDEMİR

ANKARA 2016

T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ
HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI

GAZİ ÜNİVERSİTESİ ÖĞRENCİLERİNDE CEP
TELEFONU PROBLEMLİ KULLANIMI ile AKILLI
TELEFON ve İNTERNET BAĞIMLILIĞININ
DEĞERLENDİRİLMESİ

UZMANLIK TEZİ
Dr. ÖNDER AYDEMİR

TEZ DANIŞMANI
Prof. Dr. F. Nur BARAN AKSAKAL

ANKARA 2016

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
Tablo dizini	v
Şekil dizini	vii
Kısaltmalar	viii
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER	4
2.1. Cep Telefonun Tarihçesi ve Akıllı Telefon Gelişim Süreci	4
2.2. İnternetin Tanımı	6
2.3. İnternetin Tarihçesi ve Dünyadaki Gelişimi	7
2.4. Türkiye’de İnternetin Gelişimi	8
2.5. Dünya’da ve Türkiye’de İnternet Kullanımı	9
2.6. Bağımlılık ve Davranışsal Bağımlılık	9
2.7. Akıllı Telefon Bağımlılığı	12
2.8. İnternet Bağımlılığı	17
2.8.1. İnternet Bağımlılığının Etiyolojisi	24
2.8.1.1. İnternet Bağımlılığı Etiyolojisini Oluşturan Modeller	26
2.8.2. DSM Sınıflamasında İnternet Bağımlılığı	31
2.8.3. İnternet Bağımlılığı ve Kişilik Özellikleri	33
2.8.4. Gençlerde İnternet Bağımlılığı	34
2.8.5. İnternet Bağımlılığının Etkileri	35
2.8.5.1. İnternet Bağımlılığının Fiziksel Etkileri	35
2.8.5.2. İnternet Bağımlılığının Psikososyal Etkileri	36
2.8.5.3. İnternet Bağımlılığının Bilişsel Etkileri	37
2.8.6. Dünyada ve Türkiye’de İnternet Bağımlılığı	38
2.8.7. İnternet Bağımlılığı Tedavisi	41
3. GEREÇ-YÖNTEM	44
3.1. Araştırmanın Tipi	44
3.2. Araştırmanın Yeri	44

3.3. Araştırma Bölgesinin Tanıtılması.....	44
3.4. Araştırmanın Evreni.....	45
3.5. Araştırmanın Örneklemi.....	45
3.6. Araştırmanın Değişkenleri.....	47
3.6.1. Bağımlı Değişkenler.....	47
3.6.2. Bağımsız Değişkenler.....	47
3.7. Araştırmada Kullanılan Araç-Gereç.....	49
3.8. Araştırmanın Uygulama Şekli.....	51
3.9. Araştırma Takvimi.....	52
3.10. Veri Analizi-İstatistiksel Yöntemler.....	52
3.11. Araştırmanın Kısıtlılıkları.....	53
4. BULGULAR.....	54
5. TARTIŞMA.....	85
5.1. Tanımlayıcı Bulguların Tartışılması.....	85
5.2. Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ve Akıllı Telefon Bağımlılığı İle İlgili Bulgularının Tartışılması.....	87
5.3. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Bulguların Tartışılması.....	92
6. SONUÇ ve ÖNERİLER.....	97
7. KAYNAKLAR.....	100
8. ÖZET.....	113
9. İNGİLİZCE ÖZET.....	114
10. EKLER.....	115
EK-1.....	115
EK-2.....	120
EK-3.....	122
11. ÖZGEÇMİŞ.....	133

TABLO DİZİNİ

	Sayfa
Tablo 1. Fakülte Yüzde Oranları ve Bu Fakültelere Karşılık Gelen Öğrenci Sayısı.....	46
Tablo 2. Çalışma Takvimi, Temmuz 2015–Nisan 2016.....	52
Tablo 3. Korelasyon Katsayısına Göre İlişki Durumu.....	53
Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Bazı Tanımlayıcı Özellikleri.....	56
Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Cep Telefonu ve Akıllı Telefona Sahip Olma Durumu ile Kullanım Özellikleri.....	57
Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanma Durumları ve Kullanım Özellikleri.....	59
Tablo 7. Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Ölçek Skorları.....	60
Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Bazı Tanımlayıcı Özelliklerine ve Kendini Akıllı Telefon Bağımlısı Olarak Değerlendirme Durumuna Göre Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Form, Cep Telefonu Problemleri Kullanım Ölçeği ve İnternet Bağımlılığı Ölçeği Skorunun Dağılımı.....	62
Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özelliklerine Göre Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinde Belirtilen Kesme Değeriyle Belirlenen Bağımlılık Durumunun Dağılımı.....	66
Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinde Belirtilen Kesme Değeriyle Belirlenen Bağımlılık Durumuna Göre Akıllı Telefon Kullanım Özelliklerinin Dağılımı.....	69
Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanım Özelliklerine Göre Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinde Belirtilen Kesme Değeriyle Belirlenen Bağımlılık Durumunun Dağılımı.....	71
Tablo 12. Cinsiyete Göre Akıllı Telefon Kullanım Özelliklerinin Dağılımı.....	72
Tablo 13. Cinsiyete Göre Öğrencilerin İnternet Kullanım Özelliklerinin Dağılımı.....	73
Tablo 14. Sosyal Paylaşım Hesabı Bulunma Durumuna Göre Akıllı Telefon Kullanım Özelliklerinin Dağılımı.....	74

Tablo 15. Sosyal Paylaşım Hesabı Bulunma Durumuna Göre Öğrencilerin İnternet Kullanım Özelliklerinin Dağılımı.....	76
Tablo 16. Kendini Akıllı Telefon Bağımlısı Görme Durumuna Göre Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinde Belirtilen Değerleriyle Belirlenen Bağımlılık Durumları.....	77
Tablo 17. Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Ölçekler Arasındaki İlişki.....	78
Tablo 18. Cinsiyete Göre Uygulanan Ölçek Skorları Arasındaki İlişki	78
Tablo 19. Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Ölçek Skorları ile Yaş, Eğitim Yılı, Telefon ve İnternet Kullanım Özellikleri Arasındaki İlişki	79
Tablo 20. Cinsiyete Göre Uygulanan Ölçek Skorları ile Yaş, Eğitim Yılı, Telefon ve İnternet Kullanım Özellikleri Arasındaki İlişki.....	82
Tablo 21. Bazı Prediktörlerin Akıllı Telefon Bağımlılığına Etkisini Değerlendirmek Üzere Yapılan Lojistik Regresyon Analizi Sonucu.....	84

ŞEKİL DİZİNİ

	Sayfa
Şekil 1. İnternet Bağımlılığı Risk Faktörleri Unsurlarının İlişkisel Haritası.....	25
Şekil 2. Davis'in İnternet Bağımlılığını Açıklamakta Kullandığı Bilişsel Davranışçı Model.....	28
Şekil 3. Kendini Akıllı Telefon Bağımlısı Olarak Değerlendirme Durumu.....	58
Şekil 4. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Forma Göre Öğrencilerin Bağımlılık Durumu.....	61
Şekil 5. Cinsiyete Göre Akıllı Telefon Bağımlılık Durumu.....	61

KISALTMALAR

3G:	3rd Generation (Üçüncü Jenerasyon)
ABD:	Amerika Birleşik Devletleri
ARPA:	Advanced Research Projects Agency (Geliştirilmiş Araştırma Projeleri Ajansı)
BBNT:	Bolt, Beranek, Newman Teknolojileri
DSM-V:	The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5 (Ruhsal Bozukluklar Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı, 5)
GPS:	Global Positioning System (Küresel Konumlama Sistemi)
GSM:	Global System for Mobile Communications (Mobil İletişim için Küresel Sistem)
IBM:	International Business Machines (Uluslararası İş Makineleri)
İTÜ:	İstanbul Teknik Üniversitesi
Mhz:	Megahertz
MIT:	Massachusetts Institute of Technology (Massachusetts Teknoloji Enstitüsü)
NASA:	National Aeronautics and Space Administration (Ulusal Havacılık ve Uzay Dairesi)
ODTÜ:	Orta Doğu Teknik Üniversitesi
OFCOM:	Office of Communications (İletişim Ofisi)
SCL-90-R:	The Symptom Checklist-90-Revised (Belirti Tarama Listesi)
SMS:	Short Message Service (Kısa Mesaj Hizmet)
SSRI:	Selektif Serotonin Reuptake İnhibitörleri

TTNET:	Türk Telekom İnternet
TUİK:	Türkiye İstatistik Kurumu
TÜBİTAK:	Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu
ULAKNET:	Ulusal Akademik İnternet
Wap:	Wireless Aplication Protocol (Kablosuz Uygulama Protokolü)
Wi-Fi:	Wireless Fidelity (Kablosuz Bağlantı Alanı)
WWW:	World Wide Web (Dünya Çapında Ağ)

1. GİRİŞ

Gelişen teknolojiyle birlikte bilgisayar ve internetin yanında cep telefonu ve akıllı telefonlar günlük yaşamımızın önemli parçaları haline gelmiştir. İletişim kurmanın da ötesinde, internet bağlantısı, kamera, navigasyon, multimedya, hesap makinası, ses kayıt cihazı gibi hizmetleri sunmasıyla yaşamımıza kolaylıklar getiren akıllı telefonlar, ilk üretimi 1973 yılında yapılan cep telefonlarının yerini almıştır ve kullanımı giderek yaygınlaşmaktadır.^{1,2}

İki bin on beş yılında yapılan bir araştırmaya göre dünya nüfusunun %51'i aktif olarak cep telefonu, %23'ü ise akıllı telefon kullanmaktadır.³ Bir önceki yıla göre dünya nüfusunda %1,6'lık bir artış olurken cep telefonu kullanımında %5, akıllı telefon kullanımında ise %23'lük bir artış olmuştur.³ İki bin on altı yılında da bu artışın devam ederek akıllı telefon kullanıcı sayısının yaklaşık 3 milyar olması beklenmektedir.³ Aynı araştırmaya göre; 2015 yılında 76,7 milyon olan Türkiye nüfusunun yaklaşık 32 milyonu yani %42'si akıllı telefon kullanmaktadır.³ Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından 2015 yılı Nisan ayı içerisinde gerçekleştirilen Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'na göre hanelerin %96,8'inde cep telefonu veya akıllı telefon bulunmaktadır.⁴

Günlük hayatımıza kolaylıklar sunan akıllı telefonlar, artan kullanım oranlarıyla birlikte kişilerarası ilişkiler, fiziksel ve ruhsal sağlık, genel işlevsellik üzerine etki ederek birçok olumsuz sonuca neden olabilmektedir.⁵

Psikiyatrik tanı sistemlerinin geçmiş dönemlerinde kullanılmakta olan 'madde kötüye kullanımı ve bağımlılığı' tanı kategorisi, DSM-5'te (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) 'madde kullanımı ve bağımlılık

bozuklukları' tanı kategorisi olarak değiştirilmiştir. Gerçekleştirilen bu değişim ile birlikte sadece madde ile ilgili bozuklukları kapsayan bağımlılık kavramı, maddeyle ilişkili olmayan davranışlar bütünü de kapsar duruma gelmiştir. Halen madde ile ilişkili olmayan bozukluk kategorisi altında, DSM-5'te sadece 'kumar bozukluğu' bulunsa da, gelecekte yapılacak klinik çalışmalarla internette oyun bağımlılığının ayrı bir tanı kategorisi olarak değerlendirilebileceği belirtilmektedir.⁶

Başka bağımlılık alanlarında olduğu gibi, belirli bir davranışla fazla uğraş, gerçek dünyadan uzaklaşmak veya kendisini iyi hissettiren bir duygu ortaya çıkartmak için bu davranışların yinelenmesi, davranışlar yinelendikçe tolerans gelişmesi, davranışları kontrol etmede zorluk, davranışın yinelenmesi engellenince gerginlik, irritabilite, huzursuzluk gibi yoksunluk bulgularının ortaya çıkması; davranışların giderek artan bir şiddette sürmesi ile işlevselliğin bozulmasına neden olmaktadır.^{7,8,9} Akıllı telefon kullanımı sorunlarıyla ilişkili bilimsel verilerin sıklıkla çıktığı ülkelerden Tayvan'da, akıllı telefon kullanıcısı gençlerin %36'sında yoksunluk, %30'unda tolerans, %27'sinde niyetlenenden daha uzun süre kullanma, %18'inde başarısız olan kullanımı azaltma girişimleri, %10'unda yakın ilişkilerde bozulma gibi bağımlılığın tüm tanı ölçütlerinin karşılandığı gösterilmiştir.¹⁰ Türkiye'de kontrolsüz ve aşırı akıllı telefon kullanımına ilişkin çalışmalar ölçek geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarıyla sınırlıdır.

Akıllı telefonların da hayatımıza girmesiyle erişimi her geçen gün daha kolay hale gelen internetin kullanımı da artmaktadır. İki bin on beş yılında dünya nüfusunun %42'si, Türkiye nüfusunun ise %49'u aktif olarak internet

kullanmaktadır.³ İnternetin yaygınlaşmasıyla birlikte bazı kişiler kontrol edemedikleri internet kullanımı nedeniyle iş, sosyal ve özel alandaki işlevselliklerinde sorun yaşamaya başlamış ve bu konu önemli bir sorun olarak sıkça tartışılmıştır.

İnternet bağımlılığı genel olarak internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın önemini yitirmesi, yoksun kalındığında aşırı sinirlilik hali ve saldırganlık olması ve kişinin iş, sosyal ve ailevi hayatının giderek bozulması olarak tanımlanabilir.¹¹

Yeni teknolojiler, bilinçlenme ve politika geliştirme adımlarından çok daha hızlı bir biçimde yaşamımıza girmeye devam ederken özellikle teknolojiyi en çok kullanan gruplardan olan öğrencilerin internetten ne düzeyde faydalandıkları, olumlu ya da olumsuz biçimde nasıl etkilendikleri konusunda yapılan araştırmalar günden güne önem kazanmaktadır.¹²

Ödül sistemini uyaran alışveriş, egzersiz, solaryum, internet ve akıllı telefon bağımlılığı gibi yineleyici ve kompulsif davranış örüntüleri ile karakterize patolojik durumların önümüzdeki yıllarda DSM gibi tanı sistemlerinde değerlendirilebilmesi ve tanı ölçütlerinin belirlenebilmesi için bu bozuklukların ortaya konmasına yardımcı olacak çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.^{6,7,13}

Bu çalışmada, Gazi Üniversitesi öğrencilerinde cep telefonu problemleri kullanımı ile akıllı telefon ve internet bağımlılığının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Cep Telefonun Tarihçesi ve Akıllı Telefon Gelişim Süreci

İlk çalışır telefonun 1860 yılında Johann Philipp Reis tarafından halka sunulması ve ilk ticari telefonun 1876 yılında Graham Bell tarafından yapılmasıyla telefon teknolojilerinin gelişim süreci başlamıştır. Basit telefon, mobil iletişim araçlarından farklı olarak kablolu olması nedeniyle ne kadar gelişim gösterse de bir yere bağımlı kalmıştır. Coğrafi şartlarından dolayı kablo döşeme sıkıntısı çeken Finlandiya ve İsveç gibi ülkelerin arayışı, mobil araçları üretmek için teknolojilerini diğer ülkelere göre daha önce gelişmesini sağlamıştır.¹⁴ 1947 yılında kullanılan hücresel telefon sistemleri ile beraber taşıt telefonları üretilmiş, mobilite kavramı ile de yeni nesil kablosuz iletişim araçları gelişmeye başlamıştır.¹⁵ Mobil iletişim konusunda standartların henüz geliştirilmediği 1973 yılında Motorola Firması tarafından ilk cep telefonu üretilmiş ve ilk konuşma yapılmıştır.¹⁶ 1982 yılında Global System for Mobile Communications veya kısaca GSM dediğimiz, Türkçeye ise “mobil iletişim için küresel sistem” olarak çevirebileceğimiz mobil teknoloji için ilk adım atılmıştır. İlk olarak 900 Mhz (Megahertz) frekansında anlaşma sağlanmış; ancak, 1990 yılında İngiltere’nin önerisi ile 1800 Mhz e geçilmiştir. Anlaşmalarla beraber mobil iletişim için standartlar belirlenmiş ve baz istasyonları için hızlı bir çalışma başlamıştır.¹⁶ Çalışmalar sonucunda Finlandiyalı Nokia firmasının 1011 modeli ile belli standartlara sahip ilk cep telefonu görüşmesi yapılmıştır.¹⁴ 1991’den sonra Avrupa standardı olan GSM, ticari uygulanabilirliği ve sayısal standartları küresel çapta desteklemesi ile 100’den fazla ülkede 150’den

fazla operatör tarafından kullanılmıştır.¹⁷ GSM sisteminin yerleşmesi ile beraber cep telefonlarında önemli değişiklikler başlamış, boyutlarında küçülme ve ağırlıklarında azalma olmuştur. Cep telefonları, fonksiyonel eklemeler yapılarak WAP (Wireles Aplication Protocol), kısa mesaj servisi, arama kayıtları, renkli ekranlar ve zil sesleri indirme özelliklerine sahip olmuştur. Mobil araçların önemli problemlerinden biri olan pil ömürleri uzatılmıştır.¹⁸ 2000’li yıllarda Avrupa ve Japonya kullanımda etkin bölgeler olarak yer almaktadır. Dünyanın gelişmiş ülkelerinde olan Amerika ve Rusya bu kullanımda geri kalmaya başlamıştır. Cep telefonu üretimi konusunda lider olan İskandinav ülkeleri Avrupa için öncülük yapmıştır.¹⁹ Kablosuz iletişim sistemleri ilk olarak İskandinav ülkeleri, Almanya, Fransa ve İngiltere tarafından kullanılmıştır. Hepimizin 1G olarak bildiği 1. nesil sistemler diğer adıyla analog sistemler, yetersiz kapsama alanı ve zayıf ses kalitesi ile telsiz iletişimi sağlamıştır. Daha sonra kullanılan sayısal sistemlere 2G adı verilmiştir ve ikinci nesil sistemlerdir. İkinci nesil iletişim sistemleri, ses aktarımının yanı sıra veri aktarımı, mesaj alışverişi gibi hizmetlere de olanak sağlamıştır. Daha sonra hücresel ağ sistemi kullanılarak geliştirilen 3G ve 4G sistemleri oluşturulmuştur.¹⁵ Şimdi artık dünyada 5G sistemine geçme çalışmaları başlamıştır.

Dünya bu gelişmeleri yaşarken Türkiye’ de ilk adımlar 1985 yılında atılmıştır ve 1986 yılında İstanbul ve Ankara arasında analog görüşmeler başlamıştır. Toplumun her kesimi farklı özellikteki bu cep telefonuna rağbet etmiştir. 1990’larda Türkiye pazarına girmeye başlayan cep telefonu bu özel ilgiden nasibini almış ve 2000’li yıllarda dünya cep telefonu sahipliği listesinde ilk sıralara

çıkıştır. Türkiye’de cep telefonu pazarı çok hızlı büyüme kat etmiştir. Özellikle gençler tarafından yeni çıkan markalar ve teknolojiler dikkatle takip edilmektedir.²⁰ Yerli yatırımcılar ilk zamanlarda karlı bir iş olmayacağını düşünürken zamanla iletişim sektöründe yer almaya başlamışlardır.²¹ Sabit telefon abone sayısı 1929 yılından 1993 yılına kadar artış göstermiştir. Ancak 1990’lı yıllardan sonra cep telefonu kullanılmaya başlanması ile sabit telefon abone sayısı kadar cep telefonunu abone sayısı oluşmuş; günümüzde ise cep yedi katına ulaşmıştır. Cep telefonu abone sayısı sürekli artış gösterirken sabit telefon abone sayısı 2007 yılında en yüksek değere ulaşmış ve sonrasında giderek azalmıştır.²²

Artık vazgeçilmezlerden olan cep telefonları, günün her saatinde arama ve mesaj kontrolü yapılan, kitap ve gazete okunan, sosyal medya, e-mail takibi yapılan ve her an internete girilen; hatta, alışveriş yapılabilen bir araç haline gelmiştir. Tüm bu özellikleriyle birlikte eğlence, telefon kullanımının temel sebeplerinden biri olmuştur. Cep telefonlarının gelişen fonksiyonları ile GSM hizmetlerinin kullanılmadığı zamanlarda da cihaz üzerinden fotoğraf çekilebilmekte, müzik dinlenebilmektedir. Bu gelişmiş haliyle cep telefonları; yani, akıllı telefonlar tüm bireyler için her an yanlarında olan taşınabilir bilgisayarlar haline gelmiştir.

2.2. İnternetin Tanımı

İnternet, iki veya daha çok sayıda bilgisayarın birbiriyle bağlantısı anlamına gelen bilgisayar ağlarının aralarında tekrar bağlantı kurmalarıyla oluşan, dünya çapında yaygın bilgisayar ağlarına dayalı bir iletişim sistemidir.²³ Dünya üzerindeki bilgisayarların birbirleriyle iletişimine belirli elektronik dil ve kurallar çerçevesinde imkân veren internet aynı zamanda “çok yönlü” bir kitle iletişim aracıdır.²⁴ Bir başka

deyişle internet, dünyanın farklı coğrafi mekânlarında bilgisayarların birbirlerine bağlanarak oluşturdıkları ve milyonlarca kullanıcının aynı anda veya farklı zamanlarda kullandığı bir iletişim ağı veya ağlar ağı olarak tanımlanmaktadır.²⁵

2.3. İnternetin Tarihçesi ve Dünyadaki Gelişimi

İnternet kullanımının temelleri, ABD ile Sovyetler Birliği arasında yaşanan soğuk savaş döneminde atılmıştır. Bu dönemde olası bir nükleer savaşta askeri iletişim kurmak ve ana bilgisayardaki bilgileri diğer bilgisayarlara aktarmak amacıyla internet gündeme gelmiştir. Bu konuda, ABD Savunma Bakanlığı'nın bir kuruluşu olan ARPA (Advanced Research Projects Agency)'nin desteği ile çalışmalara başlanmış ve 1969 yılında dört ayrı şehirdeki bilgisayar arasında bilgi transferi gerçekleştirilerek sistemin ilk adımı atılmıştır. Ardından ARPANET adı verilen askeri bilgisayar ağı kurulmuştur.²⁶ 1970'de MIT, Harvard, BBN ve SDC şirketleri de bu ağı eklenmiştir. 1971'de Amerikan Uzay ve Havacılık Dairesi (NASA) gibi birçok kuruluş bu ağı kapsamına girmiş ve liste her geçen gün büyümeye devam etmiştir. 1972 yılında istasyon sayısı 23'e ulaşmış ve elektronik posta kavramı ortaya çıkmıştır. 1976'da radyo ve uydu bağlantıları sayesinde ABD ve Amerika kıtası bu ağı üzerinde birleştirilmiştir. 1979'da ilk bilgisayar haber grupları ortaya çıkmış ve IBM şirketi, internetin babası sayılan BITNET sistemini oluşturmuştur. 1980'lerde soğuk savaşın etkisinin azalmaya başlamasıyla akademik ve ticari çevreler bu bilgisayar sistemine ilgi göstermeye başlamıştır.²⁷

İnternet ilk ortaya çıktığı dönemlerde sadece bilgisayar uzmanları, mühendisler ve bilim adamları tarafından kullanılmaktaydı ve kullanımı kolay değildi. İlk zamanlarda kişisel, ev ya da ofis bilgisayarları yoktu ve ayrıca internetin

kullanılabilmesi için karmaşık bir sistemin öğrenilmesi gerekmektedir. Bu dönemlerde sistem, sadece elektronik posta amacıyla kullanılıyordu. Daha sonraları 1991’de Tim Barnes Lee, world wide web’i (www) icat etti. Bu sistem “hypertext” denen daha görsel bir temele dayanıyordu ve araştırmaların, bilgilerin paylaşılmasını kolaylaştırmak amacını taşıyordu. www’in ortaya çıkması aynı zamanda ticari çevreleri de harekete geçirmiştir. Bu tarihte kullanıcı sayısı 617.000’e ulaşmış ve bilgisayar ağı bugünkü “internet” adını almıştır. 1990’larda internet kullanıcı sayısı ve fiziksel yapısı katlanarak artmıştır. Ticari kurumlar, üniversiteler, organizasyonlar ve devlet kurumları bu gelişime ayak uydurmuşlardır. Bağlantı noktalarına isim verilmeye başlanmış ve bu kurumlar kendi adlarına internet siteleri açmaya başlamışlardır.²⁷

2.4. Türkiye’de İnternetin Gelişimi

Türkiye, küresel internet ağına 12 Nisan 1993’te, TÜBİTAK-ODTÜ işbirliği ile bir Devlet Planlama Teşkilatı projesi çerçevesinde bağlanmıştır. Ankara-Washington arasındaki kiralık hat vasıtasıyla kurulan ve 64 kbit/sn hızındaki bu hat çok uzun bir süre tüm ülkenin ODTÜ’den gelen tek çıkışı olmuştur. 1994 yılından itibaren kurumlara ve firmalara internet hesapları verilmeye başlamasıyla birlikte Ege Üniversitesi (1994), Bilkent Üniversitesi (1995), Boğaziçi Üniversitesi (1996), İTÜ (1996) bağlantıları gerçekleştirilmiştir.²³ 1996 yılı Ağustos ayında Turnet çalışmaya başlamıştır. 1997 yılında, akademik kuruluşların internet bağlantısını sağlayan ULAKNET çalışmaya başlamış ve üniversiteler nispeten hızlı bir ağ yapısıyla birbirine bağlanmış ve internet kullanılır hale gelmiştir. 1999 yılında, ticari ağ yapısında büyük değişiklikler olmuş ve TURNET’in yerini TTnet adında yeni bir oluşum almıştır.

2000'lerin başında; ticari kullanıcılar Ttnet ağı üzerinden, akademik kuruluşlar ve ilgili birimler ise Ulaknet ağı üzerinden internet erişimine sahip olmaya başlamıştır.²⁷

2.5. Dünya’da ve Türkiye’de İnternet Kullanımı

Her geçen gün Dünya çapında internet kullanan kişi sayısı dramatik bir şekilde artmaktadır. İki bin on beş yılının sonu itibariyle dünya çapında internet kullanıcı sayısı 3 milyara ulaşmıştır. Yani Dünya’nın %41,7’si aktif olarak internet kullanmaktadır. Türkiye’de ise 2015 yılı itibariyle internet kullanıcısı sayısı 37,7 milyon kişidir, yani nüfusun %49.2’si internet kullanmaktadır. Türkiye’de 2000 yılında aktif olarak internet kullanıcı sayısının 2 milyon olduğu düşünüldüğünde internet kullanım yaygınlığının hızlı bir şekilde arttığı görülmektedir.²⁸

Ülkemizde 2015 yılı Nisan ayı içerisinde gerçekleştirilen Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonuçlarına göre hanelerin % 69,5’i internet erişimine sahiptir. Araştırma sonuçlarına göre sırasıyla bilgisayar ve internet kullanım oranları 16-74 yaş grubunda sırasıyla %54,8 ve %55,9’dur. İnternet kullanan bireylerin %94,2’si interneti düzenli olarak kullanmaktadır. İki bin on beş yılı ilk üç ayında internet kullanan bireylerin interneti en fazla kullandığı yerlere bakıldığında %87,1 ile ev ilk sırada yer alırken bunu %42,5 ile işyeri, %137,7 ile arkadaş, akraba vb. evleri, %29,2 ile alışveriş merkezi, havaalanı, vb. kablosuz bağlantının yapılabildiği yerler takip etmiştir. İnternet kafede kullanım oranı ise %10,6’dır.⁴

2.6. Bağımlılık ve Davranışsal Bağımlılık

“Bağımlılık, bir maddeyi kullanmayı bırakamama ya da bir davranışı kontrol edememe durumu” şeklinde tanımlanmaktadır.²⁹ Sigara, alkol, uyuşturucu gibi

maddelere bağımlı olunabilmektedir. Bağımlılık sadece madde bağımlılığı olarak algılanmamalıdır, davranışsal bağımlılıklar da bulunmaktadır.³⁰ Fiziksel madde ile bağlantısı olmayan pek çok bağımlılık türü bulunmaktadır. Yeme, alışveriş, seks, bilgisayar, internet, televizyon ve oyun bağımlılığı davranış tabanlı bağımlılıklardandır.^{31,32}

Kimyasal olmayan davranış tabanlı bağımlılıkların bağımlılığa sebep olup olmadığını belirlemenin yolu, alkol-madde bağımlılığı için belirlenmiş olan klinik ölçütlerle karşılaştırmaktır. İnternet bağımlılığı ile yapılan gözlemlerin sonucunda, belirlenen tanı ölçütlerinin madde bağımlılığıyla benzer özelliklerinin olduğu gözlenmiştir. Bu bilgiler doğrultusunda patolojik düzeyde internet kullanımı genel olarak teknolojik bağımlılıklar başlığı altında ele alınmaktadır.³³

Brown (1993) alkol-madde bağımlılıklarında olduğu gibi davranışsal bağımlılıkları, bağımlılığın fiziksel ve psikolojik ana bileşenlerini zihinsel meşguliyet, duygu durum değişkenliği, tolerans, yoksunluk, çatışma ve tekrarlama şeklinde sınıflandırmıştır. Ve bu altı ölçüte uyan davranış bağımlılık olarak tanımlanmaktadır.³⁴ Davranış tabanlı bağımlılıkların tanı ölçütleri şunlardır;

- Zihinsel meşguliyet: Belirli bir aktivitenin, bireyin yaşamında en önemli şey haline geldiğinde oluşmaktadır. Bu durum bireyin duygularına, düşüncelerine ve davranışlarına hakim olur. Örneğin, akıllı telefon ve internet kullanıcısı bir birey akıllı telefon kullanmadığı veya internette olmadığı zaman akıllı telefonu veya interneti kullanacağı zamanı düşünebilmektedir.
- Duygu durum değişkenliği: Belirli bir aktivite ile uğraşma sonucu bireyin belirttiği öznel deneyimleriyle ilgili olup bu aktivitenin duygu durumunu belirlemesidir. Baş etme stratejisi olarak görülebilir. Örneğin, akıllı telefon

kullandığında veya internete bağlandığında bireyde canlanma veya kullanmadığında/bağlanmadığında öfke oluşabilmektedir.

- Tolerans: Önceden edinilmiş deneyimlere benzer etkinin oluşması için, eylem miktarının arttırılması sürecidir. Örneğin, akıllı telefon veya internet kullanıcısının başlangıçta daha kısa sürede yaşadığı ruh haline ulaşabilmek için akıllı telefon veya internet kullanmada geçirdiği süreyi arttırması gerebilmektedir.
- Yoksunluk: Bir eylem azaldığında ya da kesildiğinde beliren hoş gitmeyen fiziksel belirtiler veya duygulardır. Örneğin, bireyin akıllı telefon kullanımı veya internete girmesi engellendiğinde sinirlilik, huysuzluk, titreme halleri oluşabilmektedir.
- Çatışma: Bağımlı birey ile çevresindeki kişiler arasında yaşanan, sosyal yaşam, iş, hobi, ilgi ve diğer aktivitelerle ya da kişinin kendisiyle olan içsel çatışmalarını kapsamaktadır.
- Tekrarlama: Belirli bir durumun daha önceden var olan örüntüleriyle tekrar oluşmasıdır. Yıllarca süren eylemden kaçınma veya eylem kontrolünden sonra bağımlılığın en uç düzeyine tekrar dönülmesidir.

Davranış bağımlılıkları altında yer alan teknolojik bağımlılıklar kimyasal olmayan davranışsal bağımlılıklar şeklinde tanımlanmış olup insan-makine etkileşimine dayanmaktadır. Bu kapsamda incelenen teknolojik bağımlılıklar içerisinde internet bağımlılığı, bilgisayar, cep telefonu/akıllı telefon, medya ve televizyon bağımlılığı bulunmaktadır. Televizyon izleme şeklinde pasif bağımlılıklar gibi, bilgisayarda oyun oynama şeklinde aktif bağımlılıklar görülebilmektedir.^{31,34}

2.7. Akıllı Telefon Bağımlılığı

Akıllı telefonlar giderek günlük yaşantımızın vazgeçilmez bir parçası haline gelmekte ve bilgi, iletişim, eğlence, eğitim amaçlı çok geniş bir yelpaze sunmaktadır. Son yıllarda telekomünikasyon ve bilişim alanında gelişmelere paralel olarak her yerde akıllı telefon ile internete ulaşım imkanı doğmuştur. Bu hızlı gelişim insan hayatının hemen her alanında değişim yaşanmasına neden olmuş birçok kolaylık sağlamıştır. Akıllı telefonlar, telefon görüşmeleri yapılabilmesi yanında SMS, GPS, Wi-Fi, 3G, Bluetooth gibi gelişmiş bağlantı seçenekleri; internet bağlantısı, uygulamaların yüklenebileceği bir uygulama marketi, üzerinde uygulama geliştirilebilen bir mobil işletim sistemi, dokunmatik ekran, dahili ya da arttırılabilir hafıza, navigasyon, görüntü ve ses kaydı gibi özelliklere sahip olabilmektedir.³⁵

Geniş bir yelpazede uygulama seçeneği sunan akıllı telefonların kullanımları dünyada ve ülkemizde her geçen yıl hızla artmaktadır. Dünya verilerine bakacak olursak 2013 yılında 1,311 milyar kişi akıllı telefon kullanırken, 2016 yılı başlarında 2,155 milyar kişi kullanmış, ülkemizde ise bu rakamlar 2013 yılında 15,3 milyon kişi iken 2016 yılı başlarında 32,4 milyon kişiye ulaşmıştır.³⁶

Akıllı telefonlar, günlük yaşamımıza getirdiği yenilikler ve kolaylıklarla beraber bir takım problemlere de neden olmaktadır. Doğru kullanıldığı zaman pek çok alanda yarar ve kolaylık sağlayan akıllı telefonlar, bilinçsiz kullanıldığında ise ciddi zararlar vermeye; fiziksel ve psikolojik bazı yeni sağlık sorunlarını oluşturmaya başlamıştır. Bu kapsamda, akıllı telefonların yaşamımızdaki önemi ve kullanım sıklığının artmasına paralel olarak;

-Sürekli ekrana bakma nedenli baş ağrısı ve göz bozukluğu gibi sağlık sorunları oluşması³⁷,

-Sosyal medya takibi ve mesajla haberleşme nedeniyle yüz yüze iletişimin azalması ve insanların asosyalleşmesine neden olması^{37,38},

-Sürücülerin telefonları ile ilgilenmeleri sonucu oluşan kazalar,

-Sürekli cep telefonunu kontrol etme isteği nedeniyle konsantrasyon bozukluğu görülmesi³⁹,

-Herkesle rahat iletişim sayesinde yanlış kişilerle tanışıp insanların sağlıksız ve yasal olmayan ortamlara çekilmesine neden olması⁴⁰,

-Caus yazılımlar nedeniyle insanların özel hayatına müdahale edilebilmesi ve şifrelerinin alınabilmesi gibi farklı sorunların ortaya çıkmasına neden olduğu gözlemlenmektedir.⁴¹

Adölesan dönemde artan mobil telefon kullanımı psikiyatriye yeni bir fobi terimi kazandırmıştır. Cep telefonundan mahrum kalma korkusu olan nomofobi adölesanların %76'sında görülmektedir. Özellikle sosyal ağlara sürekli bağlanmak isteyen adölesanların gündelik yaşam stillerini derinden etkilemektedir. Nomofobi terimi, ilk olarak 2008 yılında İngiltere'de yapılan araştırmalarda kullanılmaya başlanmış, araştırmalara dahil edilen adölesanların %66'sı cep telefonlarını kaybetme korkusu yaşadıklarını belirtmişlerdir.³⁹ Nomofobi özellikleri taşıyan kişide şu belirtiler vardır;

-Cep telefonunun kapalı olması veya çekmemesine karşı olumsuz fiziksel belirtiler ve aşırı bir tepki oluşturur,

-Obsesif bir şekilde cihazın yanında olup olmadığını kontrol eder,

-Sürekli cep telefonu kaybetme endişesi yaşar,

-Bu düşünce uzun süredir vardır, kişinin günlük yaşamını ve sağlığını olumsuz etkilemektedir.⁴²

Yapılan araştırmalarda gençlerin %76'sının bir, %40'ında ikinci bir cep telefonuna sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.⁴³ Cep telefonu kullanımının bu oranda yaygın olması “alışkanlık mı, dürtü bozukluğu mu yoksa bağımlılık mı?” sorusunu akla getirmektedir. DSM-V-TR'ye göre dürtü kontrol bozukluğu, tekrarlanan, karşı konulamayan davranış ve kendine ya da başkasına zararlı olan davranışı gerçekleştirmeye karşı koymadaki zorluk olarak tanımlanmaktadır. Güncel yaşantımızda var olan, hayatımızı zenginleştiren, bizi sıkıntıya sokmayan aktiviteler alışkanlıklardır. Bu alışkanlıklar bağımlılık oluşturduğu zaman kontrol edilemez bir hal alır ve bizi başarısızlığa götürür. ⁴⁴ Bağımlılık, sinir sisteminin bir işlevi olarak bir maddeye biyolojik olarak bağlanmayla ortaya çıkar. “Bağımlılık” bir maddenin ya da bir etkinliğin bireylerin ruhsal ve bedensel sağlığına ya da sosyal yaşamına zarar vermesine, kötü yönde etkilemesine karşın kullanımının devam etmesi, söz konusu madde alımını veya eylemi yinelemeye yönelik önüne geçilemez istek duyma hali şeklinde tanımlanabilir. Bireyin davranış bağımlılığının devam etmesinin nedeni bağımlısı olunan etkinliğin davranışını kontrol etmesidir.⁴⁵

Bazı araştırmacılara göre sadece biyolojik değil davranışsal bağımlılıklar da mevcuttur.^{45,46} Bir yaklaşıma göre insanda heyecan oluşturan her şey bağımlılık yapmaktadır. Buna göre akıllı telefon bireyde heyecan duygusu oluşturduğundan bağımlılık yapmaktadır. Davranışçı yaklaşıma göre ise doyum ve hoş giden bir durum, davranış sonucunda elde ediliyorsa ya da gerginlik ve sıkıntı gibi olumsuz

bir davranıştan kurtulmaya yardımcı oluyorsa, o davranış artmakta ve kişi daha sonra haz almak ya da olumsuzluktan kurtulmak için o davranışı yapmaya devam etmektedir. Bu hisler sonucunda akıllı telefonların bağımlılık yaptığı düşünülmektedir.⁴⁷

İnsanlar birbirleriyle yüz yüze iletişime geçemediklerinde veya buna cesaret edemediklerinde varlıklarını sanal ortamda hissettirmektedirler. Cep telefonları ile saatler süren sözlü ya da yazılı sohbetler yeni bağımlılıklar yaratmakta ve bireylerde yeni davranışlar oluşabilmektedir.⁴⁸

Bireyler cep telefonları ile yalnızlıklarını giderebilmekte, bu olay sürekli ve kontrol edilemeyen sosyal ağ takibi boyutunda olduğu zaman bağımlılıktan söz edilmektedir. Böylece bireyler cep telefonu ile duygusal bir haz almaktadır. Bu haz kişide heyecan duygusu oluşturmaktadır.¹⁸

Düşük öz saygı düzeyine sahip kişiler bunu artırabilmek için cep telefonunu sıklıkla kullanmaktadır.⁴⁹ Cep telefonu bağımlılığı internet bağımlılığı araştırmalarına dayanmaktadır. İkisinde de ortak olan düşük özgüven ve sosyal beceri problemleri temel sorundur.⁵⁰

Netlessfobi internetsiz kalma korkusu olarak tanımlanmaktadır. İnsanlar bazen sosyalleşmek, bazen de gerçek hayattan uzaklaşmak amacıyla interneti kullanmaktadır. Sosyal bir insan olarak yapılabilecek her şey sanal ortamda yaşandığında artık internet bağımlısı olmaya başladığı düşünülmektedir.⁵¹

Bağımlılık düzeyi yüksek olan insanlar telefon kullanmadıkları zamanlarda sinirli, rahatsız ve endişeli olmaktadır.⁵² İki bin dört yılında cep telefonu kullanıcılarının davranışsal eğilimlerini belirlemek amacıyla İngiltere de

Teleconomy'nin yaptığı bir araştırmada 1400 kişi ile görüşme sağlanmıştır. Bu araştırmada, katılımcıların cep telefonlarının yaşamlarında önemli bir yer tuttuğu ve telefonlarını kendilerinden bir parça olarak nitelendirdikleri göze çarpmaktadır.⁵² OFCOM (Office of Communications) tarafından yayınlanan araştırma raporunda İngiltere akıllı telefon bağımlısı bir ülke olarak açıklanmaktadır. Ülkede cep telefonu veri hizmetlerinin son 3 yılda 40 kat arttığı, gençlerin yarısının ve yetişkinlerin dörtte birinden fazlasının akıllı telefon sahibi olduğu gösterilmiştir.⁵³

Bin dokuz yüz seksen ve 2000 yılları arasında doğanlara “Y nesli” denmektedir. Bu kuşakta doğanlar aynı zamanda internet kuşağı veya millennial olarak da bilinmektedir. İnternet neslinin alışkanlıklarının tarandığı bir çalışmada bireylerin hayatlarının her aşamasında bağlantıda olma ihtiyacı hissettikleri belirtilmiştir.⁵⁴ Bu çalışmada Türkiye’de %97 ve tüm dünyada %90 oranında sabahları ilk yapılan işler arasında birinci sırada telefonu kontrol etmek sonrasında üstünü giyinmek, yemek yemek ve diş fırçalamak yer almaktadır. Yine aynı çalışmada dünyada %60, Türkiye de %93 oranında kişiler takıntılı bir şekilde cep telefonlarından sosyal ağlarını, mesajlarını ve e-postalarını kontrol etmektedir. Kadınların daha fazla çevrimiçi kaldıkları belirtilmiştir.⁵⁴

Bireylerin %77’si akıllı telefonlarını kontrol etmedikleri zaman bir parçaları eksikmiş gibi telaşa kapılmaktadır. Cep telefonu yer ve zaman sınırı tanımamakta, tuvalette, yemekte, araba kullanırken vb. yerlerde mesaj ve e-posta yazma, sosyal ağlarını kontrol etme imkanı sunmaktadır. Bireylerin %75’i yatakta, %10’undan

fazlası tuvalette, %50'si ailesi veya arkadaşları ile yemek yerken, %20'si de araba sürerken akıllı telefonlarını kullanmaktadır.⁵⁴

İnsanlara bir haftalığına cep telefonundan ayrılmamak için nelerden vazgeçebilecekleri sorulduğunda Türk kullanıcılar "tatlı, çay ve çikolata" cevaplarını vermiştir. En düşündürücü olanı ise %7 oranında bir grup "sevgilisinden ve eşinden vazgeçebileceğini" belirtmiştir.⁵⁵

İnsanlar her dakika yanında olan cep telefonları ile fiziksel, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamaya çalışmaktadır. Akıllı telefonlar artık hayatımızda iletişim aracı, güvenlikçi, sağlık danışmanı, eczacı, psikolog, doktor, yol gösterici, çevirmen, eğitimci, dergi, kitap, eğlence, bankacı, alarm vb. olarak yer almaktadır.

2.8. İnternet Bağımlılığı

İnsanların her türlü bilgiye çok kısa bir zamanda ulaşmasını ve diğer insanlarla çok hızlı bir şekilde iletişim kurabilmesini sağlayan internetin günümüzde kullanımı inanılmaz bir hızla artmıştır.⁵⁶ Bu artışın sebebi günlük yaşamda kolay kolay kurulamayan sosyal bağlantıların internet üzerinden kurulabilmesi, yabancılarla kurulan ilişkilerin daha risksiz olması, insanların özgürce duygu ve düşüncelerini ifade edebiliyor olmaları, kendilerini göstermek istedikleri şekilde abartarak göstermeleri gibi faktörlerin yanı sıra internete hızlı ve ucuz erişimdir.^{57,58} İnteraktif iletişime olanak sağlayan internet aracılığıyla insanlar ihtiyaç duyduğu her türlü bilgiye hızlı bir şekilde ulaşabilmekte; dünyada meydana gelen gelişmelerden anında haberdar olmakta; eğlenceli ve hoşça vakitler geçirebilmekte; sevdikleriyle ve tanıdıklarıyla sohbet edebilmekte, bankacılık

işlemlerini yerine getirebilmekte ve hatta alış veriş yapabilmektedirler.⁵⁹ İnterneti, bilişsel ya da davranışsal bir rahatsızlık bulunmadan, makul bir süre içerisinde, açık bir amaç için kullanmak, sağlıklı internet kullanımıdır. Sağlıklı internet kullanıcıları, internet iletişimiyle gerçek hayattaki iletişimi birbirinden ayırabilirler.⁶⁰ Ancak interneti herkes bu şekilde zararsız olarak, ihtiyaçları ve amaçları doğrultusunda, gerektiği miktarda kullanmamaktadır. Sağlıksız internet kullanımı nedeniyle bireyler yaşantılarında olumsuzluklarla karşılaşmakta ve etkilenmektedirler.⁶¹

İnternet kullanımı ile ilgili zihinsel meşguliyet, internet kullanımını sınırlama ve kontrol etme ile ilgili yineleyici düşünceler, erişim isteğini durduramama, işlevselliğin çeşitli düzeylerde bozulmasına karşın internet kullanmayı sürdürme, artan sürelerde internette zaman geçirme, kullanmadığı zaman arama ve aşırma davranışları gibi internetin aşırı ve kötü kullanımı ile ilgili sorunlar tanımlanmıştır. Bu sorunlar bir tür bağımlılık olarak yorumlanmıştır.⁶²

Uluslararası literatüre ilk kez “internet bağımlılığı” kavramı ile giren bu kavram daha sonraları farklı araştırmacı ve klinisyenler tarafından farklı kavramlarla adlandırılmıştır ki bunlar; “internet bağımlılığı”, “patolojik internet kullanımı”, “problemlili internet kullanımı”, “aşırı internet kullanımı”, “internet istismarı”, “internet bağımlılığı bozukluğu” vb. şekillerde ifade edilmektedir.⁶³ Çeşitli kavramların kullanılması durumu, problemlili internet kullanımını açıklayan farklı yaklaşımlardan her birinin, problemlili internet kullanımının duyuşsal, davranışsal ve bilişsel bileşenlerinden birine odaklanmasından kaynaklanmaktadır.⁶⁰

“İnternet bağımlılığı” kavramı ilk kez Dr. Ivan Goldberg tarafından 1995 yılında kullanılmış, yol gösterici olarak DSM-4’teki ”alkol bağımlılığı” tanı ölçütleri kabul edilerek tanımlaması yapılmıştır.⁶⁴

İnternet bağımlılığı Dr. Ivan Goldberg’in aşağıda verilen ölçütlerine göre; 12 ay içinde herhangi bir zamanda ortaya çıkan ve ölçütlerin 3’ü veya daha fazlası ile kendini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulma ile sıkıntıya yol açan uygunsuz internet kullanımudur. Ölçütler;

1. İstenen keyfin alınabilmesi için belirgin olarak artmış İnternet kullanım süresi, sürekli olarak aynı sürelerde İnternet kullanımı ile alınan keyifte azalma olmuş olması gibi durumlardan biri ile tanımlanan tolerans gelişimi,

2. Psikomotor ajitasyon, bunaltı, internette neler oluyor hakkında takıntılı düşünceler, internet hakkında fanteziler ve hayal kurmak, isteyerek veya istemeyerek tuşlara basma hareketi yapmak, kişilerin bu sıkıntılı durumdan kurtulmak için internete bağlanmaları veya benzeri bir eylemde bulunmaları gibi durumlar ile tanımlanan yoksunluk gelişimi (Ağır ve uzun süreli İnternet kullanımı sonucunda bu durumlardan en az 2 tanesinin günler içinde ortaya çıkması ve kişilerin bunlardan dolayı iş, sosyal ve önemli işlevsel alanlarda sıkıntı yaşamaları)

3. İnternet kullanımının genellikle planlandığı sürelerden daha uzun süreler alması,

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

5. İnternet ile ilgili eylemlere çok uzun süreler ayrılması (kitap almak, yeni tarayıcılar ve programlar indirmek, dosyaları düzenlemek gibi),

6. İnternet kullanımı nedeniyle önemli toplumsal, mesleki etkinlikleri ya da boş zamanları değerlendirme etkinliklerinin bırakılması veya azaltılması,

7. İnternet kullanımının yol açtığı sorunlara (uykusuzluk, evlilik problemleri, işe ve randevulara geç kalma vb) rağmen aşırı olarak devam etmesidir.⁶⁵

Amerikalı psikolog Young da 1996 yılında patolojik kumar oynama ölçütlerini temel alarak internet bağımlılığı ölçütlerini belirlemiş, tanısının konulabilmesi için tanımlanan sekiz ölçütten beşinin karşılanmasını yeterli görmüştür (Tablo 1).⁶⁶

Young İnternet Bağımlılığı Ölçütleri;

-İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılması planlanan bir sonraki etkinliği düşünme, vb),

-İstenilen keyfi almak için giderek daha fazla oranda internet kullanma gereksinmesi duyma,

-İnternet kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması,

-İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, çökkünlük veya kızgınlık hissedilmesi,

-Başlangıçta planlanandan daha uzun süre internette kalma,

-Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşama, eğitim veya kariyer ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atma ya da kaybetme,

-Başkalarına (aile, arkadaşlar, terapist, vb) internette kalma süresi ile ilgili yalan söyleme,

-İnterneti sorunlardan kaçmak veya çaresizlik, suçluluk, çökkünlük, kaygı v.b. gibi olumsuz duygulardan uzaklaşmak için kullanma.

Young, internet bağımlılığı tanımını yaparken bu tanımı çeşitli davranış ve dürtü kontrol bozuklukları çerçevesinde özelleştirerek 5 kategoriye ayırmıştır;

1. Siber cinsel bağımlılık: Yetişkinlere yönelik sohbet odalarına ya da pornoya bağımlılık,

2. Siber ilişkisel bağımlılık: İnternet arkadaşlıklarına aşırı bağlanma,

3. İnternet zorunluluğu: İnternette aşırı kumar oynama, alışveriş veya ticaret,

4. Fazla bilgi yükleme: Kompulsif olarak internette dolaşma veya veri araştırmaları

5. Bilgisayar bağımlılığı: Aşırı bilgisayar oyunu oynama⁶⁷

Griffiths'e göre aşırı internet kullanımı birçok durumda sorun teşkil etmeyebilir, ancak bazı bireylerin aşırı internet kullanması gerçek bir bağımlılıktır ve gerçek bir kaygı kaynağıdır.⁶⁸ Kandell, internet bağımlılığını “bağlandıktan sonra yapılan aktiviteden bağımsız olarak internete psikolojik bağlılık duymak”

şeklinde tanımlamaktadır.⁶⁹ Soule ve arkadaşlarına göre internet bağımlılığı 5 gruba ayrılmaktadır. Bunlar:

1. Sanal Seks Bağımlılığı: Yetişkinlere özgü sohbet odası ve sanal porno bağımlılığı,
2. Sanal İlişki/ Arkadaşlık Bağımlılığı: Sohbet odaları ve sanal porno sitelerinde arkadaşlıklar,
3. İnternette Kumar Bağımlılığı: Aşırı derecede kumar oynama, alış-veriş yapma ve açık artırma ya da bahis sitelerinde vakit geçirme,
4. İhtiyaç Dışı Bilgi Arama Bağımlılığı: Normalden fazla web veya veri bankalarında tarama yapma,
5. Bilgisayar Bağımlılığı: Aşırı derecede oyun oynama ve program hazırlama (yazma) bağımlılığıdır.⁷⁰

Davis, Young'un internet bağımlılığı tanı yöntemini temel alarak patolojik internet kullanımını özgül patolojik internet kullanımı ve genel patolojik internet kullanımı olmak üzere iki alt grupta sınıflandırmıştır. Özgül patolojik internet kullanımında kişi interneti bağımlı olduğu nesneyi elde etmek için kullanır. Genel patolojik internet kullanımında ise amaca yönelik olmayan, zaman geçirmeye yönelik olarak interneti kullanılır.⁶⁰

Yıldız ve Bölükbaş, internet bağımlılığını aşırı internet kullanma isteğinin önüne geçilememesi, bunun dışında geçirilen vaktin önemsiz olarak görülmesi, internetten ayrı kalınan zamanlarda ise aşırı sinirli olma ve saldırganlık davranışlarının görülmesi olarak tanımlamaktadırlar. Bundan yola çıkarak, gerçek

dünyadan uzaklaşan, toplumdan soyutlanan bireylerin sanal dünyada gerçek olmayan faaliyetler ve ilişkiler içine girerek, alkol, sigara ve uyuşturucu bağımlılığı gibi bilgisayar ve internet bağımlısı olduklarını savunmaktadırlar.⁷¹

İnternet bağımlılarının tespitinde sadece internet başında geçirilen zamanın miktarı yeterli değildir. Bu zamanın hangi kullanım amacı için harcandığı da büyük önem taşımaktadır. İnternet kullanımında oluşabilecek olumlu ve olumsuz sonuçlar, interneti kullanım amaçlarıyla ilişkilidir. İnternet bağımlıları, film-müzik siteleri, oyun siteleri, sohbet odaları, pornografik siteler, topluluk siteleri vb. sitelerde daha çok vakit harcarken, internet bağımlısı olmayan kullanıcılar haber, alış-veriş ve eğitim sitelerinde vakit harcamaktadırlar.⁶³

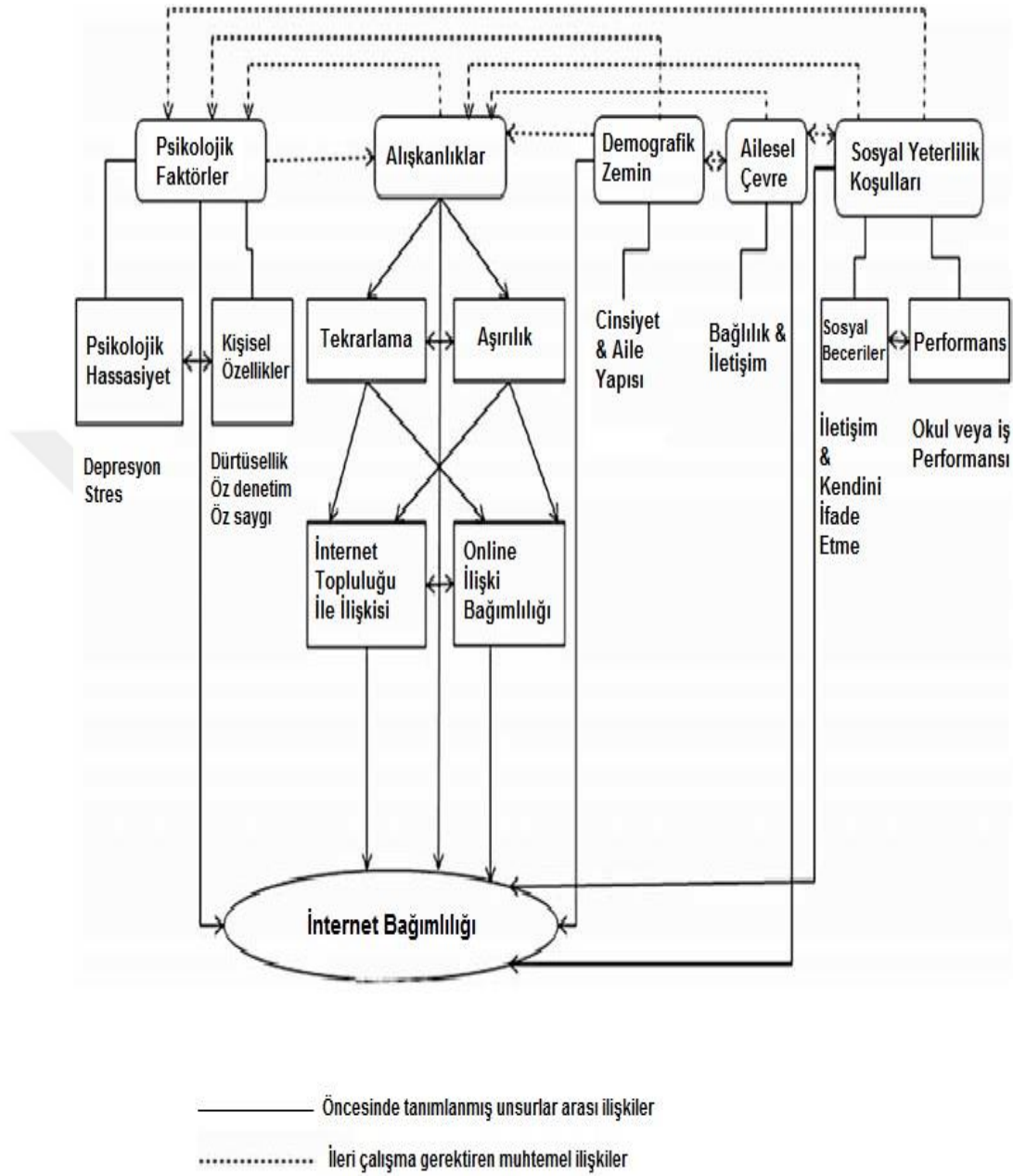
Gençler üzerinde yapılan bir çalışmada sohbet, oyun gibi bağımlılık yapan etkenlerin erişiminin engellenmesi durumunda internet kullanıcılarının, interneti bilgi ve haber amaçlı kullanmaya yöneldikleri ve interneti daha az süre kullandıkları gözlemlenmiştir.⁶³

Araştırmacılar arasında bir psikiyatrik durum olan problemlili internet kullanımının çoğunluk olarak bağımlılık davranışı mı yoksa dürtü kontrol bozukluğu mu olduğuyla ilgili tartışmalar mevcuttur ki güncel bakış açısı da problemlili internet kullanımının aşırma (kriz), tolerans ve çekilme belirtileri gibi bağımlılık davranışı ile ortak özellikleri olduğunu ortaya koymuştur. Bu bağlamda Block, bir bağımlılık davranışı olarak problemlili internet kullanımının olası tanı kriterini ileri sürmüştür.⁷² Bu kriterler;

1. Aşırı internet kullanımı: Sıklıkla zaman algısının kaybıyla ilişkili,
2. Çekilme belirtileri: İnternete ulaşamadığında sıklıkla çökkün, kızgın ya da gergin hissetme,
3. Tolerans: Daha iyi bilgisayar donanımı, daha çok yazılım ve daha çok kullanım saati ihtiyacı,
4. Olumsuz Sonuçlar: Tartışma, yalan söyleme, zayıf okul ve mesleki başarı, sosyal izolasyon ve de tükenmişlik.⁷²

2.8.1. İnternet Bağımlılığının Etiyolojisi

İnternet bağımlılığının etiyolojisinde psikolojik faktörler önemli rol oynar. Fakat yapılmış çalışmalar internet bağımlılığı ile ilişkili olan risk faktörlerinin sadece psikolojik faktörler olmadığını göstermiştir. Aynı zamanda alışkanlıklar, demografik zemin, ailesel çevre, sosyoekonomik durum gibi etmenler internet bağımlılığının zeminini oluşturan önemli yapıtaşlarındandır (Şekil 1).^{73,74}



Şekil 1. İnternet bağımlılığı risk faktörleri unsurlarının ilişkisel haritası

Yapılmış başka bir çalışmaya göre de bazı koşulların oluşması durumunda insanların internet bağımlısı oldukları düşünülebilmektedir. Bu koşullar:

1. İnternet kişilerin hayatlarındaki en önemli aktivite halini alması ve düşünme sistemlerinde baskın bir konuma gelmesi,
2. İnternet kullanımı bireylerde “gerçek dünyadan kaçış” ya da başka benzer tecrübelerle yol açması,
3. Arzu edilen etkiyi elde edebilmek için çok uzun çevrimiçi saatler geçirmeleri gerekmesi,
4. Çevrimdışı iken kendilerini rahatsız veya huzursuz hissetmeleri,
5. İnternet kullanımı kendileriyle aileleri, öğretmenleri ya da arkadaşları arasında soruna yol açması ve onların diğer çalışmalara veya uykuya ayıracakları zaman ile internette harcayacakları zaman arasında çatışmaya yol açması,
6. İnternet kullanımlarını bırakmaya veya azaltmaya çalışmalarına rağmen bir süre sonra eski kullanım örüntülerine geri dönmesi gibi koşullardır.⁶⁸

2.8.1.1. İnternet Bağımlılığı Etiyolojisini Oluşturan Modeller

İnternet bağımlılığının tedavisinde etkili girişimler geliştirmek için bu bağımlılığın etiyolojisine yönelik yapılan çalışmalar sonucu önerilen bazı modeller vardır⁷⁵

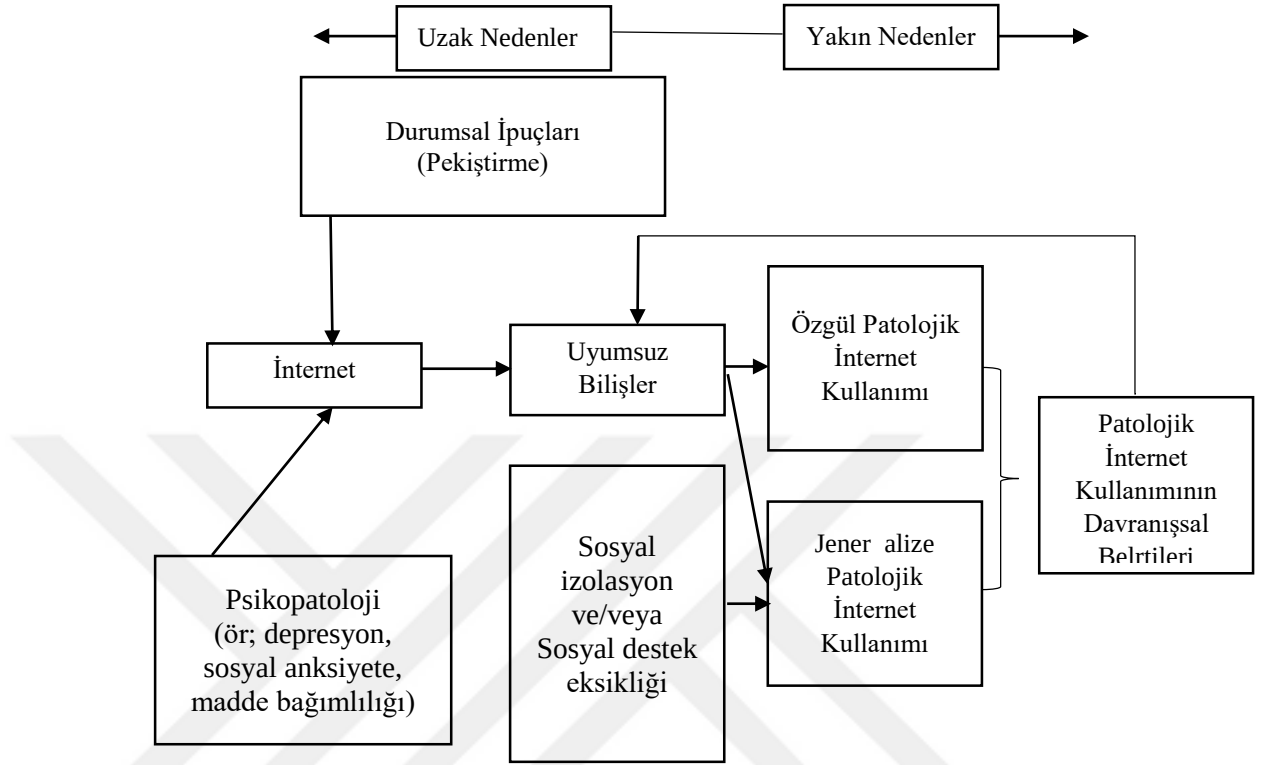
- Bilişsel davranışçı model
- Kavramsal İnternet Bağımlılığı modeli

Bilişsel Davranışçı Model

Etiyolojiye yönelik yapılan çalışmaların en kapsamlılarından biri Davis'in oluşturduğu bilişsel davranışçı modeldir. Önceki internet bağımlılığı araştırmalarında davranışın kapsamı ve bu davranışın günlük yaşama olan negatif sonuçları vurgulanırken, Davis'in modelinde uyum bozucu algılamalar üzerine odaklanılmakta ve de uyum bozucu bilişler patolojik internet kullanımının merkezinde yer almaktadır. Bu modelle internetin sağlıklı kullanımı, kişinin kendisine özgü koşulları içinde makul sayılabilecek bir süre için açık bir amaç doğrultusunda, gerçek iletişimle internet üzerinden iletişimin farklarının ayırımına vararak ve farklı bir kimliğe bürünmeden kullanma biçiminde tanımlanır.

Patolojik internet kullanımının bilişsel kuramını açıklamak için Davis'in kullandığı bazı temel kavramları anlamak gerekir. Davranışı ortaya çıkaran etkenler 'gerekli', 'yeterli' ve 'katkıda bulunan' olarak adlandırılmıştır. Gerekli etken belirtilerin ortaya çıkması için olması gereken etyolojik etkindir fakat mutlaka belirti oluşturacak anlamına gelmeyebilir. Yani patoloji oluşumunda gerekli ama yeterli değildir. Yeterli etken de belirtilerin meydana çıkmasını garantileyen etyolojik etkindir. Katkıda bulunan etken ise, çeşitli belirtilerin oluşumunu büyük ölçüde artıran nedenlerdir.

Patolojinin ortaya çıkış nedenleri, birçok belirtiliyle sonuçlanan etyolojik zincirde, patolojik davranışın ortaya çıktığı bölüme yakınlığına göre yakın ve uzak nedenler olarak ikiye ayrılmıştır (Şekil 2).⁶⁰



Şekil 2. Davis'in internet bağımlılığını açıklamakta kullandığı bilişsel davranışçı model

Yakın nedenler:

Patolojik internet kullanımının en önemli bileşeni kişinin kendisi ile ilgili ruminatif biçimdeki işlevsel olmayan bilişleridir. Ruminasyonlar, kişinin kendi hayatındaki diğer olaylara yönelmek yerine, internet kullanımı ile ilgili sorunları yineleyici bir biçimde düşünmesidir. Kişinin sürekli olarak aşırı internet kullanımının sebebini anlamaya çalışması, patolojik internet kullanımı hakkında okuması veya arkadaşıyla bu konu hakkında konuşması ile ilgili düşünce ve davranışları içerir. Bir planı uygulamaya geçirmek üzere harekete geçmek gibi etkili davranışları sergilemeyi önleyerek kişilerarası sorun çözme davranışlarını geciktirir. Kişinin internetle ilgili anılarının daha güçlü bir biçimde anımsamasına

yol açarak patolojik internet kullanımı içindeki kısır döngünün artarak sürmesine neden olur. Kişinin kendisi ile ilgili olumsuz bir bakış açısı vardır ve birey diğer kişilerden olumlu tepkiler alabilmek için interneti kullanır. Kendisi ve dış dünya ile ilgili 'aşırı genelleştirme' ve 'ya hep ya hiç' şeklinde düşünce örüntüleri vardır. Kendisiyle ilgili olarak 'ben sadece internette iyiyim', 'internette olmadıgımda değersizim, fakat internette önemli bir bireyim', 'internette olmadıgımda başarısızım' şeklindeki düşüncelerin yanı sıra dış dünya ile ilgili olarak da 'saygı duyulduğum tek yer internet', 'internette olmadıgımda kimse beni sevmiyor', 'internet benim tek arkadaşım', 'insanlar bana internet ortamı dışında kötü davranıyor' şeklinde otomatik düşünceleri vardır. Bağımlılar, diğer insanlara göre endişelenmeye daha eğilimlidir. Young, olduğundan daha kötü göstermenin gerçek veya algılanan sonuçlarından kaçınmanın da kompulsif internet kullanımına desteği olduğunu ileri sürmüştür.⁶⁰

Uzak nedenler:

Patolojik internet kullanımının uzak nedenleri yatkınlık-stres modeli çerçevesinde açıklanmıştır. Bilişsel davranışçı modelinde psikopatoloji, problemler internet kullanım belirtilerinin uzak gerekli nedensel etkenidir ve bu belirtiler için 'mutlaka gereklidir' anlamına gelir. Altta yatan psikopatoloji kendi başına patolojik internet kullanımı belirtileriyle sonuçlanmaz fakat etiyolojide gerekli bir etken olabilir. Patolojik internet kullanımının uzak nedensel etkenlerinden biri de stresör yani internetle veya internetteki bazı yeni teknolojilerle karşılaşmadır. İlk

karşılaşma, internetten pornografinin keşfedilmesi, ilk defa e-sohbet yapılması veya internetten alışveriş yapılması vs. olabilir.⁶⁰

İnternet ve ilişkili teknolojilerinin deneyimlenmesinde, kişinin olaydan edindiği olumlu deneyim büyük önem taşır. İnternetin yeni bir özelliği denendiğinde olumlu sonuç alınmıyorsa, aynı aktiviteyi sürdürme konusunda pekiştirme oluşur. Kişi ilk deneyimindeki gibi bir tatmin yaşayabilmek için aktiviteyi daha sık yapmaya koşullanır ve bu koşullanma, kişi benzer fizyolojik yanıt elde etmek için yeni teknolojiler bulana kadar sürer. Edinsel koşullanma kurallarına göre temel uyaranla ilgili herhangi bir uyaran ikincil pekiştirme sonucu aynı tepkilerle ortaya çıkabilir. Örneğin; internete bağlı bilgisayarın sesi, klavye kullanırken oluşan dokunma hissi, odanın kokusu gibi uyaranlar koşullanmışlıkla aynı doyumu sağlayabilir.⁶⁰

Kavramsal İnternet Bağımlılığı Modeli

Douglas ve arkadaşları tarafından önerilen bu modele göre internet aşırı kullanımı, ağırlıklı olarak kimliğin saklanabilmesi, sıkıntı azaltma ve rahatlatıcı etkisi, sosyal gereksinimleri karşılayabilmesi gibi itici etkenlerin oluşturduğu içsel gereksinimler ve bireyin motivasyonu tarafından belirlenir. Bununla birlikte; kişisel yatkınlığın yanında öğrenci yurtları gibi internet kullanımına olanak sağlayan çevrelerde bulunma, uzun yıllar süren internet kullanımı, diğerleri tarafından yanlış anlaşıldığını hissetme, yalnızlık hissetme gibi öncüller ve aşırı internet kullanımının bir problem olduğunu reddetmeye ek olarak sosyal yaşamın ve/veya özgüvenin çok az ya da hiç olmaması gibi internet bağımlılığı profilleri de önemlidir.⁷⁶

Kavramsal internet bağımlılığı modeli, internet üzerinden kumar, oyun, sohbet gibi bağımlılık yapıcı uygulamalara erişilmesi, internete ve internet üzerinden bilgiye kolay ulaşılabilirlik, sosyal etkileşimi ve fikir alışverişini kolaylaştırma, internetin diğer medya araçları arasında daha kolay haberleşmeyi sağlaması gibi ortamın algılanan çekici özelliklerinin itici etkenler ve İnternet aşırı kullanımının olumsuz etkilerinin ciddiyeti arasındaki ilişkiyi hafiflettiğini belirtir.⁷⁶ İnternet bağımlılığının negatif etkileri, akademik, sosyal, ekonomik, mesleki ve uyku saatleri değişiklikleri gibi fiziksel etkiler dışında ayrıca çeşitli normalden sapmış davranışları (online porno, online borsa, normal ilişki yerine sanal seks, ağır çekingenliği olanlar için sosyal faaliyetler) kapsayabilir.⁷⁶

İnternet bağımlılığı probleminin kişi tarafından fark edilmesi, bağımlılığın önüne geçmek için kontrol stratejilerinin kullanılmasını kolaylaştırabilir. Bazı kişilerin diğerlerine göre normalden sapmış davranışları benimsemesi daha olasıdır; bu sebeple öncüller ve normalden sapmış davranışlar arasında doğrudan bir bağlantı önerilmiştir.⁷⁶

2.8.2. DSM Sınıflamasında İnternet Bağımlılığı

İnternetin bağımlılık derecesinde kötüye kullanımı Amerikan Psikiyatri Birliği'nin sınıflandırma sistemi olan DSM-4'te yer almamakla birlikte, 'internet bağımlılığı' olarak adlandırılmaya çalışılmıştır. İnternet bağımlılığının en yakın olduğu hastalığın patolojik kumar oynama olduğu ileri sürülmüştür.⁷⁷ İnternet bağımlılığının hazırlanacak olan DSM-5'e eklenmesi önerilmiştir ve bu bozukluk DSM-5'e dahil edilmiştir.⁶ Son zamanlarda İnternet aşırı kullanım sorununun resmi

bozukluk tanımı için daha çok araştırmaya ihtiyaç olduğu vurgulanan DSM-5 bölüm 3’de bu tanımlama, “İnternet kullanımı oyun oynama bozukluğu (Internet use gaming disorder)” şeklinde yer almaktadır.⁶ DSM-5’e göre “İnternet kullanımı oyun oynama bozukluğu” tanısı için tanımlanan kriterlerden 12 aylık dönem içinde aşağıdakilerden beş ya da daha fazlasının olması gerekmektedir. Bu kriterler;

1. Günlük hayatta baskın bir etkinlik haline gelecek şekilde internet oyunları ile zihinsel uğraş,
2. İnternette oyun oynamadığında yoksunluk belirtileri,
3. Tolerans,
4. İnternet oyunu oynamayı kontrol etmede başarısızlık,
5. İnternet oyunları dışında geçmişteki hobi ve eğlencelere ilginin yok olması,
6. Psikososyal problemlerin varlığını kabul etmesine rağmen, internet oyunlarının aşırı kullanımını sürdürmesi,
7. İnternette oyun oynamanın miktarıyla ilgili aile bireylerini, terapistleri veya başkalarını kandırmak,
8. Çaresizlik, suçluluk, kaygı vs. gibi negatif bir duygu durumunu hafifletmek veya ondan kaçmak için internet oyunu oynamak,
9. İnternet oyunu oynamaktan dolayı önemli bir ilişkinin, mesleğin, eğitimin veya kariyer imkanlarının tehlikeye düşmesi veya kaybı şeklindedir.

DSM-5’e göre internette oyun oynama bozukluğu, bir dizi bilişsel ve davranışsal semptomlarla sonuçlanan internette aşırı ve uzamış oyun oynama

tutumudur. Bu semptomlar madde kullanım bozukluğu semptomlarına benzer olan, oyun oynama üzerinde kontrolün aşırı kaybı, tolerans ve yoksunluk belirtileridir. Madde ile ilişkili bozukluklardaki gibi internette oyun oynama bozukluğu olan kişiler diğer etkinlikleri ihmal etmelerine rağmen oyun oynama etkinliği içinde olup bilgisayar başında oturmaya devam ederler. Tipik olarak günde 8-10 saat ve daha fazla veya haftada en az 30 saatlerini bilgisayar başında geçirirler. Bilgisayar kullanmaları ve oyuna dönmeleri engellenirse, ajite ve öfkeli olurlar. Sıklıkla yemeksiz ve uykusuz uzun dönemler geçirirler. Okul veya iş gibi normal sorumluluklarını veya aile ile ilgili sorumluluklarını ihmal ederler.⁷⁸

2.8.3. İnternet Bağımlılığı ve Kişilik Özellikleri

İnternet bağımlılığı ile farklı kişilik özellikleri arasındaki ilişkileri inceleyen birtakım çalışmalar vardır. Bu çalışmalara bakıldığında, konunun daha çok birbirinin zıttı iki görüş etrafında toplandığı görülmektedir. Bunlardan biri **“Sosyal Ağ Kuramı”** dır. Bu kuram, kişilik özelliklerinin özellikle sosyal etkileşimde motivasyon ve davranışı belirleyen en önemli faktör olduğunu savunur. Dışadönük bireyler, sosyal etkileşimi başlatmaktan hoşlanırlar ve bu etkileşimde özellikle içedönük bireylere göre daha başarılıdırlar.⁷⁹ Sosyal ağ kuramı, internetin öncelikle dışadönük bireylere yarar sağladığını savunmaktadır. Dışadönük bireylerin içedönük bireylere göre daha fazla iletişim kurma ihtiyacı içerisinde oldukları, bundan dolayı interneti daha çok etkileşim amacıyla kullandıkları belirtilmektedir.⁸⁰ Diğer taraftan da internetin daha çok içedönük bireylere yarar sağladığı görüşü vardır. Sosyal ödünleme hipotezine göre internet daha çok

içedönük bireylere yarar sağlamaktadır.⁸¹ Bu hipotez temelindeki çalışmalar, internette anonim olması ve kişinin kimliğini saklayabiliyor olmasının, içedönük bireyin reddedilme ve alay edilme kaygısını azalttığını, böylece kişilerin çevrimiçi ortamda kendini açma davranışını artırdığı görüşünü savunmaktadırlar.⁸²

2.8.4. Gençlerde İnternet Bağımlılığı

Bilgisayar ve internet kullanımı oranlarının en fazla olduğu yaş grubu 16-24'tür.⁴ Bu durum özellikle bu yaş grubunda yer alan lise ve üniversite öğrencilerini etkilemektedir. Üniversite akademik danışmanları, internet bağımlılığında en büyük risk grubunun üniversite öğrencileri olduğunu belirtmektedir. Üniversitelerde, öğrencilere internete ücretsiz ulaşabilecekleri ortamın sağlanmış olması ve bu kaynaklara ulaşımın kolay olması sonucunda öğrenciler sanal ortamda daha fazla zaman harcamaktadır. Birçok eğlence kaynağına erişimin gençlerde heyecan yaratması onların internete ayırdıkları zamanı artırmaktadır. Bunun dışında, teknolojik aletleri diğer yaş gruplarına göre daha rahat kullanmaları ve bu aletlere ilgi duymaları da kullanım miktarını artırmaktadır. Bu durum öğrencilerin psikolojik, sosyal ve akademik yaşamlarında sorun yaşamalarına neden olabilmektedir.⁸³⁻⁸⁴

Ergenler interneti çok sık kullanmaları nedeniyle ve henüz psikolojik olgunluğa erişemedikleri için, internet bağımlılığı geliştirme açısından potansiyel bir gruptur. Bu sebeple psikologlar ve eğitimciler için son yıllarda ergenlerde internet bağımlılığı önemli bir sorun haline gelmiştir.⁸⁵ Kimlik kazanma sürecinde zorlanan ergenler, interneti gerçek yaşam sorumluluklarından ve gerçek kimliklerinden

kaçmaya yardımcı olarak görmeye başlayabilmektedirler.⁸⁶ Yapılan Araştırmalar çoğunlukla ergenlerin interneti, iletişim ve eğlenme amacı ile kullandığını, bunu bilgi arama amacının takip ettiğini göstermektedir.⁸⁷

2.8.5. İnternet Bağımlılığının Etkileri

2.8.5.1. İnternet Bağımlılığının Fiziksel Etkileri

İnternet bağımlılığı olan ergenlerde düzensiz yeme alışkanlığı, sedanter davranış, fiziksel aktivite eksikliği ile öz-değerlendirme ve kişilerarası iletişim bozukluğu görülür. Tüm bunlar obeziteye yol açabilir.⁸⁸ Obezite ayrıca beraberinde hiperinsulinemi, hiperlipidemi ve hipertansiyon gibi ikincil riskler getirmektedir.⁸⁹ Uzun süreli bilgisayar kullanımının çocuklarda yol açtığı fiziksel problemlerin başında; göz rahatsızlıkları, radyasyonun olumsuz etkileri, duruş ve iskelet yapısında bozukluklar gelmektedir. Kas gruplarının sürekli tekrar eden hareketlerin baskısı altında tutulması sonucu karpal tünel sendromu gibi problemlere yol açmaktadır.⁸⁹

Yapılan bir araştırma sonucunda internet ve bilgisayar kullanım süresi ile uyusukluk, uykusuzluk ve el bileğinde ağrı gibi sağlık sorunları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca katılımcıların %10.0'unun gözlerinde sulanma şikayeti ve %1,7'sinin ellerinde uyusukluk hissettikleri saptanmıştır.⁹⁰

2.8.5.2. İnternet Bağımlılığının Psikososyal Etkileri

Problemlili internet kullanımı ile sosyal izolasyon, yalnızlık ve ev-okul-iş performansında azalma arasında doğrusal bir ilişki vardır.⁹¹

Yalnızlık kavramı depresyona benzer şekilde, internet bağımlılığı için hem bir neden hem de bir sonuç olarak düşünülebilir. Yani, birey toplum içinde yalnız kalması sebebiyle aşırı internet kullanabileceği gibi, aşırı internet kullanımından ötürü zamanla toplumdan uzaklaşarak yalnız kalabileceği şeklinde de düşünülebilir. Öyle ki, kişilerin internet bağımlılığı düzeyi artıkça, yalnızlığının da arttığı düşünülmektedir.⁹²

Yapılan epidemiyolojik araştırmalar sonucu internet bağımlılarının %50'sinde başka bir psikiyatrik bozukluk bulunduğu ortaya konulmuştur. En sık rastlanan bozukluklar madde kullanımı, duygudurum bozukluğu, anksiyete bozukluğu, psikotik bozukluk, depresyon ve distimidir. Bu kişilerin %38'nin en az bir başka bağımlılığının daha olduğu ve bunlar arasında en sık kompulsif alışverişin, kumar oynamanın, piromaninin ve kompulsif seks bağımlılığının bulunduğu belirtilmiştir. Ayrıca bu kişilerin bazılarının borderline, narsistik ve antisosyal kişilik bozukluğu kriterlerini de karşıladıkları ve özellikle daha önceden çeşitli dürtü kontrol bozukluğu ya da madde bağımlılığı sorunu olanların interneti daha aşırı ve patolojik düzeyde kullanma eğiliminde oldukları ifade edilmiştir.⁹³ Ülkemizde yapılan bir çalışmada ise, özellikle genç yaş grubunda dikkat eksikliği-hiperaktivite bozukluğu, sosyal fobi, hafif depresyon varlığında veya ailede bağımlılığa yatkınlık olduğunda riskli internet kullanımının görülebileceği belirtilmiştir.⁹⁴

Bir İnternet bağımlılığının madde bağımlılığı ile altta yatan benzer nörobiyolojik düzenekleri olduğu ileri sürülmüştür.⁹⁵ Kaygı ve çekingenlik kavramları ile de internet bağımlılığı arasında ilişki saptanmıştır. Kişinin toplumdan uzaklaşmasını ifade eden yabancılaşma, internet bağımlılığı ile ilişkili olarak problemlili davranışların anlaşılması için önemli bir kavram olup, yabancılaşma ile internet bağımlılığının ilişkili olduğu düşünülmektedir.⁹⁶

İnternetin aşırı oranda kullanımının uyku ve çalışma zamanının kaybı gibi sosyal ya da kişisel işlevleri aksatabileceği ileri sürülmektedir.⁹⁷ Ergenlerin internete uzun süre bağlı kaldıkları ve internette harcanan haftalık zaman ile problemlili internet kullanımı arasında pozitif bir ilişki olduğu aynı zamanda problemlili internet kullanımının ergenlerin günlük etkinliklerine, öğretmen-aile ilişkilerine olumsuz etkisi olduğu bulunmuştur.⁹⁸

2.8.5.3. İnternet Bağımlılığının Bilişsel Etkileri

Bilgisayar oyunları, sanal sohbet ve internet bağımlılığı ders çalışmaya engel olarak akademik başarının düşmesine sebep olabilmektedir. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada akademik başarısı düşük olan öğrencilerde internet kullanımının diğerlerine göre iki kat daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Uzun süre bilgisayar kullanmanın neden olduğu bir diğer bilişsel problem ise dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu semptomudur.⁹⁹

2.8.6. Dünyada ve Türkiye’de İnternet Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalar internet bağımlılığının hızla yaygınlaştığını göstermektedir. Tanı ölçütlerinin belirlenmesinin ardından yapılmış birçok araştırma genel olarak internet bağımlılığının toplumdaki yaygınlığının %6-14 arasında olduğunu göstermektedir.²⁷ Amerika Birleşik Devletleri’nde 2513 erişkin ile telefon anketi kullanılarak yapılmış araştırmada %0.7 problemlili internet kullanımı bulunmuştur.¹⁰⁰ Kore’de 535 ilköğretim öğrencisi ile yapılmış araştırmada çocukların %0.9’u internet bağımlısı %14’ü olası internet bağımlılığı tanı kriterlerini karşılamışlardır.¹⁰¹ 12-18 yaş arası 7292 kişi ile yapılmış araştırmada internet bağımlılığı erkeklerde %1.7, kızlarda %1.4 olarak yaygınlık göstermiştir.¹⁰² Tayvan üniversite öğrencileri arasında yapılmış araştırma 910 kişi ile gerçekleştirilmiş ve 54 kişi internet bağımlısı olarak bulunmuştur.¹⁰³ Greenfield online anket aracılığı ile 17251 kişiye ulaşmış ve internet bağımlılığı oranını %6 olarak saptamıştır.¹⁰⁴ 277 üniversite öğrencisi ile yapılmış çalışmanın sonuçları %27.2’si hiçbir belirtiyeye uymayan %64.7’si sınırlı belirti gösteren %8.1’i internet bağımlısı şeklinde bulunmuştur.⁵⁶ Norveç’te internet bağımlılığı yaygınlığı üzerine yapılmış bir araştırma 3237 kişi ile gerçekleştirilmiştir. %1.98’si internet bağımlısı olarak bulunmuştur. Cinsiyete göre internet bağımlılığı oranları %1.51’i kız ve %2.42’si erkektir.¹⁰⁵

Bayraktar ve Gün’ün Kuzey Kıbrıslı 686 ergen ile yaptıkları araştırmanın bulguları interneti kullanan öğrencilerin %1.1’nin patolojik internet kullanıcısı olduğunu göstermiştir.¹⁰⁶ Türkiye’de yapılan bir başka çalışma 3975 lisans öğrencisinin %7.6’sının haftada 12 saatten fazla internet kullanımı olduğu

görülmüştür.¹⁰⁷ 1315 lise öğrencisi ile yapılmış bir araştırmada katılımcıların %1.2'si internet bağımlısı, %19.9'u olası internet bağımlısı olarak tespit edilmiştir.¹⁰⁸ 1034 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiş bir araştırmada internet bağımlılığı oranı %9.7 olarak bulunmuştur.¹⁰⁹

İnternet bağımlılığı kendi başına ayrı bir bozukluk ya da başka bir bozukluğa ikincil bir davranış problemi olarak görülebilmektedir. Araştırmalar internet bağımlılarının yarısında başka bir psikiyatrik bozukluk bulunduğunu göstermektedir. En sık rastlanan bozukluklar sırasıyla madde kullanımı, duygudurum bozukluğu, anksiyete, psikotik bozukluk, depresyon veya distimidir. İnternet bağımlısı olan kişilerin birçoğunda kompulsif alışveriş gibi başka bir bağımlılık türü de mevcuttur. Bazı kişilik bozuklukları ile de ilişkili olduğu özellikle genç yaş grubunda dikkat eksikliği ve hiperaktivite, sosyal fobi ile ilişkili olduğu bulunmuştur.⁹⁴

İnternet bağımlılığı ile psikopatoloji ilişkisini araştıran bir çalışmada Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R) kullanılmıştır. İnternet kullanıcısı olan grubun ölçekteki somatizasyon, obsesif kompulsif, kişilerarası duyarlılık, depresyon, kaygı, düşmanlık, fobik kaygı, paranoid düşünce, psikotizm olan 9 psikiyatrik belirtiliyle ilişkili bulunmuştur. Yapılan analizler sonucu testin ölçtüğü 9 boyutun skorları internet bağımlısı grupta en yüksek, bağımlı olmayan grupta en düşük şeklinde bulunmuştur. İnternet bağımlısı grup 9 psikiyatrik belirti arasında psikotizm boyutunda en yüksek ortalamaya sahiptir. Fakat araştırmada internet bağımlılığının şiddeti ile psikiyatrik derece arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Patolojik internet kullanımı önemli ölçüde psikiyatrik semptomlarla ilişkilidir.

Depresyon, yalnızlık problemleri internet bağımlısı grupta daha fazladır. Çalışma depresyonu olan kişilerin daha sık interneti kullandıklarını göstermiştir. İnternet kullanımı ve depresyon arasındaki ilişki birçok değişkenden etkilenmektedir. Bağımlı internet kullanımı ile dürtüsellikte artış olması arasında ilişki bulunmuştur. Bağımlı grup ile bağımlı olmayan grup kişilerarası ilişkilerde önemli fark göstermiştir. Bağımlılık ile utangaçlık, eleştiriden rahatsızlık duyma ve duyguların zarar görmesi açısından algılanan sosyal destek alt grubunda internet kullanıcıları için yeni sosyal ilişkiler geliştirmek açısından daha kolay bulunmuştur. İnternet ortamındaki sosyal desteğin gerçek hayattaki kişiler arası sorunları kötüleştirebilmektedir. Bunlara anksiyete belirtileri gibi psikolojik problemler eşlik etmektedir. Kadınlarda gerçek sosyal destek ve sanal sosyal destek kısmen anksiyete belirtileriyle ilişkili bulunmuştur. Obsesif kompulsif belirtiler ile internet bağımlısı grup ve bağımlı olmayan grup arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. İnternet bağımlısı grup bağımlı olmayan gruba göre daha fazla obsesif kompulsif belirtiler göstermektedir. Çünkü internet bağımlısı grup internet kullanımını azaltmak için tekrarlanan girişimler, yoksunluğu azaltma, zaman yönetimi sorunları, çevre ile ilgili sıkıntı ve yalan söyleme internet kullanımı üzerinden sanal duygu durum değişikliği gibi beş veya daha fazla kritere evet yanıtını vermişlerdir. İnternet bağımlısı grup ile bağımlı olmayan grup arasında düşmanlık boyutu için anlamlı fark bulunmuştur. Günlük internet kullanım süresi ile 9 psikiyatrik belirti arasında da ilişki bulunmuştur.¹¹⁰

2.8.7. İnternet Bağımlılığı Tedavisi

İnternet bağımlılığı tedavisi temelinde madde kullanım bozukluğu tedavisinde kullanılan stratejiler ve müdahaleler yatar ancak internet bağımlılığı ile ilgili kanıta dayalı herhangi bir tedavi yoktur. Kognitif davranışsal yaklaşımlar ve psikososyal destek de tedaviye yardımcı olabilmektedir.¹¹¹

Psikiyatrik bozukluklarla problemli İnternet kullanımı arasında ilişki olması, problemli internet kullanımı olan hastayı değerlendirirken komorbid psikiyatrik bozuklukların da beraberinde dikkatli değerlendirilmesi gerektiğini gösterir. Bu komorbid psikiyatrik bozukluklar problemli internet kullanımının predispozan faktörü olabileceği için bu rahatsızlıkların uygun tarama ve tedavisi problemli internet kullanımının meydana çıkmasını engelleyebilir.¹¹¹

Tedavinin temelini psikososyal yaklaşımların oluşturmalarının yanında, Selektif seratonin reuptake inhibitörleri (SSRI) (esitalopram, sertralin, v.b.), naltrekson, metilfenidat kullanımı gibi çok az sayıda farmakolojik tedaviyi içeren çalışmalar vardır.¹¹¹

İnternet bağımlılığının tedavisinde bir diğer seçenek bilişsel-davranışçı yöntemlerin kullanılmasıdır. Özel merkezlerde bu tip bağımlıları gören terapistlerin deneyimlerine ve diğer bağımlılıklarla ilgili yapılan araştırmalara dayanarak internet bağımlılığın tedavisinde kullanılan çeşitli bilişsel davranışçı teknikleri şunlardır;²⁷

1. İnternet kullanımını tam zıt saatlere kaydırmak: Amaç, kişilerin günlük rutinini kırmak ve sanal alışkanlığını bırakabilmesi için yeni kullanım alışkanlarına uyumunu sağlamaktır.

2. Dış durdurucular kullanmak: Kişinin internet kullanımını durdurmak için kişinin o saatte yapması gereken bir şey ya da gitmesi gereken bir yer gibi, bazı somut araçlar kullanılabilir.

3. İnternet kullanımıyla ilgili hedefler belirlemek: Akla yatkın bir internet kullanım şeması çıkarılarak internetin hastayı kontrol etmesi değil hastanın interneti kontrol etmeye başlaması sağlanabilir.

4. Özellikle belli bir işlevden uzak durmaya çalışmak: Eğer hasta için belli bir internet eyleminin (sohbet odaları, internette gezinti, oyunlar, vb.) çok önemli olduğu belirlenebilmiş ve hastanın bu eylemi kullanımını kontrol edemediği görülmüşse, hastanın bu eylemden mümkün olduğunca uzak durmasını sağlamaktır.

5. Hatırlatıcı kartlar kullanmak: Hastanın interneti daha az kullanmaya odaklanabilmesi için hastadan; internet kullanımının yol açtığı beş ana problemi ve internet kullanımını bırakmakla elde edeceği beş temel faydayı yazacağı bir kart hazırlaması istenir.

6. İnternet yerine yapmak istediklerini not edebileceği kişisel bir defter kullanmak: Hastadan internet kullanabilmek için yapmayı ihmal ettiği ya da ertelediği aklına gelen her türlü etkinliğin bir listesini yapması ve bunları çok önemli, önemli ve az önemli şeklinde bir sıraya dizmesi istenir. Hasta bu listeyi yaparak aslında internet hayatına girmeden önce nasıl bir hayatı olduğunu görür.

7. Bir destek grubuna girmek: Klinisyen, hastanın sıkıntılarına en iyi şekilde cevap verebilecek bir destek grubu bulmasına yardım etmelidir.

Günümüzde ABD’de internet bağımlılığı tedavi merkezlerinde internet bağımlıları için sosyal destek grupları hizmet vermektedir.

8. Aile terapisi: Aile terapisinde dikkat edilmesi gereken unsurlar;

- a. Aileye internetin bağımlılık yapabileceği konusunda eğitim verme,
- b. Bağımlı kişiyi hareketlerinden dolayı suçlamalarını azaltma,
- c. Kişiyi psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak için internete yöneltmiş olan öncesine ait ailevi çatışmaların açık bir şekilde konuşulabilmesini sağlama,
- d. Aileyi bağımlı kişinin tedavisine (yeni hobiler, uzun bir tatil, bağımlının duygularını dinleyebilme konusunda) yardım etmeleri için cesaretlendirme.²⁷

İnternet bağımlılığını açıklamaya çalışan modeller, tedavi için kuramsal bir zemin oluşturmaktadır. İnternet bağımlılığının tedavisi için alkol bağımlılığı ve madde kötüye kullanımına yönelik uygulanan terapilerden türetilen bilişsel davranışçı teknik yaklaşımı, yeterli ampirik kanıtları olmamasına karşın etkili görünmektedir.¹¹²

3. GEREÇ-YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Tipi

Çalışma kesitsel tipte bir araştırmadır.

3.2. Araştırmanın Yeri

Araştırma Ankara’da Gazi Üniversitesi’nde 2015-2016 eğitim döneminde Gazi Üniversitesi’ne kayıtlı lisans öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir.

3.3. Araştırma Bölgesinin Tanıtılması

Ankara’nın merkezinde 1926 yılında “Orta Muallim Mektebi ve Terbiye Enstitüsü" adıyla açılmıştır. Enstitünün adı 1929 yılında "Gazi Orta Muallim Mektebi ve Terbiye Enstitüsü” olarak değiştirilmiş ve bu isimle uzun yıllar hizmet vermiştir. 1976 yılında ise “Gazi Eğitim Enstitüsü” ismini almıştır. Enstitü, 1982 yılında 2809 sayılı kanunla “Gazi Üniversitesi” kimliğine kavuşmuştur.

Üniversite çatısı altına girdiğinde Ankara İktisadi ve Ticari İlimler Akademisi zaten bir üniversite konumundadır. Akademi'ye bağlı olarak bugünkü İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinin bütün bölümleri, Tıp Fakültesi, daha sonra da fakülte olacak olan Diş Hekimliği ve Eczacılık Yüksek Okulları ile Gazetecilik ve Halkla İlişkiler Yüksekokulu eğitim ve öğretimini sürdürmektedir. Yine Ankara Devlet Mühendislik ve Mimarlık Akademisi de Gazi Üniversitesi çatısı altında yerini almıştır. Kuruluşunda 9 fakülte, 12 yüksekokul ve 4 enstitüyü bünyesinde barındıran üniversitede bu sayı her geçen yıl hızla artmıştır. Bugün kendisine bağlı olarak eğitim-öğretimi sürdüren 21 fakültesi, 4 yüksekokulu, 1 Türk Müziği Devlet Konservatuvarı, 11 meslek yüksekokulu, 48 araştırma merkezi ve 7

enstitüsü ile Gazi Üniversitesi Türkiye'nin önemli üniversiteleri arasındadır. Üniversitede, Eğitim, Tıp, Diş Hekimliği, Eczacılık, Sağlık Bilimleri, Fen, Mühendislik, Mimarlık, Teknoloji, İktisadi ve İdari Bilimler, İletişim, Edebiyat, Hukuk, Güzel Sanatlar, Sanat ve Tasarım, Turizm, Beden Eğitimi ve Spor, Bankacılık ve Sigortacılık, Tapu Kadastro gibi çok çeşitli alanlarda eğitim verilmektedir. Gazi Üniversitesi, bünyesinde, Endüstriyel Sanatlar, Gazi Eğitim, Mesleki Eğitim, Teknik Eğitim, Ticaret ve Turizm Eğitim Fakültelerini barındırmaktadır. Bugün 77 binden fazla öğrencisinin yanında 1500'den fazla yabancı uyruklu öğrencisi ile ülkemizin yurt dışından en çok öğrenci kabul eden üniversitesidir. Fakülte ve yüksekokulların yoğunluk gösterdiği merkez yerleşkesi dışında Beşevler, Emek, Maltepe, Gölbaşı, Çankaya, Ostim, Çubuk, Polatlı ve Beypazarı'nda da yerleşkeye sahiptir.

3.4. Araştırmanın Evreni

Araştırmanın evrenini Gazi Üniversitesi'nde toplam 22 fakültede lisans eğitimi alan 46846 öğrenci oluşturmaktadır (Öğrenci sayısı 09:18:47, 31.08.2015 tarihinde anlık olarak resmi web sitesinden derlenmiştir).

3.5. Araştırmanın Örneklemi

EPI info 6 örnekleme paket programında yapılan basit rastgele örneklem hesabına göre %50 bilinmeyen sıklık, 0,05 hata payı, %95 güven aralığında 381 birey örneklem büyüklüğünü oluşturmaktadır. Sağlık, sosyal ve fen bilimlerine göre tabakalama, cinsiyet kırılımı ve %10 cevapsızlık hızı dikkate alındığında 2514 bireye ulaşılması hedeflenmiştir. Belirlenen 2514 bireyin 2482'sine ulaşılmıştır. Ulaşım yüzdesi 98,7'dir.

Yapılan kümeleme çalışmasına göre 3 adet Fen Bilimleri (Mühendislik Fakültesi, Fen Fakültesi ve Teknoloji Fakültesi), 3 adet Sosyal bilimler (Hukuk Fakültesi, İletişim Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi) ve 2 adet Sağlık bilimlerinden (Tıp Fakültesi ve Sağlık Bilimleri Fakültesi) olmak üzere 22 fakülteden toplam 8 adet fakülte seçilmiştir. Fakülteler rastgele sayılar tablosu kullanılarak seçilmiş olup, fakültelerden alınan örnek büyüklüğü ağırlıklandırılarak saptanmıştır (Tablo 1). Tüm bu hesaplamalar sonucu belirlenen sayıda ulaşılacak öğrenciler rastgele seçilmiştir.

Tablo 1. Fakülte Yüzde Oranları ve Bu Fakültelere Karşılık Gelen Öğrenci Sayısı

Fakülte	Öğrenciler			
	N	Wh (tabaka ağırlığı)		Tabaka başı birey
Tıp	2696	0,624	0,101	255
Sağlık Bilimleri	1622	0,376	0,061	153
Mühendislik	4844	0,466	0,182	458
Fen	2771	0,266	0,104	262
Teknoloji	2787	0,268	0,105	263
Hukuk	2153	0,181	0,081	203
İletişim	1326	0,112	0,050	125
İktisadi ve İdari Bilimler	8407	0,707	0,316	794
Toplam	26606		1	2514

3.6. Araştırmanın Değişkenleri

3.6.1. Bağımlı Değişkenler

- Cinsiyet
- Eğitim alınan bölüm
- Annenin öğrenim durumu
- Babanın öğrenim durumu
- Annenin çalışma durumu
- Babanın çalışma durumu
- Aylık toplam hane geliri
- Sigara kullanma durumu
- Alkol kullanma durumu
- Evcil hayvan besleme durumu
- Kendini akıllı telefon bağımlısı olarak görme durumu
- Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinde belirtilen kesme değeriyle belirlenen akıllı telefon bağımlılığı durumu
- Araştırmada elde edilen kesme değeriyle belirlenen akıllı telefon bağımlılığı durumu
- Kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirme durumu

3.6.2. Bağımsız Değişkenler

- Yaş
- Cinsiyet
- Eğitim alınan bölüm

- Eğitim yılı
- Anne öğrenim durumu
- Baba öğrenim durumu
- Anne çalışma durumu
- Baba çalışma durumu
- Aylık toplam hane geliri
- Barınma yeri
- Sigara kullanma durumu
- Alkol kullanma durumu
- Evcil hayvan besleme durumu
- Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği-Kısa form skoru
- Cep telefonu problemleri kullanım ölçeği skoru
- İnternet bağımlılığı ölçeği
- Kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirme durumu
- Akıllı telefonla internete erişim şekli
- İnternet paketi büyüklüğü
- Akıllı telefonu günde ortalama kontrol etme sayısı
- Akıllı telefonla ilgilenme süresi
- Akıllı telefonla en uzun internet kullanma süresi
- Akıllı telefonun diğer özelliklerini en uzun kullanma süresi
- Cep telefonu ile konuşma süresi
- Cep telefonu ile mesajlaşma süresi
- İnternetle tanışma yaşı

- İnternete genellikle bağlanma aracı
- İnternetin kullanım sıklığı
- Haftada internet kullanma süresi
- Sosyal paylaşım hesabı bulunma durumu
- İnterneti en sık kullanım amacı
- Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinde belirtilen kesme değeriyle belirlenen akıllı telefon bağımlılığı durumu
- Araştırmada elde edilen kesme değeriyle belirlenen akıllı telefon bağımlılığı durumu

3.7. Araştırmada Kullanılan Araç-Gereç

a. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların sosyodemografik özellikleri ile cep telefonu, akıllı telefon ve internet kullanım özelliklerini sorgulayan 26 maddelik bir formdur. Formun ilk 14 maddesi katılımcıların sosyodemografik özelliklerini, sonraki 6 madde cep telefonu ve akıllı telefon kullanım özelliklerini ve son 6 maddesi internet kullanım özelliklerini değerlendirmektedir (Ek-1).

b. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Form

Kwon ve arkadaşları akıllı telefon bağımlılığını değerlendirmek üzere başlangıçta 33 soruluk bir ölçek hazırlamışlardır. Sonrasında bu ölçeğin uzun olması, sonuçlarının tutarlı çıkmaması ve kesme puanlarının ortaya konamamış olması nedeni ile 33 sorudan 10 soruyu seçerek daha kısa sürede ve kolay bir şekilde doldurulabilen, kesme puanları ile tanı koyma değeri olan kısa formu geliştirmişlerdir. Kısa formunun Noyan ve arkadaşları tarafından Türkçeye

uyarlanarak 2015 yılında geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Özgün formunun iç tutarlılık ve eş zamanlı geçerliliğinin Cronbach alfa katsayısı 0.911 iken Türkçe uyarlamasının Cronbach alfa katsayısı 0,867’dir (Ek-1).

c. Cep Telefonu Problemlili Kullanım Ölçeği

Augner ve Hacker tarafından Almanca olarak Avusturya’da geliştirilmiştir. Bu ölçek cep telefonunun aşırı kullanımı, cep telefonu ile bazı psikolojik değişkenlerin ilişkisi ve cep telefonunun uzun süreli kullanımına bağlı oluşabilecek olumsuz etkileri ölçmektedir. Bu ölçek “bağımlılık”, “sosyal ilişkiler”, “sonuçlar” olmak üzere üç alt bölümden oluşmaktadır. Bağımlılık ve sosyal ilişkiler bölümünde yer alan her bir madde 0-4 puan (0 = kesinlikle katılmıyorum, 4 = kesinlikle katılıyorum), sonuçlar bölümünde yer alan her bir madde ise 0 (hiç) – 4 (çok sık) puan Likert skalası aracılığı ile puanlandırılmaktadır. Alınan her bir cevabın puanları toplanarak toplam puana ulaşılmaktadır. Ölçeğin tamamı için toplam puan, 0-80 arasında değişmektedir. Yüksek puan almak, kişinin cep telefonunu problemli kullandığını gösterebilir. Tekin ve arkadaşları tarafından 2014 yılında Türkçeye uyarlanarak geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Özgün formunun iç tutarlılık ve eş zamanlı geçerliliğinin Cronbach alfa katsayısı 0.900 iken Türkçe uyarlamasının Cronbach alfa katsayısı 0,854’tür (Ek-1).

d. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

İnternet bağımlılığı ve kullanım özelliklerini ölçmek için Günüş tarafından 2010 yılında Türkçe olarak geliştirilen ve 35 maddeden oluşan İBÖ kullanılmıştır. Ölçek beşli Likert tipindedir ve ölçek maddeleri 5’ten 1’e doğru puanlandırılmıştır. Ölçek puanları 35-175 arasında değişmektedir. Yüksek puanlar bağımlılık

şiddetinin daha fazla olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.94'tür (Ek-1).

3.8. Araştırmanın Uygulama Şekli

Araştırmanın etik komisyon izni ve ilgili fakültelerden öğrencilere anket formunun uygulanmasına dair gerekli izinler alınmış olup Ek-2 ve Ek-3'te sunulmuştur.

Araştırmada kullanılan kişisel bilgi formu Ağustos 2015'te oluşturulduktan sonra 5 – 9 Ekim 2015 tarihleri arasında Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Dönem 6 Halk Sağlığı stajını yapmakta olan 33 öğrenciye ön uygulama yapılmış, aksayan yönler dikkate alınarak anket formu yeniden gözden geçirilmiş, son düzenlemeler yapılmıştır.

Araştırma Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı'nda araştırma görevlisi olan araştırmacı öncülüğünde 29 Şubat - 27 Mayıs 2016 tarihleri arasında daha önce anketler hakkında eğitim verilmiş olan üniversite mezunu 3 kişi tarafından yüz yüze görüşme yöntemi ile araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilere uygulanmıştır.

3.9. Araştırma Takvimi

Tablo 2. Çalışma Takvimi, Temmuz 2015–Ekim 2016

	Temmuz	Ağustos	Eylül	Ekim	Kasım	Aralık	Ocak	Şubat	Mart	Nisan	Mayıs	Haziran	Temmuz	Ağustos	Eylül	Ekim
PLANLAMA AŞAMASI																
Literatür Tarama																
Araştırma Önerisinin Hazırlanması																
UYGULAMA AŞAMASI																
Verilerin Toplanması																
Verilerin Bilgisayara Aktarılması																
ANALİZ AŞAMASI																
Verilerin Analizi (Tablo ve Grafiklerin Oluşturulması)																
Verilerin Yorumu																
RAPOR AŞAMASI																
Tez raporunun hazırlanması																
Tez raporunun sunulması																

3.10. Veri Analizi-İstatistiksel Yöntemler

Araştırma verisi “SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 (SPSS Inc, Chicago, IL)” aracılığıyla bilgisayar ortamına yüklenmiş ve değerlendirilmiştir. Tanımlayıcı istatistikler ortalama±standart sapma, ortanca (en küçük-en büyük), frekans dağılımı ve yüzde olarak sunulmuştur. Kategorik değişkenlerin değerlendirmesinde Pearson Ki-Kare Testi, uygulanmıştır. Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu görsel (histogram ve olasılık grafikleri)

ve analitik yöntemler (Kolmogorov-Smirnov) kullanılarak incelenmiştir. Normal dağılıma uymadığı saptanan değişkenler için iki bağımsız grup arasındaki istatistiksel anlamlılıklarda Mann-Whitney U Testi, üç ve daha fazla bağımsız grup arasında Kruskal Wallis Testi istatistiksel yöntem olarak kullanılmıştır. Üç ve daha fazla bağımsız grup arasında anlamlı fark saptandığında farkın kaynağını saptamaya yönelik Bonferroni Düzeltmesi uygulanmıştır. Yapılan ikili karşılaştırmalarla belirlenen farklı prediktörlerin akıllı telefon bağımlılığını öngörmedeki etkileri çek değişkenli lojistik regresyon analiziyle değerlendirilmiştir. Model uyumu değerlendirmede Hoshmer-Lemeshow testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki Spearman Testi ile değerlendirilmiştir. Korelasyon katsayısına göre ilişki durumu Tablo 3’de sunulmuştur. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Tablo 3. Korelasyon Katsayısına Göre İlişki Durumu¹¹³

Korelasyon Katsayısı	İlişki Durumu
0-0,24	Zayıf ilişki
0,25-0,49	Orta ilişki
0,50-0,74	Güçlü ilişki
0,75-1,00	Çok güçlü ilişki

3.11. Araştırmanın Kısıtlılıkları

Araştırmanın en büyük kısıtlılığı, örneklem hacminin büyük olmasından dolayı üniversite öğrencileriyle psikiyatrik görüşme yapılarak bağımlılık tanısı konamamasıdır.

4. BULGULAR

Araştırmaya Gazi Üniversitesi'ndeki 7 farklı fakültede eğitim almakta olan ve katılmayı kabul eden toplam 2482 lisans öğrencisi dahil edilmiştir. Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin yaş ortalaması $20,70 \pm 2,06$, ortancası 20 (17-31) yıl olup %54,9'u (n=1363) kadın, %45,1'i (n=1119) erkektir ve kadın:erkek oranı 1,2'dir (Tablo 4).

Öğrencilerin %31,8'i (n=788) iktisadi ve idari bilimler fakültesinde, %18,2'si (n=452) mühendislik fakültesinde, %10,4'ü (n=259) teknoloji fakültesinde, yine %10,4'ü (n=258) fen fakültesinde, %10,1'i (n=250) tıp fakültesinde, %8,1'i (n=202) hukuk fakültesinde, %6,1'i (n=151) sağlık bilimleri fakültesinde ve %4,9'u (n=122) iletişim fakültesinde eğitim almaktadır ve eğitim yılı ortalaması $2,67 \pm 1,36$, ortancası 2 (1-7) yıldır (Tablo 4).

Araştırmaya katılan öğrencilerin %35,4'ünün annesi ilkokul, %22,4'ünün (n=555) lise mezunu, %4,6'sının (n=115) ise okuryazar iken %30,3'ünün (n=753) babası yüksekokul ya da üniversite, %28,4'ünün (n=705) lise mezunu, %1,7'sinin (n=42) ise okuryazar değildir. Öğrencilerinin anne ve babalarının çalışma durumuna bakılacak olursa, %23,8'inin (n=591) annesi aktif olarak gelir getiren bir işte çalışmaktayken %8,2'sinin (n=204) babası çalışmamaktadır. Öğrencilerin %27,5'inin (n=683) aylık toplam hane geliri 2001-300 TL, %26,7'sinin (n=663) 1001-2000 TL arasındayken %11,4'ünün (n=283) 1000 TL ve daha az, %10,2'sinin (n=252) ise 5000 TL'nin üzerindedir (Tablo 4).

Araştırmaya katılan öğrencilerin %30,3'ü (n=751) ailesiyle birlikte kalırken %26,2'si (n=651) Kredi ve Yurtlar Kurumu Yurdu'nda (KYK), %21,6'sı (n=537)

arkadaşıyla evde ve %18,4'ü (n=456) özel yurttaki kaldığını ifade etmiştir. Öğrencilerin %21,7'si (n=539) sigara ve %19,0'ı (n=472) alkol kullandığını belirtirken %6,6'sı (n=164) herhangi bir evcil hayvan beslemektedir (Tablo 4).

Araştırmaya dahil edilen üniversite öğrencilerinin cep telefonu ve akıllı telefona sahip olma durumu ile kullanım özellikleri Tablo 5'te sunulmuştur.

Üniversite öğrencilerinin %98,6'sının (n=2447) cep telefonu mevcutken %1,4'ü (n=35) cep telefonu olmadığını belirtmiştir. Cep telefonu olan öğrencilerin %98,8'i telefonunun internete bağlanabilme, oyun oynayabilme, çeşitli uygulamaları çalıştırabilme gibi akıllı telefon özelliklerine sahip olduğunu ifade etmiştir.

Akıllı telefonu olan 2418 öğrenciye internete erişim şekli sorulduğunda %6,1'i (148) sadece internet paketinden, %8,4'ü (n=204) Wi-Fi ile geriye kalan %85,4'ü (n=2066) ise her ikisi ile internete bağlandığını belirtmiştir. İnternet paketi olan 2214 öğrencinin paket büyüklüğü ortancası 2 (0,5-9) gigabyte (GB)'tır. Akıllı telefonu olan üniversite öğrencileri günde kontrol etme sayısı ortancası 30 (5-1000)'dür. Günde ortalama akıllı telefonla ilgilenme süresi ortancası 3 (0,5-15) saat iken akıllı telefon ile en uzun internet kullanma süresi ortancası 60 (5-600) dakika, akıllı telefonun oyun, uygulama çalıştırma gibi diğer özelliklerini kullanma süresi ortancası 120 (5-780) dakikadır. Katılımcıların günde ortalama cep telefonu ile konuşma süresi ortancası 30 (5-300) dakika iken mesajlaşma süresi ortancası 40 (5-420) dakikadır.

Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinin Bazı Tanımlayıcı Özellikleri

(n=2482)	Sayı (%)
Yaş (yıl)	
$\bar{X} \pm S$	20,70 $\pm$ 2,06
Medyan (min-maks)	20 (17-31)
Cinsiyet	
Erkek	1119 (45,1)
Kadın	1363 (54,9)
Fakülte	
İktisadi ve idari bilimler	788 (31,8)
Mühendislik	452 (18,2)
Teknoloji	259 (10,4)
Fen	258 (10,4)
Tıp	250 (10,1)
Hukuk	202 (8,1)
Sağlık bilimleri	151 (6,1)
İletişim	122 (4,9)
Eğitim Yılı	
$\bar{X} \pm S$	2,67 $\pm$ 1,36
Medyan (min-maks)	2 (1-7)
Anne Öğrenim Durumu	
Okuryazar değil	176 (7,1)
Okuryazar	115 (4,6)
İlkokul	878 (35,4)
Ortaokul	432 (17,4)
Lise	555 (22,4)
Yüksekokul/Üniversite	326 (13,1)
Baba Öğrenim Durumu	
Okuryazar değil	42 (1,7)
Okuryazar	57 (2,3)
İlkokul	525 (21,2)
Ortaokul	400 (16,1)
Lise	705 (28,4)
Yüksekokul/Üniversite	753 (30,3)
Annenin Çalışma Durumu	
Çalışmıyor	1891 (76,2)
Çalışıyor	591 (23,8)
Babanın Çalışma Durumu	
Çalışmıyor	204 (8,2)
Çalışıyor	2278 (91,8)
Aylık Toplam Hane Geliri	
$\leq$ 1000 TL	283 (11,4)
1001-2000 TL	663 (26,7)
2001-3000 TL	683 (27,5)
3001-5000 TL	601 (24,2)
>5000 TL	252 (10,2)
Sigara Kullanma Durumu	
Kullanmıyor	1943 (78,3)
Kullanıyor	539 (21,7)
Alkol Kullanma Durumu	
Kullanmıyor	2010 (81,0)
Kullanıyor	472 (19,0)
Barınma Yeri	
Ailesiyle evde	751 (30,3)
KYK yurdunda	651 (26,2)
Özel yurttta	456 (18,4)
Arkadaşıyla evde	537 (21,6)
Diğer	87 (2,5)
Evcil Hayvan Besleme Durumu	
Beslemiyor	2318 (93,4)
Besliyor	164 (6,6)

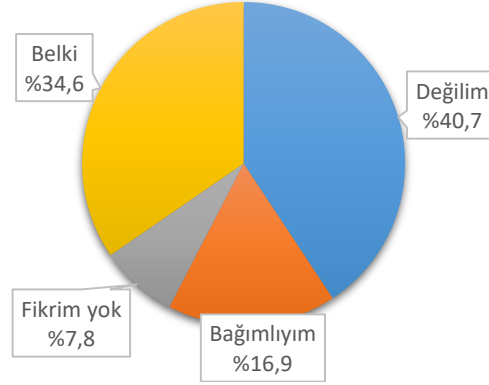
$\bar{X}$: Ortalama; S: Standart sapma; %: Yüzde

Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Cep Telefonu ve Akıllı Telefona Sahip Olma Durumu ile Kullanım Özellikleri

(n=2482)	Sayı (%)
Cep Telefonuna Sahip Olma Durumu	
Sahip değil	35 (1,4)
Sahip	2447 (98,6)
Akıllı Telefona Sahip Olma Durumu (n=2447)	
Sahip değil	29 (1,2)
Sahip	2418 (98,8)
Akıllı Telefonla İnternete Erişim Şekli (n=2418)	
Sadece İnternet paketi	148 (6,1)
Sadece Wi-Fi	204 (8,4)
Her ikisi	2066 (85,4)
İnternet Paketi Büyüklüğü (GB) (n=2214)	
$\bar{X} \pm S$	2,24±1,14
Medyan (min-maks)	2 (0,5-9)
Akıllı Telefonu Kontrol Etme Sayısı (kez/gün) (n=2418)	
$\bar{X} \pm S$	72,04±131,28
Medyan (min-maks)	30 (5-1000)
Akıllı Telefonla İlgilenme Süresi (saat/gün) (n=2418)	
$\bar{X} \pm S$	4,01±2,94
Medyan (min-maks)	3 (0,5-15)
Akıllı Telefon ile En Uzun İnternet Kullanma Süresi (dk) (n=2418)	
$\bar{X} \pm S$	119,42±104,62
Medyan (min-maks)	60 (5-600)
Akıllı Telefonun Diğer Özelliklerini En Uzun Kullanma Süresi (dk) (n=2418)	
$\bar{X} \pm S$	143,61±151,34
Medyan (min-maks)	120 (5-780)
Cep Telefonuyla Konuşma Süresi (dk/gün)	
$\bar{X} \pm S$	54,10±62,16
Medyan (min-maks)	30 (5-300)
Cep Telefonuyla Mesajlaşma Süresi (dk/gün)	
$\bar{X} \pm S$	82,95±106,22
Medyan (min-maks)	40 (5-420)

%%: Yüzde

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerine kendilerini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirip değerlendirmedikleri sorulduğunda alınan cevapların %40,7'si (n=983) “değilim”, %34,6'sı (n=837) “belki”, %7,8'i (n=189) “fikrim yok” iken %16,9'u (n=409) “bağımlıyım” şeklinde olmuştur (Şekil 3).



Şekil 3. Kendini Akıllı Telefon Bağımlısı Olarak Değerlendirme Durumu

Üniversite öğrencilerinin internet kullanma durumları ve kullanım özellikleri Tablo 6’da sunulmuştur.

Katılımcıların %0,4’ü (n=11) düzenli olarak internet kullanmadığını belirtmiştir. Düzenli olarak internet kullandığını ifade eden 2471 (%99,6) üniversite öğrencisinin internetle tanışma yaşı ortancası 13 (5-24) yıldır. İnternet kullanan öğrenciler %78,3 ile (n=1935) en sık telefondan internete bağlanırken bunu %20,4 (n=503) ile bilgisayar ve %1,1 (n=26) ile tablet takip etmektedir. Üniversite öğrencilerine internet kullanım sıklıkları sorulduğunda %93,7’si (n=2315) “hergün” cevabını vermiştir. Katılımcıların haftada internet kullanım süresi ortancası 14 (1-84) saattir. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin %92,9’u (n=2296) herhangi bir sosyal paylaşım ağı hesabı olduğunu belirtmiştir. Bunların %89,7’si (n=2059) facebookta, %73,2’si (n=1681) instagramda, %57,8’i (n=1327) twitterda ve %15,7’si (n=360) diğer sosyal paylaşım ağı hesaplarından herhangi birisinde hesabı olduğunu ifade etmiştir. Üniversite öğrencileri interneti en sık

kullanım amacı olarak %49,3 (n=1217) ile sosyal medya takibi olduğunu belirtmiştir.

Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanma Durumları ve Kullanım Özellikleri

	Sayı (%)
Düzenli Olarak İnternet Kullanma Durumu (n=2482)	
Kullanmıyor	11 (0,4)
Kullanıyor	2471 (99,6)
İnternetle Tanışma Yaşı (n=2471)	
$\bar{X} \pm S$	13,68 $\pm$ 3,69
Medyan (min-maks)	13 (5-24)
İnternete Genellikle Bağlanma Aracı (n=2471)	
Telefon	1935 (78,3)
Bilgisayar	503 (20,4)
Tablet	26 (1,1)
Diğer	7 (0,3)
İnterneti Kullanma Sıklığı (n=2471)	
Hergün	2315 (93,7)
Daha seyrek	156 (6,3)
Haftada İnternet Kullanma Süresi (saat) (n=2471)	
$\bar{X} \pm S$	21,13 $\pm$ 21,35
Medyan (min-maks)	14 (1-84)
Sosyal Paylaşım Hesabı Bulunma Durumu (n=2471)	
Yok	175 (7,1)
Var	2296 (92,9)
Facebook	2059 (89,7)
İnstagram	1681 (73,2)
Twitter	1327 (57,8)
Diğer*	360 (15,7)
İnterneti En Sık Kullanım Amacı (n=2471)	
Sosyal medya takibi	1217 (49,3)
Müzik/Film/Video	599 (24,2)
Bilimsel araştırma	328 (13,3)
Oyun	180 (7,3)
Elektronik posta kontrolü	93 (3,8)
Diğer	54 (2,2)

%%: Yüzde; *Google plus, Scorp, Snapchat, Swarm, Tumblr, Linked-in

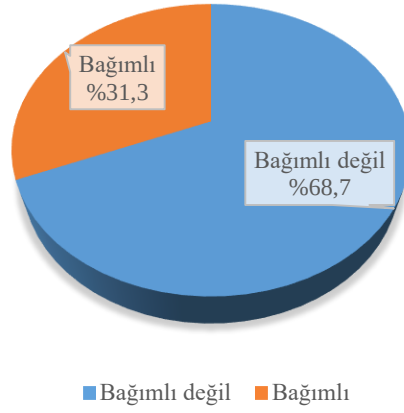
Tablo 7. Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Ölçek Skorları

	n	$\bar{X} \pm S$	Medyan (min-maks)
ATBÖ-KF	2418	27,68±11,13	26 (10-60)
CTPKÖ	2447	31,56±12,43	31 (3-80)
İBÖ	2471	86,32±31,09	82 (35-175)

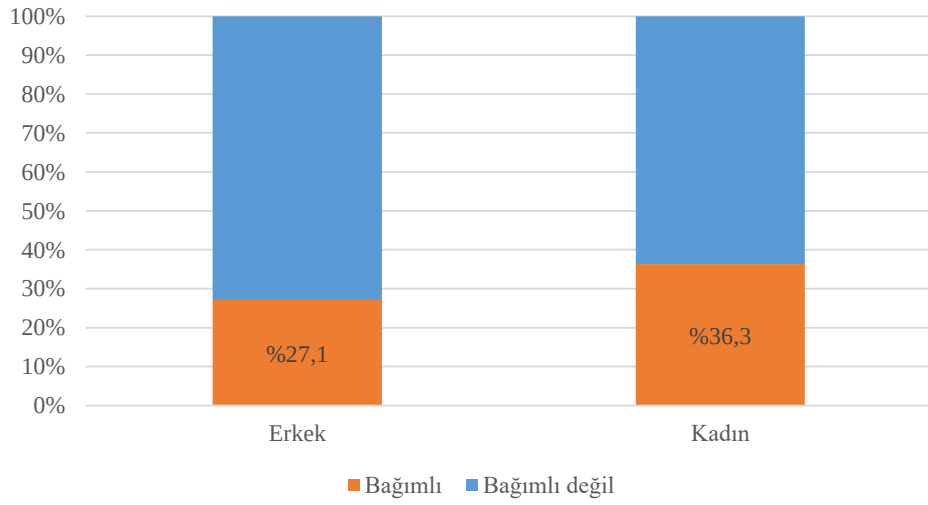
$\bar{X}$: Ortalama; S: Standart sapma; ATBÖ-KF: Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği-Kısa form; CTPKÖ: Cep telefonu problemlili kullanım ölçeği; İBÖ: İnternet bağımlılığı ölçeği

Araştırma kapsamında incelenen üniversite öğrencilerine akıllı telefon bağımlılığı ölçeği kısa form (ATBÖ-KF), cep telefonu problemlili kullanım ölçeği (CTPKÖ) ve internet bağımlılığı ölçeği (İBÖ) olmak üzere toplam 3 ölçek uygulanmıştır. Tablo 7’de uygulanan ölçek skorları sunulmuştur.

Buna göre ATBÖ-KF skoru ortancası 26 (10-60), CTPKÖ skoru ortancası 31 (3-80) iken İBÖ skoru ortancası 82 (35-175)’tir. Ölçek gelişme çalışmasında; Kore toplumu için, erkeklerde 31 ve üzeri, kadınlarda ise 33 ve üzeri skor alanların muhtemel bağımlı oldukları belirtilmiştir. Bu kesme puanları kullanılarak üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı prevalansı %31,3 olup erkeklerde %27,1, kadınlarda ise %36,3’tür (Şekil 4,5).



Şekil 4. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Forma Göre Öğrencilerin Bağımlılık Durumu



Şekil 5. Cinsiyete Göre Akıllı Telefon Bağımlılık Durumu

Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Bazı Tanımlayıcı Özelliklerine ve Kendini Akıllı Telefon Bağımlısı Olarak Değerlendirme Durumuna Göre Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Form, Cep Telefonu Problemlı Kullanım Ölçeği ve İnternet Bağımlılığı Ölçeği Skorunun Dağılımı

	ATBÖ-KF			CTPKÖ			İBÖ		
	n	$\bar{X} \pm S$	Medyan (min-maks)	n	$\bar{X} \pm S$	Medyan (min-maks)	n	$\bar{X} \pm S$	Medyan (min-maks)
Cinsiyet									
Erkek	1087	25,66±10,88	25 (10-60)	1100	30,20±13,17	30 (3-80)	1110	90,70±33,34	84 (35-175)
Kadın	1331	29,32±11,06	29 (10-60)	1347	32,67±11,67	32 (3-80)	1361	82,75±28,66	78 (35-175)
p			<0,001			<0,001			<0,001
Bölüm									
Sağlık Bilimleri	387	28,49±11,37	28 (10-60)	391	32,51±12,41	32 (4-80)	400	84,93±29,43	83 (35-175)
Fen Bilimleri	942	26,36±10,69	25 (10-60) ^{a,c}	956	30,38±12,46	30 (3-80) ^{a,c}	962	88,63±32,93	83 (35-175)
Sosyal Bilimler	1089	28,53±11,30	27 (10-60)	1100	32,25±12,34	32 (3-80)	1109	84,82±29,93	80 (35-175)
p			<0,001			<0,001			0,070
Anne Öğrenim Durumu*									
En fazla ilkokul	1132	27,43±10,72	26 (10-60)	1151	30,80±11,76	31 (3-80)	1164	86,15±30,75	83 (35-175)
Ortaokul	425	29,35±11,22	29 (10-60) ^{1,3}	426	33,45±13,22	34 (4-76) ^{1,3}	431	88,80±31,62	84 (35-175)
Lise	542	26,89±11,36	26 (10-60)	548	31,25±12,99	31 (3-72)	552	84,52±31,95	79 (35-175)
YO/Üniversite	319	27,66±11,82	26 (10-60)	322	32,32±12,44	32 (3-80)	324	86,72±30,02	82 (37-172)
p			0,002			0,001			0,086
Baba Öğrenim Durumu*									
En fazla ilkokul	608	27,27±10,56	27 (10-60)	611	30,96±12,35	31 (8-75)	619	85,61±29,67	83 (35-175)
Ortaokul	389	28,68±11,48	27 (10-60)	396	31,25±12,32	31 (4-80)	400	87,04±33,31	78,5 (35-175)
Lise	685	27,54±11,30	26 (10-60)	696	32,50±12,70	32 (3-80)	703	86,32±32,07	83 (35-175)
YO/Üniversite	736	27,60±11,22	26 (10-60)	744	31,33±12,26	31 (3-80)	749	86,52±30,12	82 (36-175)
p			0,358			0,110			0,915
Anne Çalışma Durumu									
Çalışmıyor	1833	27,54±11,05	26 (10-60)	1860	31,06±12,41	31 (3-80)	1881	86,15±31,22	81 (35-175)
Çalışıyor	585	28,11±11,36	27 (10-60)	587	33,15±12,34	32 (3-80)	590	86,88±30,71	83 (35-175)
p			0,375			0,001			0,470
Baba Çalışma Durumu									
Çalışmıyor	194	26,07±9,35	25 (10-60)	200	30,77±11,56	33 (3-72)	204	86,05±29,90	79 (35-174)
Çalışıyor	2224	27,82±11,26	26 (10-60)	2247	31,63±12,50	31 (3-80)	2267	86,35±31,20	82 (35-175)
p			0,074			0,655			0,620

ATBÖ-KF: Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği-Kısa form; CTPKÖ: Cep telefonu problemlı kullanım ölçeği; İBÖ: İnternet bağımlılığı ölçeği; $\bar{X}$: Ortalama; S: Standart sapma

*Okur yazar olmayanlar, okuryazar olanlar ve ilkokul mezunları birleştirilerek “en fazla ilkokul” mezunu olarak adlandırılmıştır

aPost-hoc ikili karşılaştırmada “sağlık bilimleri” ile istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0,017); cPost-hoc ikili karşılaştırmada “sosyal bilimler” ile istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0,017)

1Post-hoc ikili karşılaştırmada “en fazla ilkokul” mezunlarıyla istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0,008); 3Post-hoc ikili karşılaştırmada “lise” mezunlarıyla istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0,008)

Tablo 8 (Devamı). Üniversite Öğrencilerinin Bazı Tanımlayıcı Özelliklerine ve Kendini Akıllı Telefon Bağımlısı Olarak Değerlendirme Durumuna Göre Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Form, Cep Telefonu Problemlili Kullanım Ölçeği ve İnternet Bağımlılığı Ölçeği Skorunun Dağılımı (Devam)

	ATBÖ-KF			CTPKÖ			İBÖ		
	n	$\bar{X} \pm S$	Medyan (min-maks)	n	$\bar{X} \pm S$	Medyan (min-maks)	n	$\bar{X} \pm S$	Medyan (min-maks)
Aylık Hane Geliri#									
≤1000 TL	274	26,11±11,12	24 (10-60) ^{c,d}	282	30,43±13,72	28 (8-80) ^c	283	87,72±33,94	80 (39-175)
1001-3000 TL	1307	27,38±11,03	26 (10-60)	1321	30,76±11,89	31 (3-75)	1338	85,51±30,80	81 (35-175)
3001-5000 TL	590	28,47±10,82	28 (10-60)	596	33,54±12,61	33 (3-72)	599	86,05±28,94	83 (35-175)
>5000 TL	247	29,11±12,11	28 (10-60)	248	32,35±12,72	32 (3-80)	251	89,72±34,03	87 (37-175)
p			0,001			<0,001			0,276
Sigara Kullanma Durumu									
Kullanmıyor	1896	27,61±10,98	26 (10-60)	1922	31,30±11,85	31 (3-80)	1937	84,54±29,70	81 (35-175)
Kullanıyor	522	27,91±11,64	26 (10-60)	525	32,50±14,32	33 (3-80)	534	92,77±34,97	91 (35-175)
p			0,654			0,070			<0,001
Alkol Kullanma Durumu									
Kullanmıyor	1960	28,02±11,13	27 (10-60)	1987	31,59±12,46	31 (3-80)	2003	86,11±30,88	82 (35-175)
Kullanıyor	458	26,20±11,01	24 (10-60)	460	31,43±12,28	32 (6-80)	468	87,24±31,99	82 (36-175)
p			0,052			0,906			0,625
Evcil Hayvan Besleme Durumu									
Beslemiyor	2260	27,81±11,07	26 (10-60)	2287	31,56±12,41	31 (3-80)	2308	86,27±30,56	82 (35-175)
Besliyor	158	25,75±11,80	24 (10-60)	160	31,61±12,68	30 (10-80)	163	87,01±38,01	82 (35-170)
p			0,006			0,696			0,421
Kendini Akıllı Telefon Bağımlısı Olarak Görme Durumu									
Değilim	983	21,40±8,99	20 (10-60) ^{2,3,4}	983	25,90±10,44	25 (3-80) ^{2,3,4}	983	84,06±35,92	76 (35-175)
Fikrim yok	189	27,60±8,74	27 (10-58) ^{3,4}	189	30,24±9,82	31 (9-28) ^{3,4}	189	85,31±29,18	78 (36-175)
Belki	837	29,86±9,16	30 (10-60) ⁴	837	33,77±10,78	34 (4-80) ⁴	837	85,15±25,66	83 (35-175)
Bağımlıyım	409	38,32±10,65	38 (10,60)	409	41,96±12,95	42 (10-80)	409	95,62±26,66	93 (35-175) ^{1,2,3}
p			<0,001			<0,001			<0,001

ATBÖ-KF: Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği-Kısa form; CTPKÖ: Cep telefonu problemlili kullanım ölçeği; İBÖ: İnternet bağımlılığı ölçeği; $\bar{X}$: Ortalama; S: Standart sapma

#Aylık geliri 1001-200 TL ve 2001-300 TL arasında olanlar birleştirilerek “1001-3000 TL” olarak adlandırılmıştır

cPost-hoc ikili karşılaştırmada “3001-5000 TL” aylık geliri olanlarla istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0,008); dPost-hoc ikili karşılaştırmada “>5000 TL” aylık geliri olanlarla istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0,008)

1Post-hoc ikili karşılaştırmada “değilim” cevabını verenlerle istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0,008); 2Post-hoc ikili karşılaştırmada “fikrim yok” cevabını verenlerle istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0,008); 3Post-hoc ikili karşılaştırmada “belki” cevabını verenlerle istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0,008); 4Post-hoc ikili karşılaştırmada “bağımlıyım” cevabını verenlerle istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (p<0,008)

Üniversite öğrencilerinin bazı tanımlayıcı özelliklerine ve kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirme durumuna göre ATBÖ-KF, CTPKÖ ve İBÖ skorunun dağılımı tablo 8’de sunulmuştur.

Araştırma kapsamında incelenen üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri arasında ATBÖ-KF skoru, CTPKÖ skoru ve İBÖ skoru açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Kadın üniversite öğrencilerinin ATBÖ-KF ve CTPKÖ skoru erkeklerden anlamlı olarak yüksekken İBÖ skoru anlamlı olarak düşüktür.

Ayrıca öğrencilerin eğitim aldıkları bölümler, anne öğrenim durumu ve aylık toplam hane gelirleri arasında ATBÖ-KF ve CTPKÖ skoru açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanırken ($p<0,05$) İBÖ skoru açısından anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0,05$). Yapılan post-hoc ikili karşılaştırmalar sonucu eğitim aldıkları bölümdeki anlamlı farkların fen bilimlerinde eğitim alanlardan kaynaklandığı, anne öğrenim durumundaki anlamlı farkların ortaokul mezunlarıyla en fazla ilkokul mezunları arasında ve ortaokul mezunlarıyla lise mezunları arasında olduğu, aylık toplam hane gelirindeki anlamlı farkların ise; ATBÖ-KF skoru için 1000 TL’nin altında geliri olanlarla 3001-5000 TL arasında ve 5000 TL’den daha fazla geliri olanlar arasında olduğu, CTPKÖ skoru için 1000 TL’nin altında geliri olanlarla 3001-5000 TL arasında geliri olanlar arasında olduğu görülmüştür. Fen bilimlerinde eğitim alan üniversite öğrencilerinin ATBÖ-KF ve CTPKÖ skoru diğer bölümlerde eğitim alanlardan anlamlı olarak düşükken annesi ortaokul mezunu olan öğrencilerin ATBÖ-KF ve CTPKÖ skoru annesi en fazla ilkokul ve annesi lise mezunu olanlardan anlamlı olarak yüksek, aylık toplam hane

geliri 1000 TL’den daha az olan öğrencilerin ATBÖ-KF skoru aylık geliri 3001-5000 TL arasında olanlardan ve 5000 TL’den daha fazla olanlardan anlamlı olarak düşük, CTPKÖ skoru ise sadece 3001-5000 TL aylık geliri olanlardan anlamlı olarak düşüktür.

Üniversite öğrencilerinin kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirme durumuna göre ATBÖ-KF, CTPKÖ ve İBÖ skoru açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Yapılan post-hoc ikili karşılaştırmalar sonucu İBÖ skorundaki anlamlı farkın kendini “bağımlı” olarak değerlendirenlerden kaynaklandığı, ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorlarındaki anlamlı farkın ise birden fazla gruptan kaynaklandığı görülmüştür. Kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendiren üniversite öğrencilerinin İBÖ skoru diğerlerinden anlamlı olarak yüksektir.

Sigara kullanan ve kullanmayan öğrenciler arasında İBÖ skor açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanırken ($p<0,05$), ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları açısından anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0,05$). Sigara kullanan üniversite öğrencilerinin İBÖ toplam skoru kullanmayanlardan anlamlı olarak yüksektir.

Evcil hayvan besleme durumuna göre ise ATBÖ-KF skoru açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanırken ($p<0,05$) CTPKÖ ve İBÖ skorları benzerdir ($p>0,05$). Evcil hayvan besleyen öğrencilerin ATBÖ-KF skoru kullanmayanlardan ve beslemeyenlerden anlamlı olarak düşüktür.

Baba öğrenim ve çalışma durumları ile alkol kullanma durumuna göre uygulanan ölçek skorları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Tanımlayıcı Özelliklerine Göre Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinde Belirtilen Kesme Değeriyle Belirlenen Bağımlılık Durumunun Dağılımı

	Bağımlı Değil (n=1640)	Bağımlı (n=778)	P
	Sayı (%*)	Sayı (%*)	
Yaş (yıl)			
$\bar{X} \pm S$	20,84 $\pm$ 2,16	20,41 $\pm$ 1,80	0,052
Medyan (min-maks)	20 (17-31)	20 (18-29)	
Cinsiyet			
Erkek	792 (72,9)	295 (27,1)	<0,001
Kadın	848 (63,7)	483 (36,3)	
Bölüm			
Sağlık bilimleri	247 (63,8)	140 (36,2)	<0,001
Fen Bilimleri	685 (72,7)	257 (27,3)	
Sosyal bilimler	708 (65,0)	381 (35,0)	
Eğitim Yılı			
$\bar{X} \pm S$	2,72 $\pm$ 1,40	2,58 $\pm$ 1,26	0,081
Medyan (min-maks)	2 (1-7)	2 (1-7)	
Anne Öğrenim Durumu**			
En fazla ilkokul	784 (69,3)	348 (30,7)	0,002
Ortaokul	256 (60,2)	169 (39,8)	
Lise	384 (70,8)	158 (29,2)	
Yüksekokul/Üniversite	216 (67,7)	103 (32,3)	
Baba Öğrenim Durumu**			
En fazla ilkokul	417 (68,6)	191 (31,4)	0,482
Ortaokul	254 (65,3)	135 (34,7)	
Lise	458 (66,9)	227 (33,1)	
Yüksekokul/Üniversite	511 (69,4)	225 (30,6)	
Annenin Çalışma Durumu			
Çalışmıyor	1251 (68,2)	582 (31,8)	0,429
Çalışıyor	389 (66,5)	196 (33,5)	
Babanın Çalışma Durumu			
Çalışmıyor	148 (76,3)	46 (23,7)	0,009
Çalışıyor	1492 (67,1)	732 (32,9)	
Aylık Toplam Hane Geliri#			
≤1000 TL	196 (71,5)	78 (28,5)	0,015
1001-3000 TL	908 (69,5)	399 (30,5)	
3001-5000 TL	370 (62,7)	220 (37,3)	
>5000 TL	166 (67,2)	81 (32,8)	
Sigara Kullanma Durumu			
Kullanmıyor	1291 (68,1)	605 (31,9)	0,594
Kullanıyor	349 (66,9)	173 (33,1)	
Alkol Kullanma Durumu			
Kullanmıyor	1317 (67,2)	643 (32,8)	0,170
Kullanıyor	323 (70,5)	135 (29,5)	
Barınma Yeri			
Ailesiyle evde	481 (65,7)	251 (34,3)	0,059
KYK yurdunda	400 (63,6)	229 (36,4)	
Özel yurttta	323 (71,3)	130 (28,7)	
Arkadaşıyla evde	371 (71,8)	146 (28,2)	
Diğer	65 (74,7)	22 (25,3)	
Evcil Hayvan Besleme Durumu			
Beslemiyor	1516 (67,1)	744 (32,9)	0,003
Besliyor	124 (78,5)	34 (21,5)	

$\bar{X}$: Ortalama; S: Standart sapma; *Satır yüzdesi; **Okur yazar olmayanlar, okuryazar olanlar ve ilkokul mezunları birleştirilerek “en fazla ilkokul” mezunu olarak adlandırılmıştır; #Aylık geliri 1001-200 TL ve 2001-300 TL arasında olanlar birleştirilerek “1001-3000 TL” olarak adlandırılmıştır

Üniversite öğrencilerinin tanımlayıcı özelliklerine göre akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinde belirtilen kesme değeriyle belirlenen bağımlılık durumunun dağılımı Tablo 9’da sunulmuştur.

Araştırmaya dahil edilen erkek üniversite öğrencilerinin %27,1’i (n=295) ATBÖ-KF’a göre akıllı telefon bağımlıyken kadınların %36,3’ü (n=483) bağımlıdır. Cinsiyete göre akıllı telefon bağımlılığı durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Kadın üniversite öğrencileri içinde akıllı telefon bağımlısı olanların yüzdesi erkeklerden anlamlı olarak yüksektir.

Üniversite öğrencilerinden tıp ve sağlık bilimleri fakültelerinde eğitim alanlar sağlık bilimleri, mühendislik, fen ve teknoloji fakültelerinde eğitim alanlar fen bilimleri ve hukuk, iletişim ve iktisadi-idari bilimler fakültesinde eğitim alanlar sosyal bilimler olarak gruplanmıştır. Buna göre sağlık bilimlerinde eğitim alan üniversite öğrencilerinin %36,2’si (n=140), sosyal bilimlerde eğitim alanların %35,0’ı (n=381) akıllı telefon bağımlıyken fen fakültesinde eğitim alanların %27,3’ü (n=256) ATBÖ-KF’a göre bağımlı olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin eğitim aldığı bölümlere göre akıllı telefon bağımlılığı durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Fen bilimlerinde eğitim alanlar içinde akıllı telefon bağımlısı olanların yüzdesi sağlık ve sosyal bilimlerden anlamlı olarak düşüktür.

Araştırmaya dahil edilen öğrencilerden annesi en fazla ilkokul mezunu olanların %30,7’si (n=348), lise mezunu olanların %29,2’si (n=158), yüksek okul ya da üniversite mezunu anların %32,3’ü (n=103) akıllı telefon bağımlıyken ortaokul mezunu olanların %39,8’i (n=169) bağımlıdır. Üniversite öğrencilerinin

annelerinin öğrenim durumuna göre akıllı telefon bağımlılığı durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Annesi ortaokul mezunu olanlar içinde akıllı telefon bağımlısı olanların yüzdesi annesi en fazla ilkokul, lise, yüksekokul ya da üniversite mezunu olanlardan anlamlı olarak yüksektir.

Babası gelir getiren bir işte çalışan üniversite öğrencilerinin %32,9'unda ($n=732$) akıllı telefon bağımlılığı görülürken babası çalışmayanların %23,7'sinin ($n=46$) bağımlı olduğu görülmüştür. Babanın çalışma durumuna göre akıllı telefon bağımlılığı durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Babası çalışanlar içinde akıllı telefon bağımlısı olanların yüzdesi çalışmayanlardan anlamlı olarak yüksektir.

Aylık toplam hane geliri 1000 TL ve daha az olanların %28,5'i ($n=78$), 1001-3000 TL arasında olanların %30,5'i ($n=399$), 5000 TL'den fazla olanların %32,8'i ($n=81$) akıllı telefon bağımlısıyken 3001-5000 TL arasında olanların %37,3'ü ($n=220$) bağımlıdır. Aylık toplam hane gelirine göre akıllı telefon bağımlılığı durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Aylık toplam hane geliri 3001-5000 TL arasında olanlar içinde akıllı telefon bağımlısı olanların yüzdesi diğer gelir gruplarından anlamlı olarak yüksektir.

Evcil hayvan besleyen üniversite öğrencilerinin %21,5'inde ($n=34$) akıllı telefon bağımlılığı görülürken beslemeyenlerin %32,9'unda ($n=744$) görülmüştür. Evcil hayvan besleme durumuna göre akıllı telefon bağımlılığı durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Evcil hayvan besleyen üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı görülenlerin yüzdesi beslemeyenlerden anlamlı olarak düşüktür.

Üniversite öğrencilerinin babalarının öğrenim durumu, annelerinin çalışma durumu, sigara ve alkol kullanma durumu ile barınma yerlerine göre akıllı telefon bağımlılığı durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0,05$). Ayrıca akıllı telefon bağımlısı olanlarla olmayanlar arasında yaş ve eğitim yılı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinde Belirtilen Kesme Değeriyle Belirlenen Bağımlılık Durumuna Göre Akıllı Telefon Kullanım Özelliklerinin Dağılımı

(n=2418)	Bağımlı Değil (n=1640)		Bağımlı (n=778)		p
Akıllı Telefonla İnternete Erişim Şekli					
Sadece İnternet paketi	94 (63,5)		54 (36,5)		0,185
Sadece Wi-Fi	148 (72,5)		56 (27,5)		
Her ikisi	1398 (67,7)		668 (32,3)		
İnternet Paketi Büyüklüğü (GB) (n=2214)	2,18±1,10	2 (0,5-9)	2,36±1,19	2 (1-8)	0,001
Akıllı Telefonu Kontrol Etme Sayısı (kez/gün)	60,89±107,70	30 (2-1000)	95,54±167,94	50 (6-1000)	<0,001
Akıllı Telefonla İlgilenme Süresi (saat/gün)	3,54±2,72	3 (0,5-15)	4,98±3,15	4 (1-14)	<0,001
Akıllı Telefon ile En Uzun İnternet Kullanma Süresi (dk)	109,25±96,29	60 (5-600)	140,86±117,54	120 (5-600)	<0,001
Akıllı Telefonun Diğer Özelliklerini En Uzun Kullanma Süresi (dk/gün)	129,02±139,77	60 (5-780)	174,36±169,25	120 (5-780)	<0,001
Cep Telefonuyla Konuşma Süresi (dk/gün)	50,05±57,59	30 (5-300)	62,74±70,19	40 (5-300)	<0,001
Cep Telefonuyla Mesajlaşma Süresi (dk/gün)	70,92±91,31	30 (5-420)	108,78±128,99	60 (5-420)	<0,001

Sürekli değişkenler "ortalama±standart sapma" ve "medyan (min-maks)", kategorik değişkenler "sayı (satır yüzdesi)" şeklinde sunulmuştur.

Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinde belirtilen kesme değeriyle belirlenen bağımlılık durumuna akıllı telefon kullanım özelliklerinin dağılımı Tablo 10'da sunulmuştur.

Araştırmaya dahil edilen üniversite öğrencilerinden akıllı telefon bağımlısı olanlarla olmayanlar arasından internet paketi büyüklüğü, akıllı telefonu günde

kontrol etme sayısı, akıllı telefonla ilgilenme süresi, akıllı telefonla en uzun internet kullanma süresi, akıllı telefonun diğer özelliklerini en uzun kullanma süresi, cep telefonuyla konuşma ve mesajlaşma süresi açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Akıllı telefon bağımlısı olan üniversite öğrencilerinin bahsedilen değerleri bağımlı olmayanlardan anlamlı olarak yüksektir.

Akıllı telefonla internete erişim şekline göre akıllı telefon bağımlılığı durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0,05$).

Üniversite öğrencilerinin internet kullanım özelliklerine göre akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinde belirtilen kesme değeriyle belirlenen bağımlılık durumunun dağılımı Tablo 8’de sunulmuştur.

Öğrencilerin internete genellikle bağlanma aracına, internet kullanım sıklığına, sosyal paylaşım hesabı bulunma durumuna ve interneti en sık kullanım amacına göre akıllı telefon bağımlılığı durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). İnternete genellikle telefonla bağlananlar içinde, sosyal paylaşım hesabı olanlar içinde ve interneti hergün kullananlar içinde akıllı telefon bağımlısı olanların yüzdesi diğerlerinden anlamlı olarak yüksekken interneti en sık bilimsel araştırma amaçlı kullananların yüzdesi anlamlı olarak düşüktür. Ayrıca bağımlılık durumları arasında haftada internet kullanma süresi açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Akıllı telefon bağımlısı olanların haftada ortalama internet kullanma süresi olmayanlardan anlamlı olarak yüksektir.

Akıllı telefon bağımlılığı durumları arasında internetle tanışma yaşı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanım Özelliklerine Göre Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinde Belirtilen Kesme Değeriyle Belirlenen Bağımlılık Durumunun Dağılımı

	Bağımlı Değil (n=1640)	Bağımlı (n=778)	p
	Sayı (%*)	Sayı (%*)	
İnternetle Tanışma Yaşı			
$\bar{X} \pm S$	13,75±3,73	13,65±3,62	0,379
Medyan (min-maks)	14 (5-24)	13 (6-23)	
İnternete Genellikle Bağlanma Aracı			
Telefon	1237 (63,9)	698 (36,1)	<0,001
Bilgisayar	381 (83,9)	73 (16,1)	
Diğer	22 (75,9)	7 (24,1)	
İnterneti Kullanma Sıklığı			
Hergün	1545 (67,3)	749 (32,7)	0,031
Daha seyrek	95 (76,6)	29 (23,4)	
Haftada İnternet Kullanma Süresi (saat)			
$\bar{X} \pm S$	19,24±20,03	25,96±23,54	<0,001
Medyan (min-maks)	11,5 (1-65)	20 (1-84)	
Sosyal Paylaşım Hesabı Bulunma Durumu			
Yok	134 (85,9)	22 (14,1)	<0,001
Var	1506 (66,6)	756 (33,4)	
Facebook	1364 (90,6)	668 (88,4)	0,101
Twitter	870 (57,8)	461 (59,7)	0,390
İnstagram	1068 (70,9)	606 (80,2)	<0,001
İnterneti En Sık Kullanım Amacı			
Sosyal medya takibi	707 (59,0)	491 (41,0)	<0,001
Müzik/Film/Video	126 (70,0)	54 (30,0)	
Bilimsel araştırma	261 (81,8)	58 (18,2)	
Oyun	121 (69,1)	54 (30,9)	
Elektronik posta kontrolü	71 (76,3)	22 (23,7)	
Diğer	36 (66,7)	18 (33,3)	

$\bar{X}$: Ortalama; S: Standart sapma; *Satır yüzdesi

Tablo 12. Cinsiyete Göre Akıllı Telefon Kullanım Özelliklerinin Dağılımı

	Erkek	Kadın	p		
Akıllı Telefonla İnternete Erişim Şekli					
Sadece İnternet paketi	58 (5,3)	90 (6,8)	0,218		
Sadece Wi-Fi	99 (9,1)	105 (7,9)			
Her ikisi	930 (85,6)	1136 (85,3)			
İnternet Paketi Büyüklüğü (GB) (n=2214)	2,13±0,98	2 (0,5-7)	2,37±1,29	2 (0,5-9)	<0,001
Akıllı Telefonu Kontrol Etme Sayısı (kez/gün)	68,70±140,59	30 (5-1000)	74,78±123,14	50 (5-1000)	<0,001
Akıllı Telefonla İlgilenme Süresi (saat/gün)	3,44±2,78	3 (0,5-15)	4,47±2,99	4 (0,5-14)	<0,001
Akıllı Telefon ile En Uzun İnternet Kullanma Süresi (dk)	101,77±98,20	60 (5-600)	133,83±107,51	120 (5-600)	<0,001
Akıllı Telefonun Diğer Özelliklerini En Uzun Kullanma Süresi (dk/gün)	121,81±139,40	60 (5-780)	161,41±158,28	120 (5-780)	<0,001
Cep Telefonuyla Konuşma Süresi (dk/gün)	45,25±55,18	30 (5-300)	61,26±66,44	40 (5-300)	<0,001
Cep Telefonuyla Mesajlaşma Süresi (dk/gün)	58,29±83,03	30 (5-420)	103,09±118,20	60 (5-420)	<0,001

Sürekli değişkenler "ortalama±standart sapma" ve "medyan (min-maks)", kategorik değişkenler "sayı (sütun yüzdesi)" şeklinde sunulmuştur.

Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin akıllı telefon kullanım özelliklerinin dağılımı Tablo 12’de sunulmuştur.

Kadın ve erkek öğrenciler arasında internet paketi büyüklüğü, akıllı telefonu günde ortalama kontrol etme sayısı, akıllı telefonla günde ortalama ilgilenme süresi, akıllı telefona en uzun internet kullanma süresi, akıllı telefonun diğer özelliklerini en uzun kullanma süresi, cep telefonuyla konuşma ve mesajlaşma süresi açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Kadın öğrencilerin akıllı telefon kullanımıyla ilgili anlamlı fark saptanan bütün özellikleri erkek öğrencilerden anlamlı olarak daha yüksektir.

Tablo 13. Cinsiyete Göre Öğrencilerin İnternet Kullanım Özelliklerinin Dağılımı

	Erkek (n=1110) Sayı (%*)	Kadın (n=1362) Sayı (%*)	p
İnternetle Tanışma Yaşı			
$\bar{X} \pm S$	13,95 $\pm$ 3,94	13,45 $\pm$ 3,45	0,010
Medyan (min-maks)	14 (5-24)	13 (5-24)	
İnternete Genellikle Bağlanma Aracı			
Telefon	761 (68,6)	1174 (86,3)	<0,001
Bilgisayar	338 (30,4)	165 (12,1)	
Diğer	11 (1,0)	22 (1,6)	
İnterneti Kullanma Sıklığı			
Hergün	1021 (92,0)	1294 (95,1)	0,002
Daha seyrek	89 (8,0)	67 (4,9)	
Haftada İnternet Kullanma Süresi (saat)			
$\bar{X} \pm S$	21,51 $\pm$ 22,44	20,83 $\pm$ 20,42	0,846
Medyan (min-maks)	14 (1-84)	14 (1-84)	
Sosyal Paylaşım Hesabı Bulunma Durumu			
Yok	77 (6,9)	98 (7,2)	0,789
Var	1033 (93,1)	1263 (92,8)	
Facebook	949 (91,9)	1110 (87,9)	0,002
Twitter	634 (61,4)	693 (54,9)	0,001
İnstagram	665 (64,4)	1016 (80,4)	<0,001
İnterneti En Sık Kullanım Amacı			
Sosyal medya takibi	430 (38,7)	787 (57,8)	<0,001
Müzik/Film/Video	304 (27,4)	295 (21,7)	
Bilimsel araştırma	172 (15,5)	156 (11,5)	
Oyun	123 (11,1)	57 (4,2)	
Elektronik posta kontrolü	47 (4,2)	46 (3,4)	
Diğer	34 (3,1)	20 (1,5)	

$\bar{X}$: Ortalama; S: Standart sapma; *Sütun yüzdesi

Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin internet kullanım özelliklerinin dağılımı Tablo 13'te sunulmuştur.

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre internete genellikle bağlanma aracı, internet kullanım sıklığı, sosyal paylaşım hesaplarından Facebook, Twitter ve İnstagram hesabı bulunma durumları ve interneti en sık kullanım amaçları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p < 0,05$). Kadın öğrenciler içinde internete genellikle telefonla bağlananların, interneti hergün kullananların, interneti

en sık kullanım amacı sosyal medya takibi olanların yüzdesi erkeklerden anlamlı olarak yüksektir. Ayrıca kadın ve erkek öğrenciler arasında internetle tanışma yaşı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Kadın öğrenciler erkeklere göre internetle daha erken yaşta tanışmıştır.

Diğer taraftan cinsiyete göre haftada internet kullanım süresi ve sosyal medya hesabı bulunma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 14. Sosyal Paylaşım Hesabı Bulunma Durumuna Göre Akıllı Telefon Kullanım Özelliklerinin Dağılımı

		Sosyal Paylaşım Hesabı				p
		Yok		Var		
Akıllı Telefonla İnternete Erişim Şekli						
Sadece İnternet paketi		9 (5,7)		139 (6,2)		0,694
Sadece Wi-Fi		16 (10,3)		188 (8,3)		
Her ikisi		131 (84,0)		1935 (85,5)		
İnternet Paketi	Büyüklüğü (GB)	2,06±1,06	2 (0,5-4)	2,25±1,14	2 (0,5-9)	0,028
Akıllı Telefonu Kontrol Etme Sayısı (kez/gün)						
		51,56±73,97	20 (5-500)	73,46±134,23	30 (5-1000)	0,003
Akıllı Telefonla İlgilenme Süresi (saat/gün)						
		3,28±2,81	2 (0,5-14)	4,06±2,94	3 (0,5-15)	<0,001
Akıllı Telefon ile En Uzun İnternet Kullanma Süresi (dk)						
		114,33±119,15	60 (10-480)	119,77±103,57	60 (5-600)	0,153
Akıllı Telefonun Diğer Özelliklerini En Uzun Kullanma Süresi (dk/gün)						
		126,06±144,18	60 (10-720)	144,82±151,78	120 (5-780)	0,033
Cep Telefonuyla Konuşma Süresi (dk/gün)						
		74,82±102,15	30 (5-300)	52,54±57,08	30 (5-300)	0,855
Cep Telefonuyla Mesajlaşma Süresi (dk/gün)						
		69,32±96,20	30 (5-420)	83,97±106,88	42,5 (5-420)	0,010

Sürekli değişkenler "ortalama±standart sapma" ve "medyan (min-maks)", kategorik değişkenler "sayı (sütun yüzdesi)" şeklinde sunulmuştur.

Sosyal paylaşım hesabı bulunma durumuna göre akıllı telefon kullanım özelliklerinin dağılımı tablo 14'te sunulmuştur.

Sosyal paylaşım hesabı olanlarla olmayan öğrenciler arasında internet paketi büyüklüğü, akıllı telefonu günde ortalama kontrol etme sayısı, akıllı telefonla

günde ortalama ilgilenme süresi, akıllı telefonun diğer özelliklerini en uzun kullanma süresi ve cep telefonu ile mesajlaşma süresi açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Sosyal paylaşım hesabı bulunan öğrencilerin internet paketi büyüklüğü, akıllı telefonu günde ortalama kontrol etme sayısı, akıllı telefonla günde ortalama ilgilenme süresi, akıllı telefonun diğer özelliklerini en uzun kullanma süresi ve cep telefonu ile mesajlaşma süresi, bulunmayanlardan anlamlı olarak yüksektir.

Diğer taraftan sosyal medya hesabı bulunan ve bulunmayanlar arasında akıllı telefonla internete erişim şekli, akıllı telefonla en uzun internet kullanma süresi ve günde ortalama cep telefonu ile konuşma süresi açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır ($p>0,05$).

Sosyal paylaşım hesabı buluma durumuna göre öğrencilerin internet kullanım özelliklerinin dağılımı Tablo 15’te sunulmuştur.

Sosyal paylaşım hesabı bulunan ve bulunmayan öğrenciler arasında internete genellikle bağlanma aracı, internet kullanım sıklığı, haftada internet kullanım süresi ve interneti en sık kullanım amacı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır. Sosyal paylaşım hesabı bulunan öğrenciler içinde, internete genellikle telefonla bağlananların, interneti hergün kullananların, interneti en sık sosyal medya takibi için kullananların yüzdesi, sosyal medya hesabı bulunmayanlardan anlamlı olarak yüksektir. Ayrıca sosyal medya hesabı bulunan öğrencilerin haftada internet kullanma süresi daha uzundur.

Diğer taraftan sosyal medya hesabı bulunan ve bulunmayanların internetle tanışma yaşı benzerdir ($p>0,05$).

Tablo 15. Sosyal Paylaşım Hesabı Bulunma Durumuna Göre Öğrencilerin İnternet Kullanım Özelliklerinin Dağılımı

	Sosyal Paylaşım Hesabı		p
	Yok	Var	
	Sayı (%*)	Sayı (%*)	
İnternetle Tanışma Yaşı			
$\bar{X}\pm S$	13,93±4,17	13,66±3,65	0,525
Medyan (min-maks)	13 (6-24)	13 (5-24)	
İnternete Genellikle Bağlanma Aracı			
Telefon	101 (57,7)	1834 (79,9)	<0,001
Bilgisayar	69 (39,4)	434 (18,9)	
Diğer	5 (2,9)	28 (1,2)	
İnterneti Kullanma Sıklığı			
Hergün	142 (81,1)	2173 (94,6)	<0,001
Daha seyrek	33 (18,9)	123 (5,4)	
Haftada İnternet Kullanma Süresi (saat)			
$\bar{X}\pm S$	14,45±16,78	21,64±21,58	<0,001
Medyan (min-maks)	9 (1-84)	14 (1-84)	
İnterneti En Sık Kullanım Amacı			
Sosyal medya takibi	7 (4,0)	1210 (52,7)	<0,001
Müzik/Film/Video	97 (55,4)	502 (21,9)	
Bilimsel araştırma	41 (23,4)	287 (12,5)	
Oyun	11 (6,3)	169 (7,4)	
Elektronik posta kontrolü	17 (9,7)	76 (3,3)	
Diğer	2 (1,1)	52 (2,3)	

$\bar{X}$: Ortalama; S: Standart sapma; *Sütun yüzdesi

Tablo 16. Kendini Akıllı Telefon Bağımlısı Görme Durumuna Göre Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinde Belirtilen Kesme Değerleriyle Belirlenen Bağımlılık Durumları

Kendini Akıllı Telefon Bağımlısı Olarak Görme Durumu					p
	Değilim	Fikrim Yok	Belki	Bağımlıyım	
	Sayı (%*)	Sayı (%*)	Sayı (%*)	Sayı (%*)	
Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinde Belirtilen Kesme Değeriyle Belirlenen Bağımlılık Durumu					
Bağımlı değil	884 (89,9)	137 (72,5)	490 (58,5)	129 (31,5)	<0,001
Bağımlı	99 (10,1)	52 (27,5)	347 (41,5)	280 (68,5)	

*Sütun yüzdesi

Kendini akıllı telefon bağımlısı görme durumuna göre akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinde belirtilen ve araştırmada elde edilen kesme değerleriyle belirlenen bağımlılık durumları Tablo 16’da sunulmuştur.

Öğrencilerin kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirme durumuna göre akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinde belirtilen kesme değerine göre akıllı telefon bağımlılığı durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p<0,05$). Kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirenler içinde akıllı telefon bağımlısı olanların yüzdesi diğerlerinden anlamlı olarak yüksektir.

Tablo 17. Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Ölçekler Arasındaki İlişki

	ATBÖ-KF	CTPKÖ	İBÖ
ATBÖ-KF	1,000	0,682**	0,229**
CTPKÖ	0,682**	1,000	0,277**
İBÖ	0,229**	0,277**	1,000

*p<0,05, **p<0,01

ATBÖ-KF: Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği-Kısa form; CTPKÖ: Cep telefonu problemleri kullanım ölçeği;
İBÖ: İnternet bağımlılığı ölçeği

Üniversite öğrencilerine uygulanan ölçekler arasındaki ilişki tablo 17’de sunulmuştur.

Akıllı telefon bağımlılığı-kısa form skoru ile CTPKÖ skoru arasında pozitif yönde güçlü düzeyde ($r=0,682$), İBÖ toplam skoru arasında ise yine pozitif yönde, zayıf düzeyde ($r=0,229$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<0,05$). Ayrıca CTPKÖ skoru ile İBÖ toplam skoru arasında pozitif yönde, orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r=0,277$, $p<0,05$).

Tablo 18. Cinsiyete Göre Uygulanan Ölçek Skorları Arasındaki İlişki

		ATBÖ-KF	CTPKÖ	İBÖ
Erkek (n=1087)	ATBÖ-KF	1,000	0,663**	0,209**
	CTPKÖ	0,663**	1,000	0,203**
	İBÖ	0,209**	0,203**	1,000
Kadın (n=1331)	ATBÖ-KF	1,000	0,679**	0,301**
	CTPKÖ	0,679**	1,000	0,367**
	İBÖ	0,301**	0,367**	1,000

*p<0,05, **p<0,01

ATBÖ-KF: Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği-Kısa form; CTPKÖ: Cep telefonu problemleri kullanım ölçeği;
İBÖ: İnternet bağımlılığı ölçeği

Cinsiyete göre uygulanan ölçek skorları arasındaki ilişki Tablo 18’te sunulmuştur.

Araştırmaya katılan erkek öğrencilerin ATBÖ-KF skoru ile CTPKÖ skoru arasında pozitif yönde, güçlü düzeyde ($r=0,663$), İBÖ skoru arasında ise pozitif yönde, zayıf düzeyde ($r=0,209$); CTPKÖ skoru ile İBÖ skoru arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde ($r=0,203$), istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,05$).

Kadın öğrencilerde ise; ATBÖ-KF skoru ile CTPKÖ skoru arasında pozitif yönde, güçlü düzeyde ($r=0,679$), İBÖ skoru arasında pozitif yönde, orta düzeyde ($r=0,301$), CTPKÖ skoru ile İBÖ skoru arasında ise pozitif yönde, orta düzeyde ($r=0,367$), istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,05$).

Tablo 19. Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Ölçek Skorları ile Yaş, Eğitim Yılı, Telefon ve İnternet Kullanım Özellikleri Arasındaki İlişki

	ATBÖ-KF	CTPKÖ	İBÖ
Yaş	-0,135**	-0,123**	-0,005
Eğitim yılı	-0,037	-0,064**	-0,010
İnternet Paketi Büyüklüğü	0,082**	0,089**	-0,040
Akıllı Telefonu Kontrol Etme Sayısı	0,255**	0,269**	0,076**
Akıllı Telefonla İlgilenme Süresi	0,314**	0,337**	0,072**
Akıllı Telefon ile En Uzun İnternet Kullanma Süresi	0,193**	0,168**	0,038
Akıllı Telefonun Diğer Özelliklerini (oyun, sosyal medya, vb.) En Uzun Kullanma Süresi	0,203**	0,212**	0,068
Cep Telefonuyla Konuşma Süresi	0,140**	0,152**	0,040
Cep Telefonuyla Mesajlaşma Süresi	0,185**	0,264**	0,046*
İnternetle Tanışma Yaşı	-0,060**	-0,068**	-0,016
Haftada İnternet Kullanma Süresi	0,184**	0,189**	0,147**

* $p<0,05$, ** $p<0,01$

ATBÖ-KF: Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği-Kısa form; CTPKÖ: Cep telefonu problemleri kullanım ölçeği; İBÖ: İnternet bağımlılığı ölçeği

Üniversite öğrencilerine uygulanan ölçek skorları ile yaş, eğitim yılı, telefon ve internet kullanım özellikleri arasındaki ilişki Tablo 19’da sunulmuştur.

Araştırmaya dahil edilen üniversite öğrencilerine uygulanan ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları ile yaş, eğitim yılı ve internetle tanışma yaşı arasında negatif yönde, zayıf düzeyde, akıllı telefonla ilgilenme süresi ile pozitif yönde, orta düzeyde, akıllı telefonu kontrol etme sayısı arasında pozitif yönde, orta düzeyde, internet paket büyüklüğü, akıllı telefon ile en uzun internet kullanma süresi, akıllı telefonun diğer özelliklerini en uzun kullanma süresi, cep telefonuyla konuşma ve mesajlaşma süresi ve haftada internet kullanma süresi arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,05$).

İBÖ skoru ile ise; akıllı telefonu kontrol etme sayısı, akıllı telefonla ilgilenme süresi, cep telefonuyla mesajlaşma süresi ve haftada internet kullanma süresi arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanırken ($p<0,05$), diğer değişkenler arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($p>0,05$).

Cinsiyete göre uygulanan ölçek skorları ile yaş, eğitim yılı, telefon ve internet kullanım özellikleri arasındaki ilişki tablo 20’de sunulmuştur.

Araştırmaya kapsamında incelenen erkek üniversite öğrencilerine uygulanan ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları ile yaşları arasında negatif yönde, zayıf düzeyde, akıllı telefonu günde ortalama kontrol etme sayısı ve akıllı telefonla ilgilenme süresi ile pozitif yönde, orta düzeyde, akıllı telefonla en uzun internet kullanma süresi, akıllı telefonun diğer özelliklerini en uzun kullanma süresi, cep telefonuyla konuşma ve mesajlaşma süresi ve haftada internet kullanma süresi

arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,05$). Ayrıca erkek öğrencilere uygulanan CTPKÖ skoru ile internet paket büyüklüğü arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,05$).

Erkek öğrencilere uygulanan İBÖ skoru ile akıllı telefonu günde ortalama kontrol etme sayısı, cep telefonu ile günde ortalama konuşma süresi ve haftada internet kullanma süresi arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,05$).

Kadın öğrencilere uygulanan ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları ile yaş, eğitim yılı ve internetle tanışma yaşı arasında negatif yönde, zayıf düzeyde, internet paket büyüklüğü, akıllı telefonla en uzun internet kullanma süresi, akıllı telefonun diğer özelliklerini en uzun kullanma süresi, cep telefonu ile günde ortalama konuşma süresi ve haftada internet kullanma süresi arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, günde ortalama akıllı telefonla ilgilenme süresi arasında pozitif yönde, orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,05$). Ayrıca ATBÖ-KF skoru ile akıllı telefonu günde ortalama kontrol etme sayısı ve günde ortalama cep telefonu ile mesajlaşma süresi arasında pozitif yönde zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanırken ($p<0,05$), CTPKÖ skoru ile akıllı telefonu günde ortalama kontrol etme sayısı ve günde ortalama cep telefonu ile mesajlaşma süresi arasında pozitif yönde orta düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,05$).

Tablo 20. Cinsiyete Göre Uygulanan Ölçek Skorları ile Yaş, Eğitim Yılı, Telefon ve İnternet Kullanım Özellikleri Arasındaki İlişki

	ATBÖ-KF	CTPKÖ	İBÖ
Erkek			
Yaş	-0,062*	-0,086**	-0,032
Eğitim yılı	0,046	-0,011	0,052
İnternet Paket Büyüklüğü	0,056	0,109**	-0,115
Akıllı Telefonu Kontrol Etme Sayısı	0,261**	0,268**	0,085**
Akıllı Telefonla İlgilenme Süresi	0,264**	0,310**	0,033
Akıllı Telefon ile En Uzun İnternet Kullanma Süresi	0,162**	0,123**	0,003
Akıllı Telefonun Diğer Özelliklerini (oyun, sosyal medya, vb.) En Uzun Kullanma Süresi	0,243**	0,228**	0,063
Cep Telefonuyla Konuşma Süresi	0,079*	0,128**	0,079*
Cep Telefonuyla Mesajlaşma Süresi	0,141**	0,235**	-0,006
İnternetle Tanışma Yaşı	-0,011	-0,014	-0,017
Haftada İnternet Kullanma Süresi	0,171**	0,208**	0,186**
Kadın			
Yaş	-0,141**	-0,131**	-0,041
Eğitim yılı	-0,115**	-0,118**	-0,072**
İnternet Paket Büyüklüğü	0,127**	0,088**	0,015
Akıllı Telefonu Kontrol Etme Sayısı	0,233**	0,254**	0,079**
Akıllı Telefonla İlgilenme Süresi	0,312**	0,337**	0,147**
Akıllı Telefon ile En Uzun İnternet Kullanma Süresi	0,182**	0,170**	0,104**
Akıllı Telefonun Diğer Özelliklerini (oyun, sosyal medya, vb.) En Uzun Kullanma Süresi	0,131**	0,158**	0,110**
Cep Telefonuyla Konuşma Süresi	0,126**	0,126**	0,052
Cep Telefonuyla Mesajlaşma Süresi	0,176**	0,264**	0,132
İnternetle Tanışma Yaşı	-0,093**	-0,109**	-0,023
Haftada İnternet Kullanma Süresi	0,195**	0,168**	0,119

*p<0,05, **p<0,01

ATBÖ-KF: Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği-Kısa form; CTPKÖ: Cep telefonu problemlili kullanım ölçeği; İBÖ: İnternet bağımlılığı ölçeği

Kadın öğrencilere uygulanan İBÖ skoru ile günde ortalama akıllı telefonu kontrol etme sayısı, günde ortalama akıllı telefonla ilgilenme süresi, akıllı telefonla

en uzun internet kullanma süresi ve akıllı telefonun diğer özelliklerini en uzun kullanma süresi arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde, eğitim yılı arasında negatif yönde, zayıf düzeyde, istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($p<0,05$).

Bazı prediktörlerin akıllı telefon bağımlılığına etkisini değerlendirmek üzere yapılan lojistik regresyon analizi sonucu Tablo 21’de sunulmuştur.

Daha önce yapılan ikili karşılaştırmalar sonucu belirlenen cinsiyet, eğitim alınan bölüm, annenin öğrenim durumu, babanın çalışma durumu, aylık toplam hane geliri, evcil hayvan besleme durumu, akıllı telefonla günlük ortalama ilgilenme süresi, kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirme durumu, sosyal paylaşım hesabı bulunma durumu ve internete genellikle bağlanma aracı bağımsız değişkenler olarak, akıllı telefon bağımlılığı durumu ise bağımlı değişken olarak analize dahil edilmiştir. Buna göre, akıllı telefon bağımlılığını; cinsiyetin, annenin öğrenim durumunun, babanın çalışma durumunun, evcil hayvan besleme durumunun, akıllı telefonla günde ortalama ilgilenme süresinin, kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirme durumunun, sosyal paylaşım hesabı bulunma durumunun ve internete genellikle bağlanma aracının etkilediği ($p<0,05$), eğitim alınan bölümün, aylık toplam hane gelirinin ise etkilemediği ($p>0,05$) görülmüştür.

Tablo 21. Bazı Prediktörlerin Akıllı Telefon Bağımlılığına Etkisini Değerlendirmek Üzere Yapılan Lojistik Regresyon Analizi Sonucu

	B	SH	Wald χ^2	SD	OR (%95 GA)	p
Cinsiyet	-0,023	0,109	0,046	1	1,6 (1,1-2,3)	0,021
Bölüm						
Fen Bilimleri*	-0,230	0,153	2,242	1	0,8 (0,6-1,1)	0,134
Sosyal Bilimler*	-0,016	0,143	0,013	1	1,0 (0,7-1,3)	0,911
Annenin Öğrenim Durumu						
Ortaokul**	0,399	0,142	7,956	1	1,5 (1,1-2,0)	0,005
Lise**	-0,222	0,140	2,523	1	0,8 (0,6-1,1)	0,112
YO/Üniversite**	0,161	0,183	0781	1	1,2 (0,8-1,7)	0,377
Babanın Çalışma Durumu	0,565	0,203	7,702	1	1,8 (1,2-2,6)	0,006
Aylık Gelir						
1001-3000 TL***	-0,158	0,169	0,871	1	0,8 (0,6-1,2)	0,351
3001-5000 TL***	0,216	0,194	1,232	1	1,2 (0,8-1,8)	0,267
>5000 TL***	-0,017	0,244	0,005	1	1,0 (0,6-1,6)	0,945
Evcil Hayvan Besleme	-0,813	0,232	12,271	1	0,4 (0,3-0,7)	<0,001
Akıllı Telefonla Günde Ortalama İlgilenme Süresi	0,055	0,018	9,866	1	1,6 (1,1-1,9)	0,002
Kendini Akıllı Telefon Bağımlısı Olarak Değerlendirme Durumu						
Fikrim yok#	1,181	0,198	35,492	1	3,3 (2,2-4,8)	<0,001
Belki#	1,734	0,132	173,610	1	5,7 (4,4-7,3)	<0,001
Bağımlıyım#	2,723	0,160	287,882	1	15,2 (11,1-20,8)	<0,001
Sosyal Paylaşım Hesabı Bulunma Durumu	0,584	0,257	5,150	1	1,8 (1,1-3,0)	0,023
İnternete Genellikle Bağlanma Aracı						
Bilgisayar##	-0,586	0,157	13,932	1	0,6 (0,4-0,8)	<0,001
Diğer##	-0,669	0,469	2,040	1	0,5 (0,2-1,3)	0,153

SH: Standart hata; SD: Serbestlik derecesi; OR: Odd's ratio; GA: Güven aralığı

*Sağlık bilimlerine göre; **En fazla ilkokul mezunlarına göre; ***1000 TL ve daha az geliri olanlara göre; #Değilim cevabı verenlere göre; ##Genellikle telefonla internete bağlananlara göre

Kadın olmanın erkeklere göre akıllı telefon bağımlılığını 1,6 kat, annenin “ortaokul” mezunu olmasının “en fazla ilkokul mezunu” olmasına göre 1,5 kat, babanın “çalışmasının” “çalışmamasına” göre 1,8 kat, akıllı telefonla günlük ortalama ilgilenme süresindeki 1 saatlik artışın 1,06 kat, kendini akıllı telefon bağımlısı olarak görmenin görmemeye göre 15,2 kat ve sosyal paylaşım hesabına sahip olmanın olmamaya göre 1,8 kat arttırdığı, evcil hayvan beslemenin beslememeye göre 2,2 kat (düzeltilmiş OR) ve internete genelde bilgisayarla bağlanmanın telefonla bağlanmaya göre 1,8 kat (düzeltilmiş OR) akıllı telefon bağımlılığını azalttığı görülmüştür.

5. TARTIŞMA

Araştırma Gazi Üniversitesi öğrencilerinde cep telefonu problemleri kullanımı ile akıllı telefon ve internet bağımlılığının değerlendirilmesi amacıyla 2482 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir.

Tartışmaya ilk olarak araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin tanımlayıcı bulgularıyla başlanılmış, bunu takiben problemleri cep telefonu kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığıyla ilgili bulguların tartışılmasıyla devam edilmiş, son olarak internet bağımlılığı ile ilgili bulguların tartışılmasıyla bitirilmiştir.

5.1. Tanımlayıcı Bulguların Tartışılması

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş ortalaması 20,7 yıl olup 17 ile 31 arasında değişmekte iken eğitim yılı ortalaması 2,7'dir. Öğrencilerinin %54,9 kadın, %45,1'i ise erkektir. Avrupa ülkelerindeki üniversite öğrencilerinin toplumsal profillerinin belirlenmesi ve karşılaştırılması için yapılan, ülkemizin de katıldığı Eurostudent Ulusal Anket Çalışması'na göre Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin yaş ortalaması 21 yıl, eğitim yılı ortalaması 3 iken %58'i erkek, %42'si kadındır.¹¹³ Yaş ve eğitim yılı özellikleriyle araştırma örneklemini Türkiye geneliyle benzerlik göstermektedir. Bu araştırmadaki kadın öğrencilerin yüzdesi Türkiye genelinden yüksektir. Öğrencilerin cinsiyete göre dağılımı üniversitelerin bulunduğu şehirlere ve eğitim alınan programlara göre değişmektedir. Bu araştırmanın yapıldığı Gazi Üniversitesindeki tüm öğrencilerin %48,9'u kadın %51,1'i erkek iken lisans öğrencilerinin %53,3'ü kadın, %46,7'si erkektir.¹¹⁴ Araştırmanın örnekleminin cinsiyet dağılımı, evreniyle benzerlik göstermektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin %7,1'inin annesi okuryazar değilken %13,1'inin annesi yüksekokul ya da üniversite mezunudur. Babalarının öğrenim düzeyine bakılacak olursa, öğrencilerin %1,7'sinin babası okuryazar değilken %30,3'ünün babası yüksekokul ya da üniversite mezunudur. Türkiye İstatistik Kurumunun yapmış olduğu “İstatistiklerle Kadın 2015” araştırmasına göre Türkiye'deki 25 yaş üstündeki kadınların %9,2'si okuryazar değil, %11,7'si yüksekokul ya da üniversite mezunuyken 25 yaş üstü erkeklerde bu yüzdeler sırasıyla 1,8 ve 16,2'dir. Aynı çalışmada Türkiye'deki kadınların istihdam oranı %26,7, erkeklerin ise %64,1'idir.¹¹⁵ Bu çalışmada ise annesi çalışan öğrenci yüzdesi 23,8, babası çalışan öğrenci yüzdesi ise 91,8'dir. Öğrencilerin annelerinin öğrenim düzeyi ve çalışma durumu Türkiye genelindeki 25 yaş üstü kadınlarla benzerlik gösterirken yüksekokul ya da üniversite mezunu olan ve çalışan babaların yüzdesi Türkiye genelinden yüksektir.

Öğrencilerin %21,7'si sigara kullandığını, %19,0'ı ise alkol kullandığını ifade etmiştir. İki bin on bir yılında Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinde yapılan bir çalışmaya göre öğrencilerinin %18,8'i sigara, %22,5'i ise alkol kullanmaktadır.¹¹⁶ Bu araştırmada farklı fakültelerden katılım olması rakamlardaki farklılığın nedeni olabilir.

5.2. Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ve Akıllı Telefon Bağımlılığı İle İlgili Bulgularının Tartışılması

Araştırmada üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığını değerlendirmek için ATBÖ-KF ve problemleri cep telefonu kullanımlarını değerlendirmek için PCTKÖ kullanılmıştır. Problemleri cep telefonu kullanım ölçeği 2010 yılında C.Augner ve G.W.Hacker tarafından Avusturya’da geliştirilmiş, geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu kanıtlanmıştır.¹¹⁷ Türkçe’ye uyarlaması ise 2012 yılında Tekin ve arkadaşları tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış ve Türkiye’deki üniversite öğrencilerinde de geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu ortaya konmuştur.¹¹⁸ Cep telefonlarının yerini teknolojinin gelişmesiyle birlikte akıllı telefonlar almıştır. Başlangıçta Kwon ve arkadaşları Kore toplumu için 33 soruluk akıllı cep telefonu bağımlılığı ölçeğini hazırlamışlardır.¹¹⁹ Bu ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması Demirci ve arkadaşları tarafından yapılmıştır.¹²⁰ Kwon ve arkadaşları ilk geliştirdikleri ölçeğin uzun olması ve sonuçlarının tutarlı çıkmaması nedeni ile daha kısa sürede ve kolay bir şekilde doldurulabilen, kesme puanları ile tanı koyma değeri olan, 10 soruluk kısa formunu geliştirmişlerdir.¹²¹ Noyan ve arkadaşları tarafından ATBÖ-KF Türkçeye uyarlanarak 2015 yılında geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmış ve Türk toplumu için de geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu kanıtlanmıştır.¹²²

Kore’de yapılan bir çalışmada kadın öğrencilerin ATBÖ-KF ortalama skoru 27,8, erkeklerin 23,8 olarak bulunmuştur ve cinsiyetler arasındaki bu fark istatistiksel olarak anlamlıdır.¹²¹ Ölçeği Türkçe’ye uyarlayan Noyan ve arkadaşları kadınlarda 28,0, erkeklerde 26,7 olan ölçek skorları arasında anlamlı fark

saptamamıştır.¹²² Bu çalışmada ise; kadın öğrencilerin ölçek ortalaması 29,3, erkek öğrencilerin ise 27,1'dir ve aradaki bu fark istatistiksel olarak anlamlıdır. Demirci'nin bir devlet üniversitesindeki öğrenciler üzerinde yaptığı çalışmada da kadınların ATBÖ skoru erkeklerden anlamlı olarak yüksektir.¹²⁰ Görüldüğü gibi Türkiye'de yapılan çalışmalarda ölçek skorları Kore toplumundan yüksek bulunmuştur. Bu Kore toplumu için saptanan kesme puanına da yansımış olabilir. Kore toplumunda kadınların %27,9'u, erkeklerin ise %23,8'i belirtilen kesme puanından daha yüksek skora sahiptir. Türk toplumu için bir kesme puanı belirtilmemiştir. Noyan ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada Kore toplumu için belirlenen kesme puanları kullanıldığında kadınların %28,0'ı, erkeklerin ise %26,7'si bağımlılık riski taşımaktadır.¹²² Bu çalışmada ise bu yüzdeler sırasıyla 29,3 ve 25,7'dir. Kadınlarda bağımlılık yüzdesinin daha yüksek olması literatürle uyumludur. Erkeklerde internet bağımlılığı daha yaygınken, kadınlarda akıllı telefon bağımlılığı daha sık gözlenebilmektedir.¹²³ Ankara'da 15 yaş üstü kişilerin internet kullanım sıklığı ve bağımlılığı değerlendiren bir çalışmada da erkeklerde internet bağımlılığı kadınlardan anlamlı olarak yüksek bulunmuştur.¹²⁴

Demirci ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada Türkiye'de akıllı telefon bağımlılığı riski düşük olarak belirtilmiştir.¹²⁰ Oysa bu çalışmada Türk toplumunda akıllı telefon bağımlılığı riskinin azımsanmayacak bir düzeyde olduğu görülmüştür. Noyan ve arkadaşlarının yaptığı çalışma da bunu desteklemektedir.¹²²

Augner ve Hacker'ın yapmış olduğu PCTKÖ orijinal çalışmasında kadınların ölçek skoru erkeklerden anlamlı olarak yüksek saptanmıştır.¹¹⁷ Ayrıca Sanchez-Martinez ve Otero'nun yapmış olduğu çalışmada da kadınlarda cep

telefonu bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur.¹²⁴ Bu çalışmada kadın öğrencilerin PCTKÖ skor ortalaması 32,7, erkeklerin 30,2'dir ve cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır. Bu bulgu literatürle uyumlu olmakla birlikte akıllı telefon bağımlılığına benzer şekilde kadınların cep telefonu problemlili kullanım düzeyi erkeklerden yüksektir.

Bireylerin çeşitli uğraşlarla ilgilenmeleri daha doyurucu bir yaşam algısı hissetmelerini ve çeşitli etkinliklere katılabilmeyi sağlamaktadır.¹²⁵ Noyan ve arkadaşlarının yapmış olduğu çalışmada uğraşı terapisi eğitimi alan öğrencilerin ATBÖ-KF skorunun diğer bölümlerden anlamlı olarak düşük olduğu görülmüştür.¹²⁶ Bu araştırmada fen bilimlerinde eğitim alan öğrencilerin ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları sağlık ve sosyal bilimlerden anlamlı olarak düşük saptanmıştır. Ayrıca fen bilimlerinde eğitim alan öğrenciler içinde akıllı telefon bağımlılığı riski taşıyan öğrenci yüzdesi diğer bölümlerden anlamlı olarak daha düşüktür. Daha önce belirtildiği gibi fen bilimleri bölümü içinde mühendislik, teknoloji ve fen fakültelerini barındırmaktadır. Bu bulgular literatürle uyuşmamaktadır.

Annesi ortaokul mezunu olan öğrencilerin ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları diğer öğrenim düzeylerinden anlamlı olarak yüksek saptanmıştır. Ayrıca annesi ortaokul mezunu olan öğrenciler içinde akıllı telefon bağımlılığı riski taşıyanların yüzdesi diğer öğrenim düzeylerinden anlamlı olarak yüksektir. Çocukların kişilik ve alışkanlıklarını kazanmasında ailenin rolü, özellikle annenin rolü tartışılmazdır. Anne öğrenim düzeyinin yüksek olması bilinç düzeyini etkileyerek yetiştirdikleri çocuklar üzerinde olumlu etkilere yol açacağı düşünülmektedir. Literatürdeki

benzer çalışmalarda anne öğrenim düzeyi değerlendirilmemiştir. Ayrıca annesi çalışan öğrencilerin PCTKÖ skoru çalışmayanlardan anlamlı olarak yüksektir.

Kwon ve arkadaşlarının Kore’de yapmış olduğu çalışmada farklı sosyoekonomik düzeylere sahip öğrencilerin ATBÖ-KF skorları benzerdir.¹²¹ Tekin ve arkadaşlarının bir devlet üniversitesindeki öğrencilerde üzerinde yaptığı bir çalışmada gelir düzeyleri arasında CTPKÖ skorları açısından anlamlı fark saptanmamıştır.¹¹⁸ Bu çalışmada diğer çalışmalardan farklı olarak aylık toplam hane geliri 1000 TL’nin altında olan öğrencilerin ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları diğer gelir düzeylerine sahip öğrencilerden anlamlı olarak düşük olduğu saptanmıştır. Ayrıca bu gelir düzeyindeki öğrenciler içinde akıllı telefon bağımlılığı riski taşıyan öğrenci yüzdesi diğerlerinden anlamlı olarak düşüktür. Ayrıca babası çalışan öğrencilerde bağımlılık riski taşıyan öğrencilerin yüzdesi babası çalışmayanlardan anlamlı olarak yüksek saptanmıştır. Akıllı telefon bağımlılığında rol oynayan etkenin akıllı telefonların kendisi mi yoksa erişiminde büyük kolaylık sağladığı internet veya sosyal paylaşım hesaplarının mı olduğu ya da hepsinin bir bütün olarak mı etki ettiği çok tartışılan ve çoğunlukla bir sonuca varılamayan bir konudur.¹¹⁸ Gelir düzeyi düşük olan öğrencilerde bağımlılık riskinin düşük olması internete erişim için gerekli maddi desteği bulamamış olmalarından kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmada sigara ve alkol kullanma durumları arasında ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır. Literatürde alkol bağımlılığıyla internet bağımlılığı arasında bir ilişkinin olduğuna yönelik yayınlar mevcuttur.^{104,105,126} Akıllı telefon bağımlılığı ve problemli cep

telefonu kullanımı için bunu söylemek bu araştırmadaki verilerle güç görünmektedir.

Bu çalışmada evcil hayvanı olan üniversite öğrencileri içinde akıllı telefon bağımlılığı riski taşıyanların yüzdesi evcil hayvanı olmayanlardan anlamlı olarak düşük saptanmıştır. Evcil hayvan beslemenin getirdiği sorumluluk duygusu, gün içinde belli bir süre uğraş vermek gerekliliği, yalnızlık hissini bastırması gibi faktörler öğrencileri akıllı telefonlarından uzaklaştırıyor olabilir. Evcil hayvan sahibi olmanın bağımlılıktan koruyucu etkisi bu şekilde açıklanabilir.

Kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendiren öğrencilerin %68,5'i ATBÖ-KF'a göre bağımlılık riski taşımaktayken kendini bağımlı görmeyenlerin %10,1'i bağımlılık riski taşımaktadır. Bu sonuçlar öğrencilerin bağımlılık durumlarının farkında olduğu göstermektedir.

Herhangi bir sosyal paylaşım hesabı olan öğrenciler içinde bağımlılık riski taşıyanları yüzdesi hesabı olmayanlardan anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Buna paralel olarak internetin en sık kullanım amaçları arasında sosyal medya takibi ilk sırada yer almaktadır. Akıllı telefonların sosyal paylaşım hesaplarına erişim sağlayıcı olması nedeniyle bunlar beklenen bulgulardır.

Tolerans kavramı akıllı telefon kullanımında DSM'ye göre akıllı telefonla geçirilen zamanın giderek artması olarak açıklanmaktadır.¹²⁷ Bu da bağımlılığın gelişmesine yardımcı olmaktadır.¹²⁸ Bu çalışmada günlük ortalama akıllı telefonla ilgilenme süresi arttıkça ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları da anlamlı bir şekilde artmaktadır. Bu bulgu literatürle uyumludur.

Akıllı telefon bağımlılığı gelişimine kompulsif davranışlar da neden olmaktadır.¹²⁹ Her an elimizin altında olan akıllı telefonları kompulsif bir şekilde kontrol ediyor olmak akıllı telefon kullanıcılarını bağımlılığa yatkın hale getirmektedir.¹²² Bu çalışmada akıllı telefon bağımlılığı riski taşıyanların günlük ortalama akıllı telefonlarını kontrol etme sayısı 50 iken bağımlılık riski taşımayanların 30'dur ve aradaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır. Bu sonuçlar kompulsif davranışların bağımlılık riskini arttırdığı fikrini desteklemektedir.

5.3. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Bulgularının Tartışılması

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığını değerlendirme için Güneş tarafından 2010 yılında Türkçe olarak geliştirilen ve 35 maddeden oluşan İBÖ kullanılmıştır.⁶³

Literatürde internet bağımlılığı yaygınlığı ile ilgili farklı sonuçlar yer almaktadır. Yen ve arkadaşlarının 2453 üniversite öğrencisinde yaptıkları çalışmada, internet bağımlılığı %12,3 bulunmuştur.¹³⁰ Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan bir araştırmada internet bağımlılığı %8,1 olarak bulunmuştur.⁵⁶ Ni ve arkadaşları, 3557 öğrencide internet bağımlılığının yaygınlığını %6,4 olarak saptamışlardır.¹³¹ Canan ve arkadaşları, Türkiye'de üniversitesi öğrencileri arasında internet bağımlılığının yaygınlığını %9,7 olarak bulmuştur.¹³² İnternet bağımlılığının yaygınlığı ile ilgili sonuçların çok farklı çıkmasının nedenleri arasında bazı çalışmaların internet üzerinden yapılmış olması, internet bağımlılığı için henüz net bir ölçeğin geliştirilememesi, kullanılan ölçekteki kesme puanlarının farklı alınması, tanı ölçütlerinin belirlenmemiş olması,

çalışmalarda farklı yöntemlerin kullanılması ve kültürel etkenler gösterilebilir. Araştırmalar farklı zaman dilimlerinde yapıldığı için bağımlılık sıklıkları değişiyor olabilir, internet gün geçtikçe daha çok amaç için kullanılabilmekte ve önemi giderek artmaktadır. Bu çalışmada kullanılan ölçeğin kesme puanının olmaması nedeniyle bağımlılık yaygınlığı hesaplanamamıştır.

Bu çalışmada cinsiyetler arasında internet bağımlılığı skorları açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır. Erkek öğrencilerin İBÖ skor ortalaması 90,7 iken kadın öğrencilerin 82,8'dir. Bu sonuç literatürde bulunan pek çok yayımla benzerdir. İnternet bağımlılığını konu alan pek çok yayında erkeklerde bağımlılığın daha fazla olduğu bulunmuştur.^{56,63,64,96,105-107} Az sayıda da olsa kadınlarda internet bağımlılığının daha fazla olduğunu bildiren yayınlarda mevcuttur.¹³³ Yine az sayıdaki yayında da cinsiyetler arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır.^{31,34} Elde edilen bu farklı sonuçların nedeni internet bağımlılığı ortaya koymak için uygulanan ölçeklerden veya kültür farklılıklarından kaynaklanıyor olabilir.

İnternet bağımlılığıyla ilgili bir çok çalışmada internet bağımlılığı ile yaş arasındaki ilişki değerlendirilmiş ve pek çok farklı sonuca ulaşılmıştır. Bu araştırmaların vardığı ortak sonuç yaş arttıkça internet bağımlılığının azaldığı şeklindedir.^{31,34,71,104} Bireyler büyüdükçe farkındalıkları ve davranışlarını kontrol etme kabiliyetleri arttığı için yaşla birlikte internet bağımlılığın azalması beklenen bir bulgudur. Az sayıdaki çalışmada yaşla internet bağımlılığı arasında bir ilişki saptanmamıştır.^{134,135} Bu çalışmada internet bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı bir

ilişki saptanmamıştır. Örneklemi oluşturan üniversite öğrencilerinin yaş aralığının dar olması bunda etkili olmuş olabilir.

Daha önce yapılan çalışmalar aylık gelir ile internet bağımlılığının farklılaşmadığı yönündedir.^{96,101,136} Az sayıdaki çalışmada ise aylık gelir ile internet bağımlılığının arttığı yönündedir.^{63,106} Sonuçlarda gözlenen bu farklılık gelir düzeyinin ölçüm biçiminden kaynaklanıyor olabilir. Bu çalışmada aylık gelir düzeyleri arasında İBÖ skorları açısından anlamlı bir fark saptanmamıştır.

Bu araştırmada sigara kullanan öğrencilerin İBÖ skoru kullanmayanlardan anlamlı bir şekilde yüksek olarak bulunmuştur. Bu bulgu literatürle uyumludur. Johansson ve Götestam ile Günüş çalışmalarında internet bağımlılığı ile sigara kullanımı arasında anlamlı farklılık saptamışlardır.^{63,105} Yapılan çalışmalarda alkol bağımlılığı ile internet bağımlılığının birliktelik gösterdiği saptanmıştır.³⁸ Bu araştırmada alkol kullanan ve kullanmayanlar arasında İBÖ skoru açısından anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bu sonuç alkol bağımlılığının tespitinin zor olmasından kaynaklanıyor olabilir. İnternet bağımlılığı ile birlikte görülen bozukluklar arasında en sık madde bağımlılığı görülmektedir. Tolerans, yoksunluk gibi madde bağımlılıklarında gözlenen özellikler internet bağımlılığında da görülmektedir.

Balta ve Horzum ile Özcan ve Buzlu yaptıkları araştırmalarda internet kullanım saati ve interneti haftalık kullanım saati artıkça internet bağımlılığının da arttığını saptamışlardır.^{64,137} Günüş, araştırmasında katılımcıların %2'sinin 10 saat ve üstü internet kullanımı olduğunu belirtmiştir.⁶³ Hawi, çalışmasında katılımcıların günlük ortalama 3 saati internette geçirdiklerini, bağımlı kullanıcıların ise günlük 6,5 saat internet kullandıklarını belirlemiştir.¹³⁸ Işık,

çalışmasında üniversite öğrencilerinin internette günlük ortalama 109 dakika kaldıklarını tespit etmiştir.¹³⁹ Vural ve Batı, yaptıkları araştırmada katılımcıların %53,6'sının günde 1-3 saat, %17,9'unun 3-5 saat ve %8,2'sinin 5 saatten fazla internette bulunduğunu belirlemiştir.¹⁴⁰ İlhan ve arkadaşları yaptıkları araştırmada katılımcıların %30,3'ünün haftada ortalama 20 saat ve daha fazla internet kullandığını saptamışlardır.¹⁴¹ İnternette kalma süresi ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok araştırmada internette kalma süresi arttıkça internet bağımlılığının arttığına dair bulgular elde edilmiştir.¹⁴¹ Bu araştırmada İBÖ skoru ile haftalık internet kullanım süresi arasında zayıf da olsa pozitif yönde, anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Öğrencilerin haftalık internet kullanım miktarı arttıkça İBÖ skorlarının da artmaktadır. Ayrıca üniversite öğrencilerinin haftada internet kullanım süresi ortalama değeri 14 saattir. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde araştırmada elde edilen sonuçlar diğer yayınlarla benzerlik göstermektedir. İnternet kullanım süresindeki farklılıklar araştırmanın yapıldığı zamana göre değişiyor olabilir. İnternette geçirilen süre içerisinde kişi daha fazla yenilik keşfedebilmekte, internetin görselliğine ve sınırsız özelliklerinin farkına vararak internetin olumsuz etkilerine daha fazla maruz kalmaktadır.

Araştırmada interneti en sık kullanım amacı olarak ilk sırada sosyal medya takibinin yer aldığı, bunu müzik/film/video izlemenin takip ettiği saptanmıştır. En az elektronik posta takibi için internet kullanılmaktadır. En sık bilimsel araştırma için internet kullananların yüzdesi 13,3 ile üçüncü sıradadır. İnterneti en sık oyun oynamak için kullanan öğrencilerin yüzdesi 3,8'dir. Yıldız araştırmasında internet kullananların %70'inin eğlence, %64,8'inin iletişim, %53,5'inin genel bilgi arama,

%43,8'inin eğitim ve %28,2'sinin ticari amaçlarla internet kullandığını bulmuştur.⁷¹ Hawi, araştırmasına katılanların %84,2'sinin iletişim kurma amaçlı, %67,7'sinin bilgi edinme, araştırma ve mesajlaşma amaçlı, %51,2'sinin eğlenme, müzik dinleme, film seyretme ve oyun oynama amaçlı ve %4,6'sının diğer amaçlar için interneti kullandıklarını tespit etmiştir.¹³⁸ Shapira ve diğerlerinin araştırmasında internet bağımlılarının en sık kullandıkları internet aktivitelerinin sohbet odaları ve forumlar, e-mail, pornografi ve amaçsızca gezinme olduğu bulumuştur.¹⁴² Günüş internet bağımlılığı olan bireylerin en sık pornografi, sohbet ve oyun amaçlı interneti kullandıklarını saptamıştır.⁶³ Bu araştırmalar bize internetin kullanım amacının araştırmanın yapıldığı zamana ve bölgeye göre değiştiğini göstermektedir.

Bu araştırmada İBÖ skoru ile ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları arasında pozitif yönde, istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon olduğu saptanmıştır. İBÖ skoru arttıkça ATBÖ-KF ve CTPKÖ skorları da artmaktadır. Akıllı telefonlar; internete ve internet aracılığıyla diğer uygulamalara erişimi kolaylaştırmaktadır. Bu özellikleriyle akıllı telefon bağımlılığı ve internet bağımlılığı iç içe geçmiş durumdadır.

6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı riski prevalansı %31,3 olarak bulunmuştur. Kadınlarda akıllı telefon bağımlılığı riski prevalansı %36,3 iken erkeklerde %27,1'dir. Diğer taraftan erkeklerin İBÖ skoru kadınlardan anlamlı olarak yüksektir.

Fen bilimlerinde eğitim alan üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski sağlık ve sosyal bilimlerden daha düşüktür.

Anne öğrenim durumunun akıllı telefon bağımlılığını etkilediği saptanmıştır. Annesi düşük öğrenim düzeyine sahip olan üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski daha yüksektir.

Babası gelir getiren bir işte çalışan üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski daha yüksektir.

Evcil hayvana sahip olan üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı riski daha düşüktür.

Akıllı telefon bağımlılığı riski olan üniversite öğrencilerinin haftalık internet kullanım süresi daha yüksektir.

Herhangi bir sosyal paylaşım hesabı bulunan üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı riski taşıyanların yüzdesi daha yüksektir. Ayrıca öğrencilerin en sık internet kullanım amacı sıralamasında ilk sırada sosyal medya takibi yer almaktadır.

Sigara ve alkol kullanma durumu ile akıllı telefon bağımlılığı arasında bir ilişki saptanmazken sigara kullanan üniversite öğrencilerinin İBÖ skoru kullanmayanlardan anlamlı olarak yüksektir.

Kendini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendiren üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı riski daha yüksektir.

Akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili sonuçlar cep telefonu problemli kullanımı ile bezer bulunmuştur.

Yapılan çok değişkenli analizler sonucu kadın cinsiyetin, düşük anne öğrenim düzeyinin, babanın çalışmasının, akıllı telefonla günlük ortalama ilgilenme süresinin ve sosyal paylaşım hesabına sahip olmanın akıllı telefon bağımlılığı riskini arttırdığı, evcil hayvan beslemenin ve internete bilgisayarla bağlanmanın akıllı telefon bağımlılığını azalttığı anlaşılmıştır.

Akıllı telefon bağımlılığı ve problemli cep telefonu kullanım skorları arttıkça internet bağımlılığı skorları da artmaktadır.

Bu sonuçlar doğrultusunda;

Her ne kadar Kore toplumu için önerilen kesme puanları kullanılarak saptanmış olsa da akıllı telefon bağımlılığı prevalansının ülkemizdeki üniversite öğrencilerinde de azımsanmayacak düzeyde olduğu görülmüştür. Bu konuda mevcut literatürde sınırlı sayıda çalışma olduğu düşünüldüğünde, daha geniş çaplı çalışmalarla literatüre katkı sağlanmalıdır. Gelişen bağımlılıkla birlikte işlevsellikte bozulmaya yol açması yönüyle önemli bir halk sağlığı sorunu olan akıllı telefon

bağımlılığını önlemeye yönelik üniversite öğrencilerinin eğitim müfredatlarına farkındalık oluşturacak faaliyetler eklenmelidir.

Hayatımıza sunduğu kolaylıklar nedeniyle kullanımı kaçınılmaz olan akıllı telefonların doğru ve sağlıklı kullanımına yönelik uygulamalar geliştirilerek veya mevcut olan uygulamaların erişimi kolaylaştırılarak akıllı telefon kullanıcılarına sunulabilir.



7. KAYNAKLAR

1. Rice RE, Katz JE. Assessing new cell phone text and video services. Telecommunications Policy. 2008; 32(7):455-67.
2. Subramanian S. Dynamically adapting design and usability in consumer technology products to technology and market life-cycles: a case study of smartphones: Massachusetts Institute of Technology; 2009.
3. Digital, Social and Mobile in 2015, We are social's compedium of global digital statistics, <http://www.dijitalajanslar.com/internet-ve-sosyal-medya-kullanici-istatistikleri-2015/>, Erişim Tarihi: 28.03.2016.
4. 2015 Yılı Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması Sonuçları. T.C. Başbakanlık Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni, Ağustos 2015. Erişim: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=18660>. Erişim Tarihi: 29.03.2016.
5. Park N, Lee H. Social Implications of Smartphone Use: Korean College Students' Smartphone Use and Psychological Well-Being. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking 2012. 15: 491-497.
6. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5 (DSM-V). Washington DC: American Psychiatric Association Publishing, 2013.
7. Grant JE, Potenza MN, Weinstein A, Gorelick DA. Introduction to behavioral addictions. Am J Drug Alcohol Abuse 2010. 36: 233-241.
8. Wu AM, Cheung VI, Ku L, Hung EP. Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. Journal of Behavioral Addictions 2013. 2:160-166.
9. Patel S, Kientz J, Hayes G, Bhat S, Abowd G. Farther than you may think: an empirical investigation of the proximity of users to their mobile phones. Proceedings of the 8th international conference on Ubiquitous Computing 2006. 1: 123-140
10. Yen CF, Tang TC, Yen JY, Lin HC, Huang CF, Liu SC, Ko CH. Symptoms of problematic cellular phone use, functional impairment and its association with depression among adolescents in southern Taiwan. J Adolesc 2009. 32: 863-873.
11. Young KS. Internet addiction. Am Behav Sci 2004. 48: 402-441.
12. İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hast. Dergisi, 2014. 4(3):195-201.
13. Holden C. Behavioral addictions debut in proposed DSM-V. Science 2010. 327:935-935

14. Uğurlu EG. Tarih ve Kavram Olarak Yeni İletişim Teknolojileri. Editörler: T. Volkan Yüzer ve Mehmet Emin Mutlu. Yeni İletişim Teknolojileri. Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları Eskişehir, 2013. 2-22.
15. Kayabaş BK. Mobil Yaşam. Editörler: T. Volkan Yüzer ve Mehmet Emin Mutlu. Yeni İletişim Teknolojileri. Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları Eskişehir, 2013. 176-201.
16. Genç H. GSM'den İlk Alo'nun Üzerinden 20 Yıl Geçti. Erişim: http://www.teknokulis.com/yazarlar/hasan_genc/2011/06/30/gsm-den-ilk-alonun-uzerinden-20-yil-gecti. Erişim Tarihi: 18.03.2016.
17. Başaran F. İletişim Teknolojileri ve Toplumsal Gelişme: Yayılmanın Ekonomi Politikası. Ütopya Yayınevi Ankara, 2010.
18. Özaşçılar M. Cep Telefonu Kullanımının Sosyolojik Boyutu: Bireysel Güvenlik ve Günlük Hayattaki Yeri. Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, 2009.
19. Lorente S. Youth and mobile telephones: More than a fashion. Revista de Estudios de Juventud, 2002. 57(2):9-24.
20. Marketing Türkiye (2004). Markanın Gençlikle Buluştuğu Mecra: Kampus. Erişim: <http://www.marketingturkiye.com/kapak/?sayi=48>, Erişim Tarihi: 14.05.2013.
21. Çelik B. Türkiye'de Cep Telefonu, Melankoli ve Teknoloji. Toplum ve Bilim, 2010. S:117, 56-74.
22. Sabit telefon, cep telefonu ve internet abone sayısı. TÜİK, 2015. Erişim: http://www.tuik.gov.tr/PreIstatistikTablo.do%3Fistab_id%3D1580. Erişim tarihi:12.11.2015.
23. İçel K. Kitle Haberleşme Hukuku. Beta Yayınları, İstanbul, 1998. S:407-415.
24. İnan A. İlköğretim II. kademe ve ortaöğretimde öğrencilerinde internet bağımlılığı, Yüksek Lisans Tezi. Erzurum Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, 2010.
25. Yalçın C. Sosyolojik bir bakış açısıyla internet. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2003. S:27; 77-89.
26. Çağıltay K. Herkes İçin İnternet. Tübitak-ODTÜ Yayınları, Ankara, 1994. S:4; 17-19.
27. Arısoy Ö. İnternet bağımlılığı ve tedavisi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 2009. S:1;55-67.

28. World Internet Usage and Population Statistics November 30, 2015. Erişim: <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>. Erişim tarihi: 28.03.2016.
29. Egger, O., Rauterberg, M. Internet Behaviour and Addiction. Work and Organisational Psychology Unit, Zurih, 1996. S: 1-173.
30. Griffiths, M. D. Internet Addiction: Time o be Taken Seriously? Addiction Research, 2000. 8; 413-418.
31. Griffiths, M. D. Internet Addiction: Factor Fiction? The Psychologist, 1999. 12(5); 246-250.
32. Kim, S., Kim, R. A Study of İnternet Addiction: Status, Causes, and Remedies. Journal of Korean Home Economics Association English Edition, 2002. 3(1); 1-19.
33. Young, K.S. Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. Paper Presented at the 104th Annual Meeting of the American Psycho-logical Association, Toronto. Cyberpsychol Behavior, 1996. 3; 237-244.
34. Griffiths, M. D. Behavioral Addictions: An Issue for Everybody? Journal of Workplace Learning, 1996. 8; 19-25.
35. Yurdagöl, B. Akıllı Telefon Nedir, Ne İşe Yarar? Dünyadaki Akıllı Telefon Kullanım Oranları ve Türkiye’deki Durumlar, Android Türkiye, Aralık 2011. Erişim: <http://androidturkey.net/2011/12/24/akilli-telefon-nedir-ne-ise-yarar-dunyadaki-akilli-telefon-kullanim-oranlari-ve-turkiyedeki-durum/#comments>. Erişim tarihi: 18.03.2016.
36. Countries ranked by smarthphone users. Erişim: <http://www.emarketer.com/Article/2-Billion-Consumers-Worldwide-Smartphones-by-2016/1011694>. Erişim tarihi: 29.03.2016.
37. Kwon M, Lee JY, Won WY, Park JW, Min JA, Hahn C, et al. Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). PloS one. 2013;8(2):e56936.
38. Choi HS, Lee HK, Ha JC. The influence of smartphone addiction on mental health, campus life and personal relations-Focusing on university students. Journal of the Korean Data and Information Science Society, 2012. 23(5);1005-15.

39. Al-Khlaiwi T, Meo SA. Association of mobile phone radiation with fatigue, headache, dizziness, tension and sleep disturbance in Saudi population. Saudi medical journal, 2004. 25(6);732-6.
40. Dredge R, Gleeson J, de la Piedad Garcia X. Cyberbullying in social networking sites: An adolescent victim's perspective. Computers in Human Behavior, 2014. 36; 13-20.
41. Ahmet E. Mobil Cihazlarda Adli Bilişim ve Malware Analizi. 1st International Symposium On Digital Forensics And Security. Proceeding Book, 2013. S: 5-11.
42. Nomofobi Nedir? Belirtileri Nelerdir? Aktüel Psikoloji, 2013. Erişim: http://www.aktuelpsikoloji.com/haber.php?haber_id=11388, Erişim tarihi: 18.03.2016.
43. Şar AH., Ayas T., Horzum MB. Developing the Smart Phone Addiction Scale and its Validity and Reliability Study. Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying, 2015, 2(1), 1-17.
44. Öztürk O. Ruh Sağlığı ve Bozuklukları. 2. baskı. Evrim Yayım, İstanbul. 1989:199-201.
45. Comings DE. Tourette's syndrome: a behavioral spectrum disorder. Advances in neurology. 1994;65:293-303.
46. Stein, D.J., Hollander, E., Cohen, L. Neuropsychiatry of obsessive compulsive disorder. Current insights in Obsessive Compulsive Disorder. Chichester: John Wiley & Sons. 1994. S:167-182.
47. Cüceloğlu, D. İnsan ve davranışı. İstanbul: Remzi Kitapevi Yayınları, 1993.
48. Ertem F. Cep Telefonu Kullanımının İnsan İlişkilerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul; 2006.
49. Phillips, J. G., Ogeil, R. P. & Blaszczynski, A. Electronic interests and behaviors associated with gambling problems. Int J Ment Health Addiction, 2011. 1(2); 33-42.

50. Kring, A. M., Davison, G. C., Neale, J. M., Johnson, S. L. Abnormal psychology, 13th Edition. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, 2007. Ch: 8
51. Öztürk UC. Bağlantıda Kalmak da da Kalmamak İşte Tüm Korku Bu: İnternetsiz Kalma Korkusu Ve Örgütsel Yansımaları. Journal of International Social Research, 2015. 8; 37.
52. Laramie DJ. Emotional and behavioral aspects of mobile phone use: Alliant International University, Los Angeles; 2007.
53. Şenyuva D. Gençler Akıllı Telefon Bağımlısı. Erişim: <http://sosyalmedya.co/gencler-akilli-telefon-bagimlisi/>. Erişim tarihi: 21.03.2106.
54. Her 4 Türk gencinden 3'ü akıllı telefon bağımlısı. Erişim: <http://www.btnet.com.tr/yasam-tarzi/her-4-turk-gencinden-3-u-akilli-telefon-bagimlisi/1/14188>. Erişim tarihi: 25.03.2016.
55. İNTEL Mobil Etiket Araştırması. Erişim: <http://sosyalmedya.co/intel-mobil-arastirma/>. Erişim tarihi: 18.03.2016.
56. Morahan MJ., Schumacher P. Incidence and correlates of pathological internet use among college students. Comput Human Behav, 2000. 16; 13-29.
57. Yılmaz D. Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalına Başvuran Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar Oyunu ve İnternet Kullanımı ile Utangaçlık ve Sosyal Fobi İlişkisinin İncelenmesi, Uzmanlık Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, 2010.
58. Zorbaz, O. Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımının Sosyal Kaygı ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2013.
59. Morris M., Ogan C. The Internet As Mass Medium. McQuail's Reader in Mass Communication Theory, London: Sage Publications, 2004. S: 134-145.
60. Davis R.A. A cognitive-behavioral model of pathological internet use. Computers in Human Behavior, 2001. 17; 187-195.

61. Eşiği N. Aile Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik Güvenirlik Çalışması. Kastamonu Eğitim Dergisi, Mayıs 2014. Cilt:22/2; 807-839.
62. Young KS. Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. Erişim: <http://netaddiction.com/articles/symptoms.pdf>. Erişim tarihi: 30.03.2016.
63. Günüş S, Kayri M. Türkiye'de İnternet Bağımlılık Profili Ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik-Güvenirlik Çalışması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2010. 39: 220-232.
64. Özcan NK., Buzlu S. Problemlı İnternet Kullanımını Belirlemede Yardımcı Bir Araç: "İnternette Bilişsel Durum Ölçeği"Nin Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik Ve Güvenirliği. Bağımlılık Dergisi, 2005. 6;19-26.
65. Young KS. Internet addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. CyberPsychology & Behavior. 1998. 1(3);237-244.
66. Arısoy Ö. İnternet bağımlılığı. Editör; Tamam L. Dürtü Kontrol Bozuklukları. Ankara, Hekimler Yayın Birliği 2009. S:343-403.
67. Young, K. S. Cyber-Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium. CyberPsychology & Behavior, 2000. 3(5); 475-479.
68. Chou C. ve Hsiao MC. Internet Addiction, Usage, Gratification, and Pleasure Experience: The Taiwan College Students Case. Computers & Education, 2000. 35(1); 65-80.
69. Kandell JJ. Internet Addiction on Campus: The Vulnerability of College Students, CyberPsychology & Behavior, 1998. 1(1); 11-17.
70. Soule LC., Shell LW., Kleen BA. Exploring Internet Addiction: Demographic Characteristics and Stereotypes of Heavy Internet Users. The Journal of Computer Information Systems, 2003. 44(1); 64-73.
71. Yıldız, M.C., Bölükbaş, K. İnternet Kafeler, Gençlik ve Sosyal Sapma, İnternet ve Toplum, Editör: A. Tarcın. Anı Yayıncılık, Ankara 2005. S: 38-54.

72. Marcantonio M.S. An Overview of Problematic İnternet Use. Addictive Behaviors, 2014. 39; 3–6.
73. Hur MH. Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of internet addiction disorder: An empirical study of Korean teenagers. CyberPsychology & Behavior, 2006. 9; 514–525.
74. Hur MH. Current trends of Internet Addiction Disorder research: a review of 2000–2008 Korean academic journal articles. Asia Pacific Journal of Social Work and Development Vol: 22, No: 3. September 2012. S; 187–201.
75. Şenormancı Ö, Konkan R, Sungur ZM. İnternet Bağımlılığı ve Bilişsel Davranışçı Terapisi. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 2010. 11; 261-268.
76. Douglas A, Mills J, Niang M, Stepchenkova S, Byun S, Ruffini C. Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996-2006. Computer Human Behaviour. 2008. 24; 3027-3044.
77. Öztürk Ö, Odabaşoğlu G, Eraslan D, Genç Y, Kalyoncu ÖA. (2007). Internet addiction: Clinical aspects and treatment strategies. Journal of Dependence, 8: 36-41.
78. Köroğlu E. Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı DSM-5. Beşinci Baskı. Ankara: Hekimler Yayın Birliği; 2015.
79. Hojat, M. Loneliness as a function of selected personality variables. Journal of Clinical Psychology, 1982. 38; 137- 141.
80. Kraut, S., Kiesler, B. ve Boneva, J. Cummings J, Helgeson V, Crawford, A. Internet paradox revisited. Journal of Social Issues, 2002. 58; 49-74.
81. McKenna, K. ve Bargh, J. Plan 9 from cyberspace: The implications of the internet for personality and social psychology. Personality and Social Psychology Review, 2000. 4; 57-75.
82. L. Berkowitz, (Eds.), Advances in experimental social psychology New-York: Academic Press. (pp. 221-244).

- 83.** Davis, R. A. A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 2001. 17(2); 187–195.
- 84.** Yang, S. C. ve Tung, C. J. Comparison of internet addicts and nonaddicts in Taiwanese high school. *Comput. Human Behav.* 2007. 23(1); 79-96.
- 85.** Tsai CC, Lin SSS. Internet addiction of adolescents in Taiwan : An interview study. *Cyberpsychol Behav* 2003. 6: 649-652.
- 86.** Yang SC, Tung CJ () Comparison of internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Comput Human Behav*, 2007. 23: 79-96.
- 87.** Ceyhan E. Ergen Ruh Sağlığı Açısından Bir Risk Faktörü:İnternet Bağımlılığı Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi 2008.: S: 1 (2)
- 88.** Zhou S-J, Tang Z-H, Peng Y. Internet-related behavior characteristics of adolescents with internet addiction. *Chin J Clin Psychol* 2009. 17: 150-153.
- 89.** Shields MK, Behrman RE. Children and computer technology: Analysis and recommendations. *The Future of Children*. 2000; 10(2): 4–30.
- 90.** Aslan, S. Akademisyenlerde İnternet Bağımlılık Düzeyleri ve Buna Bağlı Oluşabilecek Sağlık Sorunları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi, Yüksek Lisans Tezi, Malatya İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2011.
- 91.** Caplan SE. Problematic İnternet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive–behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*. 2002; 18: 553–575.
- 92.** Irwansyah. “İnternet Uses, Gratifications, Addiction, and Loneliness Among International Students”. Master’s Thesis, University of Hawaii, Department of Communication. 2005.
- 93.** Odabaşıoğlu G, Öztürk Ö, Genç Y, Pektaş Ö. On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı-Klinik görünümleri. *Bağımlılık Dergisi* 2007; 8:46-51.
- 94.** Gönül AS. Patolojik internet kullanımı(internet bağımlılığı/Kötüye kullanımı). *Yeni Sempozyum* 2002; 40:105-110.

95. Holden C. Behavioral addictions: Do they exist? Science 2001; 294: 980-982.
96. Chak, K. ve Leung, L. Shyness and Locus of Control as Predictors of Internet Addiction and Internet use. Cyberpsychology ve Behavior, 2004. 7 (5), s: 559- 570.
97. Gürcan, N.. Ergenlerin problemleri internet kullanımları ile uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Konya Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2010.
98. Yang, SC. & Tung, CJ. Comparison of internet addicts and nonaddicts in Taiwanese high school. Comput Human Behavior, 2007. 23: 79-96.
99. Kubey RW, Lavin MJ, Barrows JR. Internet use and collegiate academic performance decrements: early findings. Journal of Communication. 2001; 366–382.
100. Aboujasoude, E., Koran, L. M., Gamel, N., Large, M.D., Serpe, R. T. Potential Markers For Problematic Internet Use: a telephone survey of 2,513 adults. CNS Spectr, 2006. 11. 750-755.
101. Yoo HJ., Cho SC., Ha J., Yune SK., Kim SJ., Hwang, J., Chung A., Sung YH, Lyoo IK. Attention Deficit Hyperactivity Symptoms and Internet Addiction. Psychiatry and Clinical Neurosciences, 2004. 5; 487-494.
102. Heino, R. K., Lintonen, T., Rimpela, A. Internet Addiction? Potentially Problematic Use of The Internet in a Population of 12–18 Year-old Adolescents. Addiction Research and Theory, 2004. 12; 89-96.
103. Chou, C., Condron, L. ve Belland, JC. A Review of the Research on Internet Addiction. Educational Psychology Review, 2005. 17(4); 363-388.
104. Greenfield, DN. Psychological Characteristics of Compulsive Internet Use: A Preliminary Analysis. CyberPsychology and Behavior, 1999. 2(5); 403-412.
105. Johansson, A. ve Götestam, KG. Internet Addiction: Characteristics of a Questionnaire and Prevalence in Norwegian Youth (12–18 years). Scandinavian Journal of Psychology, 2004. 45; 223-229.

- 106.** Bayraktar F., Gün Z. Incidence and Correlates of Internet Usage Among Adolescents in North Cyprus. *Cyberpsychol Behavior*, 2007. 10; 191-197.
- 107.** Tahiroğlu A., Çelik GG., Uzel M., Özca, N., Avcı A. Internet Use Among Turkish Adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*, 2008. 11(5); 537- 543.
- 108.** Canba, S., Sunter AT., Peksen Y., Canbaz MA. Prevalence of the Pathological Internet Use in a Sample of Turkish School Adolescents. *Iranian Journal of Public Health*. 2009. 38(4); 64-71.
- 109.** Canan F. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Disosiyatif Belirtiler ve Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki. Tıpta Uzmanlık Tezi. Düzce Tıp Fakültesi, 2010.
- 110.** Koç M. İnternet Addiction and Psychopatology. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 2011. 10(1); 143-14
- 111.** Weinstein A, Lejoyeux M. Internet Addiction or Excessive Internet Use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 2010. 36: 277–283.
- 112.** Young KS. Cognitive behavior therapy with internet addicts: treatment outcomes and implications. *Cyberpsychol Behav*. 2007; 10:671-679.
- 113.** Aksakoğlu G. Sağlıkta Araştırma Teknikleri ve Analiz Yöntemleri. Dokuz Eylül Üniversitesi Yayın Komisyonu Yayını; İzmir, 2001 ISBN 957-93363-0-08.Baskı: D.E Ü Rektörlük Matbaası.
- 113.** Eurostudent Ulusal Araştırması Türkiye Sonuçları, <http://docplayer.biz.tr/9732096-Eurostudent-ulusal-arastirmasi-turkiye-sonuclari.html>, Erişim Tarihi: 27.03.2016
- 114.** <https://ogrenci.gazi.edu.tr/istatistik/>, Erişim Tarihi: 29.03.2016
- 115.** İstatistiklerle Kadın 2015, <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21519>, Erişim Tarihi 29.03.2016

- 116.** Avcı E., İlhan M.N., Civil E.F., Özdemirkan T., Bumin M.A., Prevalance of The Tobacco Alcohol and Products Use of A Faculty of Medicine Students and Risk Factors, *Journal of Dependence*, 2014; 2:15
- 117.** Augner C, Hacker GW. Associations between problematic mobile phone use and psychological parameters in young adults. *Int J Public Health*. 2012;57(2):437-41.
- 118.** Tekin C., Gunes G., Colak C. Adaptation of Problematic Mobile Phone Use Scale to Turkish: A Validity and Reliability Study. *Medicine Science* 2014;3(3):1361-81.
- 119.** Kwon M, Lee JY, Won WY, Park JW, Min JA, Hahn C, et al. Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLoS One* 2013; 8(2):e56936. doi: 10.1371/journal.pone.0056936.
- 120.** Demirci K, Orhan H, Demirdas A, Akpınar A, Sert H. Validity and reliability of the Turkish Version of the Smartphone Addiction Scale in a younger population. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology* 2014; 24:226-234.
- 121.** Kwon M, Kim DJ, Cho H, Yang S. The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS One* 2013; 8:e83558.
- 122.** Noyan ve ark. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2015; 16 (Özel sayı.1):73-81
- 123.** Lee YK, Chang CT, Lin Y, Cheng ZH. The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Comput Human Behav* 2014; 31:373-383.
- 124.** İlhan MN, Dikmen UA, Uslu I, Medeni V, Altun B, Tezel A. "Ankara'da Onbeş Yaş Üstü Kişilerin İnternet Kullanım Sıklığı ve Bağımlılığı", *Literatür Sempozyum Psikiyatri, Nöroloji, Davranış Bilimleri Dergisi*", 2014;4:34-42
- 124.** Sanchez-Martinez, M., Otero, A. (2009). Factors associated with cell phone use in adolescents in the community of Madrid (Spain). *Cyberpsychol Behav*,

12(2), 131-7.

125. Büyükkınacı A. Uğraş Terapisi (Ergoterapi). Klinik Psikiyatri Dergisi 2010; 13:137-142.

126. Ko CH, Yen JY, Yen CF, Chen CS, Weng CC, Chen CC. The association between Internet addiction and problem- atic alcohol use in adolescents: the problem behavior model. Cyberpsychol Behav 2008; 11(5):571-576.

127. Griffiths MD. A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. Journal of Substance Use 2005; 10:191-197.

128. Kuss DR, Griffiths MD. Online social networking and addiction: A review of the psychological literature. International Journal of Environmental Research and Public Health 2011; 8:3528-3552.

129. Takao M, Takahashi S, Kitamura M. Addictive personality and problematic mobile phone use. CyberPsychology & Behavior 2009; 12:501-507.

130. Yen JY, Ko CH, Yen CF, Chen CS, Chen CC. The association between harmful alcohol use and Internet addiction among college students: comparison of per- sonality. Psychiatry Clin Neurosci 2009; 63(2):218-224.

131. Ni X, Yan H, Chen S, Liu Z. Factors influencing Internet addiction in a sample of freshmen university students in China. Cyberpsychol Behav 2009; 12(3):327-330.

132. Canan F, Ataoglu A, Ozcetin A, Icmeli C. The association between Internet addiction and dissociation among Turkish college students. Compr Psychiatry 2012; 53(5):422-426.

133. Batıgün, A. D. ve Hasta, D. İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından Bir Değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 2010;11, 213- 219.

- 134.** Alaçam, H. *Denizli Bölgesi Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Görülme Sıklığı ve Yetişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ile İlişkisi*, 2012; Yayınlanmış Tıpta Uzmanlık Tezi. Denizli: PÜ. Tıp Fakültesi.
- 135.** Şaşmaz, T., Öner, S., Kurt, A.Ö., Yapıcı, G., Yazıcı, A.E., Buğdaycı, R. ve Şiş, M. (2013). Prevalence and Risk Factors of Internet Addiction In High School Students. *European Journal of Public Health*. 24(1), 15-20.
- 136.** Wang, E. S., Chen, L. S., Lin, J. Y. ve Wang, M. C. (2008). The Relationship Between Leisure Satisfaction and Life Satisfaction of Adolescents Concerning Online Games. *Adolescence*. 43(169), 177-184.
- 137.** Balta, Ç. Ö., Horzum, B. M. Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2008; 41 (1), 187-205.
- 138.** Hawi, N.S. Internet Addiction Among Adolescents in Lebanon. *Computers in Human Behavior* 2012 28, 1044–1053.
- 139.** Işık, U. (2007). *Medya Bağımlılığı Teorisi Doğrultusunda İnternet Kullanımının Etkileri Ve İnternet Bağımlılığı*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi.
- 140.** Vural, B. Z. ve Bat, M. Yeni Bir İletişim Ortamı Olarak Sosyal Medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi'ne Yönelik Bir Araştırma. *Journal of Yasar University* 1020; 20(5), 3348-3382.
- 141.** Üneri, Ö. Ş., Tanıdır, C. Bir Grup Lise Öğrencisinde İnternet Bağımlılığı Değerlendirmesi: Kesitsel Bir Çalışma. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi* 2011;24, 265-272.
- 142.** Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., Stein, D. J. Problematic Internet Use: Proposed Classification and Diagnostic Criteria. *Depression and Anxiety* 2003; 17(4), 207-216.

8. ÖZET

GAZİ ÜNİVERSİTESİ ÖĞRENCİLERİNDE CEP TELEFONU PROBLEMLİ KULLANIMI ile AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞI ve İNTERNET BAĞIMLILIĞININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmada Gazi Üniversitesi öğrencilerinde cep telefonu problemleri kullanımı ile akıllı telefon ve internet bağımlılığının değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Çalışma kesitsel tipte bir araştırmadır. Araştırmaya Gazi Üniversitesinde sağlık, sosyal ve fen bilimlerinde eğitim alan 2482 lisans öğrencisi dahil edilmiştir. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş ortalaması $20,70 \pm 2,06$ olup %54,9'u kadındır. Öğrencilerin %35,4'ünün annesi ilköğretim, %30,3'ünün babası yüksek okul ya da üniversite mezunudur. Üniversite öğrencilerinin %21,7'si sigara, %19,0'ı alkol kullandığını ifade etmiştir ve %6,6'sı evcil hayvan beslediğini ifade etmiştir. Kadın ve erkek öğrenciler arasında akıllı telefon bağımlılığı ve internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p < 0,05$). Kadın öğrencilerde akıllı telefon bağımlılığı yüksekken erkek öğrencilerin internet bağımlılığı skoru daha yüksektir. Fen bilimlerinde eğitim alanlarda bağımlılık yüzdesi diğer bölümlerden anlamlı olarak daha düşüktür. Evcil hayvan besleyenlerde akıllı telefondan bağımlılığı yüzdesi beslemeyenlerden daha düşüktür. Gelişen bağımlılıkla birlikte işlevsellikte bozulmaya yol açması yönüyle önemli bir halk sağlığı sorunu olan akıllı telefon bağımlılığını önlemeye yönelik üniversite öğrencilerinin eğitim müfredatlarına farkındalık oluşturacak faaliyetler eklenebilir.

9. İNGİLİZCE ÖZET

EVALUATION OF SMART PHONE, INTERNET ADDICTION AND PROBLEMATIC CELL PHONE USE AMONG STUDENTS OF GAZI UNIVERSITY

It is aimed in this cross sectional study to evaluate the problematic use of mobile phone and smartphone and internet addiction in Gazi University students. 2482 students are included who are currently enrolled the faculties of health sciences, social sciences and science at Gazi University. The average age of students surveyed was 20.70 ± 2.06 and 54.9% were women. 35.4% of students had primary school graduate mothers and 30.3% had high school or university graduate fathers. 21.7% of the students were smokers. The percentage of alcohol consumption was 19.0% and 6.6% stated having a pet. In terms of smartphone addiction and internet addiction the difference between male and female students was found statistically significant ($p < 0.05$). Smartphone addiction score was higher among female students while internet addiction score was higher among male students. The percentage of addiction was significantly lower among students of science comparing to other fields. The percentage of smartphone addiction was lower in the pet owners students. Being a growing public health issue, activities that aim raising awareness to the problem could be added in educational curriculums to prevent smartphone addiction as it causes deterioration in functionality of the youth.

10. EKLER

EK 1. KİŞİSEL BİLGİ FORMU ve UYGULANAN ÖLÇEKLER

GAZİ ÜNİVERSİTESİ ÖĞRENCİLERİNDE CEP TELEFONU PROBLEMLİ KULLANIMI ile AKILLI TELEFON ve İNTERNET BAĞIMLILIĞININ DEĞERLENDİRİLMESİ-KİŞİSEL BİLGİ FORMU	
1. Kaç yaşındasınız?	
2. Cinsiyetiniz nedir?	
	1. Erkek
	2. Kadın
3. Eğitim aldığınız bölüm neresidir?	
4. Üniversitedeki eğitiminizin kaçınıcı yılındasınız?	
5. Annenizin öğrenim durumu nedir?	
	1. Okur-Yazar değil
	2. Okur-Yazar
	3. İlkokul mezunu
	4. Ortaokul mezunu
	5. Lise mezunu
	6. Yüksekokul/Üniversite mezunu
6. Babanızın öğrenim durumu nedir?	
	1. Okur-Yazar değil
	2. Okur-Yazar
	3. İlkokul mezunu
	4. Ortaokul mezunu
	5. Lise mezunu
	6. Yüksekokul/Üniversite mezunu
7. Anneniz gelir getiren bir işte çalışıyor mu?	
	0. Hayır
	1. Evet
8. Babanız gelir getiren bir işte çalışıyor mu?	
	0. Hayır
	1. Evet
9. Aylık toplam hane geliriniz ne kadar?	
	1. 1000 TL ve daha az
	2. 1001-2000 TL
	3. 2000-3000 TL
	4. 3001-4000 TL
	5. 4001-5000 TL
	6. 5001 TL ve daha fazla
10. Nerede kalıyorsunuz?	
	1. Ailemle evde
	2. Kredi ve Yurtlar Kurumu yurdunda
	3. Özel yurttta
	4. Arkadaşımla/Arkadaşlarımla evde
	5. Diğer (Lütfen belirtiniz.....)
11. Sigara kullanıyor musunuz?	
	0. Hayır
	1. Evet
12. Alkol kullanıyor musunuz?	
	0. Hayır
	1. Evet
13. Sorumluluğu tamamen size ait olan, beslediğiniz herhangi bir evcil hayvanınız var mı?	

	0. Hayır
	1. Evet
14. Size ait cep telefonunuz var mı?	
	0. Hayır
	1. Evet
15. Cep telefonunuz varsa internete bağlanabilme, oyun oynayabilme, çeşitli uygulamaları çalıştırabilme gibi akıllı telefon özellikleri taşıyor mu?	
	0. Hayır
	1. Evet
16. Cevabınız evetse akıllı telefonunuzda internet erişiminiz var mı?	
	0. Hayır
	1. Evet
	1. İnternet paketi kullanıyorum GB
	2. Wi-Fi olan yerlerde internete bağlanıyorum
	3. Yukarıdakilerin ikisini de kullanıyorum
17. Günde ortalama kaç kez akıllı telefonunuzu kontrol edersiniz? kez	
18. Günde akıllı telefonunuzla kaç saat ilgileniyorsunuz? saat	
19. Akıllı telefonunuzda en uzun ne kadar süre internet kullanıyorsunuz? dk/saat	
20. Akıllı telefonunuzun özelliklerini (Whats app, Oyun, Facebook/Twitter/İnstagram vb)) en uzun ne kadar süre kullanıyorsunuz?.....dk/saat	
21. Telefonunuzla günde ortalama ne kadar süre konuşursunuz? dk/saat	
22. Telefonunuzla günde ortalama ne kadar süre mesajlaşırsınız? dk/saat	
23. Kendinizi akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendiriyor musunuz?	
	1. Değilim
	2. Fikrim yok
	3. Belki
	4. Bağımlıyım
24. İnternet kullanıyor musunuz?	
	0. Hayır
	1. Evet
25. İnterneti ne kadar süredir kullanıyorsunuz?	
26. İnternete genellikle nereden bağlanırsınız?	
	1. Telefon
	2. Bilgisayar
	3. Tablet
	4. Diğer (Lütfen belirtiniz.....)
27. İnterneti ne sıklıkla kullanırsınız?	
	1. Her gün
	2. İki günde bir
	3. “3-4” günde bir
	4. Haftada bir
	5. “10” gün veya daha az sıklıkla
28. Haftada ortalama kaç saat internet kullanırsınız?	
29. Herhangi bir sosyal paylaşım ağında hesabınız var mı?	
	0. Hayır
	1. Evet.....Facebook () Twitter () İnstagram () Diğer (.....)
30. İnterneti en çok hangi amaçla kullanırsın? (İlk üçünü yanına rakam olarak yazınız)	
	1. Bilimsel araştırma/ Proje/ Ödev ()
	2. Oyun ()
	3. Sosyal medya takibi (Twitter, Facebook, vb.) ()
	4. E-posta kontrolü ()
	5. Müzik dinlemek, film/video izlemek ()
	6. Diğer (Lütfen belirtiniz.....) ()

AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ-KISA FORM

Yönerge: Aşağıda akıllı telefon kullanımı ile ilgili çeşitli duygu ve düşünceleri içeren anlatımlar verilmiştir. Lütfen her anlatımın size ne kadar uyduğunu değerlendirerek en uygun seçeneği yuvarlak içine alınız. **1-Kesinlikle katılmıyorum, 2-Katılmıyorum, 3-Kısmen katılmıyorum, 4-Kısmen katılıyorum, 5-Katılıyorum, 6-Kesinlikle katılıyorum**

	1	2	3	4	5	6
1. Akıllı telefon kullanmaktan dolayı planladığım işleri aksatırım.						
2. Akıllı telefonu kullanmaktan dolayı derslerime odaklanmakta, ödevlerimi yapmakta ve işlerimi tamamlamakta güçlük çekerim.						
3. Akıllı telefon kullanmaktan dolayı el bileğimde veya ensemdede ağrı hissedirim.						
4. Akıllı telefonumun yanımda olmamasına tahammül edemem.						
5. Akıllı telefonum yanımda olmadığında sabırsız ve sinirli olurum.						
6. Kullanmasam da, akıllı telefonum aklımdadır.						
7. Günlük yaşamımı aksatmasına rağmen akıllı telefonumu kullanmaktan vazgeçemem.						
8. İnsanların twitter veya facebook üzerindeki konuşmalarını kaçırmamak için sürekli akıllı telefonumu kontrol ederim.						
9. Akıllı telefonumu hedeflediğimden daha uzun süre kullanırım.						
10. Çevremdeki insanlar akıllı telefonumu çok fazla kullandığını söylerler						

CEP TELEFONU PROBLEMLİ KULLANIM ÖLÇEĞİ	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Fikrim Yok	Katlıyorum	Kesinlikle Katlıyorum
1. Cep telefonum çekmediği zaman çok sinirlenirim.					
2. Cep telefonum uzun süre çalmadığı zaman telefonumun açık olup olmadığını kontrol ederim.					
3. Cep telefonumu evde unutursam kendimi iyi hissetmem.					
4. Cep telefonumu hiç kapatmam.					
5. Cep telefonunun olmadığı bir hayat düşünemem.					
6. Cep telefonumu uzun bir süre kullanamadığım veya kullanmama müsaade edilmediği zaman moralim bozulur.					
7. Biriyle konuşmaktansa o kişiye SMS yazmayı tercih ederim.					
8. Cep telefonumu bazen hoşlanmadığım ortamlardan kaçmak için kullanırım.					
9. Yüz yüze görüşmektense cep telefonu ile konuşmayı daha çok severim.					
10. Canım sıkıldığı zaman, cep telefonumla oyalanırım.					
11. Cep telefonumdan uzun süre aranmadığımda veya bana SMS gönderilmediğinde, kimsenin beni düşünmediği hissine kapılırım.					
<i>Aşağıdaki ifadelere göre Cep Telefonu davranışları listelenmiştir. Lütfen kendinize uyan sık sık uyguladığınız davranışlarınızı yargılayınız.</i>	Hiç	Pek Az	Bazen	Sık	Çok Sık
12. Cep telefonu ile çok mesaj yazdığım için sonrasında parmaklarımın ağrıdığı olmuştur.					
13. Cep telefonu ile çok fazla konuştuğum için sonrasında başımın ağrıdığı ve\veya kulağımın ısındığı olmuştur.					
14. Cep telefonu ile çok meşgul olduğum ve zamanın nasıl geçtiğini anlamadığım olmuştur.					
15. Cep telefonu ile çok konuştuğum veya telefondan çok fazla SMS gönderdiğim için diğer insanlar tarafından eleştirildiğim olmuştur.					
16. Uygun olmayan durumlarda cep telefonu kullandığım için, kaza atlattığım olmuştur.					
17. Cep telefonumu derste\işte kullandığım için öğretmenimden\patronumdan azar işittiğim olmuştur.					
18. Gece mesaj veya telefon geldiği için uykudan uyandığım olmuştur.					
19. Gece cep telefonu ile konuştuğum veya SMS gönderdiğim için uykusuz kaldığım olmuştur.					
20. Cep telefonu ile çok meşgul olduğum için yapılması gerekenleri unuttuğum zamanlar olmuştur.					

İTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için her zaman doğru ise “Tamamen Katılıyorum” , genelde doğru ise “Katılıyorum” , emin değilseniz “Kararsızım” , genelde doğru değilse “Katılmıyorum” , hiçbir zaman doğru değilse “Kesinlikle Katılmıyorum” şeklinde işaretleme yapmanız rica olunur.	Tamamen Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1. İnternet kullanmadığım zaman kendimi gergin/huzursuz hissedirim.					
2. İnternet kullanmak isteyip de kullanmadığım zaman sinirli/öfkeli olurum.					
3. İnternet bağlantısı koparsa ya da yavaşlarsa sinirlenirim/öfkelenirim.					
4. İnternet kullandığım zamanlarda hiç olmadığım kadar mutlu/huzurlu olurum.					
5. Kendimi endişeli ya da sıkıntılı hissettiğim zamanlarda internet kullanmak beni rahatlatır.					
6. Birileri beni internetin başından kaldırırsa sinirlenirim.					
7. Sorunlarımdan kaçmak için internet kullanmaya yönelirim.					
8. İnternete, planladığım zamanda giremezsem sinirlenirim.					
9. Çevremde birileri varken, yalnız kalıp, internete girmeyi isterim.					
10. İnterneti kullanmadığı m zamanlarda internete girmek için sabırsızlanırım.					
11. Gittiğim yerlerde internet bağlantısı ararım.					
12. İnternet kullanmamı sınırlamakta ya da kontrol etmekte güçlük çekerim.					
13. Sabah uyandığımda ilk aklıma gelen internete girmek olur.					
14. İnternette her defasında, bir öncekinden daha uzun süre kalmak isterim.					
15. İnternette planladığımdan daha uzun süre kalırım.					
16. İnternet kullanmadığım zamanlarda bile interneti düşünürüm.					
17. İnternette iken acıktığımı, susadığımı hissetmem ya da farkına varmam.					
18. İnternette daha fazla zaman geçirmek için başka planlarımı iptal ederim.					
19. İstedğim zaman internetin başından kalkamam.					
20. Ailem beni çağırsa dahi internetin başından kalkamam.					
21. İnternet kullanabilmek için uykumdan ödün veririm.					
22. İnternet kullanmamdan dolayı ailem ile sorunlar yaşarım.					
23. Arkadaşlarım beni çağırsa dahi internetin başından kalkamam.					
24. İnternet kullanmamdan dolayı başka etkinliklere (spor, sinema, kitap okuma vb.) ilgim azalır.					
25. İnternet kullanmamdan dolayı ev/iş/okul sorumluluklarımı yerine getiremem ya da ihmal ederim.					
26. Çevremdekiler internette harcadığım zamandan dolayı şikayet eder.					
27. İnternet kullanmamdan dolayı ailem ile daha az zaman geçiririm.					
28. İnternet kullanmamdan dolayı arkadaşlarım ile daha az zaman geçiririm.					
29. İnternet kullanmamdan dolayı arkadaşlarım ile sorunlar yaşarım.					
30. İnternet ortamında edindiğim arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlarıma tercih ederim.					
31. Gerçek yaşamdaki arkadaşlarımla dışarıda görüşmek yerine internette görüşmeyi tercih ederim.					
32. Arkadaşlarımı internetten edinirim.					
33. İnternet benim en iyi arkadaşımdır.					
34. İnternetsiz bir yaşam bana anlamsız/boş gelir.					
35. İnternet kullanmamdan dolayı yüz yüze iletişimde zorluk yaşarım.					

EK-2. ETİK KOMİSYON ONAYI

Evrak Tarih ve Sayısı: 18/09/2015-E.109396



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Etik Komisyonu



Sayı : 77082166-604.01.02-
Konu : Değerlendirme ve Onay

Sayın Prof. Dr. Fatma Nur BARAN AKSAKAL
Halk Sağlığı Anabilim Dalı Başkanlığı - Öğretim Üyesi

Tez danışmanı olduğunuz, Üniversitemiz Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Arş.Gör. Dr. Önder AYDEMİR'in tez çalışması olan "*Gazi Üniversitesi Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ile Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi*" başlıklı araştırma öneriniz incelenmiş ve Üniversitemiz Etik Komisyon ilkelerine uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinizi rica ederim.

e-imzalıdır
Doç. Dr. Eda KÖKSAL
Komisyon Başkan Yardımcısı

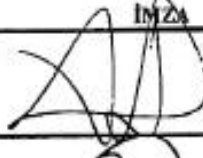
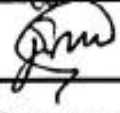
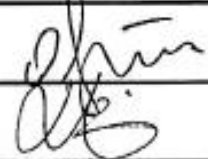
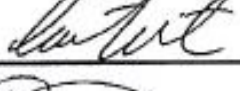
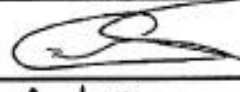
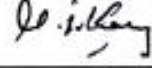
EK :
1 Liste

Ankara
Tel:0 (312) 202 69 58 Faks:0 (312) 202 46 73
İnternet Adresi :<http://etikkurul.gazi.edu.tr/>

Bilgi için :Şenay Seloğlu
Genel Evrak Sorumlusu

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
ETİK KOMİSYONU KATILIM LİSTESİ

TOPLANTI TARİHİ : 10.09.2015		TOPLANTI SAYISI :08	
ADI-SOYADI		İmza	
Prof.Dr.Aysu DUYAN ÇAMURDAN (Başkan)			
Doç.Dr.Eda KÖKSAL (Başkan Yrd.)			
Prof.Dr.Hüseyin Güçlü YAVUZCAN		KATILAMADI	
Prof.Dr.Ogün DOĞRU			
Prof.Dr.Hülya KASAPOĞLU ÇENGEL			
Prof.Dr.Şenol DURGUN			
Prof.Dr.F.Bilge TANRIBİLİR			
Prof.Dr.F. Nur BARAN AKSAKAL		KATILAMADI	
Doç.Dr.Cumhur TUNCER			
Doç.Dr.Mustafa İsmail KAYA			
Doç.Dr.Müjde AKTÜRK			
Doç.Dr.Ramazan YILDIZ		KATILAMADI	
Yrd.Doç.Dr.Ayşe Bükem HACIÖMEROĞLU			

EK-3. İLGİLİ FAKÜLTELERDEN ALINAN İZİNLER

Evrak Tarih ve Sayısı: 15/03/2016-E.9729



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı



Sayı : 17311665-044-
Konu : Dilekçeniz

Sayın Prof. Dr. Nur BARAN AKSAKAL
Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi
Halk Sağlığı A.D. Başkanı

İlgi : 18/01/2016 tarihli dilekçe.

Danışmanı olduğunuz Arş. Gör. Önder AYDEMİR'in "Gazi Üniversitesi Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ile Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi" isimli uzmanlık tezine ilişkin ilgi dilekçeniz Üniversitemiz ilgili birimlerine iletilmiş olup, alınan cevabi yazılar ekte gönderilmiştir. Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Servet KARABAĞ
Rektör a.
Rektör Yardımcısı

EK :
Cevabi yazılar (7 sayfa)

BELGENİN ASLI
ELEKTRONİK İMZALIDIR
17.03.2016
Yılmaz KORKMAZ
Memur

Evrak Doğrulama İçin: <https://belgedogrulama.gazi.edu.tr>
Gazi Üniversitesi Öğrenci İşleri Dairesi Başkanlığı Rektörlük Kampüsü 06500 Beşevler
/ ANKARA
Tel 0 (312) 212 68 40 Faks 0 (312) 221 32 02
e-Posta: ogris@gazi.edu.tr İnternet Adresi: www.ogris.gazi.edu.tr

Pin 21032
Bilgi için : Talip Gümüş
Bilgisayar İşletmeni

Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır. (PIN:21032)

Evrak Tarih ve Sayısı: 04/02/2016-E.15132



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Fen Fakültesi Dekanlığı



Sayı : 84909349-044-
Konu : Prof.Dr.F.Nur BARAN AKSAKAL ve
Arş.Gör.Önder AYDEMİR

ÖĞRENCİ İŞLERİ DAİRE BAŞKANLIĞINA

İlgi : 22/01/2016 tarihli ve 17311665-044- 9253 sayılı yazı,

Üniversitemiz Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Başkanı Prof.Dr. F.Nur BARAN AKSAKAL'ın danışmanı olduğu Araş.Gör. Önder AYDEMİR'in "Gazi Üniversitesi Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ile Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi" konulu uzmanlık tez çalışmasını Fakültemiz Biyoloji Bölümünde öğrencilerin ders saatleri dışında olmak üzere; Kimya, Matematik, İstatistik ve Fizik Bölümlerinde uygulanması ilgili Bölüm Başkanlıklarının görüşleri doğrultusunda uygundur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Şeref OKUDUCU
Dekan

EK :
5 Sayfa

Evrak Tarih ve Sayısı: 01/02/2016-13307



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
FEN FAKÜLTESİ
Fizik Bölüm Başkanlığı



Sayı : 27316549-044-
Konu : Anket İsteği

FEN FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi : 25/01/2016 tarihli ve 84909349-044- 10329 sayılı yazı,

İlgi yazınız ile istenilen Üniversitemiz Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. F. Nur BARAN AKSAKAL'ın, danışmanı olduğu Araş.Gör.Önder AYDEMİR'in, söz konusu uzmanlık tez çalışmasını Bölümümüz öğrencilerine uygulama isteği uygundur.

Gereğini bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Ziya MERDAN
Bölüm Başkanı

Evrak Tarih ve Sayısı: 28/01/2016-11799



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Fen Fakültesi
Matematik Bölüm Başkanlığı



Sayı : 26058951-044-
Konu : Anketler

FEN FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi : 25/01/2016 tarihli ve 84909349-044- 10329 sayılı yazı,

Üniversitemiz Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Başkanı Prof.Dr. F.Nur BARAN AKSAKAL'ın danışmanı olduğu Araş.Gör. Önder AYDEMİR'in "Gazi Üniversitesi Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ile Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi" konulu anket yapma isteği bölümümüzce uygundur. Gereği hususunu bilgilerinize arz ederim.

e-imzalıdır
Doç. Dr. Cüneyt ÇEVİK
Bölüm Başkanı V.

Evrak Tarih ve Sayısı: 27/01/2016-11246



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
FEN FAKÜLTESİ
Kimya Bölüm Başkanlığı



Sayı : 94817847-044-

Konu : Anket İsteği

FEN FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi : 25/01/2016 tarihli ve 84909349-044- 10329 sayılı yazı,

İlgi yazınızda bahsedilen Arş. Gör. Önder AYDEMİR'in, "Gazi Üniversitesi Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemlili Kullanımı ile Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi" konulu uzmanlık tez çalışması anketini Bölümümüz öğrencilerine uygulaması uygundur.

Gereğini bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Ali DİŞLİ
Bölüm Başkanı

Evrak Tarih ve Sayısı: 27/01/2016-11358



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
FEN FAKÜLTESİ
Biyoloji Bölüm Başkanlığı



Sayı : 79232142-044-
Konu : Anket İsteği

FEN FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi : 25.01.2016 tarih ve 10329 sayılı yazınız.

Üniversitemiz Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Başkanı Prof.Dr. F.Nur BARAN AKSAKAL'ın danışmanı olduğu Araş.Gör. Önder AYDEMİR'in "Gazi Üniversitesi Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ile Akıllı Telefon ve İnternet Bağlılığının Değerlendirilmesi" konulu uzmanlık tez çalışmasını bölümümüzde uygulama isteği öğrencilerin ders saatleri dışında olmak koşuluyla uygun bulunmuştur.

Gereğini bilgilerinize saygılarımla arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Abdullah HASBENLİ
Bölüm Başkanı

Evrak Tarih ve Sayısı: 27/01/2016-11158



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Fen Fakültesi
İstatistik Bölüm Başkanlığı



Sayı : 27822672-044-
Konu : Anket İsteği

FEN FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi : 25/01/2016 tarihli ve 84909349-044- 10329 sayılı yazı,

Üniversitemiz Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Başkanı Prof.Dr. F.Nur BARAN AKSAKAL'ın danışmanı olduğu Araş.Gör. Önder AYDEMİR'in "Gazi Üniversitesi Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ile Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi" konulu uzmanlık tez çalışması için anket çalışmasının Bölümümüz öğrencilerine uygulanması bölümümüzce uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Hülya BAYRAK
Bölüm Başkanı

Evrak Tarih ve Sayısı: 26/01/2016-E.10588



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
İletişim Fakültesi Dekanlığı



Sayı : 13724029-044-
Konu : Prof.Dr.F.Nur BARAN AKSAKAL
ve Arş.Gör.Önder AYDEMİR

GAZİ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : 22/01/2016 tarihli ve 17311665-044- 9253 sayılı yazı,

Üniversitemiz Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Başkanı Prof.Dr.F.Nur BARAN AKSAKAL'ın danışmanı olduğu Arş.Gör. Önder AYDEMİR'in "Gazi Üniversitesi Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ile Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi" isimli uzmanlık tezine ilişkin Fakültemizde çalışma yapması uygundur.

Bilgilerinizi rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Zakir AVŞAR
Dekan

Evrak Tarih ve Sayısı: 01/02/2016-E.13628



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Mühendislik Fakültesi



Sayı : 57779677-044-
Konu : Prof.Dr.F.Nur BARAN AKSAKAL ve
Arş.Gör.Önder AYDEMİR

ÖĞRENCİ İŞLERİ DAİRE BAŞKANLIĞINA

İlgi : 22/01/2016 tarihli ve 17311665-044- 9253 sayılı yazı,

İlgi yazı ile bilgileri verilen tez çalışması kapsamında Fakültemizde anket yapılması uygun görülmüştür.
Bilgilerinizi rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Metin U. SALAMCI
Dekan

Evrak Tarih ve Sayısı: 09/02/2016-E.16914



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Teknoloji Fakültesi Dekanlığı
(Tanıtım ve Yayın Birimi)



Sayı : 70989351-044-
Konu : Anket Uygulama Talebiniz-
Prof.Dr.F.Nur BARAN AKSAKAL
ve Arş.Gör.Önder AYDEMİR

GAZİ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : 22/01/2016 tarihli ve 17311665-044- 9253 sayılı yazı,

Üniversitemiz Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. F. Nur BARAN AKSAKAL'ın danışmanı olduğu Arş. Gör. Önder AYDEMİR'in "Gazi Üniversitesi Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ile Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi" isimli uzmanlık tezine ilişkin ilgi yazınız ekinde gönderdiğiniz anketin Fakültemiz öğrencileri üzerinde uygulanma talebi, eğitim – öğretim faaliyetlerini aksatmamak kaydıyla, Dekanlığımızca uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Seyhan FIRAT
Dekan V.

Evrak Tarih ve Sayısı: 28/01/2016-E.12244



T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
Tıp Fakültesi Dekanlığı



Sayı : 24074710-730.08.03-
Konu : Anketler

GAZİ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi : 22/01/2016 tarihli ve 17311665-044- 9253 sayılı yazı,

İlgi yazımıza istinaden, Fakültemiz Halk Sağlığı Anabilim Dalı öğretim üyesi Prof. Dr. F. Nur BARAN AKSAKAL'ın danışmanı olduğu Arş. Gör. Dr. Önder AYDEMİR'in " Gazi Üniversitesi Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemleri Kullanımı ile Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi" isimli uzmanlık tezi çalışmasında kullanılacak anket çalışmasının yapılması Dekanlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Sacit TURANLI
Dekan

11. ÖZGEÇMİŞ

Adı: Önder

Soyadı: AYDEMİR

Doğum Yeri ve Tarihi: Karapınar-11.02.1984

Eğitimi:

2012-2016: Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı; Halk Sağlığı Uzmanlık Eğitimi

2003-2010: Ondokuzmayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi; Tıp Eğitimi

Yabancı Dili: İngilizce