TÜRKİYE CUMHURİYETİ
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ

İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE BİLGİSAYAR OYUN BAĞIMLILIĞI YAYGINLIĞININ, İLİŞKİLİ ETKENLERİN İNCELENMESİ

Dr. Dilara BİNGÖL KARAGÖZ

ÇOCUK VE ERGEN RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI ANABİLİM DALI

UZMANLIK TEZİ

2017

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
KOCAELİ ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ

İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE BİLGİSAYAR OYUN BAĞIMLILIĞI YAYGINLIĞININ, İLİŞKİLİ ETKENLERİN İNCELENMESİ

Dr. Dilara BİNGÖL KARAGÖZ

ÇOCUK VE ERGEN RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI ANABİLİM DALI

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Özlem YILDIZ GÜNDOĞDU

Anabilim Dalı Başkanı

Prof. Dr. Ayşen COŞKUN

2017

Etik Kurul Onay Tarihi: 04.11.2014

Karar No: 2014/21.8

Proje No: KOÜ KAEK 2014/277

İÇİNDEKİLER DİZELGESİ

TEŞEKKÜR…….. IV
KISALTMALAR DİZELGESİ……. V
TABLOLAR DİZELGESİ……. VI
1. AMAÇ VE KAPSAM……..... 1
1.1. Giriş……..... 1
2. GENEL BİLGİLER……..... 3
2.1. İnternet Bağımlılığı……..... 3
2.1.1. Tanım ve Tarihçe……..... 3
2.1.2. Önerilen Tanı Ölçütleri……..... 3
2.1.3. Epidemiyoloji……. 5
2.1.4. Etiyoloji……. 7
2.1.4.1. Bilişsel Davranışçı Teori…… 7
2.1.4.2. Sosyal Beceri Eksikliği Teorisi…..…….……... 7
2.1.4.3. Nörobiyolojik Teori...…….…...…… 8
2.1.4.4. Kavramsal İnternet Bağımlılığı Modeli……. 9
2.1.4.5. Kültürel Mekanizmalar Teorisi…….. 9
2.1.4.6. İnternet Bağımlılığı Etiyolojisinde Rol Oynayan Diğer Etkenler……. 9
2.1.5. Eşlik Eden Sosyal Sorunlar ve Fiziksel Bozukluklar…… 10
2.1.6. Eşlik Eden Ruhsal Bozukluklar……. 11
2.1.7. Ülkemizde İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yapılan Çalışmalar…… 12
2.1.8. Tedavi…… 13
2.1.8.1. Psikososyal Yaklaşımlar…… 13
2.1.8.2. Farmakoterapi…… 14
2.1.8.3. Eşlik Eden Ruhsal Bozukluğun Tedavisi……... 14
2.2. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı…… 15
2.2.1. Tanım ve Tarihçe……... 15
2.2.2. Önerilen Tanı Ölçütleri…….. 16
2.2.3. Epidemiyoloji……. 18
2.2.4. Etiyoloji……. 19
2.2.5. Eşlik Eden Sosyal Sorunlar, Fiziksel ve Ruhsal Bozukluklar…... 20

2.2.6. Ülkemizde Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ile İlgili Yapılan Çalışmalar……. 21
2.2.7. Tedavi…… 22
3. GEREÇ VE YÖNTEMLER…… 23
3.1. Örneklemin Seçimi……... 23
3.2. Yöntem……. 23
3.3. Gereçler…… 24
3.3.1. Çocuklar İçin Sosyodemografik Bilgi Formu…… 24
3.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği…… 24
3.3.3. Aile İnternet Tutum Ölçeği…… 24
3.3.4. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği…….. 25
3.3.5. Aile Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği…….. 25
3.3.6. Aileler İçin Sosyodemografik Bilgi Formu……... 25
3.4. Verilerin İstatistiksel Analizi……... 25
4. BULGULAR……... 27
4.1. Sosyodemografik Özellikler……. 27
4.2. İnternet Kullanımı ve Bilgisayar Oyunu Oynama Özellikleri……. 29
4.3. Aile Tutum Tipleri Dağılımı ve Aile Tutum Tipleri Arasında İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Aile-Çocuk İnternet Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması…… 32
4.4. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığı ve Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığını Etkileyebilecek Değişkenlerin İncelenmesi…. 33
4.5. İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı ve İnternet Bağımlılığı Yaygınlığını Etkileyebilecek Değişkenlerin İncelenmesi……. 36
5. TARTIŞMA……. 42
5.1. İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı…… 42
5.2. İnternet Kullanım Özellikleri ve İnternet Bağımlılığı…… 42
5.3. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığı…… 44
5.4. Bilgisayar Oyunu Oynama Özellikleri ve Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığı……. 45
6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER…… 46
6.1. Sonuçlar…… 46

6.2. Öneriler……. 46
6.3. Kısıtlılıklar……..... 47
7. ÖZET……... 48
8. ABSTRACT…… 50
9. KAYNAKLAR…… 52
10. EKLER…… 69

TEŞEKKÜR

Uzmanlık eğitimimde gösterdiği hassasiyet ve çabalarıyla hep daha fazlasını vermeye çalışan, bilgi ve tecrübelerinden faydalandığım, mesleğine gösterdiği özen ve titizliği nedeniyle saygıyı hak eden değerli hocam Prof. Dr. Ayşen Coşkun'a;

Uzmanlık eğitimim boyunca ilgisi ve bilgi birikimiyle hep yanımda hissettiğim ve tez çalışmamın yazılmasında da büyük emeği olan Doç. Dr. Özlem Yıldız Gündoğdu'ya;

Eğitimim boyunca aile sıcaklığını aratmayacak şekilde her konuda bana yardımcı olan çok değerli hocalarım Prof. Dr. Işık Karakaya, Doç. Dr. Şahika Gülen Şişmanlar ve Doç. Dr. Nursu Çakın Memik'e;

Çocuk nörolojisi rotasyonumda bilgisi, tecrübesi, klinik yaklaşımı ve kişiliğiyle bana örnek olan Prof. Dr. Bülent Kara'ya;

Genel psikiyatri alanında bilgi ve tecrübelerinden faydalandığım çok değerli hocalarım Prof. Dr. Bülent Coşkun, Prof. Dr. Ahmet Tamer Aker, Prof. Dr. Mustafa Yıldız, Doç. Dr. Aslıhan Polat, Doç. Dr. Cem Cerit'e, Doç. Dr. İrem Yaluğ'a ve aynı zamanda tez çalışmamın istatistiklerini yapmamda bana yardımcı olan Prof. Dr. Ümit Tural'a;

Tez çalışmamın başlangıç safhasından, son safhasına kadar her aşamasında bilgi ve tecrübelerinden faydalandığım Halk Sağlığı Anabilim Dalı'ndan Doç. Dr. Çiğdem Çağlayan'a;

Uzmanlık eğitimim boyunca kendilerini tanımaktan ve birlikte çalışmaktan mutluluk duyduğum tüm asistan arkadaşlarıma ve diğer çalışanlara;

Çalışmaya katılan tüm değerli öğrenci ve ebeveynlerine;

Bugünlere gelmemde yolun en başından beri çok emeği geçen annem Nuran BİNGÖL ve babam Cevat BİNGÖL'e;

Bir gülüşüyle bana tüm yorgunluğumu unutturan canım kızım Didem KARAGÖZ'e;

Hayatıma anlam kazandıran, koşulsuz sevgisini her an hissettiğim, iyi ki var dediğim, her zor anımda olduğu gibi tezimin hazırlanma sürecinde de en büyük destekçim olan, biricik eşim Dr. Adem KARAGÖZ'e tüm kalbimle teşekkür ederim.

KISALTMALAR DİZELGESİ

İB	İnternet Bağımlılığı
YİBTÖ	Young'un Geliştirdiği İnternet Bağımlılığı Tanı Ölçütleri
YİBÖ	Young'un Geliştirdiği İnternet Bağımlılığı Ölçeği
İBDÖ	İnternet Bağımlılığı Değerlendirme Ölçeği
BOBÖ	Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği
MB	Madde Bağımlılığı
AB	Anksiyete Bozukluğu
BTA	Başka Türlü Adlandırılamayan
DEHB	Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu
DDB	Duygudurum Bozukluğu
MDB	Major Depresif Bozukluk
SSRİ	Selektif Serotonin Geri Alım İnhibitörleri
DSM-IV-TR	Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması El Kitabı'nın Yeniden Gözden Geçirilmiş Dördüncü Baskısı
DSM-V-TR	Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması El Kitabı'nın Yeniden Gözden Geçirilmiş Beşinci Baskısı
PET	Pozitron Emisyon Tomografi
ABD	Amerika Birleşik Devletleri
BDT	Bilişsel Davranışçı Terapi
Fmrı	Fonksiyonel Magnetik Rezonans
TUİK	Türkiye Ulusal İstatistik Kurumu
SPSS	Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı (Statistical Package for Social Sciences)

TABLOLAR DİZELGESİ

Tablo-1: Young'un internet bağımlılığı tanı ölçütleri……... 5
Tablo-2: İnternet bağımlılığı yaygınlığı ile ilgili çalışmalar……. 6
Tablo-3: Sosyodemografik özellikler…… 28
Tablo-4: Ebeveynlerin yaş ortalaması ve ailedeki çocuk sayısı ortalaması…….. 29
Tablo-5: İnternet/bilgisayar/tablet/telefon kullanımına başlama yaş ortalamaları… 29
Tablo-6: İnternet kullanım özellikleri……... 30
Tablo-7: Bilgisayar oyunu oynama özellikleri…….. 31
Tablo-8: Ebeveynlerin internet kullanım özellikleri……. 32
Tablo-9: Aile tutum tipleri dağılımı…….. 32
Tablo-10: Aile tutum tipleri arasında internet bağımlılığı ölçeği ve aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması…… 33
Tablo-11: Aile tutum tipleri arasında bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması……... 33
Tablo-12: Cinsiyet ve bilgisayar oyun bağımlılığı ilişkisi…… 33
Tablo-13: İnternette geçirilen zaman miktarı ve bilgisayar oyun bağımlılığı ilişkisi……. 34
Tablo-14: İnternet kullanım amacı ve bilgisayar oyun bağımlılığı ilişkisi……... 34
Tablo-15: Tercih edilen oyun türleri ve bilgisayar oyun bağımlılığı ilişkisi…… 35
Tablo-16: İnternet/bilgisayar/tablet/telefon kullanımına başlama yaşı ve bilgisayar oyun bağımlılığı ilişkisi…….. 35
Tablo-17: İnternet bağımlılığı ölçeği ve aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği ile bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması…… 36
Tablo-18: Cinsiyet ve internet bağımlılığı ilişkisi……. 36
Tablo-19: Aile yapısı ve internet bağımlılığı ilişkisi…… 37
Tablo-20: İnternette geçirilen zaman miktarı ve internet bağımlılığı ilişkisi…… 37
Tablo-21: Aile tutum tipleri ve internet bağımlılığı ilişkisi…….. 38
Tablo-22: İnternet kullanım amacına göre internet bağımlılığı oranları……... 38
Tablo-23: İnternet/bilgisayar/tablet/telefon kullanımına başlama yaşı ve internet bağımlılığı ilişkisi……... 39
Tablo-24: Aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği ile internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması……... 39

Tablo-25: Cinsiyetler arasında aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması…….. 40
Tablo-26: Evde internet bağlantısı olan ve olmayanlarda aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması…… 40
Tablo-27: İnternette geçirilen zaman miktarı aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması……... 40
Tablo-28: İnternette geçirilen zaman miktarı aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması……... 41
Tablo-29: İnternet kullanımına başlama yaşı ile aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması…… 41

1.AMAÇ ve KAPSAM

1.1. Giriş

Gelişen teknoloji ile birlikte internet kullanımının yaygınlaşması bilgisayar, tablet, akıllı telefon gibi araçları hayatımızın vazgeçilmezleri haline getirmiştir. İnternet kullanımı ve teknolojik araçların hızla yaygınlaşması patolojik düzeyde kullanıma ve yeni bağımlılık türlerinin doğmasına yol açmıştır. Son 10 yılda internet, bilgisayar, tablet ve akıllı telefon kullanımının olumsuz etkilerinin araştırıldığı birçok yayına rastlanmaktadır.

İlk yayınlar internetin patolojik kullanımı ve bağımlılık alanında olup bu alanda yapılmış birçok epidemiyolojik çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmalarda internet bağımlılığının (İB) her yaşta görülebildiği fakat 12-18 yaş grubunun en büyük risk grubunu oluşturduğu bildirilmektedir.[1] Ergenlerle yapılan çalışmalarda internet bağımlılığı yaygınlığının %8-26 arasında olduğu görülmektedir.[2] İnternet bağımlılığı ile ilişkili araştırmalar sonucunda patolojik internet kullanımı olan ergenlerin yarısının patolojik oyun oynama kriterlerini de taşıdığı[3], yaş grubu küçüldükçe oyun oynamanın patolojik internet kullanımı için daha büyük bir risk etkeni olduğu[4] belirtilmektedir.

Patolojik internet kullanımı riskini en fazla arttıran etkenlerden birinin oyun oynama alışkanlığı olduğu görülünce araştırmalar bilgisayar, tablet ve akıllı telefon kullanım alışkanlıklarını da kapsamaya başlamıştır. İnternet erişimi olmadan da oynanabilen oyunların bilgisayar, tablet ve akıllı telefonlar üzerinden oynanabilir hale gelmesi ergenlerde bu teknolojik araçların kullanım özelliklerinin incelenmesini gerektirmiştir. Çocuk ve ergenlerle yapılan çalışmalarda bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığının %6,3-11,3 arasında olduğu saptanmıştır.[5]

Yapılan araştırmalarda patolojik internet kullanımını arttıran etkenlerden birisi internette geçirilen süre olarak belirtilmektedir. Yang' ın çalışmasında haftada 12 saat ve üzerinde internette vakit geçiren ergenlerde İB oranı anlamlı olarak yüksek bulunmaktadır. İnternette seçilen aktiviteler incelendiğinde İB riskini en çok arttıran aktivitelerin oyun oynama ve sohbet uygulamaları olduğu görülmektedir.[6] Özellikle online oyunların bu riski daha fazla arttırdığı vurgulanmaktadır.[7] İB'nın erkek cinsiyette, düşük akademik performansı olan ve kırsal bölgede yaşayan ergenlerde, ihmalkar aile tutumu saptanan durumlarda daha fazla görüldüğünü bildiren yayınlar bulunmaktadır.[8,9] Bilgisayar oyun bağımlılığı ile ilgili araştırmalar incelendiğinde ergenlik döneminde olmanın ve erkek cinsiyetin bilgisayar oyun bağımlılığı riskini arttırdığını bildiren birçok çalışmaya

rastlanmaktadır.[10] Kuss ve Griffiths'in araştırmalarında oyun bağımlılığı için en önemli 3 risk etkeninin mizaç özellikleri, oyun oynama motivasyonları ve oyunun yapısal özellikleri olduğu belirtilmektedir.[11]

Yazın bilgisi incelendiğinde internet bağımlılığı ve bilgisayar oyun bağımlılığı ile ilgili çalışmaların daha çok 12-18 yaş grubu ile yapıldığı görülmektedir. Ancak son yıllarda çocuklar üzerinde yapılan çalışmalarda patolojik internet kullanımının küçük yaşlarda da önemli oranda görülebildiği, 2 yaşındaki çocukların %30'unun bir tablet veya akıllı telefon kullandığı, 8 yaşındaki çocukların %75'inin evde bir veya daha fazla mobil cihazla yaşadığı bildirilmiştir.[12,13] Ayrıca ergenlerle yapılan çalışmalarda internet bağımlılığı ve ebeveyn tutumları arasında önemli bağlantılar olduğu[14], ilişkili tutumların küçük yaş gruplarında da araştırılması ve hangi tedavi yaklaşımı kullanılırsa kullanılsın tedavide ele alınması gerektiği[15] belirtilmiştir. Bizim çalışmamızda daha küçük yaş grubunda (6. ve 7. Sınıf öğrencilerinde, 11-13 yaş aralığında) internet bağımlılığı ve bilgisayar oyun bağımlılığının yaygınlığının araştırılması, internet bağımlılığı ve bilgisayar oyun bağımlılığı ile ilişkili olabilecek etkenler ve aile tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. İnternet Bağımlılığı

2.1.1. Tanım ve Tarihçe

İnternet, iki veya daha çok sayıda bilgisayarın birbiriyle bağlantı kurmalarıyla oluşan, dünya çapında yaygın bilgisayar ağlarına dayalı bir iletişim sistemi olarak tanımlanmaktadır.[16] Günümüzde tüm dünyayı saran internetin temeli 1960'lı yıllarda ABD ve Sovyet Rusya arasındaki rekabete dayanmaktadır. Türkiye'de ise Nisan 1993'ten beri internet bağlantısı bulunmaktadır.[17]

İnternet kullanıcı sayısı dünyada ve ülkemizde giderek artmaktadır. 1993 yılında dünya çapında internet kullanıcı sayısı 900 bin iken 2009 yılında bu rakam 1,73 milyar olup, her yıl %18 artmaktadır. Dünya internet istatistik verilerine göre internet kullanıcıların dağılımına bakıldığında Asya ülkeleri %42,6 oranı ile ilk sırada yer almaktadır.[18] Ülkemizde internet kullanan kişi sayısı 1997 yılının sonunda 250 bin iken 2014 yılına gelindiğinde 35 milyonu geçtiği tahmin edilmektedir.[19] Türkiye İstatistik Kurumu (TUİK) verilerine göre 2011 yılında ülkemizde evlerin %43'ünün internet erişimine sahip olduğu, 2010 yılı ile karşılaştırıldığında %2'ye yakın bir artış olduğu belirtilmektedir.[20]

İnternet kullanımının yaygınlaşmasıyla birlikte bazı bireylerin kontrol edemedikleri internet kullanımları nedeniyle iş, sosyal ve özel yaşamlarındaki işlevselliklerinde sorun yaşamaya başladıkları ve böylelikle konunun yaygın bir biçimde tartışılmaya başlandığı görülmektedir.[21] Kontrol dışı internet kullanımı 'patolojik internet kullanımı', 'aşırı internet kullanımı', 'sorunlu internet kullanımı', 'kompulsif internet kullanımı', 'internet bağımlılığı bozukluğu', 'siber bağımlılık', 'teknolojik bağımlılık' gibi değişik isimlerle adlandırılmıştır.[22-25] Daha yaygın olarak 'internet bağımlılığı' şeklinde adlandırılan bu durum hakkındaki ilk yayınlara 1990'lı yılların ortalarından itibaren rastlanmaktadır.[26] İB ilgi çeken bir konu olmasına karşın, varlığı ile ilgili tartışmalar halen sürse de İB tanımını yapan ve tanı ölçütlerini ilk olarak tanımlamaya çalışan araştırmacının Ivan Goldberg olduğu görülmektedir.[27,28]

2.1.2. Önerilen Tanı Ölçütleri

Goldberg DSM-IV'te yer alan madde bağımlılığı ölçütlerini, kontrol edilemeyen internet kullanımına uyarlamıştır.[29] Young ise patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini temel alarak İB tanı ölçütlerini belirlemiştir.[30] Bu iki araştırmacı dışında Anderson, Shapira,

Aboujaouade, Beard ve Wolf da İB tanı ölçütlerini tanımlamıştır. Young, İB tanısı konulabilmesi için tanımlanan 8 ölçütten 5'inin karşılanmasını yeterli görmüştür.[31] Beard ve Wolf, kişide işlevsellik kaybı oluşturmaksızın Young'un tanımladığı ilk beş ölçütün hepsinin karşılanabileceğini ve bu nedenle tanı konulabilmesi için ilk beş ölçüte ek olarak işlevsellikle doğrudan ilişkili olan son üç ölçütten en az birinin daha karşılanması gerektiğini belirtmiştir.[32] Shapira ve arkadaşları ise bazı kişilerin sadece manik dönem sırasında internet kullanımı ile ilgili sorunlar yaşayabileceğini veya bazılarının da interneti diğer bağımlılıkların tatmini için bir ortam olarak kullanabileceklerini belirterek ancak bu etkenler dışlandıktan sonra İB'den bahsedilebileceğini ifade etmiş ve daha farklı tanısal ölçütler önermiştir.[33] Aboujaouade ve arkadaşları dürtü kontrol bozuklukları, obsesif kompulsif bozukluk, madde kötüye kullanımı ve daha önce bildirilen İB tanı ölçütlerini birleştirerek dört basamaklı bir tanı sistemi oluşturmuştur.[34]

Morahan-Martin ve Schumacher İB'yi internetin yoğun kullanılması, bu kullanımın kontrol altına alınamaması ve kişinin yaşamına önemli düzeyde zarar vermesi olarak tanımlamakta iken[35], Davis, problemli internet kullanımı hakkında bilişsel davranışçı bir model sunmuş ve problemli internet kullanımını sadece bir davranış bağımlılığı olarak değil, yaşam üzerinde olumsuz sonuçları olabilen biliş ve davranışlarla belirli bir durum olarak nitelendirmiştir. Davis, patolojik internet kullanımını kullanım amacına göre 'özgül' ve 'yaygın' olarak ikiye ayırmıştır. Özgül tipte internetin oyun, kumar, alışveriş, sohbet gibi özel amaçlar doğrultusunda kullanıldığını, burada amacın doğrudan internet kullanımından ziyade belirli bir hedefe ulaşmak olduğunu belirtmiştir. Yaygın tipte ise amacın doğrudan internet kullanımı olduğunu, kullanım amacının ya çok çeşitli olduğunu yada açık bir amaç olmaksızın çok fazla zaman harcandığını bildirmiştir.[36]

İB için önerilen tanı ölçütlerine karşın İB temel tanısal sistemler tarafından henüz resmen kabul edilmemiştir.[37] İB olan bireylere mevcut tanı sistemlerine göre 'Başka Türlü Adlandırılamayan (BTA) Dürtü Kontrol Bozukluğu' tanısı konulabileceği belirtilmiştir.[38] İB'nin 2013 yılında yayınlanan DSM-V'e bir bozukluk olarak eklenmesi önerilmiş[39] fakat ayrı bir tanı olarak DSM-V'te yer almamıştır. Çalışmamızda Young'un belirlediği İB tanı ölçütleri (YİBTÖ) kullanılmıştır.

Tablo-1: Young'un internet bağımlılığı tanı ölçütleri[30]

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

2.1.3. Epidemiyoloji

İB yaygınlığı ile ilgili yapılan çalışmalarda yaygınlık oranları arasında geniş farklılıklar bulunduğu, oranlar arasındaki bu farkın kullanılan ölçeklerin çeşitliliği, geçerli ve güvenilir olmayan araştırma yöntemleri, araştırma desenlerindeki farklılıklar, hedef populasyon, kültürel ve sosyal yapı farlılıkları ile açıklanabileceği belirtilmiştir.[40] Türkiye'de çocuk ve ergenlerdeki İB yaygınlığının %4,5-51,8 arasında değiştiği bildirilmiştir.[41]

Çocuk ve ergenlerle yapılan çalışmalarda İB yaygınlığının Avrupa ve ABD'de %2-8, Asya ülkelerinde %8-26 arasında olduğu saptanmıştır.[2,42]

Tablo-2: İnternet bağımlılığı yaygınlığı ile ilgili çalışmalar[41]

Araştırmacı (yıl), Ülke	Örneklem	Sıklık (%)
Çao ve Su (2006) Çin	2620 kişi 12-18 yaş	2,4
Jang ve ark (2008) Kore	912 kişi 12-17 yaş	30
Ko ve ark (2008) Çin	216 kişi 18-27 kişi	40,2
Mythily ve ark (2008) Singapur	2735 kişi 12-18 yaş	17,1
Tsitsika ve ark (2009) Yunanistan	937 kişi 15-16 yaş	26,2
Bakken ve ark (2009) Norveç	533 kişi 19-29 yaş	2,6
Ko ve ark (2009) Çin	2293 kişi 11-13 yaş	10,8
Choi ve ark (2009) Kore	2336 kişi 12 yaş	2,5
Yen ve ark (2009) Taivan	8941 kişi 12-16 yaş	18,6
Yen ve ark (2009) Taivan	2453 kişi 12-16 yaş	12,3
Zboralski ve ark (2009) Polonya	120 kişi 13-18 yaş	60
Gao ve ark (2010) Çin	3226 kişi 13-18 yaş	5,8
Kim ve ark (2010) Kore	853 kişi 13-15 yaş	32,3
Lam ve ark (2010) Çin	1618 kişi 13-18 yaş	10,8

Bazı çalışmalarda İB yaygınlığında cinsiyet açısından anlamlı farklılık bulunmazken, çalışmaların çoğunda İB'nin erkeklerde daha yaygın olduğu bildirilmiştir.[43,44] İB yaygınlığının cinsiyetler arasında benzer olduğunu bildiren çalışmaların genellikle yetişkin örneklemle yapıldığı görülmüştür.[45]

İB'nin her yaşta görülebildiği fakat en büyük risk grubunu 12-18 yaş arasındaki ergenlerin oluşturduğu bildirilmiştir.[1] Ancak son yıllarda çocuklar ile yapılan çalışmalarda patolojik internet kullanımının küçük yaşlarda da önemli oranda görülebildiği, 2 yaşındaki çocukların %30'unun bir tablet veya akıllı telefon kullandığı, 8 yaşındaki çocukların %75'inin evde bir veya daha fazla mobil cihazla yaşadığı belirtilmiştir.[12,13]

2.1.4. Etiyoloji

İB'yi anlamak amacıyla araştırmacılar çeşitli etiyolojik modeller önermiştir.

2.1.4.1. Bilişsel Davranışçı Teori

Davis'in oluşturduğu model uyum bozucu bilişleri patolojik internet kullanımının merkezine almaktadır. Davis, bir belirtinin ortaya çıkmasına neden olan sebepler zincirinde, nedenleri patolojik davranışın ortaya çıktığı bölüme yakınlığına göre, yakın (proksimal) ve uzak (distal) etken olarak ikiye ayırmıştır. İB' de altta yatan psikopatoloji (depresyon, sosyal anksiyete, diğer bağımlılıklar, vb.) uzak etken, kişinin kendisi ve dünya ile ilgili olumsuz bilişleri ise yakın etken olarak tanımlanmıştır.[36] Uzak etkenleri açıklarken yatkınlık-stres modeli kullanılmıştır. Bu modele göre altta yatan psikopatolojinin kişiyi İB' ye yatkın kıldığı ancak bağımlılığın ortaya çıkması için tek başına yeterli olmadığı, internetin kişinin hayatına girmesi veya internetin özgül bir işlevinin fark edilmesi gibi bir stresör etken ile karşılaşılmasının bağımlılığı ortaya çıkardığı, olumlu tepkinin etkinliğin pekişmesini ve sürmesini sağladığı belirtilmiştir. Yakın etkenleri açıklarken kullanılan olumsuz bilişlerin internet ortamında telafi edilmesinin kişide yeni bilişsel şemaların oluşmasına yol açtığı, "ben sadece internet ortamında iyiyim", "internet bana saygı duyulan tek yer", "internet benim tek arkadaşım" gibi yeni oluşan bilişsel yapılanmanın İB gelişimini kolaylaştırdığı bildirilmiştir.[46]

2.1.4.2. Sosyal Beceri Eksikliği Teorisi

Caplan, Davis'in önerdiği "bilişsel davranışçı model" den yola çıkarak üniversite öğrencileri üzerinde araştırma yapmıştır. Araştırma sonuçlarına göre düşük kendilik değerine sahip olan insanların yalnız olduğunu, yüz yüze iletişim kurma yerine internet

üzerinden sosyal ilişkiler kurmayı tercih ettiklerini ve bunların patolojik internet kullanımının etiyolojisinde, gelişmesinde ve sonuçlarında önemli rol oynadığını bildirmiştir.[24] İnternetin bu bireylere kendilerini istedikleri gibi ifade edebilme veya kişiliklerini istedikleri gibi gösterebilme imkanı sunduğu, internet sayesinde kişinin kendisine ideal bir kimlik oluşturduğu, sanal kimliğiyle kendisini daha rahat hisseden kişinin, gerçek hayatın zorluklarına dönmekten kaçındığı ve daha fazla süre internette kalmayı tercih ettiği belirtilmiştir.[47]

2.1.4.3. Nörobiyolojik Teori

Nörobiyolojik teori, özellikle serotonin ve dopamin nörotransmitterleri başta olmak üzere bozulmuş nörotransmisyon üzerine odaklanmıştır.[48] Dopaminerjik nöronların ödül ve bağımlılık sistemlerindeki rolü ele alındığında dopaminin patolojik kumar ve internet bağımlılığı gibi davranışsal bağımlılıkları pekiştiren "ödül bağımlılığı" nda önemli bir rol oynadığı bildirilmiştir.[49]

Dong ve arkadaşlarının yaptığı bir çalışmada internet bağımlılarında sağlıklı kontrol grubuna oranla artmış ödül ve azalmış ceza duyarlılığı saptanmıştır.[50] Birçok psikoaktif madde ve bağımlılık davranışının ventral tegmental alandan dopamin salınımının artmasına yol açabildiği, ventral tegmental alandan çıkan mezolimbik ve mezokortikal yolaklar üzerindeki dopaminerjik nöronlar uyarıldığında sinaptik aralığa salınan dopaminin D1 ve D5 reseptörleri üzerinden kişinin kendisini daha iyi hissetmesine, stres hissinin azalmasına neden olduğu bildirilmiştir.[51] D2 reseptörünün A1 alleline sahip bireylerde, D2 reseptörlerinin az olduğu ve bu kişilerin hipodopaminerjik aktivite sebebiyle madde bağımlılığı ve davranışsal bağımlılıkların tüm çeşitlerine yatkın olabileceği, bu kişilerin aynı hazzı almak için daha fazla dopamine ihtiyaç duyduğu gösterilmiştir.[52]

Yapılan bir diğer genetik çalışmada ise patolojik internet kullanımı olanlarda serotonin taşıyıcı genin homozigot kısa allellik varyantının (5HTTLPR) kontrol grubuna göre daha sık olduğu bulunmuştur. Bu çalışma sonucunda aşırı internet kullanımı olan bireylerin depresyon hastalarına benzer genetik ve kişilik özelliklerine sahip olabileceği vurgulanmıştır.[53]

Small ve arkadaşlarının yaptığı bir çalışmada deneyimli internet kullanıcılarında hiç kullanmayan veya nadiren internet kullananlara göre özellikle frontal lob, sağ anterior temporal korteks, anterior ve posterior singulat korteks ve sağ-sol hipokampusta olmak üzere genel beyin aktivitelerinde iki kat artış olduğu gösterilmiştir.[54] Yapılan başka bir

görüntüleme çalışmasında internet bağımlılığı probleminin süresi ile dorsolateral prefrontal korteks, rostral anterior singulat korteks ve suplementer motor alanlardaki gri madde hacimleri arasında ters orantı olduğu bildirilmiştir.[55]

Kim ve arkadaşlarının yaptığı bir çalışmada pozitron emisyon tomografi (PET) ile İB olan ve olmayan erişkin erkeklerde D2 reseptör bağlanma seviyeleri karşılaştırılmış, İB olan bireylerde her iki taraf dorsal kaudat çekirdek ve sağ putamen bölgelerini içeren striatumda D2 reseptör seviyelerinde azalma olduğu saptanmıştır.[56]

2.1.4.4. Kavramsal İnternet Bağımlılığı Modeli

Douglas ve arkadaşları aşırı internet kullanımının, genel olarak bireyin içsel gereksinimleri ve internet kullanımına yönelik motivasyonu (internet ortamında kimliğin saklanabilmesi, sosyal gereksinimlerin karşılanabilmesi gibi itici etkenler) tarafından belirlendiğini belirtmiştir. Bununla birlikte kişide birtakım öncüllerin (öğrenci yurtları gibi internet kullanımına olanak sağlayan çevrelerde bulunma, uzun yıllar süren internet kullanımı, arkadaş ortamlarından dışlanma ve bu ortamlarda kabul görememe kaygısı duyma, yalnızlık hissi) bulunması ve kişinin İB profiline (aşırı internet kullanımının bir sorun olduğunu reddetme, sosyal yaşamın ve/veya özgüvenin az olması) sahip olması bağımlılığın oluşumunda önemli görülmüştür.[57]

2.1.4.5. Kültürel Mekanizmalar Teorisi

Bu modele göre internet bağımlılığının, ancak internet erişiminin olduğu yerlerde görülebileceği, internet erişim kapasitesinin yetersiz olduğu ülkelerde daha az, ABD, Güney Kore ve Çin gibi internet kullanımının yaygın olduğu ülkelerde ise daha fazla gözlenebileceği bildirilmiştir.[48]

2.1.4.6. İnternet Bağımlılığı Etiyolojisinde Rol Oynayan Diğer Etkenler

İB olanların genellikle olumsuz düşünen, endişeli ve felaketleştirmeye yatkın kişiler oldukları belirtilmiştir.[58] Yapılan bir çalışmada, stresli yaşam olaylarıyla yetersiz baş etme becerisi olan bireylerin interneti rahatlama yolu olarak seçtiği ve bu kişilerin internet bağımlılığına daha yatkın olduğu gösterilmiştir.[59] İnternet kullanımı sırasında hissedilen öfori, mutluluk, heyecan gibi duyguların internete girme açısından pekiştireç olabildiği, internet bağımlılığı olan bireylerin internetten uzak kaldığı süre uzadıkça mutsuzluk, yalnızlık, gerginlik gibi olumsuz duyguların etkisi altında kaldığı belirtilmiştir. Kişilerin, bu durumda internetin onlara sunduğu öforiyi beklemeye başladığı, internete girme

isteğinin, internetle zihinsel meşguliyetin arttığı ve işlevselliğin bozulduğu vurgulanmıştır.[47]

İnternetin, aynı zamanda kişiye yeni bir kimlik inşa etme imkanı sunduğu, sanal ortamda gerçek kimliğinden farklı bir kimlik yaratmanın kişiye gerçek hayatta yaşadığı stres ve zorluklardan zihinsel olarak uzaklaşma fırsatı verdiği, karşılanmamış ihtiyaçların ve kişisel özlemlerin doyumunu sağladığı bildirilmiştir. Benlik saygısı düşük, kendisini yetersiz, değersiz bulan ve başkaları tarafında onaylanma ihtiyacı duyan kişilerin internetteki sosyal desteğe daha çok başvurduğu vurgulanmıştır.[60]

2.1.5. Eşlik Eden Sosyal Sorunlar ve Fiziksel Bozukluklar

Yapılan çalışmalarda internet bağımlılığı olan ergenlerin, sağlıklı kontrol gruplarına göre daha yalnız, sıkılmaya yatkın, yenilik arayışı içinde olan ve sanal ortamda disinhibe olan bireyler olduğu saptanmıştır.[61,62] Aynı zamanda bu bireylerin duygu durumlarının daha depresif, intihar düşüncelerinin daha sık, sosyal kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu, kendilerini değersiz gördükleri; akademik alandaki beklentileri karşılayamadıkları, felaketleştirme ve endişelenmeye daha eğilimli olduğu, insan ilişkilerindeki hayal kırıklıklarına karşı daha hassas oldukları, yabancılarla iletişime girerken kaygı düzeylerinin belirgin derecede arttığı bildirilmiştir.

İnternet bağımlılığının aile, iş ve akademik yaşantılarında bozulmalara neden olduğu ve yaşam kalitelerinin düştüğü belirtilmiştir.[47] Aşırı internet kullanımı nedeniyle arkadaşlarına vakit ayıramayan kişinin arkadaş ilişkilerinde sorunlar yaşadığı, internette ne kadar vakit geçirdiğini gizlemeye çalıştığı ve yalan söyleyebildiği, internette fazla vakit geçirdiği ile ilgili eleştirildiğinde kabul etmediği, öfkelenebildiği ve tüm bunların sosyal ilişkilerde bir dizi soruna yol açabildiği vurgulanmıştır.[63]

İB psikososyal bozulmaların yanı sıra fiziksel sağlık alanında da sorunlara yol açmaktadır. Belanger ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada patolojik internet kullanımı olanların sağlıklı kontrollere göre fiziksel sağlık problemleri açısından daha fazla riske sahip olduğu belirtilmiştir.[64] Problemli internet kullanımının madde kullanımı açısından risk etkeni olduğu gösterilmiştir.[65] Fakat hangisinin önce başladığı konusunda henüz fikir birliği bulunmadığı vurgulanmıştır.[66] Video oyunları, bilgisayar ve akıllı telefon gibi elektronik eğlence ve iletişim araçlarının akşam saatlerinde kullanımının uyku süresinde azalmaya, kilo artışına, beslenme kalitesinde bozulmaya ve fiziksel aktivite azlığına neden olduğu gösterilmiştir.[67] Fiziksel aktivitenin azalmasına bağlı olarak obezite, derin ven

trombozu ve pulmoner emboli riskinde artış, uygun olmayan beslenme alışkanlıkları nedeniyle fiziksel hastalıklara yatkınlık, karpal tünel sendromu, göz kuruluğu, görme bulanıklığı, kas-iskelet ağrıları ve postür bozuklukları bildirilmiştir.[47,68] Uzun süre bilgisayar başında kalan kişilerin epileptik nöbetler açısından risk altında olduğunu bildiren çalışmalara da rastlanmıştır.[69]

2.1.6. Eşlik Eden Ruhsal Bozukluklar

Yazında İB ve eşlik eden ruhsal bozukluklarla ilgili çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Bu birlikteliğin altında yatan mekanizmaların daha iyi anlaşılmasının her iki durum için de daha etkili tedavi yöntemlerinin geliştirilmesinde önemli rol oynadığına vurgu yapılmıştır.[70,71] Davranışsal bağımlılıklar ve eşlik eden ruhsal bozukluklar arasındaki ilişkinin altında yatan birkaç olası mekanizma bildirilmiştir. Bu mekanizmalar; ruhsal bozuklukların bağımlılığın belirtilerini ve gidişini kötüleştirmesi, bağımlılığın diğer ruhsal bozuklukların belirtilerini arttırması, bağımlılığın ve diğer ruhsal bozuklukların ortak biyolojik, psikolojik ve sosyal etiyolojik etkenlere sahip olması şeklinde belirtilmiştir.[72]

İB' ye en sık eşlik eden ruhsal bozuklukların duygudurum bozuklukları (DDB), dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB), madde bağımlılığı (MB), anksiyete bozuklukları (AB), dürtü kontrol bozukluğu olduğu bildirilmiştir.[48,73,74] Bernardi ve Pallanti erişkinlerle yaptıkları bir çalışmada İB olanların %14' ünün DEHB tanısı aldığını belirtmiştir.[75] Ayrıca metilfenidat tedavisinin DEHB tanısı olan ergenlerde çevirim içi oyun oynama davranışını azalttığı saptanmıştır.[76]

İB ve depresyon birlikteliğini araştıran çalışmalarda internetin sosyal destek, başarı ve kontrol hissi, gerçek yaşam zorluklarından kaçma gibi işlevlerinin, depresif kişilerde görülen düşük benlik saygısı, motivasyon azlığı, reddedilme korkusu ve onay alma ihtiyacı gibi özelliklerinin eş hastalanımda önemli rol oynadığı bildirilmiştir.[77,78] Ek olarak depresyon ve internet bağımlılığının her ikisinde de 5HTTLPR kısa allel varyantının bulunduğu gösterilmiştir.[79]

İnternetin sosyal fobisi olan ergenlerde diğerleriyle yüz yüze iletişim sırasında oluşan stresten kaçınmayı ve kaygı duymadan elde edilebilen bir sosyal destek sağladığı belirtilmiştir.[80] Morahan-Martin ve Schumacher interneti "sosyal iletişimin prozac' ı" şeklinde tariflemiştir.[81]

Yen ve arkadaşları ergenlerle yaptıkları bir çalışmada İB ve düşmanca tutum arasında anlamlı bir ilişki olduğunu saptamışlardır.[82] Yapılan başka bir çalışmada da İB olan ergenlerin daha fazla öfke kontrol sorunları yaşadığı belirtilmiştir.[83]

İB ve eşlik eden ruhsal bozukluklar ile ilgili yazın incelendiğinde İB olan erişkinlerin %7' sinin hipomani, %15' inin yaygın anksiyete bozukluğu, %7' sinin obsesif kompulsif bozukluk, %14' ünün borderline kişilik bozukluğu ve %7' sinin çekingen kişilik bozukluğu tanısı aldığı gösterilmiştir.[85] İB olan bireylerde disosiyatif belirtilerin sağlıklı kontrol grubuna göre daha sık görüldüğünü bildiren yayınlara da rastlanmaktadır.[84]

Yapılan çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda bir ruhsal bozukluğa sahip olmanın İB' ye yatkınlık mı oluşturduğu, yoksa İB' nin ruhsal bozuklukların ortaya çıkmasını kolaylaştıran bir durum mu olduğu henüz tam olarak aydınlatılamamıştır, her iki varsayımın da geçerli olabileceği ve bu iki durumun birbirinin tetikleyicisi olarak görülebileceği vurgulanmıştır.[85] Eşlik eden ruhsal bozuklukların tedavisinin internet bağımlılığına müdahalede önemli yararlar sağlayabileceği belirtilmiştir.[86]

2.1.7. Ülkemizde İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Cömert ve Ögel tarafından yapılan bir çalışmada 12-18 yaş arasındaki 2209 ergenin % 4,5'unun İB tanısı aldığı, erkek cinsiyetin İB açısından önemli bir risk etkeni olduğu belirtilmiştir.[87]

Kelleci ve arkadaşları tarafından yapılan bir diğer çalışmada 12-18 yaşlar arasındaki 673 ergenin %21,3'ünün patolojik internet kullanımı olduğu, erkek cinsiyet ile bir ruhsal bozukluk tanısının olmasının anlamlı risk etkenleri olduğu bildirilmiştir.[88]

Çevik ve Çelikkaleli'nin araştırmalarında aileleri ihmalkar tutuma sahip kişilerin İB düzeylerinin, müsamahakar, demokratik ve otoriter aile tutumuna sahip kişilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.[89]

Bölükbaş da ailelerin, internet kullanımında bir kontrol ve takip sistemi oluşturmamasının genç bireylerin internetten olumsuz yönde etkilenme riskini artırdığını vurgulamıştır.[90]

Ülkemizde patolojik internet kullanımını yordayan etkenleri araştıran çalışmalarda evde bilgisayara sahip olmanın[91], haftada 8 saat ve üzerinde internette vakit geçirmenin[92] evde internet bağlantısı bulunmasının ve internet kullanım amacının[93] önemli olduğu bildirilmiştir.

Ülkemizde yaşları 10-18 arasında değişen, İB tanısı konulan 60 ergen ile yapılan bir çalışmada, 50 ergenin ek olarak DEHB, 43 ergenin anksiyete bozukluğu, 23 ergenin duygudurum bozukluğu, 16 ergenin dışa atım bozukluğu, 10 ergenin tik bozukluğu ve 4 ergenin madde kullanım bozukluğu tanıları aldığı saptanmıştır (17=tablo1).

2.1.8. Tedavi

İB' de tedavi seçenekleri, psikososyal yaklaşımlar, farmakoterapi ve eşlik eden ruhsal bozukluğun tedavisi şeklinde üç ana başlık altında toplanmaktadır.

2.1.8.1. Psikososyal Yaklaşımlar

Psikososyal yaklaşımlar bilişsel davranışçı terapi (BDT), ailenin psikoeğitimi, grup terapisi ve çok yönlü (multimodal) psikoterapiden oluşmaktadır.

İB tedavisinde BDT'nin etkili olduğunu bildiren çok sayıda yayına rastlanmaktadır.[94,95] BDT ile bireyin patolojik internet kullanımını besleyen uyum bozucu bilişlerini tanıması ve değiştirmesi amaçlanmaktadır. Kişi, problem çözme teknikleri geliştirmesi, zaman yönelimi becerisi kazanması, internetin fayda ve zararları hakkında bilgilenmesi, otomatik davranışlarını tetikleyen durumları fark etmesi ve duygularını kontrol etmesi, alternatif aktivitelere yönelmesi, kişiler arası iletişim becerilerini arttırması için desteklenmektedir.[58]

İB etiyolojisinde aile ile ilişkili etkenlerin önemli rol oynaması tedavide aile temelli müdahaleleri de zorunlu hale getirmektedir.[96] Aile terapisinde, aileyi internetin bağımlılık yapabileceği konusunda bilgilendirme, bağımlı bireyin aile tarafından suçlanmasını azaltma, kişiyi aşırı internet kullanımına yöneltmiş olabilecek ailevi çatışmaların açık bir şekilde konuşulabilmesini sağlama ve aileyi bağımlı bireyin tedavisine yardımcı olma konusunda cesaretlendirme amaçlanmaktadır.[97]

Grup terapisinin İB tedavisinde bireye yargılayıcı olmayan bir ortamda duygularını paylaşabilme, diğer katılımcıların yakındığı sorunları görebilme, kendi sorunlarıyla yüzleşebilme, internet üzerinden sağladığı arkadaşlık ilişkisinin yerine gerçek yaşamdan arkadaşlar bulmasını sağlama, internetten uzak kaldığı geçiş aşamasında yaşayabileceği olumsuz yaşam olayları ile baş etmesine yardımcı olma, grup terapisi katılımcılarına verdiği sözü uygulaması için güçlü bir motivasyon sağlama gibi önemli faydaları bulunmaktadır.[47,98]

Çok yönlü psikoterapinin; grup ve bireysel terapi ile aile psikoeğitimi gibi çeşitli yöntemlerin yanı sıra okul temelli müdahale yaklaşımının da kullanıldığı bir terapi tekniği

olduğu belirtilmektedir. Bu yaklaşımda ergenler, ebeveynler ve öğretmenlerin aynı zaman dilimi içinde terapi programına alındığı, ergenlerin duygularını tanıma, dürtü ve davranışlarını kontrol etme, ebeveynleriyle sağlıklı iletişim kurma, internette kurduğu ilişkiler konusunda eğitilme yönünden, ebeveynlerin çocuklarının duygudurumlarını tanıma, aile içerisinde iletişim kaynaklarını geliştirme, sorun çözme becerilerini arttırma yönünden, öğretmenlerin ise İB' yi tanıma yönünden desteklenmesi amaçlanmaktadır.[94]

Young' un 114 İB olan birey ile yaptığı BDT çalışmasında, olguların çoğunluğunda üçüncü oturumdan itibaren klinik düzelmenin başladığı, sekiz oturum sonunda belirgin klinik düzelme sağlandığı ve olguların kazanımlarını altı aylık izleme süresince koruduğu belirtilmektedir.[99]

Zhang ve arkadaşlarının İB olan 51 ergen üzerinde yaptıkları bir çalışmada, 28 ergene 14 oturum süren, BDT' nin de içinde bulunduğu çok yönlü psikoterapi uygulandığı, kontrol grubu olarak alınan 23 ergene ise herhangi bir tedavi uygulanmadığı, tedavi sonrası 1. ve 3. aylarda internet bağımlılığı değerlendirme ölçeği (İBDÖ) ile değerlendirilen İB şiddetinde kontrol grubuna göre belirgin azalma olduğu, sosyal desteklerinde ve aile işleyişlerinde fark edilebilir düzelmeler olduğu bildirilmektedir.[95]

2.1.8.2. Farmakoterapi

Yazında, erişkin İB' de selektif serotonin geri alım inhibitörleri (SSRI), antipsikotikler, naltrekson gibi ilaçların kullanılabildiği fakat çocuk ve ergenlerde bu grup ilaçlarla çift kör plasebo kontrollü çalışmaların bulunmadığı görülmektedir.[100,101]

Yapılandırılmış tanı görüşmesi ile ek bir ruhsal bozukluk tanısı almayan, psikiyatri polikliniğine aşırı internet kullanımı yakınmasıyla başvuran bir üniversite öğrencisine İB tanısı konularak sitalopram 20 mg/gün tedavisi başlanıp, ilaç dozunun 1 hafta içinde 40 mg/gün' e çıkarıldığı, 3 haftalık takip sonrası internet kullanım süresinde kısmen azalma olduğu, tedaviye ketiyapin 200/gün eklendiği ve izlemde internet kullanım süresinin belirgin azaldığı, 4 aylık takip sonrasında da nüksün olmadığı bildirilmektedir.[100]

2.1.8.3. Eşlik Eden Ruhsal Bozukluğun Tedavisi

İB' de pek çok psikiyatrik bozukluğun eş zamanlı olarak bulunabildiği bu nedenle öncelikle eğer varsa bu bozuklukların tedavisinin patolojik internet kullanımını azaltabildiği belirtilmektedir. Aşırı internet kullanımı şikayeti ile başvuran bireyin özellikle geçirilmiş hipomani ve mani açısından ayrıntılı değerlendirilmesi gerektiği, ilk öyküde

alınan disfori durumunun yanlışlıkla antidepresan tedaviye yönelmeye yol açabileceği vurgulanmaktadır. Kişide hipomani yada mani öyküsü yoksa ve depresif belirtileri belirginse, antidepresan tedavi ile depresif belirtilerin düzeltilmesinin İB belirtilerinin de azalmasını sağlayabileceği öne sürülmektedir.[102]

İB ve major depresif bozukluk (MDB) tanıları olan, yaşları 13-45 arasında değişen 50 hastaya rastgele bupropion veya plasebonun verildiği bir çalışmada, 12 haftalık tedavi sonunda, bupropion tedavisi alan grupta İB puanlarının plasebo alan gruba göre daha fazla azaldığı; ayrıca bupropion tedavisinin depresif belirtileri ve oyun oynama süresini de azalttığı belirtilmektedir.[103]

2.2. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı

2.2.1. Tanım ve Tarihçe

Oyun, sonucu düşünülmeden, eğlenmek amacıyla yapılan, çocuğa kimsenin öğretemeyeceği konuları kendi deneyimleriyle öğrenme imkanı veren hareketler olarak tanımlanmıştır.[104]

Spencer, oyunu, enerji fazlalığının ortaya çıkardığı bir durum; Lazarus, eğlence aracı; Hull, insan gelişiminin ve ilerlemesinin bir özeti; Freud, çocuğun duygusal gelişimi ve duygusal problemleri hakkında bilgi edinmemizi sağlayan bir olgu; Erikson, çocukların psikososyal gelişimlerinin aynası; Piaget, çocuğun tüm zihinsel gelişiminin bir parçası özümleme ve uyum süreci; Adler, çocukların kendilerinin ifade ettiği bir araç; Brunner, yetişkinlik dönemine hazırlık ve mükemmelleştirme çalışması olarak açıklamıştır.[105]

Günümüzde ilk video oyunu olarak kabul edilen, MIT tarafından yazılan "Spacewar" oyunu 1962 yılında yapılmıştır. 1968 yılında ise ilk çalışan oyun konsolu geliştirilmiştir.[106]

Bilgisayar ve internetin yaygınlaşmasıyla birlikte, bireysel ya da birlikte (ağ üzerinden oynanan) oyun oynamak mümkün olmuştur. Bu durum oyunların daha da yaygınlaşmasını sağlamıştır.[107]

Yapılan çalışmalarda Avusturya'da çocuk ve ergenlerin 3/4'nün bilgisayar oyunu oynadığı[108], Almanya'da çocukların %70'inin bilgisayar oyunu oynadığı, İngiltere'de çocukların 1/3'nün bilgisayar oyunu oynadığı[109], bilgisayar oyunu oynama oranlarında önemli derecede artış olduğu[110] belirtilmiştir. Dünyada olduğu gibi ülkemizde de çocuk ve ergenlerin bilgisayar oyunu oynama oranları artmaktadır.[111] Türkiye'de 2004 yılında bilgisayar kullanım oranı %13,3 iken, 2011 yılında bu oran %42,9'a ulaşmıştır[112],

bilgisayarı son 3 ay içinde kullanan bireylerin %60,8'inin neredeyse her gün bilgisayar kullandıkları bildirilmiştir.[113]

Bilgisayar oyunlarının, çocukların bilgisayar okur-yazarlığı edinmesinde, el-göz koordinasyonunu sağlamasında, uzamsal yeteneklerinin geliştirilmesinde, uzaydaki şekilleri bütünleştirmeleri, kimya ve fizikle ilgili nesneleri göz önünde canlandırmaları ve hayal güçlerinin geliştirilmesinde önemli faydaları olduğu belirtilmiştir.[112] Yapılan bazı çalışmalarda bilgisayar oyunlarının öğrenmeyi ve zekayı geliştirdiği, psikomotor, fizyolojik, bilişsel, sosyal ve duyuşsal etkileri olduğu[114], eğlendirdiği ve motive edici olduğu[115] vurgulanmıştır.

Bilgisayar oyunlarının çocuk ve ergenler üzerinde olumlu etkileri olmasına karşın birçok çalışmada olumsuz etkileri de olduğu, saldırgan davranışlara ve şiddete yöneltebileceği[116], kaygı ve endişeye neden olabileceği[117], fiziksel, psikolojik ve sosyal açıdan olumsuz etkilerinin olabileceği[118], epilepsi, kan dolaşımı ve kalp hastalıkları, sosyal izolasyon ve sosyal becerilerde gecikme, okul başarısında düşme[119] gibi sorunlara yol açabileceği belirtilmiştir.

Bilgisayar oyunu oynama alışkanlığının çocuk ve ergenler için bağımlılık düzeyine ulaşabildiği bildirilmektedir.[111] Bilgisayar oyun bağımlılığının henüz standart bir tanımı olmamakla birlikte, bir davranış bağımlılığı biçimi olarak kabul edildiği, bilgisayarın uzun süre kontrol dışı kullanımını ifade eden bir kavram olarak kullanıldığı bildirilmektedir.[120]

Griffiths bilgisayar oyun bağımlılığını "teknoloji bağımlılığı" olarak betimlemektedir (20=8). Ancak yazında bilgisayar oyun bağımlılığı genel olarak internet bağımlılığı sınıflaması içerisinde değerlendirilmektedir.[110]

Alanyazın incelendiğinde "bilgisayar oyun bağımlılığı", "oyun bağımlılığı", "video oyunu bağımlılığı", "internet oyunu bağımlılığı" gibi kavramların bulunduğu ve bu kavramların bazen birbirlerinin yerine kullanılabildiği görülmektedir. Bu durumun standart bir tanı sisteminin olmamasına bağlı olduğu ve tanımlama, değerlendirme sürecinde zorluklara yol açabileceği belirtilmiştir.[121] Çalışmamızda "bilgisayar oyun bağımlılığı" terimi kullanılmıştır.

2.2.2. Önerilen Tanı Ölçütleri

Bilgisayar oyun bağımlılığı ile ilgili çalışmalara bakıldığında, bilgisayar oyun bağımlılığının öğrenciler için bir problem olabileceği ilk kez 1983 yılında Soper tarafından bildirilmiştir.[122] Bilgisayar oyun bağımlılığı ile ilgili ilk empirik çalışma 1989 yılında

Shotton tarafından yapılmıştır.[123] Erken dönem çalışmalarda, bilgisayar oyun bağımlılığını değerlendirmek için standardize bir ölçüm aracının bulunmadığı vurgulanmıştır.[124] 1990' lı yılların ortalarından itibaren yapılan araştırmalarda Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM)' III ve IV' de yer alan patolojik kumar oynama ölçütleri bilgisayar oyun bağımlılığına uyarlanarak kullanılmıştır. Dokuz ölçütten beşinin karşılanması bağımlılık olarak kabul edilmiştir. Bu ölçütler 2000' li yıllara değin kullanılagelmiştir.[136] Griffiths ve Hunt araştırmalarında DSM III-R' a göre patolojik kumar oynama ölçütlerini bilgisayar oyun bağımlılığına uyarlamıştır.[126] Salguero ve Moran ise 2002 yılında DSM IV' ün patolojik kumar oynama ve madde bağımlılığı ölçütlerinin oyun bağımlılığına uyarlandığı, 9 sorudan oluşan bir ölçek oluşturmuş ve bu ölçeğin geçerlik güvenirlik çalışmasını yapmıştır.[127]

Patolojik kumar oynama tanı ölçütlerinden uyarlanan bilgisayar oyun bağımlılığı ölçütleri 9 maddeden oluşmaktadır. Bu maddeler: Bilgisayar/video/internet oyunlarıyla meşgul olma, bu oyunlardan uzak kalındığında çekilme belirtileri yaşama, tolerans, oyun oynama alışkanlığını kontrol etmekle ilgili başarısız girişimler, oyunlar dışındaki diğer etkinliklere karşı ilgi kaybı, psikososyal problemlere yol açtığı bilinmesine rağmen aşırı oyun oynamaya devam etme, oyun oynama alışkanlığı ile ilgili yalan söyleme, oyunu olumsuz duygulanımdan uzaklaşmak veya kaçmak için kullanma, arkadaşlık, iş ve akademik alanlarda işlevselliğin bozulması, önemli fırsatları kaçırma şeklinde belirtilmektedir.[128]

Chiu ve arkadaşları 2004 yılında, çocuk ve ergenlerdeki, bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyini ölçmek amacıyla 9 maddeden oluşan bir bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği geliştirmiştir. Bu ölçekte DSM kriterlerinden farklı maddeler kullanılmıştır.[129]

Yazın incelendiğinde 2005 yılına kadar yapılan araştırmalarda aşırı ve kontrolsüz oyun oynama alışkanlığı olan kullanıcıların davranışlarını araştırmak amacıyla ölçek ve anketler gibi nicel yöntemlerin kullanıldığı, daha sonraki araştırmalarda ise yarı yapılandırılmış görüşmeler gibi farklılıklara gidildiği saptanmıştır.[130]

Mayıs 2013' te yayınlanan DSM V' te bilgisayar oyun bağımlılığı ileri çalışmalarla desteklenmesi gereken bir durum olarak yer almıştır.[131] Haziran 2013' te bilgisayar oyun bağımlılığı ilk kez DSM V ekinde, diğer davranışsal bağımlılıkların yanında yer almıştır.[132]

DSM V çalışma grubunun önerdiği bilgisayar oyun bağımlılığı tanı ölçütleri; oyunla zihinsel meşguliyet, çekilme belirtileri, tolerans, kontrol kaybı, diğer etkinliklere ilginin azalması, olumsuz sonuçlarına rağmen kullanıma devam etme, yalan söyleme, duygudurum değişiklikleri, arkadaşlık, iş ve yaşamın diğer önemli alanlarında işlevselliğin azalması şeklinde belirtilmiştir. 12 aylık bir dönem boyunca 5 veya daha fazlasının karşılanması gerektiği vurgulanmıştır.[132]

Çalışmamızda çocukların bilgisayar oyunu oynama alışkanlıklarını ve bilgisayar oyun bağımlılığını değerlendirmek için, Horzum, Ayas ve Balta tarafından geliştirilmiş ve geçerlik güvenirlik çalışması yapılmış olan "Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır.[133]

2.2.3. Epidemiyoloji

Bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığı ile ilgili ergenlerle yapılan çalışmalarda %0,2 (Almanya)' den %50 (Kore)' ye oranlar arasında geniş bir farklılığın bulunduğu, bu tutarsızlığa kavramsal farklılıkların, çeşitli ölçüm araçlarının kullanılmasının ve farklı kesme değerlerinin kabul edilmesinin neden olabileceği bildirilmiştir.[134,135]

Porter ve arkadaşları aşırı bilgisayar oyunu oynama probleminin özelliklerini değerlendiren öz bildirim ölçeklerini online anketler yoluyla uyguladıkları bir çalışma yapmıştır. Bu çalışma 53 online forumda, 4 aylık bir süre boyunca ilan edilmiş ve 1945 katılımcıya ulaşılmıştır. Katılımcıların %92,6' sının erkek olduğu, ağırlıklı olarak Avusturalya, Yeni Zelanda, Kanada, Avrupa ve Amerika' dan oldukları belirtilmiştir. çalışmaya katılanların %62,1'i her gün bilgisayar oyunu oynadığını, %59,8'i planladığından daha uzun süre oynadığını, %52'si oynamaması gerektiğine inanmasına rağmen oynadığını bildirmiştir. Bu çalışmada bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığı %8 olarak saptanmıştır.[136]

Thomas ve Martin'in %51'i erkek olan 1326 öğrenci ile yaptıkları bir çalışmada problemli bilgisayar oyunu oynayanların oranı %5, problemli internet kullanımı olanların oranı %4,6 olarak belirtilmiştir.[137]

Daniel ve arkadaşlarının yaptıkları çalışmada ise patolojik internet kullanımı ve patolojik bilgisayar oyunu oynama "patolojik teknoloji kullanımı" başlığı altında ele alınmış, yaşları 12-18 arasında değişen 1287 ergenin %11,4'ünün patolojik teknoloji kullanımı ölçütlerini karşıladığı, erkek ve kızların benzer risk taşıdığı, %6,4'ünün patolojik internet kullanımı olduğu, %1,8'inin patolojik bilgisayar oyunu oynama alışkanlığı olduğu,

%3,3'ünde patolojik internet kullanımı ve patolojik bilgisayar oyunu oynamanın eş zamanlı bulunduğu bildirilmiştir. Patolojik internet kullanımının ruhsal bir bozukluk eş tanısı açısından patolojik bilgisayar oyunu oynamaya göre daha riskli bir durum olduğu vurgulanmıştır.[3]

Norveç'te yaşları 15-40 arasında değişen 2500 kişi ile yapılan bir çalışmada, problemli bilgisayar oyunu oynama oranının %4,1, bilgisayar oyun bağımlılığı oranının %0,6 olduğu, erkek cinsiyet ve yaşın (16-21 yaş) en önemli belirleyiciler olduğu belirtilmiştir.[138]

Yazın incelendiğinde bilgisayar oyun bağımlılığının erkeklerde daha yaygın olduğunu bildiren çok sayıda çalışma bulunmakla birlikte bilgisayar oyunu bağımlılığında cinsiyet açısından anlamlı farklılık olmadığını bildiren yayınlara da rastlanmıştır.[139-141]

2.2.4. Etiyoloji

Griffiths, diğer bağımlılıklar gibi bilgisayar oyun bağımlılığında da biyopsikososyal süreçlerin rol oynadığını bildirmiştir. Bu biyopsikososyal süreci açıklarken davranışın dikkat çekici olması yani bireyin zihnini meşgul edebilmesi, bireylerin bu davranışı duygularını düzenlemek, gerçek yaşam zorluklarından kaçmak ve öfori hissetmek için kullanması, tolerans gelişebilmesi, davranış engellendiğinde kaygı, irritabilite gibi çekilme belirtilerinin görülmesi, davranışın sonucunda kişilerarası çatışmaların gelişmesi önemli bileşenler olarak belirtilmiştir.[142]

Yapılan çalışmalarda bilgisayar oyun bağımlılığı ile ilişkilendirilen en önemli 3 risk etkeninin, mizaç özellikleri, oyun oynama motivasyonları ve oyunun yapısal özellikleri olduğu bildirilmiştir.[11] Bilgisayar oyun bağımlılığı açısından nörotik kişilik özellikleri, agresyon ve şiddete eğilim, duygusal doyumsuzluk gibi mizaç özelliklerinin önemli olduğu belirtilmiştir.[143] Gündelik stresörlerle baş etme ve gerçeklerden kaçma, online arkadaşlık gibi motivasyonların, oyunun online ve güçlendirilebilir olmasının, yetişkinlere benzer içerikleri bulundurmasının, nadir bulunan öğeler ve kesme sahneleri (kol-bacak kesme-koparma, kafa kesme-koparma gibi) içermesinin, bireye kendisinin sanal bir karakterden daha iyi olduğunu gösterebilmesinin önemli olduğu vurgulanmıştır.[144-146]

İnternet bağımlılığı ve bilgisayar oyun bağımlılığı ile ilgili 2012 yılına kadar yapılan görüntüleme çalışmaları değerlendirildiğinde, bilgisayar oyun bağımlılığının diğer bağımlılıklara benzer özellikler gösterdiği saptanmıştır.[147] Bilgisayar oyun bağımlılığında beyinde dopamin transportunun azaldığı, bu durumun depresyon[148], bipolar bozukluk[149],

borderline kişilik bozukluğu ve disosiyatif belirtiler[150] ile eş hastalanımda etken olabileceği belirtilmiştir.

Bilgisayar oyun bağımlılığında, beyinde orbitofrontal korteks ve singulat girus alanlarında yüksek aktivite, nöral bağlantılarda[151] ve beynin yapısal özelliklerinde[152] anlamlı değişiklikler bulunduğu bildirilmiştir.

Bilgisayar oyun bağımlılığının, moleküler, nörofizyolojik ve davranışsal olarak diğer bağımlılıklara benzer özellikler taşıdığı, bu benzerliklerin; dopamin ve nöral aktivite değişiklikleri, beyin morfometrisi, dürtü kontrol sorunları, davranışsal inhibisyon, genel bilişsel fonksiyonlar ile ilgili olduğu, ancak henüz bilinen bir biyomarkırın bulunmadığı belirtilmiştir.[153]

Bilgisayar oyun bağımlılığı gelişimi açısından dürüst olma ve dışadönük olmanın koruyucu etkenler olduğu bildirilmiştir.[154]

Yapılan bir çalışmada oyunun gerçek yaşam ilişkilerinin tamiri ve gerçek yaşamdan uzaklaşmak, başarısız olunan alanları telafi etmek amacıyla oynanması durumunda bilgisayar oyun bağımlılığı gelişme riskinin yüksek olduğu vurgulanmıştır.[155]

Bilgisayar oyun bağımlılığı ile ilgili bilişsel özelliklerin araştırıldığı bir çalışmada, bilgisayar oyun bağımlılığının etiyolojisinde 4 bilişsel etkenin rol oynadığı belirtilmiştir. Bu etkenler, oyundaki ödüllerin değerleri ve gerçekliği ile ilgili inanışların, oyun oynama davranışıyla ilgili uyum bozucu ve inatçı kuralların, benlik saygısını güçlendirmek için oyuna aşırı güvenin olması ve oyunun sosyal kabul edilebilirliğin kazanılmasında bir yol olarak kullanılması şeklinde açıklanmıştır.[128]

Türkiye'de yapılan bir çalışmada, evde bilgisayara sahip olan öğrencilerin, bilgisayar oyunu bağımlılık puanlarının bilgisayarı olmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.[156]

İnal ve Çağıltay'ın yaptığı araştırmada sosyoekonomik durumu yüksek olan çocukların, sosyoekonomik durumu kötü olan çocuklara göre bilgisayar oyunu bağımlılığının daha fazla olduğu bildirilmiştir.[157]

2.2.5. Eşlik Eden Sosyal Sorunlar, Fiziksel ve Ruhsal Bozukluklar

Yazında bilgisayar oyun bağımlılığı ile ilişkilendirilen ruhsal bozuklukların yaygın bir sorun olarak giderek arttığını bildiren çok sayıda yanına rastlanmıştır.[158-160]

Bilgisayar oyunlarının sosyal ilişkiler üzerine olumlu etkileri olabildiğini gösteren çalışmalar.[161,162] bulunmasına karşın birçok araştırmada aşırı internet kullanımı ve

bilgisayar oyunu oynamanın agresif davranışlar[163], dikkat problemleri[164], akademik başarıda düşme[165], empati azlığı[166], uyku bozukluğu[167], sosyal ilişkilerde bozulma[168] gibi olumsuz etkileri olduğu belirtilmiştir.

Bilgisayar oyun bağımlılığının psikolojik ve psikosomatik sonuçları ile ilgili yazın incelendiğinde, gerçek yaşam ilişkilerinden, diğer eğlence etkinliklerinden, uyku, iş, eğitim, sosyalleşme ve arkadaşlıklardan ödün verme[169,170], oyunla ilgili takıntılı düşünceler ve gerçek arkadaşlıkların kaybı[171], dikkat sorunları[172], agresyon, şiddete eğilim ve stres[169], uyum bozucu baş etme yöntemleri[173], akademik başarıda düşme[174], sözel bellek sorunları[175], kendini iyi hissetmenin azalması, yalnızlık hissinin artması[176] gibi olumsuz psikolojik sonuçlara, uyku problemleri[171], nöbetler[177] gibi olumsuz psikosomatik sonuçlara vurgu yapıldığı görülmüştür.

Aşırı bilgisayar oyunu oynamanın, dürtü kontrolü, davranışsal inhibisyon, yürütücü işlevler, dikkat, genel bilişsel fonksiyonlar[178], algı ve el-göz koordinasyonu[179] üzerine olumsuz etkileri olduğu belirtilmiştir.

Williams ve arkadaşlarının yaptığı bir çalışmada çok oyunculu kitlesel çevirimiçi oyunları oynayanların genel populasyona göre beden kitle göstergelerinin, kaygı düzeylerinin, madde kullanım oranlarının daha yüksek, sağlıklı hissetme ve egzersiz yapma oranlarının daha düşük olduğu saptanmıştır.[180]

Yapılan araştırmalar göz önünde bulundurulduğunda, bilgisayar oyunu oynamayı bir ruhsal bozukluk olarak anlayabilmek için, risk etkenleri ve eş hastalanım özelliklerinin, birincil bir durum mu ikincil bir durum mu olduğunun, oyun oynama problemi mi oyun bağımlılığı mı olduğunun daha iyi aydınlatılması ve bir dürtü kontrol bozukluğundan farklı olarak bir bağımlılık şeklinde sınıflandırılması açısından ileri değerlendirmelerin yapılması önerilmiştir.[181]

2.2.6. Ülkemizde Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Horzum'un ilkokul 3.,4. ve 5. sınıflarda okuyan 100'er öğrenci ile yaptığı çalışmada, erkeklerin ve sosyoekonomik durumu üst düzeyde olanların bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu bildirilmiştir.[157]

Yılmaz'ın 6. ve 7. sınıflarda okuyan 416 öğrenci ile yaptığı çalışmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre, özel okulda okuyanların devlet okulunda okuyanlara göre, bilgisayarını yalnızca kendisi kullananların, diğer aile bireyleriyle birlikte kullananlara göre, günde 3 saat ve üzerinde bilgisayar kullananların günde 1 saat ve altında

kullananlara göre bilgisayar oyunu bağımlılığı gösterme eğilimi daha yüksek bulunmuştur.[182]

Şahin ve Tuğrul, 4. ve 5. sınıflarda okuyan 372 öğrenci ile yaptıkları araştırmada, annesinin eğitim düzeyi yüksek olanların düşük olanlara göre, evde bilgisayara sahip olanların olmayanlara göre bilgisayar oyunu bağımlılık düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Sınıfın ve babasının eğitim düzeyinin bilgisayar oyunu bağımlılığı açısından anlamlı farklılık oluşturmadığı bildirilmiştir.[183]

2.2.7. Tedavi

Bilgisayar oyunu bağımlılığı tedavisi ile ilgili yeterli araştırma bulunmamasına karşın yapılan bazı çalışmalarda, psikososyal ve farmakolojik müdahalelerin bilgisayar oyun bağımlılığı belirtilerini önemli oranda azalttığı belirtilmiştir.[184]

Bilgisayar oyun bağımlılığında BDT'nin etkisinin araştırıldığı çalışmalarda BDT'nin bilgisayar oyun bağımlılığı belirtilerinde ve eşlik eden anksiyete, depresyon ve dikkat problemlerinde, zaman yönetimi sorunlarında, uyum bozucu bilişler ve sosyal ilişkilerde belirgin düzelme sağladığı gösterilmiştir.[185,186]

Kim ve arkadaşları ergenlerde BDT ve bupropion tedavisinin birlikte uygulanmasının, bilgisayar oyun bağımlılığı klinik belirtileri, oyun sırasındaki etkinlik düzeyinin (oyunda kaldığı süre, tuşlara basma oranı, tepki verme hızı, vb.) uygun seviyeye çekilmesi, eşlik eden anksiyete ve depresyon belirtileri üzerine olumlu etkileri olduğunu vurgulamıştır.[187]

Han ve arkadaşları yalnızca bupropion kullandıkları, ergenlerle yaptıkları bir tedavi çalışmasında, bilgisayar oyun bağımlılığı klinik belirtilerinde, aşerme sorunlarında, eşlik eden depresyon belirtileri ve okul/iş problemlerinde anlamlı düzelme saptadıklarını belirtmiştir.[188]

Yalnızca metilfenidatın kullanıldığı bir araştırmada ise metilfenidat verilen ergenlerin, herhangi bir tedavi uygulanmayan ergenlere göre bilgisayar oyun bağımlılığı klinik belirtilerinin ve eşlik eden dikkat sorunlarının önemli oranda azaldığı bildirilmiştir.[189]

Shek ve arkadaşları çok modelli danışmanlık tedavisi uygulanan ergenlerin, bilgisayar oyun bağımlılığı klinik belirtilerinde, uyum bozucu bilişlerinde, eşlik eden anksiyete, depresyon problemlerinde, sosyal ilişkilerindeki sorunlarda anlamlı düzelme görüldüğünü, benlik saygısı düzeylerinin ve yaşam kalitelerinin arttığını belirtmiştir.[190]

3. GEREÇ VE YÖNTEMLER

Bu tez çalışması Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı ile Halk Sağlığı Anabilim Dalı işbirliği ile gerçekleştirilmiştir. Etik kurul onayı Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurulu'ndan alınmıştır. Etik kurul onay numarası KOÜ KAEK 2014/277 şeklindedir. Çalışma için gerekli izinler Kocaeli Valiliği ve İzmit İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü'nden alınmıştır. Çalışmaya katılmadan önce çocuklar kendileri için hazırlanmış olan 'Çocuk Bilgilendirme Formu' nu, ebeveynler ise 'Ebeveyn Aydınlatılmış Onam Formu' nu okumuş ve imzalamıştır.

3.1. Örneklemin Seçimi

2014-2015 eğitim-öğretim yılı ikinci döneminde, Kocaeli İli İzmit Merkez İlçe' yi temsil eden okulların 6. ve 7. sınıflarında okumakta olan, yaşları 11-13 arasında değişen, çalışmaya katılmaya gönüllü olan 740 öğrenci ve ebeveynleri çalışmaya alınmıştır. Çalışma 8 okulda yapılmıştır. Bu okullar Kocaeli Üniversitesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı'ndan görüş alınarak rastgele örneklem seçimi yoluyla belirlenmiştir.

3.2. Yöntem

Çalışmaya alınan çocukların, sosyodemografik özelliklerini ve internet kullanım alışkanlıklarını belirlemek için araştırma ekibi tarafından hazırlanan 'Çocuklar İçin Sosyodemografik Bilgi Formu', internet bağımlılığı düzeyini değerlendirmek için 'Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği', ailelerinin internet kullanımları konusunda tutumlarını değerlendirmek için 'Aile İnternet Tutum Ölçeği', bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyini belirlemek için 'Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği' kullanılmıştır. Ebeveynlerin, sosyodemografik özelliklerini belirlemek için araştırma ekibi tarafından hazırlanan 'Aileler İçin Sosyodemografik Bilgi Formu', internet kullanım alışkanlıkları ve internet bağımlılığı konusunda ailelerin çocuklarını değerlendirmesi için 'Aile Çocuk İnternet Bağımlılığı Ölçeği' kullanılmıştır. Bir ders saati içerisinde, çocuklara 1 adet sosyodemografik bilgi formu ve 3 adet ölçek araştırmacı tarafından dağıtılmış, doldurulduktan sonra araştırmacı tarafından toplanmıştır. Ebeveynler için hazırlanan 1 adet sosyodemografik bilgi formu ve 1 adet ölçek ailelerine ulaştırmaları için çocuklara dağıtılmış, aileleri doldurduktan sonra getirip rehber öğretmenlerine teslim etmeleri gerektiği aktarılmıştır. 2 hafta sonunda rehber öğretmenlerden bu formlar teslim alınmıştır.

3.3. Gereçler

3.3.1. Çocuklar İçin Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırma ekibi tarafından hazırlanan, 28 sorudan oluşan bu form çocuklar tarafından doldurulmuştur. Bu form ile, sosyodemografik bilgilerin yanında çocukların günlük internet kullanma süreleri, internet kullanım amaçları, günlük bilgisayar/tablet/akıllı telefon kullanma süreleri, günlük bilgisayar oyunu oynama süreleri, tercih ettikleri oyun türleri gibi bilgiler elde edilmiştir.

3.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Çocukların internet kullanım alışkanlıkları ve internet bağımlılığı düzeyini değerlendirmek amacıyla kullandığımız bu ölçek Young tarafından geliştirilmiş ve Bayraktar[191] tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Çeviri testin, standardize edilmiş Alpha değerinin .91, Spearman-Brown değerinin .87 olması güvenilir olduğunu düşündürmüştür. Likert tipi sorulardan oluşan İB ölçeğinde katılımcılardan "hiçbir zaman", "nadiren", "arada sırada", "çoğunlukla", "çok sık", "devamlı" seçeneklerinden birini işaretlemesi istenmiştir. Bu seçeneklere sırasıyla 0,1,2,3,4 ve 5 puan verilmiştir. Toplamda 80 ve üzeri puan almak, işlevsellikte belirgin bozulmanın göstergesi olarak kabul edilmiş ve bu grup "internet bağımlısı" olarak tanımlanmıştır. 50-79 arası puan alanlar, günlük hayatlarında internetle ilgili bir takım sorunlar yaşayan "riskli internet kullanıcısı" olarak tanımlanmıştır. 49 ve altında puan alanlar, internet kullanımına bağlı herhangi bir sorun yaşamayan "ortalama internet kullanıcısı" olarak tanımlanmıştır.[191]

3.3.3. Aile İnternet Tutum Ölçeği

Ailelerin, internet kullanımları konusunda çocuklarına karşı tutumlarını değerlendirmek amacıyla van Rooij ve van den Eijden[192] tarafından geliştirilen, aslı Felemenkçe olan, Valcke ve arkadaşları[193] tarafından İngilizceye çevrilerek kullanılan bu ölçek, Ayas ve Horzum[194] tarafından Türkçeye uyarlanmış ve geçerlik güvenirlik çalışması yapılmıştır. Likert tipi sorulardan oluşan aile internet tutum ölçeğinde katılımcılardan "hiç katılmıyorum", "katılmıyorum", "kararsızım", "katılıyorum", "tamamen katılıyorum" seçeneklerinden birini işaretlemeleri istenmiştir. Bu seçeneklere sırasıyla 1,2,3,4 ve 5 puan verilmiştir. Bu puanlardan 3'ün altında olanlar 'düşük', diğerleri 'yüksek' olarak ele alınmıştır. Düşük/yüksek aile kontrolü ve düşük/yüksek aile yakınlığı olmak üzere 2x2 lik bir yapı oluşturulmuştur. Düşük aile kontrolü ve düşük aile yakınlığı 'ihmalkar aile

tutumu' nu, yüksek aile kontrolü ve düşük aile yakınlığı 'otoriter aile tutumu' nu, düşük aile kontrolü ve yüksek aile yakınlığı 'müsamahakar aile tutumu' nu, yüksek aile kontrolü ve yüksek aile yakınlığı 'demokratik aile tutumu' nu temsil etmiştir.[194]

3.3.4. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Çocukların bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyini değerlendirmek amacıyla kullanılan, toplam 21 maddeden oluşan bu ölçek, Horzum, Ayas ve Balta[133] tarafından geliştirilmiş, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Likert tipi sorulardan oluşan bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinde katılımcılardan "hiç katılmıyorum", "katılmıyorum", "kararsızım", "katılıyorum", "tamamen katılıyorum" seçeneklerinden birini işaretlemeleri istenmiştir. Bu seçeneklere sırasıyla 1,2,3,4 ve 5 puan verilmiştir. Toplamda 78 ve üzerinde puan alanlar 'bilgisayar oyunu bağımlısı', 26-77 arası puan alanlar 'riskli grup' olarak tanımlanmıştır.[133]

3.3.5. Aile Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği

İnternet kullanım alışkanlıkları ve internet bağımlılığı konusunda ailelerin çocuklarını değerlendirmesi amacıyla Young İB ölçeği[195] 'nden türetilerek oluşturulan aile çocuk internet bağımlılık ölçeği, Eşği[196] tarafından Türkçeye çevrilerek, geçerlik güvenirlik çalışması yapılmıştır. Likert tipi sorulardan oluşan bu ölçekte katılımcılardan "hiçbir zaman", "nadiren", "arada sırada", "çoğunlukla", "çok sık", "devamlı" seçeneklerinden birini işaretlemesi istenmiştir. Bu seçeneklere sırasıyla 0,1,2,3,4 ve 5 puan verilmiştir. Toplamda 80 ve üzeri puan alanlar "internet bağımlısı", 50-79 arası puan alanlar "sınırlı semptom gösteren", 49 ve altında puan alanlar "semptom göstermeyen" grup olarak tanımlanmıştır.[196]

3.3.6. Aileler İçin Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırma ekibi tarafından hazırlanan, 10 sorudan oluşan bu form ebeveynler tarafından doldurulmuştur. Bu form ile sosyodemografik bilgilerin yanında, aile yapısı, ailenin aylık gelir düzeyi, çocuğun ders başarısı, boy ve kilosu, ebeveynin kendisinin günlük internet kullanım süresi gibi bilgiler elde edilmiştir.

3.4. Verilerin İstatistiksel Analizi

Çalışmanın istatistiksel analizleri SPSS R 3.2.3 paket programında yapılmıştır. Çalışmada yer alan sürekli değişkenlere ait tanımlayıcı istatistikler ortalama ± standart

sapma ve medyan (minimum-maksimum) değerleriyle, kategorik değişkenler ise frekans ve yüzde ile gösterilmiştir. Sürekli değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Shapiro Wilk testi ile incelenmiştir. Normal dağılım göstermeyen değişkenlerin 2 grup karşılaştırmalarında Mann Whitney U testi, 3 ve daha fazla grup karşılaştırmalarında Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Kategorik değişkenlerin gruplar arası karşılaştırmalarında Fisher ki-kare ve Pearson ki-kare testleri kullanılmıştır. Sürekli değişkenler arası ilişkiler Spearman korelasyon analizi ile incelenmiştir. Çalışmadaki tüm istatistiksel analizlerde p değeri 0,05'in altındaki karşılaştırmalar istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

4.1. Sosyodemografik Özellikler

Çalışmaya 11-13 yaş aralığında toplam 740 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin sınıf düzey ve cinsiyet dağılımında anlamlı düzeyde bir farklılık saptanmamıştır. Öğrencilerin ikamet ettiği yerleşim birimleri %53,9 şehir merkezi, %37 ilçe, %5,3 köy, %3,7 kasaba şeklinde dağılmıştır. Aile yapısı dağılımı %80,9'unda çekirdek aile, %13,9'unda geniş aile, %5,2'sinde parçalanmış aile şeklinde bulunmuştur. Aylık gelir düzeyi %56,8'inde 1000-3000 lira, %29,6'sında 500-1000 lira arasında, %13,6'sında 3000 lira üzerinde saptanmıştır.

Annelerin eğitim durumu %46,4 ilkokul mezunu, %24,3 lise mezunu, %14 ortaokul mezunu, %10,6 üniversite mezunu, %4,7 okuma yazma yok şeklinde, babaların eğitim durumu %36,1 lise mezunu, %23,8 ilkokul mezunu, %20,9 ortaokul mezunu, %18,9 üniversite mezunu, %1,2 okuma yazma yok şeklinde bulunmuştur.

Örneklemin %36,3'ünde öğrenci 1.çocuk, %45,4'ünde 2.çocuk, %10,4'ünde 3.çocuk, %3,8'inde 4.çocuk şeklinde saptanmıştır.

Ders başarısı düzeyi dağılımı %34,5'inde çok iyi, %47,4'ünde iyi, %15,7'sinde orta, %2'sinde zayıf şeklinde bulunmuştur.

Öğrenciler arasında düzenli bir sosyal aktiviteye gidenlerin oranı %78,3, gitmeyenlerin oranı %21,7 şeklinde saptanmıştır (Tablo-3).

Tablo-3: Sosyodemografik özellikler

		n	%
Cinsiyet	**Erkek**	385	52,0
	Kız	355	48,0
Sınıf	**6. sınıf**	408	55,1
	7. sınıf	332	44,9
İkamet	**Köy**	13	5,3
	Kasaba	9	3,7
	İlçe	90	37,0
	Şehir Merkezi	131	53,9
Anne Eğitim	**Okuma yazma yok**	11	4,7
	İlkokul	109	46,4
	Ortaokul	33	14,0
	Lise	57	24,3
	Üniversite	25	10,6
Baba Eğitim	**Okuma yazma yok**	3	1,2
	İlkokul	58	23,8
	Ortaokul	51	20,9
	Lise	88	36,1
	Üniversite	44	18,9
Aile yapısı	**Çekirdek aile**	203	80,9
	Geniş aile	35	13,9
	Parçalanmış	4	1,6
	Parçalanmış / Ölüm	8	3,2
	Parçalanmış / Boşanma	1	0,4
Aylık gelir	**500-1000**	72	29,6
	1000-3000	138	56,8
	3000 +	33	13,6
Öğrenci kaçıncı çocuk	**1 çocuk**	87	36,3
	2 çocuk	109	45,4
	3 çocuk	25	10,4
	4 çocuk	9	3,8
Ders başarısı	**Zayıf**	5	2,0
	Orta	39	15,7
	İyi	118	47,4
	Çok iyi	86	34,5
Sosyal aktivite	**Hayır**	171	68,7
	Evet	78	31

Annelerin yaş ortalamaları 38,39 ± 4,94, babaların yaş ortalamaları 42,59 ± 5,9 bulunmuştur. Ailedeki çocuk sayısı ortalaması 2,73 ± 1,42 saptanmıştır (Tablo-4)

Tablo-4: Ebeveynlerin yaş ortalaması ve ailedeki çocuk sayısı ortalaması

	n	Ortalama ± Std. Sapma	Medyan	Minimum	Maksimum
Anne yaş	237	38,39 ± 4,94	37,00	29	58
Baba yaş	240	42,59 ± 59	41,00	31	63
Çocuk sayısı	243	2,73 ± 1,42	2	1	11

4.2. İnternet Kullanımı ve Bilgisayar Oyunu Oynama Özellikleri

İnternet kullanımına başlama yaş ortalamaları 8,23 ± 2,14, bilgisayar kullanımına başlama yaş ortalamaları 7,88 ± 2,04, tablet kullanımına başlama yaş ortalamaları 10,58 ± 1,67, telefon kullanımına başlama yaş ortalamaları 10,51 ± 1,83 bulunmuştur (Tablo-5)

Tablo-5: İnternet/bilgisayar/tablet/telefon kullanımına başlama yaş ortalamaları

	n	Ortalama ± Std. Sapma	Medyan	Minimum	Maksimum
İnternet başlama yaşı	686	8,23 ± 2,14	8,0	1	13
Bilgisayar başlama yaşı	657	7,88 ± 2,04	8,0	2	13
Tablet başlama yaşı	692	10,58 ± 1,67	11,0	1	13
Telefon başlama yaşı	531	10,51 ± 1,83	11,0	1	15

İnternet kullanım özellikleri incelendiğinde öğrencilerin %78,3'ünün evinde internet bağlantısının bulunduğu, %92,9'unun çoğunlukla kendisinin kullandığı bir bilgisayar/tablet/telefona sahip olduğu, %62,8'inin internete en çok evden girdiği saptanmıştır (Tablo-6).

Öğrencilerin %74,9'u internet kullanma alışkanlığının fazla olmadığını, %59,7'si internet kullanma alışkanlığı konusunda ailesi ile sorun yaşadığını bildirmiştir. İnternet kullanım amacı ve internet kullanım süreleri ile ilgili diğer bilgiler Tablo-6'da gösterilmiştir.

Tablo-6: İnternet kullanım özellikleri

		n	%
İnternete en çok nerede giriyor	Hiç	7	1,0
	Ev	460	62,8
	İnternet kafe	35	4,8
	Cep telefonu	196	26,8
	Diğer	34	4,6
İnternette hafta içi ne kadar kalıyor	Hiç	125	16,9
	30dk-1saat	313	42,4
	1-2saat	181	24,5
	2-3saat	80	10,8
	3saatten fazla	40	5,4
İnternette hafta sonu ne kadar kalıyor	Hiç	77	10,4
	30dk-1saat	170	23,0
	1-2saat	233	31,5
	2-3saat	173	23,4
	3saatten fazla	86	11,6
Evde internet bağlantısı	Hayır	160	21,7
	Evet	577	78,3
Kendisinin kullandığı bilg, tablet, tel	Hayır	52	7,1
	Evet	681	92,9
İnternet kullanım amacı video, müzik, film	1.sıra önemde	113	16,7
	2.sıra önemde	143	21,2
	3.sıra önemde	128	19,0
	4.sıra önemde	149	22,1
	5.sıra önemde	142	21,0
İnternet kullanım amacı sosyal paylaşım siteleri	1.sıra önemde	186	27,9
	2.sıra önemde	165	24,8
	3.sıra önemde	153	23,0
	4.sıra önemde	88	13,2
	5.sıra önemde	74	11,1
İnternet kullanım amacı ders ve bilgi	1.sıra önemde	172	25,2
	2.sıra önemde	116	17,0
	3.sıra önemde	141	20,6
	4.sıra önemde	113	16,5
	5.sıra önemde	141	20,6
İnternet kullanım amacı oyun	1.sıra önemde	183	26,5
	2.sıra önemde	106	15,4
	3.sıra önemde	105	15,2
	4.sıra önemde	138	20,0
	5.sıra önemde	158	22,9
İnternet kullanım amacı iletişim	1.sıra önemde	62	9,4
	2.sıra önemde	143	21,7
	3.sıra önemde	141	21,4
	4.sıra önemde	171	25,9
	5.sıra önemde	143	21,7
İnternet kullanma alışkanlığı fazla mı	Hayır	185	25,1
	Evet, Biraz	220	29,9
	Evet, Orta	250	33,9
	Evet, Çok	82	11,1
İnternet kullanımı konusunda aile ile sorun yaşar mı	Hayır	298	40,4
	Evet, Biraz	264	35,8
	Evet, Orta	129	17,5
	Evet, Çok	47	6,4

Bilgisayar oyunu oynama özellikleri sorgulandığında öğrencilerin %49,5'inin online, %46,8'inin offline oyunları tercih ettiği, içerik olarak en çok strateji oyunlarının oynandığı saptanmıştır. Bilgisayar oyunu oynama özellikleri ile ilgili diğer bilgiler Tablo-7'de gösterilmiştir (Tablo-7).

Tablo-7: Bilgisayar oyunu oynama özellikleri

		n	%
Tercih edilen oyun türü	**Hiç**	26	3,7
	Online	349	49,5
	Offline	330	46,8
İçerik olarak tercih edilen oyun türü	**Hiç**	8	1,1
	Kelime, bilgi	164	23,5
	Strateji	242	34,7
	Futbol	110	15,8
	Dövüş	47	6,7
	Diğer	126	18,1
online oyunlara hafta içi günde ayrılan süre	**Hiç**	276	37,3
	30dk-1saat	285	38,6
	1-2saat	121	16,4
	2-3saat	37	5,0
	3saatten fazla	20	2,7
online oyunlara hafta sonu günde ayrılan süre	**Hiç**	224	30,3
	30dk-1saat	227	30,7
	1-2saat	148	20,0
	2-3saat	98	13,3
	3saatten fazla	42	5,7
offline oyunlara hafta içi günde ayrılan süre	**Hiç**	258	34,9
	30dk-1saat	335	45,3
	1-2saat	98	13,3
	2-3saat	36	4,9
	3saatten fazla	12	1,6
offline oyunlara hafta sonu günde ayrılan süre	**Hiç**	210	28,4
	30dk-1saat	275	37,2
	1-2saat	156	21,1
	2-3saat	72	9,7
	3saatten fazla	26	3,5

Ebeveynlerin kendilerinin internet kullanım süreleri Tablo-8'de gösterilmiştir (Tablo-8).

Tablo-8: Ebeveynlerin internet kullanım özellikleri

		n	%
Öğrenci velisinin hafta içi günde internette geçirdiği zaman	**Hiç**	68	27,1
	30dk-1saat	124	49,4
	1-2saat	44	17,5
	2-3saat	9	3,6
	3saatten fazla	6	2,4
Öğrenci velisinin hafta sonu günde internette geçirdiği zaman	**Hiç**	79	31,5
	30dk-1saat	100	39,8
	1-2saat	48	19,1
	2-3saat	19	7,6
	3saatten fazla	5	2,0

4.3. Aile Tutum Tipleri Dağılımı ve Aile Tutum Tipleri Arasında İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Aile-Çocuk İnternet Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

Aile tutum tipleri dağılımı %39,8 ihmalkar aile tutumu, %36,6 müsamahakar aile tutumu, %21,7 demokratik aile tutumu, %1,9 otoriter aile tutumu şeklinde bulunmuştur (Tablo-9).

Tablo-9: Aile tutum tipleri dağılımı

	n	%
İhmalkar	209	39,8
Otoriter	10	1,9
Müsamahakar	192	36,6
Demokratik	114	21,7

Aile tutum tipleri arasında internet bağımlılığı ölçek puanı, bilgisayar oyun bağımlılığı ölçek puanı, aile-çocuk internet bağımlılığı ölçek puanı bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmasa da en düşük puanlar demokratik aile tutumu olan grupta saptanmıştır (Tablo-10,11).

Tablo-10: Aile Tutum Tipleri Arasında İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Aile-Çocuk İnternet Bağımlılığı Ölçeği Puanlarının Karşılaştırılması

	İhmalkar	Müsamahakar	Demokratik	p
Aile çocuk internet bağımlılığı ölçeği (anne)	19,69 ± 16,84 17 (0-62)	16,42 ± 15,14 16 (0-66)	13,78 ± 16,11 7 (0-74)	0,090#
Aile çocuk internet bağımlılığı ölçeği (baba)	17,98 ± 16,41 14 (0-78)	14,75 ± 14,52 10 (0-64)	10,77 ± 12,77 7 (0-71)	0,065#
İnternet bağımlılığı ölçeği	21,72 ± 17,20 17 (0-77)	22,47 ± 16,24 19 (0-78)	20,31 ± 16,02 18 (0-76)	0,453#

#Kruskal Wallis testi

(Gruptaki kişi sayısı yeterli olmadığından otoriter grubu karşılaştırmaya dahil edilmemiştir).

Tablo-11: Aile tutum tipleri arasında bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması

		25 ve altı	26-77	78 ve üzeri	p
Aile İnternet Tutum Ölçeği	**İhmalkar**	52 (%50,5)	125 (%38,2)	5 (%45,5)	0,127#
	Müsamahakar	29 (%28,2)	127 (%38,8)	2 (%18,2)	
	Demokratik	21 (%20,4)	69 (%21,1)	3 (%27,3)	
	Otoriter	1 (%1,0)	6 (%1,8)	1 (%9,1)	

#Mann Whitney U testi

4.4. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığı ve Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığını Etkileyebilecek Değişkenlerin İncelenmesi

Bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlara göre 25 ve altı puan alanların (semptomsuz grup) oranı %24,3, 26-77 arası puan alanların (riskli grup) oranı %72,7, 78 ve üzeri puan alanların (bağımlı grup) oranı %3 şeklinde saptanmıştır.

Bilgisayar oyun bağımlılığı ölçek puanları cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı oranda farklı olup erkek cinsiyette daha yüksektir (Tablo-12).

Tablo-12: Cinsiyet ve bilgisayar oyun bağımlılığı ilişkisi

		25 ve altı	26-77	78 ve üzeri	p
Cinsiyet	**Erkek**	43 (%30,7)	244 (%58,4)	11 (%64,7)	**<0,001***
	Kadın	97 (%69,3)	174 (%41,6)	6 (%35,3)	

**Pearson ki-kare testi*

Bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden yüksek puan alan ergenlerde, bilgisayar oyun bağımlılığı ölçek puanı düşük olanlara göre hafta içi ve hafta sonu bir günde internette harcanan zaman miktarı anlamlı oranda yüksek bulunmuştur (Tablo-13).

Tablo-13: İnternette geçirilen zaman miktarı ve bilgisayar oyun bağımlılığı ilişkisi

		25 ve altı	26-77	78 ve üzeri	p
Hafta içi internette geçen zaman miktarı	**Hiç**	13 (%28,3)	16 (%11)	0 (%0)	**0,015***
	30dk – 1 saat	21 (%45,7)	55 (%37,9)	1 (%14,3)	
	1-2 saat	8 (%17,4)	49 (%33,8)	3 (%42,9)	
	2-3 saat	2 (%4,3)	17 (%11,7)	3 (%42,9)	
	3 saat +	2 (%4,3)	8 (%5,5)	0 (%0)	
Hafta sonu internette geçen zaman miktarı	**Hiç**	5 (%10,9)	12 (%8,3)	0 (%0)	**0,023***
	30dk – 1 saat	15 (%32,6)	32 (%22,1)	0 (%0)	
	1-2 saat	18 (%39,1)	36 (%24,8)	5 (%71,4)	
	2-3 saat	5 (%10,9)	44 (%30,3)	2 (%28,6)	
	3 saat +	3 (%6,5)	21 (%14,5)	0 (%0)	

**Pearson ki-kare testi*

İnternet kullanım amacı çoğunlukla ders çalışmak ve bilgi edinmek olan grubun bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği puanlarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu, internet kullanım amacı çoğunlukla oyun oynamak olan grubun bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği puanlarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo-14).

Tablo-14: İnternet kullanım amacı ve bilgisayar oyun bağımlılığı ilişkisi

		25 ve altı	26-77	78 ve üzeri	p
İnterneti en sık ders için kullananlar	**1.sıra önemde**	57 (%44,5)	85 (%21,7)	1 (%6,7)	**<0,001***
	2.sıra önemde	22 (%17,2)	65 (%16,6)	2 (%13,3)	
	3.sıra önemde	16 (%12,5)	87 (%22,3)	2 (%13,3)	
	4.sıra önemde	23 (%18,0)	67 (%17,1)	2 (%13,3)	
	5.sıra önemde	10 (%7,8)	87 (%22,3)	8 (%53,3)	
İnterneti en sık oyun için kullananlar	**1.sıra önemde**	18 (%14,2)	115 (%29)	6 (%40)	**<0,001***
	2.sıra önemde	20 (%15,7)	63 (%15,9)	3 (%20)	
	3.sıra önemde	21 (%16,5)	58 (%14,6)	1 (%6,7)	
	4.sıra önemde	22 (%17,3)	84 (%21,2)	4 (%26,7)	
	5.sıra önemde	46 (%36,2)	76 (%19,2)	1 (%6,7)	

**Pearson ki-kare testi*

Online ve offline oyunları tercih eden gruplar karşılaştırıldığında online oyunları tercih eden grupta bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği puanlarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo-15).

Tercih edilen oyun türleri ve bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar karşılaştırıldığında strateji oyunlarını tercih eden grubun bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği puanları istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksektir (Tablo-15).

Tablo-15: Tercih edilen oyun türleri ve bilgisayar oyun bağımlılığı ilişkisi

		25 ve altı	26-77	78 ve üzeri	p
Hangi oyun türlerini tercih eder	**Hiç**	9 (%7,1)	11 (%2,7)	1 (%6,7)	**0,015***
	Online	46 (%36,5)	207 (%51)	9 (%60)	
	Offline	71 (%56,3)	188 (%46,3)	5 (%33,3)	
İçerik olarak daha çok hangi oyun türünü tercih eder	**Hiç**	2 (%1,5)	4 (%1,0)	0 (%0)	**<0,001***
	Kelime,bilgi	58 (%44,3)	75 (%18,9)	2 (%14,3)	
	Strateji	32 (%24,4)	154 (%38,9)	5 (%35,7)	
	Futbol	15 (%11,5)	70 (%17,7)	1 (%7,2)	
	Dövüş	3 (%2,3)	29 (%7,3)	2 (%14,3)	
	Diğer	21 (%16)	64 (%16,2)	4 (%28,6)	

*Pearson ki-kare testi

İnternet/bilgisayar/tablet/telefon kullanımına başlama yaşları ve bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar arasındaki ilişki incelendiğinde bilgisayar oyun bağımlılığı ölçek puanı ile kullanıma başlama yaşı arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmuştur (Tablo-16).

Tablo-16: İnternet/bilgisayar/tablet/telefon kullanımına başlama yaşı ve bilgisayar oyun bağımlılığı ilişkisi

	Bilgisayar oyun bağımlılığı
İnt başlama yaşı	r=-0,223 **p<0,001**#
Bilg başlama yaşı	r=-0,168 **p<0,001**#
Tablet başlama yaşı	r=-0,116 **p=0,007**#
Telefon başlama yaşı	r=-0,104 **p=0,033**#

#Spearman korelasyon testi

Bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği puan ortalaması ile internet bağımlılığı ölçeği puan ortalaması arasında pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki bulunmuştur (Tablo-17).

Bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği puan ortalaması ile aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puan ortalaması arasında pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki saptanmıştır (Tablo-17).

Tablo-17: İnternet bağımlılığı ölçeği ve aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği ile bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Bilgisayar oyun bağımlılığı
İnternet bağımlılığı ölçeği	r=0,650 **p<0,001**[#]
Aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği (anne)	r=0,550 **p<0,001**[#]
Aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği (baba)	r=0,613 **p<0,001**[#]

#Spearman korelasyon testi

4.5. İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı ve İnternet Bağımlılığı Yaygınlığını Etkileyebilecek Değişkenlerin İncelenmesi

İnternet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlara göre ortalama internet kullanıcısı olan grubun oranı %92,5, riskli internet kullanıcısı olan grubun oranı %7,3, internet bağımlısı grubun oranı %0,2 bulunmuştur.

Cinsiyetler arasında internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır (Tablo-18).

Tablo-18: Cinsiyet ve internet bağımlılığı ilişkisi

		Ortalama İnt. Kullanıcısı	**Riskli İnt. Kullanıcısı**	**p**
Cinsiyet	**Erkek**	305 (%51,4)	25 (%53,2)	0,816[#]
	Kadın	288 (%48,6)	22 (%46,8)	

#Pearson Ki-kare testi

Aile yapısı grupları arasında internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar karşılaştırıldığında çekirdek aile yapısı olan grupta internet bağımlılığı ölçek puanı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Tablo-19).

Tablo-19: Aile yapısı ve internet bağımlılığı ilişkisi

		Ortalama İnt. Kullanıcısı	Riskli İnt. Kullanıcısı	p
Aile yapısı	**Çekirdek aile**	175 (%83,3)	7 (%63,6)	**0,037***
	Geniş aile	27 (%12,9)	1 (%9,1)	
	Parçalanmış aile	8 (%3,8)	3 (%27,3)	

*Fisher ki-kare testi

Hafta içi ve hafta sonu bir günde internette harcanan zaman miktarı ile internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır (Tablo-20).

Tablo-20: İnternette geçirilen zaman miktarı ve internet bağımlılığı ilişkisi

		Ortalama İnt. Kullanıcısı	Riskli İnt. Kullanıcısı	p
Hafta içi internette geçen zaman miktarı	**Hiç**	109 (%18,4)	2 (%4,3)	**<0,001#**
	30dk – 1 saat	271 (%45,7)	7 (%14,9)	
	1-2 saat	138 (%23,3)	11 (%23,4)	
	2-3 saat	53 (%8,9)	16 (%34)	
	3 saat +	22 (%3,7)	11 (%23,4)	
Hafta sonu internette geçen zaman miktarı	**Hiç**	67 (%11,3)	1 (%2,1)	**<0,001#**
	30dk – 1 saat	153 (%25,8)	2 (%4,3)	
	1-2 saat	189 (%31,9)	7 (%14,9)	
	2-3 saat	129 (%21,8)	17 (%36,2)	
	3 saat +	55 (%9,3)	20 (%42,6)	

#Pearson Ki-kare testi

Aile tutum tipleri arasında internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar karşılaştırıldığında müsamahakar aile yapısı olan grupta internet bağımlılığı ölçek puanı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Tablo-21).

Tablo-21: Aile tutum tipleri ve internet bağımlılığı ilişkisi

		Ortalama İnt. Kullanıcısı	Riskli İnt. Kullanıcısı	p
Aile İnternet Tutum Ölçeği	**İhmalkar**	176 (%40,2)	14 (%40,0)	**<0,001***
	Müsamahakar	156 (%35,6)	15 (%42,9)	
	Demokratik	98 (%22,4)	5 (%14,3)	
	Otoriter	8 (%1,8)	1 (%2,9)	

*Fisher ki-kare testi

İnternet kullanım amacı çoğunlukla ders çalışmak ve bilgi edinmek olan grubun internet bağımlılığı ölçeği puanlarının internet kullanım amacı çoğunlukla video, film izlemek ve müzik dinlemek olan grubun internet bağımlılığı ölçeği puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo-22).

Tablo-22: İnternet kullanım amacına göre internet bağımlılığı oranları

		Ortalama İnt. Kullanıcısı	Riskli İnt. Kullanıcısı	p
İnterneti en sık video, müzik, film dizi için kullananlar	**1.sıra önemde**	85 (%15,5)	9 (%22)	**0,005***
	2.sıra önemde	112 (%20,4)	15 (%36,6)	
	3.sıra önemde	107 (%19,5)	9 (%22,0)	
	4.sıra önemde	121 (%22,1)	8 (%19,5)	
	5.sıra önemde	123 (%22,4)	0 (%0)	
İnterneti en sık ders için kullananlar	**1.sıra önemde**	155 (%27,9)	3 (%7,1)	**<0,001***
	2.sıra önemde	103 (%18,5)	1 (%2,4)	
	3.sıra önemde	111 (%20)	8 (%19,0)	
	4.sıra önemde	93 (%16,7)	4 (%9,5)	
	5.sıra önemde	94 (%16,9)	26 (%61,9)	

*Pearson ki-kare testi

İnternet/bilgisayar/telefon kullanımına başlama yaşları ve internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar karşılaştırıldığında internet bağımlılığı ölçek puanı ile kullanıma başlama yaşı arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki olduğu bulunmuştur (Tablo-23).

Tablo-23: İnternet/bilgisayar/tablet/telefon kullanımına başlama yaşı ve internet bağımlılığı ilişkisi

	İnternet bağımlılığı
İnt başlama yaşı	r=-0,251 **p<0,001***
Bilg başlama yaşı	r=-0,211 **p<0,001***
Tablet başlama yaşı	r=-0,066 p=0,103*
Telefon başlama yaşı	r=-0,107 **p=0,023***

*Sperman korelasyon

İnternet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar ile aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar arasında pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki saptanmıştır (Tablo-24).

Tablo-24: Aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği ile internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	İnternet bağımlılığı
Aile-çocuk internet bağımlılık ölçeği (anne)	r=0,504 **p<0,001***
Aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği (baba)	r=0,607 **p<0,001***

*Sperman korelasyon

Cinsiyetler arasında aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar erkek cinsiyette kızlara göre anlamlı orana yüksek bulunmuştur (Tablo-25).

Tablo-25: Cinsiyetler arasında aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Erkek	Kız	p
Aile-çocuk internet bağımlılık ölçeği (anne)	21,70 ± 16,06 19 (0-62)	12,57 ± 14,73 7 (0-74)	**<0,001**[#]
Aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği (baba)	20,54 ± 17,35 19 (0-78)	11,62 ± 12,07 7 (0-49)	**<0,001**[#]

[#]Mann Whitney U testi

Evde internet bağlantısı olan ergenlerde evde internet bağlantısı olmayan ergenlere göre aile-çocuk internet bağımlılığı ölçek puanı istatistiksel olarak anlamlı oranda yüksek saptanmıştır (Tablo-26).

Tablo-26: Evde internet bağlantısı olan ve olmayanlarda aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Evde internet bağlantısı		p
	Hayır	Evet	
Aile-çocuk internet bağımlılık ölçeği (anne)	14,56 ± 18,14 8 (0-74)	17,71 ± 15,08 16 (0-66)	**0,007**[#]
Aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği (baba)	11,35 ± 14,50 5 (0-56)	17,03 ± 15,24 14 (0-78)	**0,002**[#]

[#]Mann Whitney U testi

Hafta içi ve hafta sonu bir günde internette harcanan zaman miktarı ile aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur (Tablo-27,28).

Tablo-27: İnternette geçirilen zaman miktarı aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	internette hafta içi bir günde geçirilen zaman miktarı					p
	Hiç	30dk – 1saat	1-2 saat	2-3 saat	3 saat üzeri	
Aile-çocuk internet bağımlılık ölçeği (anne)	6 (0-74)	9,5 (0-53)	17 (0-62)	30 (0-66)	21,5 (2-61)	**<0,001**[#]
Aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği (baba)	5 (0-31)	8 (0-53)	16,5 (0-78)	24,5 (0-71)	30 (20-49)	**<0,001**[#]

[#]Kruskal Wallis testi

Tablo-28: İnternette geçirilen zaman miktarı aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	internette hafta sonu bir günde geçirilen zaman miktarı					p
	Hiç	30dk – 1saat	1-2 saat	2-3 saat	3 saat üzeri	
Aile-çocuk internet bağımlılık ölçeği (anne)	5,5 (0-74)	6 (0-62)	14,5 (0-53)	22 (0-66)	21 (0-62)	**<0,001#**
Aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği (baba)	4 (0-56)	7 (0-53)	10 (0-42)	23 (0-78)	25 (0-64)	**<0,001#**

#Kruskal Wallis testi

İnternet kullanımına başlama yaşları ve aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar karşılaştırıldığında aile-çocuk internet bağımlılığı ölçek puanı ile kullanıma başlama yaşı arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki olduğu saptanmıştır (Tablo-29).

Tablo-29: İnternet kullanımına başlama yaşı ile aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği puanlarının karşılaştırılması

	Aile-çocuk internet bağımlılık ölçeği (anne)	Aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeği (baba)
İnt. başlama yaşı	r=-0,146 **p=0,034***	r=-0,224 **p=0,003***

*Spearman korelasyon testi

5. TARTIŞMA

Çalışmamızda yaşları 11-13 arasında değişen ergenlerde internet bağımlılığı ve bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığı ve ilişkili etkenler araştırılmıştır.

5.1. İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı

Çalışmamızda Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği ile yapılan değerlendirme sonucunda internet bağımlılığı yaygınlığı %0,2, riskli internet kullanıcısı oranı %7,3, ortalama internet kullanıcısı oranı %92,5 bulunmuştur. Yazında internet bağımlılığı yaygınlığını ölçmek amacıyla yapılan epidemiyolojik araştırmalar daha çok lise ve üniversite öğrencilerinde yapılmış, bu çalışmalarda internet bağımlılığı yaygınlığı %8-26 aralığında bildirilmiştir (2). İB yaygınlığı ile ilgili yapılan çalışmalarda yaygınlık oranları arasında geniş farklılıklar bulunduğu, bu durumun kullanılan ölçeklerin çeşitliliği, araştırma desenlerindeki farklılıklar, hedef popülasyon özellikleri ile açıklanabileceği belirtilmiştir (40). Yaygınlık ölçmek amacıyla yapılan epidemiyolojik çalışmaların çoğunluğunun okullarda ve üniversitelerde okumakta olan öğrencilere anket doldurtularak yapıldığı ve çoğunlukla Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin kullanıldığı dikkat çekmiştir. Çalışmamızda bulduğumuz internet bağımlılığı yaygınlık oranı yazındaki çalışmalardan farklıdır, bu farklılığın 11-13 yaş gibi daha küçük bir yaş grubunun seçilmesinden kaynaklanmış olabileceği, riskli internet kullanıcısı olan grubun ayrıntılı tanı görüşmesi ile internet bağımlılığı tanısı alma ihtimalinin yüksek olduğu düşünülmüştür.

5.2. İnternet Kullanım Özellikleri ve İnternet Bağımlılığı

İnternet ve bilgisayar kullanmaya başlama yaşı tablet ve telefon kullanmaya başlama yaşından önce olup ortalama 7-8 yaş olarak bulunmuştur, bu veriler yazındaki çalışmalarla uyumlu olarak değerlendirilmiştir (12,13). İnternet/bilgisayar/telefon kullanımına başlama yaşı düştükçe internet bağımlılığı ve bilgisayar oyun bağımlılığı ölçek puanları artmaktadır. İnternet bağımlılığı gelişmesinde rol oynayan etkenler henüz psikososyal ve zihinsel gelişimini sürdürmekte olan ve kendi kendini kontrol etme becerisinin erişkinlere göre daha az olduğu, bu araçların olumsuz etkilerini fark etmesinin daha zor olduğu çocuklar üzerinde daha fazla etkili olmaktadır. 15-18 yaş grubu interneti daha çok sohbet amaçlı kullanırken küçük yaş grubunun internet bağımlılığı gelişiminde en önemli yordayıcılardan olan oyun oynama işlevini daha çok kullanmaktadır. Yazındaki bu

verilerin çalışmamızda bulunan internet bağımlığı yaygınlığı ve teknolojik araç kullanımına başlama yaşı arasındaki ilişkiyi açıklayabileceği düşünülebilir.

Öğrencilerin %78,3'ünün evinde internet bağlantısının bulunduğu, %92,9'unun çoğunlukla kendisinin kullandığı bir bilgisayar/tablet/telefona sahip olduğu saptanmıştır. Bu veriler yazınla uyumlu olup, yapılan çalışmalarda evde internet bağlantısı bulunmasının ve çoğunlukla kendisinin kullandığı bir bilgisayar/tablet/telefona sahip olmanın patolojik internet kullanımını yordayan önemli bir etken olduğu vurgulanmıştır (91,93). İnternete kolay ve sınırsız ulaşım imkanının, internet kullanım süresini ve internet bağımlılığı yaygınlığını arttırdığı düşünülmüştür.

Cinsiyetler arasında internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır. Yazın incelendiğinde internet bağımlılığının erkek cinsiyette daha sık görüldüğü belirtilmiştir (43,44). İnternet ve bilgisayara erişim kolaylaşmış, gençler önceleri yalnızca internet kafelerde bilgisayar ve internete ulaşabilirken günümüzde hem evlerde hem de cep telefonları ile internete erişim imkanı artmış, bu durum kız ergenlerin de bilgisayar ve internete ulaşımını kolaylaştırmıştır. Önceki çalışmalarda bulunan cinsiyet farklılığının ulaşım imkanı ile ilişkili bir durum olabileceği ve bunun gözden kaçmış olabileceği akla gelmiştir.

Hafta içi ve hafta sonu bir günde internette harcanan zaman miktarı ile internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Yazındaki çalışmalar bu veriyi destekler nitelikte bulunmuştur (92). İnternette geçirilen zaman miktarı arttıkça internet bağımlılığı oranının artmasının, patolojik aşırı kullanım ve bunun sonucunda internet bağımlılığı oluşmasına yol açan ruhsal ve psikososyal risk etkenlerine daha fazla maruziyetten kaynaklanmış olabileceği düşünülmüştür.

Çalışmamızda müsamahakar aile yapısı olan grupta internet bağımlılığı ölçek puanı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Literatürdeki araştırmalarda ise çalışmamızdan farklı olarak ihmalkar aile tutumuna sahip kişilerin internet bağımlılığı düzeylerinin müsamahakar, demokratik ve otoriter aile tutumuna sahip kişilere göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir (89). Yazın incelendiğinde ailelerin internet kullanımında bir kontrol ve takip sistemi oluşturmamasının genç bireylerin internetten olumsuz yönde etkilenme riskini arttırdığı (90) görülmüş, bu sebeple çalışmamızda internet bağımlılığı ile müsamahakar aile tutumunun ilişkili bulunmuş olabileceği düşünülmüştür. Aile

tutumlarının önemi diğer bağımlılık türlerine benzer şekilde internet bağımlılığında da ön plana çıkmaktadır. Gerek bağımlılığın engellenmesinde gerek tedavisinde katkı sağlayacağından yordayıcı tutumların ortaya çıkarılması için konu ile ilgili daha kapsamlı çalışmalara ihtiyaç vardır.

İnternet kullanım amacı çoğunlukla ders çalışmak ve bilgi edinmek olan grubun internet bağımlılığı ölçeği puanlarının internet kullanım amacı çoğunlukla video, film izlemek ve müzik dinlemek olan grubun internet bağımlılığı ölçeği puanlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır. Yazında çalışmamızla uyumlu olarak interneti ders ve bilgi amaçlı kullananlarda internet bağımlılığı yaygınlığının daha düşük, oyun oynama ve video izleme amaçlı kullananlarda internet bağımlılığı yaygınlığının daha yüksek olduğu, kullanılan internet işlevi ne kadar interaktifse bağımlılık potansiyelinin o kadar yüksek olduğu belirtilmiştir (6,7). İnternette oyun oynama ve video izleme gibi aktiviteler sırasında hissedilen öfori, mutluluk ve heyecan gibi duyguların ders ve bilgi edinme aktivitelerine göre daha fazla olması internete girme isteği açısından güçlü bir pekiştireç olmakta, bireyler internetten uzak kaldığı sürede mutsuzluk, yalnızlık, gerginlik gibi olumsuz duygular yaşamaktadır. Bu bulgular internet bağımlılığının diğer bağımlılıklara benzer bir mekanizma ile geliştiği görüşünü destekler niteliktedir.

İnternet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar ile aile-çocuk internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanlar arasında pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki saptanmıştır. Bu durum ebeveynlerin, ergenlerin internet kullanım alışkanlıkları konusunda uygun değerlendirme yapmış olabileceğini düşündürmüştür.

Çalışmamızda öğrencilerin büyük bir bölümünün evinde internet bağlantısının bulunduğu ve çoğunlukla kendisinin kullandığı bir bilgisayar/tablete sahip olduğu, bu öğrencilerin internet bağımlılığı ölçek puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yazında da çalışmamızla benzer olarak evinde internet bağlantısı bulunmasının ve yalnızca kendisinin kullandığı bilgisayar/tablete sahip olmanın internet bağımlılığı için önemli bir yordayıcı etken olduğu belirtilmiştir (92). Bu durumun ulaşım kolaylığı ve daha uzun süre kontrolsüz kullanım ile ilişkili olabileceği akla gelmiştir.

5.3. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığı

Çalışmamızda Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği ile yapılan değerlendirme sonucunda bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığı %3, riskli grup %72,7, semptomsuz grup %24,3 olarak bulunmuştur. Yazında bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığı ile ilgili ergenlerde

yapılan çalışmalarda %0,2-%50 arasında yaygınlık oranlarının değiştiği, bu tutarsızlığa kavramsal farklılıkların, çeşitli ölçüm araçlarının kullanılmasının ve farklı kesme değerlerinin kabul edilmesinin neden olabileceği bildirilmiştir (134,135). Önceki çalışmalara bakıldığında genellikle internet bağımlılığı ölçeğinden bilgisayar oyunu bağımlılığına uyarlanan çeşitli ölçeklerin kullanıldığı, bu ölçeklerin okullarda ve üniversitelerde okumakta olan öğrencilere doldurtulduğu görülmüştür. Bizim çalışmamızda özellikle orta okul öğrencileri için geliştirilmiş olan Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır.

5.4. Bilgisayar Oyunu Oynama Özellikleri ve Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığı

Çalışmamızda yazındakine benzer şekilde bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığının erkek cinsiyette daha yüksek olduğu, tür olarak daha çok online ve strateji oyunlarının tercih edildiği bulunmuştur. Yapılan araştırmalarda erkeklerin problemli video oyunu oynama davranışlarını göstermeye daha yatkın olduğu, kızların interneti daha çok sosyal paylaşım amaçlı kullanırken erkeklerin çoğunlukla oyun oynama amaçlı kullandığı, interneti daha çok oyun oynama amaçlı kullananlarda bilgisayar oyun bağımlılığının daha yaygın olduğu belirtilmiştir (6). Bilgisayar oyun bağımlılığı için en önemli 3 risk etkeninin mizaç özellikleri, oyun oynama motivasyonları ve oyunun yapısal özellikleri olduğu bildirilmiştir (11). Oyunların online ve güçlendirilebilir olmasının, yetişkinlere benzer içerikleri bulundurmasının, sık rastlanmayan kol-bacak kesme sahneleri içermesinin, bireye kendisinin sanal bir karakterden daha iyi olduğunu gösterebilmesinin bilgisayar oyun bağımlılığı oluşmasında önemli rolü olduğu vurgulanmıştır. (144-146)

Yazındaki çalışmalarla uyumlu olarak internette daha çok vakit geçirenlerde ve interneti çoğunlukla oyun oynama amaçlı kullananlarda bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığı daha yüksek, interneti daha çok ders çalışmak ve bilgi edinmek amaçlı kullananlarda bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığı daha düşük bulunmuştur. Bu durumun bilgisayar oyun bağımlılığı gelişmesinde de önemli rolü olduğu vurgulanan oyun oynamanın birey için ifade ettiği anlam, gördüğü işlev ile ilgili olabileceği düşünülmüştür. Oyunun özellikle gerçek yaşam zorluklarından uzaklaşma ve başarısız olunan alanların telafisi gibi işlevlerinin olmasının, oyundaki ödüllerin değerleri ve gerçekliği ile ilgili inanışların, benlik saygısını artırmak için oyuna aşırı güvenin, sosyal kabul edilebilirliği kazanmanın bir yolu olarak kullanılmasının bu durumla ilişkili olabileceği akla gelmiştir.

6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Çalışmamızın bulgularına göre öğrencilerin büyük bir bölümünün evinde internet bağlantısı bulunmakta olup, neredeyse tamamı çoğunlukla kendisinin kullandığı bir bilgisayar/tablet/telefona sahiptir. İnternet/bilgisayar/tablet/telefon kullanımına başlama yaşları ortalama 8-10 civarıdır. İnternet ve bu araçları kullanmaya başlama yaşı düştükçe hem internet bağımlılığı hem de bilgisayar oyun bağımlılığı ölçek puanları artmıştır. İnternet bağımlılığı yaygınlığı % 0,2 iken, riskli grup % 7 olup ölçek puanına göre bağımlı ve riskli olarak değerlendirilen grupların hem tanı durumlarının netleştirilmesi hem de koruma ve tedaviye yönelik önerilerin planlanması amacıyla klinik görüşmeye çağrılması gerektiği düşünülmüş, sonraki çalışmalarda bu konunun değerlendirilmesi önerilmiştir. Evde internet bağlantısı bulunmasının, internette uzun süre vakit geçirmenin, interneti daha çok video-film izlemek ve müzik dinlemek için kullanmanın internet bağımlılığı riskini arttırdığı bulunmuştur.

Bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığı % 3, riskli grup % 72 olup, erkek cinsiyetin, online oyunların, strateji türü oyunların tercih edilmesinin, internette uzun süre vakit geçirmenin, interneti çoğunlukla oyun oynamak için kullanmanın bilgisayar oyun bağımlılığı riskini arttırdığı bulunmuştur. İnterneti daha çok ders çalışmak ve bilgi edinmek için kullanan grupta hem internet bağımlılığı hem bilgisayar oyun bağımlılığı ölçek puanları daha düşük olmuştur.

Aile tutum tiplerine bakıldığında ihmalkar ve müsamahakar aile tutum tipleri daha yaygın olup, müsamahakar aile tipi hem internet bağımlılığı hem bilgisayar oyun bağımlılığı için riskli olarak değerlendirilmiş, her iki bağımlılık türü açısından da en düşük puanlar demokratik aile tutumu olanlarda bulunmuştur.

6.2. Öneriler

Yaptığımız bu çalışmada öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun internete kolayca ulaşma imkanının bulunduğu, aile tutumlarına bakıldığında kontrol ve takip becerilerinin yeterli düzeyde olmadığı bu nedenle hem internet bağımlılığı hem bilgisayar oyun bağımlılığı açısından risk altında oldukça yüksek sayıda çocuk olduğu saptanmıştır. Bu yüzden öncelikle günümüzde oldukça yaygınlaşan ve eğitimin de bir parçası olarak kullanılan internet ve bilgisayarın olumlu yanları kadar aşırı kullanım durumlarında bağımlılık

oluşturabilecek düzeyde olumsuz yanları da olabileceği, sağlıklı internet kullanımı, dikkat edilmesi gereken hususlar hem ailelere hem eğitimcilere anlatılmalı, böylece öğrencilerin bu konuda bilinçlenmesi sağlanmalıdır.

6.3. Kısıtlılıklar

Çalışmamızın en önemli kısıtlılığı Young İnternet Bağımlılığı Tanı Ölçeği'ne dayalı tanı görüşmesinin olmamasıdır. Tanılar (bağımlı grup, riskli grup, semptomsuz grup) yapılandırılmış klinik görüşme ile desteklenmemiş olduğunda tanı gruplarına özgü farklar ve bulgular kesin bilgilerden çok konuya genel bakış sağlayan ön bilgiler olarak göz önünde bulundurulmalıdır. Yaptığımız çalışma kesitsel bir çalışmadır. Ölçek puanlarına göre internet bağımlılığı ve bilgisayar oyunu bağımlılığı açısından riskli olarak değerlendirilen grupların ilerleyen süreçte bağımlılık tanısı alıp almama oranlarını belirlemek, bağımlılık tarafına geçenlerin özelliklerini saptamak amacıyla uzunlamasına çalışmaların yapılmasına ihtiyaç vardır. Tüm sınırlılıklarına rağmen çalışmamız 11-13 yaş gibi ergen yaş grubuna göre daha küçük bir yaş grubunda hem internet bağımlılığı hem bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığına ek olarak yordayıcı aile tutumlarının da beraberinde değerlendirildiği sınırlı sayıda çalışmadan biri olması açısından alandaki boşluğu doldurmaya yönelik bir adım olarak değerlendirilebilir ve ileriki çalışmalara örnek teşkil edebilir.

7. ÖZET

Amaç: Bu çalışmada 11-13 yaş arası öğrencilerde internet bağımlılığı ve bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığının, ilişkili etkenlerin araştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: 2014-2015 eğitim-öğretim yılı ikinci döneminde, Kocaeli İli İzmit Merkez İlçe' yi temsil eden okulların 6. ve 7. sınıflarında okumakta olan, yaşları 11-13 arasında değişen, çalışmaya katılmaya gönüllü olan 740 öğrenci ve ebeveynleri çalışmaya alınmıştır. Çalışmaya alınan çocukların, sosyodemografik özellikleri, internet kullanımı ve bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları 'Çocuklar İçin Sosyodemografik Bilgi Formu' ile, ebeveynlerin sosyodemografik özellikleri 'Aileler İçin Sosyodemografik Bilgi Formu' ile değerlendirilmiştir. Çocukların internet bağımlılığı düzeyini belirlemek için 'Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği', bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyini belirlemek için 'Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği', internet bağımlılığı konusunda ailelerin çocuklarını değerlendirmeleri için 'Aile Çocuk İnternet Bağımlılığı Ölçeği' kullanılmıştır. Ebeveynlerin internet kullanımı konusundaki tutumları 'Aile İnternet Tutum Ölçeği' ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Young internet bağımlılığı ölçeği (YİBÖ) ile yapılan değerlendirmede internet bağımlılığı yaygınlığı %0,2, riskli internet kullanıcısı oranı %7,3, ortalama internet kullanıcısı oranı %92,5 bulunmuştur. Evde internet bağlantısı bulunanların, internette uzun süre vakit geçirenlerin, interneti daha çok video-film izlemek ve müzik dinlemek için kullananların, internet ve teknolojik araç kullanımına küçük yaşlarda başlayanların YİBÖ puan ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı oranda yüksek saptanmıştır. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği (BOBÖ) ile yapılan değerlendirmede bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığı %3, riskli grup %72,7, semptomsuz grup %24,3 olarak bulunmuştur. Erkek cinsiyette olanların, online ve strateji türü oyunları tercih edenlerin, internette uzun süre vakit geçirenlerin, interneti daha çok oyun oynamak için kullananların, internet ve teknolojik araç kullanımına küçük yaşlarda başlayanların BOBÖ puan ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı oranda yüksek saptanmıştır. İnterneti daha çok ders çalışmak ve bilgi edinmek için kullananların hem YİBÖ hem BOBÖ puan ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı oranda düşük bulunmuştur. İhmalkar ve müsamahakar aile tutumu daha yaygın olup, müsamahakar aile tutumu olan grubun hem YİBÖ hem BOBÖ puan ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı oranda yüksek saptanmıştır.

Tartışma: Bu çalışma internet bağımlılığı ve bilgisayar oyun bağımlılığının küçük yaş gruplarında da yaygın olduğunu, internet kullanma ve bilgisayar oyunu oynama özelliklerinden bazılarının bağımlılık açısından yordayıcı olabileceğini desteklemektedir. Ancak hangi özelliklerin ve tutumların bağımlıkla daha yakın ilişkili olduğunu araştıran geniş örneklemli çalışmalara, riskli olarak değerlendirilen bireylerin ileriki dönemde bağımlılık durumlarının takibi açısından uzunlamasına çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar kelimeler: internet bağımlılığı, bilgisayar oyun bağımlılığı, aile tutumları.

8. ABSTRACT

Purpose: In this study, it was aimed to investigate the internet addiction and the prevalence of computer game addiction among 11-13 year old students and the related factors.

Method: In the second semester of 2014-2015 academic year 740 students, aged between 11-13 years, who were studying in the 6th and 7th grades of the schools representing Izmit, Central District in Kocaeli Province, and their parents volunteered to participate in the study. Socio-demographic characteristics, internet usage and computer playing habits of the children taken into the study were evaluated with “Socio-demographic Information Form for Children” and the socio-demographic characteristics of the parents were evaluated with “Socio-demographic Information Form for Families”. 'Young Internet Addiction Scale' was used to determine the level of internet addiction of the children, 'Computer Game Addiction Scale' was used to determine their level of computer gaming addiction and 'Family Child Internet Addiction Scale' was used for families to evaluate their in terms of internet addiction. The attitudes of parents towards internet use were evaluated with 'Family Internet Attitude Scale'.

Findings: Based on the evaluation by the Young Internet Addiction Scale (YIAS), the prevalence of internet addiction was 0.2%, the percentage of risky internet users was 7.3% and the percentage of average internet users was 92.5%. YIAS point average scores of those who have internet connection at home, those who spend a lot of time on the internet, those who use the internet mostly to watch video-movies and listen to music, and those who began to the internet and technological tools at early ages are found to be statistically significant. Based on the evaluation with the Computer Gaming Addiction Scale (CGAS), computer gaming addiction prevalence was found to be 3%, risky group 72,7% and asymptomatic group 24,3%. Computer Gaming Addiction Scale (CGAS) scores of males, those who prefer online and strategy type games, those who spend a lot of time on the internet, those who use the internet mostly to play games, and those who began using the internet and the technological tools at early ages are found to be significantly higher. Both the YIAS and the CGAS scores of those who use the internet mostly to study and get information were significantly lower. Negligent and permissive family attitudes were more common and the average YIAS and CGAS scores the group with a permissive family attitude were significantly higher.

Discussion: This study supports that internet addiction and computer game addiction are more common in young age groups, and that some characteristics of internet use and computer gaming may be predictive of addiction. However, there is a need for large sample studies investigating which characteristics and attitudes are more closely related to addiction, and longitudinal studies in order to follow the addiction status of the individuals evaluated as risky in the future.

Keywords: internet addiction, computer game aadiction, family attitudes

9.KAYNAKLAR

1. Odabaşıoğlu G, Öztürk Ö, Genç Y, Pektaş Ö. On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı-Klinik görünümleri. Bağımlılık Dergisi 2007;8(1):46-51.
2. Shek D T, Yu L. Internet addiction phenomenon in early adolescents in Hong Kong. Scientific World Journal. 2012;104304.
3. King D L, Delfabbro P H, Zwaans T, Kaptsis D. Clinical features and axs I comorbidity of Australian adolescents pathological Internet and video game users. Australian & New Zealand Journal of Psychiatry 2013;47(11):1058-1067.
4. Griffiths M D, Hunt N. Dependence on computer games by adolescents. Psychological Reports 1998;82:475-80.
5. Wölfling K, Thalemann R, Grüsser-Sinopoli S M,.Computerspielsuct: ein psychopatologischer Symptomkomplex im Jugendalter. Psychiatrische Praxis. 2008;35:226-232. doi: 10.1055/s-2207-986238.
6. Yang C K. Sociopsychiatric characteristics of adolescents who use computers to excess. Acta Psychiatrica Scandinavica. 2001;104:217–22.
7. Seo M, Kang H S, Yom Y H. Internet addiction and interpersonal problems in Korean adolescents. Computers, Informatics, Nursing. 2009;27:226–233.
8. Tsitsika A, Critselis E, Louizou A, Janikian M, Freskou A, Marangou E ve ark. Determinants of Internet addiction among adolescents: A case–control study. Scientific World Journal. 2011;11:866–874.
9. Yen C F, Ko C H, Yen J Y, Chang Y P, Cheng C P. Multi-dimensional discriminative factors for Internet addiction among adolescents regarding gender and age. Psychiatry and Clinical Neurosciences. 2009;63:357–364.
10. Griffiths M D, Hunt N. Dependence on computer games by adolescents. Psychological Reports. 1998;82:475–480.
11. Kuss D J, Griffiths M D. Internet gaming addiction: a systematic review of empirical research. Int J Ment Health Addict. 2012;10:278–296.
12. Dalbudak E, Evren C. The relationship of internet addiction severity with attention deficit hyperactivity disorder symptoms in Turkish university students; impact of personality traits, depression and anxiety. Comprehensive Psychiatry. 2014;55(3):497–503.

13. Rosenwald M. Serious reading takes a hit from online scanning and skimming, researchers say. The Washington Post. 2013. (Retrieved from http://www.washingtonpost.com/local/serious-reading takes-a-hit-from-online-scanning-and-skimming-researcherssay/2014/04/06/088028d2-b5d2-11e3-b899-20667de76985_story.html)
14. Xu J, Shen L X, Yan C H ve ark. Parent–adolescent interaction and risk of adolescent internet addiction: A population-based study in Shanghai. BMC Psychiatry. 2014;14:112.
15. Greydanus D E, Greydanus M M. Internet use, misuse, and addiction in adolescents: Current issues and challenges. International Journal of Adolescence Mental Health. 2012;24:283–289.
16. İçel K. Kitle Haberleşme Hukuku. İstanbul: Beta Yayın Dağıtım. 1998;407-15.
17. Bölükbaş K. İnternet kafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir araştırma: Diyarbakır örneği. Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı, 2003.
18. Internet World Stats. Usage and Population Statistics. (http://www.internetworldstats.com/stats.htm) 2010
19. (http://www.po.metu.edu.tr/links/inf/css25/bolum2.html)
20. Türkiye İstatistik Kurumu. Yılı hane halkı bilişim teknolojileri kullanımı araştırması. (http://www.tuik.gov.tr/) 2011.
21. Young K S. Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. (http//www.netaddiction.com/articles/habitforming.pdf)2009.
22. Lee O, Shin M. Addictive consumption of avatars in cyberspace. Cyberpsychol Behav. 2004;7:417-420.
23. Hur M. Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of Internet addiction disorder: An empirical study of Korean teenagers. Cyberpsychol Behav. 2006;9:514-525.
24. Caplan S E. Problematic ınternet use and psychosocial well-being: development of a theory based cognitivebehavioral measurement ınstrument. Comput Human Behav. 2002;18:553-575.
25. Widyanto L, Griffiths M. Internet addiction: Does it really exist? (revisited). J Gackenbach (Ed.), Psychology and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal, and

Transpersonal Implications. Second ed., San Diego, CA, Academic Press. 2007;141-163.

26. Griffiths M. Internet addiction: fact or fiction?. The Psychologist. 1999;12(5):246-50.
27. Korkeila J, Kaarlas S, Jaaskelainen M, Vahlberg T, Taiminen T. Attached to the web-harmful use of the Internet and its correlates. Eur Psychiatry. 2009;25:236-241.
28. Goldberg I. Internet Addiction Disorder. 1996. (Available online at http://physics.wisc.edu/~shalizi/Internet addiction criteria.html).
29. Johansson A, Götestam K G. Internet addiction: characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian young (12-18 years). Scand J Psychol. 2004;45:223-229.
30. Goldberg I. Internet Addiction Disorder. 1996. (Available online at http://physics.wisc.edu/~shalizi/Internet addiction criteria.html).
31. Arısoy Ö. İnternet bağımlılığı. Tamam L (Ed.), Dürtü Kontrol Bozuklukları, Ankara, Hekimler Yayın Birliği. 2009:343-403.
32. Beard K, Wolf E. Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. Cyberpsych and Behav. 2001;4:377-83.
33. Shapira N, Lessig M, Goldsmith T ve ark. Problematic Internet Use: Proposed classification and diagnostic criteria. Depres Anxiety. 2003;17:207-16.
34. Aboujaoude E, Koran L M, Gamel N, Large M D, Serpe R T. Potential markers for problematic Internet use: a telephone survey of 2513 adults. CNS Spectr. 2006;11:750-755.
35. Morahan-Martin J, Schumacher P. Incidence and correlates of pathological internet use among college students. Comput Hum Behav. 2000;16:13-29.
36. Davis R A. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. Comput Hum Behav. 2001;17:187-195.
37. Liu T, Potenza M N. Problematic internet use: clinical implications. CNS Spectr. 2007;12(6):453-66.
38. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV). 4th ed. text rev. Washington DC: American Psychiatric Association Press. 2000.

39. Block J J. Issues for DSM-V: Internet addiction. Am J Psychiatry 2008;165:306-307.
40. Tsai H F, Cheng S H, Yeh T L ve ark. The risk factors of Internet addiction-a survey of university freshmen. Psychiatr Res. 2009;167:294-299.
41. Arnas A. 3-18 yaş grubu çocuk ve gençlerin interaktif iletişim araçları kullanma alışkanlıklarının değerlendirilmesi. TOJET. 2005;4(4):59-66.
42. Weinstein A, Lejoyeux M. Internet addiction or excessive internet use. American Journal of Drug and Alcohol Abuse. 2010;36:277–283.
43. Ozcan N. The relation between Internet use and psychosocial state in university students. Unpublished doctorate thesis, Istanbul University Health Sciences Institute, Istanbul, Turkey, 2004.
44. Bayraktar F, Gün Z. Incidence and correlates of Internet usage among adolescents in North Cyprus. CyberPsychology & Behavior. 2007;10:191–7.
45. Hills P, Argyle M. Uses of the Internet and their relationships with individual differences in personality. Computers in Human Behavior. 2003;19:59–70.
46. Bostwick JM, Bucci JA. Internet sex addiction treated with naltrexone. Mayo Clin Proc. 2008;83(2):226-30.
47. Young KS. Internet addiction: Symptoms, evaluation and treatment. In: L. Vande Creek, T Jackson ed. Internet addiction: A source book Sarasota. FL: Professional Resource Press.. 1999:19-31.
48. Shaw M, Black W D. Internet addiction: definition, assessment, epidemiology and clinical management. CNG Drugs. 2008;22(5):353-65.
49. Marinelli S, Pascucci T. Activation of TRPV1 in the VTA excites dopaminergic neurons and increases chemical and noxious induced dopamine release in the nucleus accumbens. Neuropsychopharmacology. 2005;30:864-70.
50. Dong G, Huang J, Du X. Enhanced reward sensitivity and decreased loss sensitivity in internet addicts: an fMRI study during a guessing task. J Psychiatr Res. 2011;45(11):1525-9.
51. Jaffe J H, Jaffe A B. Textbook of substance abuse treatment. [2nd ed.] Galanter M, Kleber HD ed. Virginia: American Psychiatric Press. 1999:11-9.

52. Blum K, Braverman E R, Holder JM ve ark. Reward deficiency syndrome: a biogenetic model for the diagnosis and treatment of impulsive, addictive and compulsive behaviors. J Psychoactive Drugs. 2000;32:1-112.
53. Lee Y S, Han DH, Yang K C ve ark. Depression like characteristics of 5HTTLPR polymorphism and temperament in excessive internet users. J Affect Disord. 2008;109:165-9.
54. Small G W, Moody T D, Siddarth P, Bookheimer S Y. Your brain on Google: Patterns of cerebral activation during internet searching. The American Journal of Geriatric Psychiatry. 2009;17(2):116–126.
55. Seçkin G. I am proud and hopeful: Age-based comparisons in positive coping affect among women who use online peer-support. Journal of Psychosocial Oncology. 2011;29(5):573–591.
56. Hee K S, Hyun B S, Soo P C. Reduced striatal dopamine D2 receptors in people with internet addiction. Neuroreport 2011;22:407-11.
57. Douglas A, Mills J, Niang M ve ark. Internet addiction: meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996-2006. Comput Hum Behav. 2008;24:3027-44.
58. Young K S. Cognitive behavior therapy with internet addicts: treatment outcomes and implications. Cyberpsychol Behav. 2007;10:671-9.
59. Ko C H, Yen J Y. The association between internet addiction and belief of frustration intolerance: the gender difference. Cyberpsychol Behav. 2008;11:3-8.
60. Young K S, Rodgers R. The relationship between depression and internet addiction. Cyberpsychol Behav. 1998;1:25-8.
61. Lin S S J, Tsai C C. Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. Comp Hum Behav. 2002;18(4):411-26.
62. Nichols L A, Nicki R. Development of a Psychometrically Sound Internet Addiction Scale: A Preliminary Step. Psychology of Addic Behav. 2004;18(4):381-4.
63. Henderson E C. Understanding addiction. Mississippi: University Press of Mississippi. 2001:4-153.
64. Belanger R E, Akre C, Berchtold A, Michaud PA. A U-shaped association between intensity of Internet use and adolescent health. Pediatrics. 2011;127:e330–e335.

65. Suris J C, Akre C, Ambresin A-E, Berchtold A, Piguet C, Zimmermann G. Problematic internet use and substance use in adolescence. J Adolesc Health. 2014;54:2S:S8.
66. Morrison C M, Gore H. The relationship between excessive internet use and depression: A questionnaire-based study of 1,319 young people and adults. Psychopathology. 2010;43:121–26.
67. Chahal H, Fung C, Kuhle S, Veugelers P J. Availability and night-time use of electronic entertainment and communication devices are associated with short sleep duration and obesity among Canadian children. Pediatric Obesity. 2012;8:42–51.
68. Healy B, Levin E, Perrin K ve ark. Prolonged work and computer-related seated immobility and risk of venous thromboembolism. J R Soc Med 2010;103:447-54.
69. Chuang Y C. Massively multiplayer online role playing game induced seizures: a neglected health problem in internet addiction. Cyberpsychol Behav. 2006;9:451-6.
70. Kessler R C. The epidemiology of dual diagnosis. Biol Psychiatry. 2004;56(10):730–7.
71. Pani P P, Maremmani I, Trogu E, Gessa G L, Ruiz P, Akiskal H S. Delineating the psychic structure of substance abuse and addictions: should anxiety, mood and impulse-control dysregulation be included? J Affect Disord. 2010;122(3):185–97.
72. Mueser K T, Drake R E, Wallach M A. Dual diagnosis: a review of etiological theories. Addict Behav. 1998;23(6):717–34.
73. Ko C H, Yen J Y, Chen C S ve ark. Psychiatric comorbidity of internet addiction in college students: an interview study. CNS Spectr. 2008;13:147-53.
74. Ko C H, Yen J Y, Chen C S ve ark. Predictive values of psychiatric symptoms for internet addiction in adolescents: a 2-year prospective study. Arch Pediatr Adolesc Med. 2009;163:937-943.
75. Bernardi S, Pallanti S. Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. Compr Psychiatry. 2009;50(6):510–6.
76. Han D H, Lee Y S, Na C, Ahn J Y, Chung U S, Daniels M A, et al. The effect of methylphenidate on Internet video game play in children with attentiondeficit/hyperactivity disorder. Compr Psychiatry. 2009;50(3):251–6.
77. Tichon J G, Shapiro M. The process of sharing social support in cyberspace. Cyberpsychol Behav. 2003;6(2):161–70.

78. Leung L. Net-generation attributes and seductive properties of the Internet as predictors of online activities and Internet addiction. Cyberpsychol Behav. 2004;7(3):333–48.
79. Lee Y S, Han D H, Yang K C, Daniels M A, Na C, Kee B S, et al. Depression-like characteristics of 5HTTLPR polymorphism and temperament in excessive Internet users. J Affect Disord. 2008;109(12):165–9.
80. Shepherd R M, Edelmann R J. Reasons for Internet use and social anxiety. Personality Individual Diff. 2005;39(5):949–58.
81. Morahan-Martin J, Schumacher P. Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. Comput. Hum. Behav. 2000;16: 13–29.
82. Yen J Y, Ko C H, Yen C F, Chen S H, Chung W L, Chen C C. Psychiatric symptoms in adolescents with Internet addiction: comparison with substance use. Psychiatry Clin Neurosci. 2008;62(1):9–16.
83. Ko C H, Yen J Y, Liu S C, Huang C F, Yen C F. The associations between aggressive behaviors and Internet addiction and online activities in adolescents. J Adolesc Health. 2009;44(6):598–605.
84. De B D, D'Albenzio A, Gambi F ve ark. Alexithymia and its relationships with dissociative experiences and Internet addiction in a nonclinical sample. Cyberpsychol Behav. 2009;12:67–9.
85. Ko C H, Yen J Y, Yen C F ve ark. The association between internet addiction and problematic alcohol use in adolescents: The problem behavior model. Cyberpsychol Behav. 2008;11:571-6.
86. Ko C H et al. The association between Internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literatüre. European Psychiatry. 2012;27;1–8.
87. Cömert I T, Ögel K. İstanbul örnekleminde internet ve bilgisayar bağımlılığının yaygınlığı ve farklı etkenlerle ilişkisi. Turkiye Klinikleri J Foren Med 2009;6(1):9-16.
88. Kelleci M, Güler N, Sezer H, Gölbaşı Z. Lise öğrencilerinde internet kullanma süresinin cinsiyet ve psikiyatrik belirtiler ile ilişkisi. TAF Prev Med Bull 2009;8(3):223-230.

89. Çevik B G, Çelikkaleli Ö. Ergenlerin arkadaş bağlılığı ve internet bağımlılığının cinsiyet, ebeveyn tutumu ve anne baba eğitim düzeylerine göre incelenmesi. Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2010;19(3):225-240.
90. Bölükbaş K. İnternet cafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir araştırma: Diyarbakır örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır. 2003.
91. Oğuz B, Zayim N, Özel, Saka O. Tıp öğrencilerinin internette bilişsel durumları. Akademik Bilişim. 2008;447-453.
92. Balta Ö Ç, Horzum M B. Web tabanlı öğretim ortamındaki öğrencilerin internet bağımlılığını etkileyen faktörler. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. 2008;41(1):187-205.
93. Balcı Ş, Gülnar B. Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi. 2009;6(1):5-22.
94. Du Y S, Jiang W, Vance A. Longer term effect of randomized, controlled group cognitive behavioural therapy for internet addiction in adolescent students in Shanghai. Aust NZJ Psychiatry. 2010;44:129-34.
95. Zhong X, Tao R, Zu S ve ark. Effect of group psychological intervention in adolescents on internet addiction. J Capital Med Univ. 2009;30:494-9.
96. Huang X Q, Zhang H M, Li M C ve ark. Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with internet addiction disorder. Cyberpsychol Behav 2010;13(4):401-6.
97. Arısoy Ö. İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi. Current Approaches in Psychiatry. 2009;1:55-67.
98. Cao F L, Su L Y, Gao X P ve ark. Control study of group psychotherapy on middle school students with internet overuse. Chin Ment Health J. 2007;21:346-58.
99. Young K S. Cognitive behavior therapy with Internet addicts: treatment outcomes and implications. Cyberpsychol Behav. 2007;10:671-679.
100. Atmaca M. A case of problematic internet use successfully treated with an SSRI antipsychotic combination. Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry. 2007;31:961-2.

101. Bostwick J M, Bucci J A. Internet sex addiction treated with naltrexone. Mayo Clin Proc. 2008;83:226-30.
102. Young K S. Internet addiction: a new clinical phenomenon and its consequences. Am. Behav. Sci. 2004;48402–415. doi: 10.1177/0002764204270278.
103. Han D H, Renshaw P F. Bupropion in the treatment of problematic online game play in patients with major depressive disorder. J Psychopharmacol. 2011;doi:10.1177/0269881111400647
104. Yavuzer, H. Çocuk Psikolojisi. Ankara: Remzi Kitabevi. 2010.
105. Öğretir A D. Oyun ve Oyun Terapisi. Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi. 2008;(22):94-100.
106. Wolf M J P. A brief timeline of video game History. Ed: Wolf, M.J.P. The video Game Explosion: A history form PONG to Playstaion and Beyond. London: Greenwood Press.
107. Griffiths M D, Hunt N. Computer Game "Addiction" in Adolescence: Prevalence and Demographic Indicators. Journal of Community and Applied Social Psychology. 1995;5,189-193.
108. Institut für Jugendkulturforschung. Computerspiele im Alltag Jugendlicher Gamer –Segmente und Gamer – Kulturen in der Altersgruppe der 11-bis 18 Jährigen.(http://bupp.at/uploads/media/Computerspiele_im_Alltag_Jugendlicher_Jugen dkulturforschung_01.pdf) 2008.
109. Studie E A. Studie des Instituts für Jugendkulturforschung. (http://bupp.at/uploads/media/Computerspiele_im_Alltag_Jugendlicher_Jugendkult urforschung_01.pdf). 2006.
110. Reiterer, E. Prävalenz von computerspielsucht bei kindern und jugendlichen in Österreich. Diplomarbeit. Bildungswissenschat. Üniversität Wien, Österreich. (http://othes.univie.ac.at/9235/) 2010.
111. Onay P D, Hotomaroğlu A, Çağıltay K. Türkiye'de Öğrencilerin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıkları ve Oyun Tercihleri: ODTÜ ve Gazi Üniversitesi Öğrencileri Arasında Karşılaştırmalı Bir Araştırma. Bilişim Teknolojileri Işığında Eğitim Konferansı, Ankara. (http://simge.metu.edu.tr/conferences/btie-pinar-asli-kursat.pdf) 2005.

112. DPT. Bilgi Toplumu İstatistikleri 2011. http://www.dpt.gov.tr/DocObjects/View/12808/Bilgi_Toplumu_Istatistikleri_2011.pdf. 2011.
113. TUİK. 2011 Yılı Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması Sonuçları. (http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=8572) 2011.
114. Rogge J U. Medien und Süchte – eine exemplarische Bestandsaufnahme. In:Poppelreuter, Stefan / Gross, Werner (Hrsg): Nicht nur Drogen machen süchtig. Entstehung und Behandlung von stoffungebundenen Süchten, s. 233-257. Weinheim: Beltz Psychologie Verlags Union. 2000.
115. Fritz J. Videospiele in der Schule. http://snp.bpb.de/referate/fritzshl.html 1988.
116. Hartmann T. Wie gefährlich sind Spiele. Machen Computerspiele gewalttätig? Zum kommunikationswissenschaftlichen und medienpsychologischen Forschungsstand. (http://www.spielbar.de/neu/wpcontent/uploads/2008/08/hartmann_machen_computerspiele_gewaltaetig.pdf) 2007.
117. Schulte-Markwort M. Kinder und Computer. In: Wiener KlinischeWochenschrift. 2005;117(5-6):173-175.
118. Grüsser S M, Thalemann R, Griffiths M D. Excessive computer game playing: evidence for addiction and aggression? Cyberpsychology & Behavior, 10(2), p. 290–292. doi:10.1089/cpb.2006.9956. 2007.
119. Griffiths M D, Davies, M N O. Videogame addiction: Does it exist? In J. Goldstein & J. Raessens (Hrsg.), Handbook of Computer game studies. s.359–368. Boston: MIT Press. 2005.
120. Grüsser S M, Thalemann R. Computerspielsüchtig? Bern: Hans Huber Verlag. 2006.
121. Sim T, Gentile D A, Bricolo F, Serpollini G, Gulamoydeen F. A conceptual review of research on the pathological use of computers, video games, and the Internet. International Journal of Mental Health and Addiction. 2012;10:748–769.
122. Soper W B, Miller M J. Junk-time junkies: an emerging addiction among students. Sch Couns. 1983;31:40–43.
123. Shotton M. Computer Addiction? A Study of Computer Dependency. London, UK: Taylor and Francis; 1989.

124. King D L, Haagsma M C, Delfabbro P H, Gradisar M, Griffiths M D. Toward a consensus definition of pathological video-gaming: a systematic review of psychometric assessment tools. Clin Psychol Rev. 2013;33:331–342.
125. Hauge M R, Gentile D A. Video Game Addiction Among Adolescents: Associations with Academic Performance and Aggression. Presented at Society for Research in Child Development Conference, April 2003, Tampa, FL. (http://www.psychology.iastate.edu/FACULTY/dgentile/SRCD%20Video%20Game%20Addiction.pdf) adresinden 02.10.2007 tarihinde erişilmiştir.
126. Griffiths M D, Hunt N. Computer Game Playing in Adolescence: Prevalence and Demographic Indicators. Journal of Community & Applied Social Pyschology. 1995;5:189-193.
127. Salguero, R.A.T. ve Moran, R.M.B. Measuring Problem Video Game Playing in Adolescents. Addiction. 2002;97:1601-1606.
128. Daniel H K, Paul H D. The cognitive psychology of Internet gaming disorder. Clinical Psychology Rewiew 2014;34:298-308.
129. Chiu S, Lee J Z, Huang D H. Video Game Addiction in Children and Teenagers in Taiwan. Cyberpsychology & Behavior. 2004;7(5):571-581.
130. Wan C S, Chiou W B. Why Are Adolescents Addicted to Online Gaming? An Interview Study in Taiwan. Cyberpsychology & Behavior. 2006;9(6):762-766.
131. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). (5th ed.). Washington, DC: Author. 2013.
132. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). Arlington, VA: American Psychiatric Association. 2013.
133. Horzum, Ayas ve Balta. Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. Türk Psikolojik Danışma e Rehberlik Dergisi 2007. Cilt 3, sayı 30.
134. Festl R, Scharkow M, Quandt T. Problematic computer game use among adolescents, younger and older adults. Addiction. 2013;108:592–599.
135. Hur M H. Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of Internet addiction disorder: an empirical study of Korean teenagers. Cyberpsychol Behav. 2006;9:514–525.
136. Porter G, Starcevic V, Berle D, et al. Recognizing problem video game use. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry 2010;44:120–128.

137. Thomas N J and Martin F H. Video-arcade game, computer game and Internet activities of Australian students: Participation habits and prevalence of addiction. Australian Journal of Psychology. 2010;62:59–66.
138. Mentzoni et al. Problematic Video Game Use: Estimated Prevalenceand Associations with Mental and Physical Health 2011;14:10.
139. Hartmann T, Klimmt C. Gender and computer games: Exploring females'dislikes. Journal of Computer-Mediated Communication 2006;11(4).
140. Onay P D, Tüfekçi A, Çağıltay K. Türkiye'deki öğrencilerin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihleri: ODTÜ ve Gazi Üniversitesi öğrencileri arası karşılaştırmalı bir çalışma. Bilişim Teknolojileri Işığında Eğitim Konferansı, 2005, Ankara.
141. Colwell J, Grady C, Rhaiti S. Computer games, self-esttem and gratificatin of needs in adolescents. Journal of Community and Applied Social Psychology 2006;5(3):195-206.
142. Griffiths M D. A "components" model of addiction within a biopsychosocial framework. J Subst Use. 2005;10:191–197
143. Mehroof M, Griffiths M D. Online gaming addiction: the role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. Cyberpsychol Behav. 2010;13:313–316.
144. Kuss D J, Louws J, Wiers R W W. Online gaming addiction? Motives predict addictive play behavior in massively multiplayer online role-playing games. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 2012;15:480–485.
145. King D L, Delfabbro P H, Griffiths M D. The role of structural characteristics in problematic video game play: an empirical study. Int J Ment Health Addict. 2011;9:320–333.
146. King D, Delfabbro P, Griffiths M. The convergence of gambling and digital media: implications for gambling in young people. J Gambl Stud. 2010;26:175–187.
147. Kuss D J, Griffiths M D. Internet and gaming addiction: a systematic literature review of neuroimaging studies. Brain Sci. 2012;2:347–374.

148. Morrison CM, Gore H. The relationship between excessive Internet use and depression: a questionnaire-based study of 1,319 young people and adults. Psychopathology. 2010;43:121–126.
149. Di Nicola M, Tedeschi D, Mazza M, et al. Behavioral addictions in bipolar disorder patients: role of impulsivity and personality dimensions. J Affect Disord. 2010;125:82–88.
150. Bernardi S, Pallanti S. Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. Compr Psychiatry. 2009;50:510–516.
151. Dong G, Huang J, Du X. Enhanced reward sensitivity and decreased loss sensitivity in Internet addicts: an fMRI study during a guessing task. J Psychiatr Res. 2011;45:1525–1529.
152. Han D H, Lyoo I K, Renshaw P F. Differential regional gray matter volumes in patients with on-line game addiction and professional gamers. J Psychiatr Res. 2012;46:507–515.
153. National Institute of Mental Health. The National Institute of Mental Health Strategic Plan. 2008. Available from: http://www.nimh.nih.gov/about/strategic-planning-reports/index.shtml#strategic-objective1. Accessed October 15, 2013.
154. Kuss D J, van Rooij A, Shorter G W, Griffiths M D, van de Mheen D. Internet addiction in adolescents: prevalence and risk factors. Comput Human Behav. 2013;29:1987–1996.
155. Snodgrass J G, Dengah H J F, Lacy M G, Fagan J. A formal anthropological view of motivation models of problematic MMO play: achievement, social, and immersion factors in the context of culture. Transcult Psychiatry. May 20, 2013.
156. Yılmaz B M. İlköğretim 6. ve 7. Sınıf Öğrencilerinin Bilgisayara Yönelik Bağımlılık Gösterme Eğilimlerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Eğitim Teknolojileri Araştırmaları Dergisi. 2010;1(1):617-622.
157. Mehmet Barış Horzum. İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Eğitim ve Bilim. 2011;36:159.
158. Ferguson C J, Coulson M, Barnett J. A meta-analysis of pathological gaming prevalence and comorbidity with mental health, academic and social problems. Journal of Psychiatric Research. 2011:45;1573–1578.

159. King D L, Delfabbro P H, Zwaans T, Kaptsis D. Clinical features and axis I comorbidity of Australian adolescent pathological Internet and video-game users. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry. 2013;47:1058–1067.
160. Kuss D J, Griffiths M D. Internet gaming addiction: A systematic reviewof empirical research. International Journal of Mental Health and Addiction. 2012;10:278–296.
161. Cole H, Griffiths M D. Social interactions in massively multiplayer online role-playing gamers. Cyberpsychology & Behavior: the Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society. 2007;10:575–583.
162. Yee N. Motivations for play in online games. Cyberpsychology & Behavior: the Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society. 2006;9:772–775.
163. Anderson C A, Shibuya A, Ihori N, et al. Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in eastern and western countries: A meta-analytic review. Psychological Bulletin. 2010;136:151–173.
164. Swing E L, Gentile D A, Anderson C A. Television and video game exposure and the development of attention problems. Pediatrics. 2010;126:214–221.
165. Smyth J M.Beyond self-selection in video game play: An experimental examination of the consequences of massively multiplayer online role-playing game play. Cyberpsychology & Behavior: the Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society. 2007;10:717–721.
166. Bartholow B D, Sestir M A and Davis E B. Correlates and consequences of exposure to video game violence: Hostile personality, empathy, and aggressive behavior. Personality & Social Psychology Bulletin. 2005;31:1573–1586.
167. King D L, Gradisar M, Drummond A, et al. The impact of prolonged violent video-gaming on adolescent sleep: An experimental study. Journal of Sleep Research. 2013;22: 137–143.
168. Gentile D A, Choo H, Liau A, et al. Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. Paediatrics. 2011;127:319–329.
169. Batthyány D, Müller K W, Benker F, Wölfling K. Computer game playing: clinical characteristics of dependence and abuse among adolescents. Wien Klin Wochenschr. 2009;121:502–509.

170. Peng W, Liu M. Online gaming dependency: a preliminary study in China. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 2010;13:329–333.
171. Allison S E, von Wahlde L, Shockley T, Gabbard GO. The development of the self in the era of the Internet and role-playing fantasy games. Am J Psychiatry. 2006;163:381–385.
172. Chan P A, Rabinowitz T. A cross-sectional analysis of video games and attention deficit hyperactivity disorder symptoms in adolescents. Ann Gen Psychiatry. 2006;5:16–26.
173. Hussain Z, Griffiths M D. The attitudes, feelings, and experiences of online gamers: a qualitative analysis. Cyberpsychol Behav. 2009;12: 747–753.
174. Jeong E J, Kim D W. Social activities, self-efficacy, game attitudes, and game addiction. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 2011;14:213–221.
175. Dworak M, Schierl T, Bruns T, Struder H K. Impact of singular excessive computer game and television exposure on sleep patterns and memory performance of school-aged children. Pediatrics. 2007;120:978–985.
176. Lemmens J S, Valkenburg P M, Peter J. Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. Comput Human Behav. 2011;27:144–152.
177. Chuang Y C. Massively multiplayer online role-playing game-induced seizures: a neglected health problem in Internet addiction. Cyberpsychol Behav. 2006;9:451–456.
178. Littel M, Luijten M, van den Berg I, van Rooij A, Keemink L, Franken I. Error-processing and response inhibition in excessive computer game players: an ERP study. Addict Biol. 2012;17:934–947.
179. Liu J, Gao XP, Osunde I, et al. Increased regional homogeneity in internet addiction disorder: a resting state functional magnetic resonance imaging study. Chin Med J (Engl). 2010;123:1904–1908.
180. Williams D, Yee N, Caplan S E. Who plays, how much, and why? Debunking the stereotypical gamer profile. Journal of Computer-Mediated Communication 2008;13:993–1018.
181. Sim T, Gentile D A, Bricolo F, Serpelloni G, Gulamoydeen F. A conceptual review of research on the pathological use of computers, video games, and the Internet. Int J Ment Health Addict. 2012;10:748–769.

182. Yılmaz M B. İlköğretim 6. ve 7. sınıf öğrencilerinin bilgisayara yönelik bağımlılık gösterme eğilimlerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bölümü, İstanbul / Türkiye.
183. Şahin C, Tuğrul V M. İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. Journal of World of Turks.
184. Winkler A D¨ orsing, B., Rief,W., Shen, Y., & Glombiewski, J. A. Treatment of Internet addiction: A meta-analysis. Clinical Psychology Review. 2013;33:317–329.
185. Du Y, Jiang W, Vance A. Longer term effect of randomized, controlled group cognitive behavioral therapy for Internet addiction in adolescent students in Shanghai. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry. 2010;44:129–134.
186. Li H, Wang S. The role of cognitive distortion in online game addiction among Chinese adolescents. Children and Youth Services Review. 2013;35:1468–1475.
187. Kim S M, Han D H, Lee Y S, Renshaw P F. Combined cognitive behavioral therapy and bupropion for the treatment of problematic on-line game play in adolescents with major depressive disorder. Computers in Human Behavior. 2012;28:1954–1959.
188. Han D H, Hwang J W, Renshaw P F. Bupropion sustained release treatment decreases craving for video games and cue-induced brain activity in patients with Internet video game addiction. Environmental and Clinical Psychopharmocology. 2010;18:297–304.
189. Han D H, Lee Y S, Na C ve ark. The effect of methylphenidate on Internet video game play in childrenwith attention-deficit/hyperactivity disorder. Comprehensive Psychiatry. 2009;50:251–256.
190. Shek D T L, Tang V M Y, Lo C Y. Evaluation of an Internet addiction treatment program for Chinese adolescents in Hong Kong. Adolescence. 2009;44:359–373.
191. Bayraktar F. İnternet kullanımının ergen gelişimindeki rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2001.
192. van Rooij T, van den Eijden R. Monitor Internet en Jongeren 2006 en 2007: Ontwikkelingen in internetgebruik en de rol van opvoeding. Retrieved on August 18, 2012 from (http://www.ivo.nl/UserFiles/File/Publicaties/2007-

10%20IVO%20Reeks %20 54%20-%20Monitor %20Internet%20en%20 Jongeren%202006%20en %202007.pdf) 2007.

193. Valcke M, Bonte S, De Wever B, Rots I. Internet parenting styles and the impact on Internet use of primary school children. Computers & Education 2010;55:454-464.

194. Ayas T, Horzum M B. İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu. Türk Psikololjik Danışma ve Rehberlik Dergisi 2013;4(39):46-57.

195. Young K S. Psychology of computer use: XL addictive use of the internet: a case that breaks the stereotype. Psycholog Rep 1996;79:899-902.

196. Necmi Eşği. Aile-çocuk internet bağımlılık ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. Kastamonu Eğitim Dergisi. 2014;22(2):802-839

10. EKLER

10.1. Aileler İçin Sosyodemografik Bilgi Formu

Adınız-Soyadınız:……

Çocuğunuzun Adı –Soyadı:……..... Okulu ve sınıfı :……

Öğrenciye olan yakınlığınız: Anne Baba 1.derece akraba 2.derece akraba

Telefon numaralarınız: Cep:…….. Ev tel.:……

İkamet ettiğiniz yerleşim birimi: Köy Kasaba İlçe Şehir Merkezi

Öğrencinin Annesinin:

Yaşı:…… Mesleği:…..……..

Eğitim durumu:

Okuma yazma yok İlkokul Ortaokul Lise Üniversite

Öğrencinin Babasının:

Yaşı:…… Mesleği:…..……..

Eğitim durumu: Okuma yazma yok İlkokul Ortaokul Lise Üniversite

Aile Yapısı: Çekirdek Aile Geniş Aile Parçalanmış 1)Ölüm 2)Boşanma 3)Ayrı

Ailenizin Aylık Geliri: 500-1000 TL 1000-3000 TL 3000 TL ve üzeri

Ailenizdeki çocuk sayısı:…. Öğrenci kaçıncı çocuk:…

1-Çocuğunuzun ders başarısı nasıldır? Zayıf Orta İyi Çok iyi

2-Çocuğunuz düzenli bir sosyal aktiviteye gidiyor mu? (Haftada en az 1 saat)

Evet (Gidiyorsa adını yazınız: ……) Hayır

3-Çocuğunuzun boy ve kilosunu yazınız: Boy=….. cm Kilo=……. kg

4-Çocuğunuz bilgisayar/tablet/akıllı telefon ile internette bir günde ne kadar vakit geçirir?

Hafta içi	Hafta sonu
30 dk-1 saat	30 dk-1 saat
1-2 saat	1-2 saat
2-3 saat	2-3 saat
Daha fazla :….	Daha fazla :….

5-Çocuğunuz bilgisayar/tablet/akıllı telefonu ile interneti en sık aşağıdakilerden hangisi için kullanır?

(En çok kullandığından en az kullandığına doğru 1, 2, 3, 4, 5, 6 şeklinde sıralar mısınız?)

( ) Video izlemek, müzik dinlemek, film/dizi seyretmek ya da amaçsızca dolaşmak için.

( ) Sosyal paylaşım siteleri (Facebook, Twitter, Instagram, Youtube vb.) ve E-posta için.

( ) Ders çalışmak veya bilgi edinmek için.

( ) Oyun oynamak için.

( ) İletişim amacıyla mesajlaşmak için (sms, whatsapp, line, kakao, viber, tictoc, skype vb.)

( ) Diğer……

( ) Bir fikrim yok

6-Çocuğunuz bilgisayar/tablet/akıllı telefonda daha çok hangi tür oyunları tercih eder?

( ) Online/Çevrimiçi oyunlar (İnternet üzerinden oynanabilen)

( ) Offline/Çevrimdışı oyunlar (Cihaza yüklenmiş ya da CD vb. araç takılarak oynanabilen)

( ) Diğer……

( ) Bir fikrim yok

7-Siz internette bir günde ortalama ne kadar vakit geçirirsiniz?

Hafta içi	Hafta sonu
( ) 30 dk-1 saat	( ) 30 dk-1 saat
( ) 1-2 saat	( ) 1-2 saat
( ) 2-3 saat	( ) 2-3 saat
( ) Daha fazla :….	( ) Daha fazla :…

8-Çocuğunuz bilgisayar/tablet/akıllı telefonda içerik açısından daha çok hangi tür oyunları tercih eder?

( ) Kelime-bilgi oyunları

( ) Strateji oyunları

( ) Futbol

( ) Dövüş oyunları

( ) Diğer……

( ) Bir fikrim yok

9-Çocuğunuzun en çok oynadığı oyunun adını yazar mısınız? …….

10-Çocuğunuzun bilgisayar/tablet/akıllı telefon kullanma alışkanlığı sizi endişelendirir mi? Lütfen derecelendiriniz.

( ) Endişelendirmez

( ) Biraz endişelendirir

( ) Orta düzeyde endişelendirir

( ) Çok endişelendirir

10.2. Aile-Çocuk İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Çocuğun Adı-Soyadı:……..

Çocuğun Okulu-Sınıfı:……..

Veli Adı-Soyadı:……..

Çocuğa yakınlığınız: Anne Baba Diğer (……)

Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için her zaman doğru ise **"Devamlı (5)"**, hiçbir zaman doğru değilse **"Hiçbir Zaman (0)"** olacak şekilde işaretleme yapınız. **Lütfen her bir maddeyi okuyunuz ve doğru bir şekilde cevaplayınız…**	**Hiçbir**	**Nadiren (1)**	**Ara Sıra (2)**	**Çoğunlukla**	**Çok Sık (4)**	**Devamlı (5)**
1-Hangi sıklıkla çocuğunuz aile üyeleri ile vakit geçirmek yerine internette zaman harcamayı tercih eder?	0	1	2	3	4	5
2. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette zaman harcamak için günlük ev işlerini ihmal eder?	0	1	2	3	4	5
3. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette ne yaptığını sorduğunuzda savunmacı ya da gizemli olur?	0	1	2	3	4	5
4. Hangi sıklıkla çocuğunuz interneti kullanmadan öncesine göre yorgun ve bitkin görünür?	0	1	2	3	4	5
5. Hangi sıklıkla çocuğunuz internetteki kullanıcılarla yeni arkadaşlıklar kurar?	0	1	2	3	4	5
6. Hangi sıklıkla çocuğunuz odasında yalnız başına bilgisayarda oyun oynayarak zaman geçirir?	0	1	2	3	4	5
7. Hangi sıklıkla çocuğunuzun internet ortamında harcadığı süreden şikayet edersiniz?	0	1	2	3	4	5
8. Hangi sıklıkla çocuğunuzun notları internette harcadığı süreden dolayı düşer?	0	1	2	3	4	5
9. Hangi sıklıkla çocuğunuz interneti keşfettiğinden beri diğer insanlardan uzak durur?	0	1	2	3	4	5
10. Hangi sıklıkla çocuğunuz internete bağlı kalması için koyduğunuz zaman sınırına uymaz?	0	1	2	3	4	5

11. Hangi sıklıkla çocuğunuz başka bir şey yapmadan önce e-postasını (e-mail) denetler?	0	1	2	3	4	5
12. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette ne kadar süre kaldığı ile ilgili uyarılarınıza öfke nöbetleri oluşturur?	0	1	2	3	4	5
13. Hangi sıklıkla çocuğunuzu aksini söylemenize rağmen gizlice internete bağlanırken bulursunuz?	0	1	2	3	4	5
14. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette iken rahatsız edildiğinde kontrolünü kaybeder, bağırır ya da rahatsız olmuş gibi hareketler yapar?	0	1	2	3	4	5
15. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette bağlı değilken internetle ilgili bir şeyler yapar görünür?	0	1	2	3	4	5
16. Hangi sıklıkla çocuğunuz yapmaktan hoşlandığı hobi ve/veya dışarıda bir etkinlik yapmak yerine internette zaman geçirmeyi seçer?	0	1	2	3	4	5
17. Hangi sıklıkla çocuğunuz arkadaşları ile birlikte dışarı gitmek yerine internet ortamında zaman geçirmeyi seçer?	0	1	2	3	4	5
18. Hangi sıklıkla çocuğunuz internetten yeni tanıştığı arkadaşlarından telefon çağrıları alır?	0	1	2	3	4	5
19. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette olmadığında kendini mutsuz, hüzünlü veya gergin hissedip, internete girince rahatlar?	0	1	2	3	4	5
20. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette geçireceği zaman konusunda sınır koyduğunuzda kızgın ya da kavgacı olur?	0	1	2	3	4	5

10.3. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Aşağıdaki sorularda size en uygun gelen şıkkı (X) ile işaretleyiniz.	Hiç	Katılmıyor	Kararsızım	Katılıyoru	Tamamen
1-Bilgisayarda oynadığım oyunu bitirmek için yemek yemeyi geciktiririm	( )	( )	( )	( )	( )
2-Bilgisayar oyunu oynarken biri beni engellediğinde sinirlenirim.	( )	( )	( )	( )	( )
3-Bilgisayar oyunu oynama zamanının gelmesini dört gözle beklerim	( )	( )	( )	( )	( )
4-Çoğu zaman bilgisayar oyunu oynamayı bırakmak istememe rağmen bırakamam.	( )	( )	( )	( )	( )
5-Bilgisayar oyunu oynamaya başladığımda bana verilen süreden daha uzun süre oyun oynarım.	( )	( )	( )	( )	( )
6-Bilgisayar oyunu oynamaya doyamam	( )	( )	( )	( )	( )
7-Bilgisayarda kaybettiğim bir oyunu kazanmak için tekrar oyun oynama ihtiyacı duyarım	( )	( )	( )	( )	( )
8-Bilgisayarda oyun oynamama izin vermedikleri için aileme kızarım	( )	( )	( )	( )	( )
9-Bilgisayar oyunu oynadığım zaman kendimi yalnız hissetmem	( )	( )	( )	( )	( )
10-Bilgisayar oyunu oynarken kendimi çoğu zaman kendi kendime bir şeyler söylerken bulurum	( )	( )	( )	( )	( )
11-Arkadaslarımın beni kabul etmesi için ben de onların oynadığı bilgisayar oyunlarını oynarım.	( )	( )	( )	( )	( )
12-Bilgisayar oyunu oynamadığım zamanlarda bilgisayarda oyun oynayacağım zamanı hayal ederim	( )	( )	( )	( )	( )
13-Bilgisayar oyunu bittikten sonra oyun esnasında yapmış olduğum hataları düşünürüm.	( )	( )	( )	( )	( )
14-Gerçek hayatta bilgisayardaki oyun karakterlerimin özeliklerini gösteririm	( )	( )	( )	( )	( )
15-Bilgisayarda oyun oynamak için ödevimi aksatırım	( )	( )	( )	( )	( )
16-Bilgisayarda oyun oynadığım için okula geç kalırım	( )	( )	( )	( )	( )

17-Okul dışındaki vaktimin çoğunu bilgisayar oyunu oynayarak geçiririm	( )	( )	( )	( )	( )
18-Bilgisayarda oyun oynamayı dışarıda vakit geçirmeye tercih ederim	( )	( )	( )	( )	( )
19-Bilgisayarda oyun oynamak arkadaşlarımla birlikte olmaktan daha eğlencelidir	( )	( )	( )	( )	( )
20-Bilgisayar oyunu oynadığım süre hakkında yanlış bilgi veririm	( )	( )	( )	( )	( )
21-Bilgisayarda oyun oynamayı diğer aktivitelere (spor yapma, tv izleme vb.) tercih ederim	( )	( )	( )	( )	( )

10.4. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Aşağıdaki sorularda size en uygun gelen şıkkı (X) ile işaretleyiniz.	**Hiçbir zaman**	**Nadiren**	**Ara sıra**	**Sıklıkla**	**Çok sık**	**Devamlı**
1. Ne sıklılıkla planladığınızdan daha fazla süre internette kalıyorsunuz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
2. Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
3. Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
4. Ne sıklıkla internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurarsınız?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
5. Ne sıklıkla bir işe başlamadan önce e-postanızı (e-mail) denetlersiniz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
6. Ne sıklıkla okula devamınız internetten dolayı olumsuz etkilenir?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
7. Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
8. Çevrenizdekiler ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın fazlalığından şikayet eder?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
9. Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
10. Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
11. Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
12. Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
13. Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıcı konuşur, bağırır **v**eya kızgın davranışlar gösterirsiniz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
14. Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçar?	( )	( )	( )	( )	( )	( )

15. İnternette olmadığınız zamanlarda ne sıklıkla interneti düşünür veya internete girmeyi hayal edersiniz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
16. Kendinizi ne sıklıkla internetteyken "yalnızca birkaç dakika daha" derken bulursunuz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
17. Ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın miktarını azaltmaya çalışır ve başarısız olursunuz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
18. İnternette kaldığınız süreyi ne sıklıkla saklamaya çalışırsınız?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
19. Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi seçersiniz?	( )	( )	( )	( )	( )	( )
20. Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip internete girince rahatlarsınız?	( )	( )	( )	( )	( )	( )

10.5. Çocuklar İçin Sosyodemografik Bilgi Formu

Çocuklarda internet bağımlılığı ve bilgisayar oyunu bağımlılığı yaygınlığı ve ilişkili etkenler isimli çalışmamıza katılmaya gönüllü isen; senden 1 adet bilgi formu ile 3 adet ölçek doldurman ve ailenin doldurması için hazırlanan formları ailene iletip onlar doldurduktan sonra getirip rehber öğretmenine teslim etmen istenecektir. Bu çalışmanın sana ek bir zararı yoktur ancak uygulanacak ölçekler belli ölçüde (ortalama 30 dk) zamanını alacaktır. Bu çalışma sadece gönüllü olarak çalışmamıza katılmayı isteyenlerle gerçekleştirilecektir. Bu çalışma ve seninle ilgili tüm bilgiler saklı tutulacaktır. Çalışma ile ilgili aklına takılan bir soru veya yaşadığın bir sorun olursa aşağıdaki telefon numaralarından araştırmacıya ulaşabilirsin.

İmza :

Adın:…….

Soyadın:…….

Yaş:……

Anne yada BabanınTelefon

Numarası:…….

Doğum Tarihi:……..

Doç. Dr. Özlem YILDIZ GÜNDOĞDU
Dr. Dilara Bingöl Karagöz
Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları A.D
0262.3038702

Cinsiyet: Kız ☐ Erkek ☐

Okul-Sınıf:……..…

1- Evinizde internet bağlantısı var mı?

Evet ☐ Hayır ☐

2- Evde çoğunlukla senin kullandığın bir bilgisayar/tablet/akıllı telefon var mı?

Evet ☐ Hayır ☐

3- İnternet kullanımına kaç yaşında başladın? :……..

4- Aşağıdaki araçların karşılarındaki boşluğa, eğer kullanıyorsan kaç yaşında kullanmaya başladığını yazar mısın?

Bilgisayar……. Tablet…….. Akıllı telefon…….

5- İnternete en çok nerede giriyorsun?

Ev ☐ İnternet kafe ☐ Cep telefonu ☐ Diğer .....

Bilgisayar/tablet/akıllı telefon kullanıyorsan aşağıdaki soruları cevaplar mısın? Kullanmıyorsan boş bırakabilirsin.

6- İnternette bir günde ortalama ne kadar vakit geçirirsin?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat ☐
Daha fazla :…..	Daha fazla :…….

7- Bilgisayarda bir günde ortalama ne kadar vakit geçirirsin?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat ☐
Daha fazla :…..	Daha fazla :……..

8- Tablet ile bir günde ortalama ne kadar vakit geçirirsin?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat ☐
Daha fazla :…..	Daha fazla :……

9- Akıllı telefon ile bir günde ortalama ne kadar vakit geçirirsin?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat ☐
Daha fazla :…..	Daha fazla :…….

10- Bilgisayar/tablet/akıllı telefon ile interneti en sık aşağıdakilerden hangisi için kullanırsın?

(En çok kullandığından en az kullandığına doğru 1, 2, 3, 4, 5 şeklinde sıralar mısın?)

☐ Video izlemek, müzik dinlemek, film/dizi seyretmek ya da amaçsızca dolaşmak için.

☐ Sosyal paylaşım siteleri (Facebook, Twitter, Instagram, Youtube vb.) ve E-posta (e-mail) için.

☐ Ders çalışmak veya bilgi edinmek için.

☐ Oyun oynamak için

☐ İletişim amacıyla mesajlaşmak (sms, whatsapp, line, kakao, viber, tictoc, skype…)

11- Bilgisayar/tablet/akıllı telefonda daha çok hangi oyunları tercih edersin?

Online/Çevrimiçi oyunlar (İnternet üzerinden oynanabilen) ☐

Offline/Çevrimdışı oyunlar (Cihaza yüklenmiş ya da CD vb. araç takılarak oynanabilen)☐

12- Online/çevrimiçi oyunlara bir günde ortalama ne kadar vakit ayırırsın?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat ☐
Daha fazla :…..	Daha fazla :……..

13- Offline/çevrimdışı oyunlara bir günde ortalama ne kadar vakit ayırırsın?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat ☐
Daha fazla :…..	Daha fazla :…….

14- Bilgisayar/tablet/akıllı telefonda içerik olarak daha çok ne tür oyunları tercih edersin?

Kelime-bilgi oyunları ☐

Strateji oyunları ☐

Futbol ☐

Dövüş oyunları ☐

Diğer……

15- En çok oynadığın oyunun adını yazarmısın?.....

16- Kelime/bilgi oyunlarına bir günde ortalama ne kadar vakit ayırırsın?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat ☐
Daha fazla :…..	Daha fazla :……

17- Strateji oyunlarına bir günde ortalama ne kadar vakit ayırırsın?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat
Daha fazla :….	Daha fazla :……

18- Futbol oyunlarına bir günde ortalama ne kadar vakit ayırırsın?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat ☐
Daha fazla :…..	Daha fazla :……

19- Dövüş oyunlarına bir günde ortalama ne kadar vakit ayırırsın?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat ☐
Daha fazla :…..	Daha fazla :……

20- Oynadığın diğer tür oyunlara bir günde ortalama ne kadar vakit ayırırsın?

Hafta içi	**Hafta sonu**
30 dk-1 saat ☐	30 dk-1 saat☐
1-2 saat ☐	1-2 saat ☐
2-3 saat ☐	2-3 saat ☐
Daha fazla :…..	Daha fazla :…..

21- Sence bilgisayar/tablet/akıllı telefon ile internet kullanma alışkanlığın fazla mı?

Evet ☐ Hayır☐

22- Fazla olduğunu düşünüyorsan derecelendirir misin?

Biraz fazla ☐ Orta derece fazla ☐ Çok fazla ☐

23- Ailen ile bilgisayar/tablet/akıllı telefon ile internet kullanma alışkanlığın konusunda sorun yaşıyor musun?

Evet ☐ Hayır ☐

24- Sorun yaşıyorsan bunu derecelendirir misin?

Biraz ☐ Orta ☐ Çok ☐

10.6. Aile İnternet Tutum Ölçeği

Aşağıdaki sorularda size en uygun gelen şıkkı (X) ile işaretleyiniz.	Hiç	Katılmıyor	Kararsızım	Katılıyoru	Tamamen
1-Ailem, internet kullanırken benim yanımda bulunur.	( )	( )	( )	( )	( )
2-Ailem, internet kullanırken beni izler.	( )	( )	( )	( )	( )
3-Ailem, internette ne yaptığımı kontrol eder.	( )	( )	( )	( )	( )
4-Ailem, internette belirli sitelere girmemi engellemek için özel yazılımlar kullanır.	( )	( )	( )	( )	( )
5-Ailem, uygunsuz sitelere girdiğimde internet erişimimi durdurur.	( )	( )	( )	( )	( )
6-Ailem, chat (sohbet/MSN) yaptığımda internet erişimimi durdurur.	( )	( )	( )	( )	( )
7-Ailem, günün belli zamanlarında internet kullanmama izin verir.	( )	( )	( )	( )	( )
8-Ailem, internet kullanma süremi sınırlandırır (1 saat gibi).	( )	( )	( )	( )	( )
9-Ailem, internet kullanımımı sınırlandırır (Sadece oyun oynama gibi).	( )	( )	( )	( )	( )
10-Ailem, gireceğim web sayfalarını sınırlandırır (Müzik siteleri gibi).	( )	( )	( )	( )	( )
11-Ailem, internette kimlerle iletişime gireceğimi belirler.	( )	( )	( )	( )	( )
12-İnternet kullanım kurallarını ailemle beraber belirleriz.	( )	( )	( )	( )	( )
13-İnternet kullanım kurallarının gerekliliğini ailem bana açıklar.	( )	( )	( )	( )	( )
14-Aileme internette ne arayacağımı ve neler bulduğumu söylerim.	( )	( )	( )	( )	( )
15-İnternette ne yapacağım hakkında ailemle konuşurum.	( )	( )	( )	( )	( )
16-İnternette kiminle arkadaşlık kuracağım hakkında ailemle konuşurum.	( )	( )	( )	( )	( )
17-Ailem, internetin sağladığı zengin olanaklar hakkında beni bilgilendirir.	( )	( )	( )	( )	( )
18-Ailem, internetin zararları hakkında benimle konuşur.	( )	( )	( )	( )	( )
19-Aileme internette neler yaptığımı anlattığımda beni dinler.	( )	( )	( )	( )	( )
20-İnternet kullanırken teknik bir problemle karşılaştığımda ailem bana yardımcı olur.	( )	( )	( )	( )	( )

21-İnternet kullanırken sürpriz bir şeyle karşılaştığımda aileme danışırım.	( )	( )	( )	( )	( )
22-İnternet kullanırken anlamadığım bir şey olduğunda aileme danışırım.	( )	( )	( )	( )	( )
23-Ailemle birlikte internet kullanırım.	( )	( )	( )	( )	( )
24-İnterneti nasıl güvenli bir şekilde kullanacağım konusunda ailem beni bilgilendirir.	( )	( )	( )	( )	( )
25-Benim için güvenli olan internet siteleri hakkında ailem bana bilgi verir.	( )	( )	( )	( )	( )

10.7. Onam Formları

Araştırmanın Adı: Kocaeli İli İzmit İlçesi'ndeki 6 ve 7. sınıf öğrencilerinde internet bağımlılığı ve bilgisayar oyunu bağımlılığı yaygınlığı ve ilişkili etkenlerin incelenmesi.

Araştırmanın Amacı: İnternet ve bilgisayar kullanımının önemli bölümünü bilgisayar oyunlarının oluşturduğu gözlenmektedir. İnternet ve bilgisayar oyunlarının çocuklar üzerinde bazı olumlu etkileri olabilmekle birlikte son yıllarda internet kullanımı ve bilgisayar oyunu alışkanlığının olumsuz etkileri ön plana çıkmaktadır. Günümüzde çocuk ruh sağlığı alanında yapılan son çalışmalarda internet bağımlılığı ve bilgisayar oyunu bağımlılığı ruhsal birer hastalık olarak kabul edilmektedir. Bu durumların erken fark edilmesi tedavi aşamasında başarıyı artırdığı gibi, bu durumlardan dolayı oluşabilecek zararları da en aza indirebilmektedir. Bu nedenle internet bağımlılığı ve bilgisayar oyunu bağımlılığının yaygınlığı, risk etkenleri, ilişkili olabilecek durumlar, sonuçları ve tedavisi üzerine daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Bizim bu çalışmamızda internet bağımlılığı yaygınlığı, bilgisayar oyunu bağımlılığı yaygınlığı ve bunlarla ilişkili etkenlerin araştırılması amaçlanmıştır.

Yapılacak İşlemler: Eğer çocuğunuzun bu çalışmaya katılmasını kabul ederseniz; Çocuğunuz yaklaşık 30 dk süren 4 adet form üzerinde onlar için hazırlanan soruları Kocaeli Valiliği'nden alınan izin ile okulda cevaplayacaktır. Sizin ise aileler için hazırlanan bilgi formu ve aile tutumlarını araştırmak için hazırlanan ölçeği uygun şekilde doldurmanız ve doldurduktan sonra çocuğunuz aracılığı ile rehber öğretmene göndermeniz gerekecektir. Bu çalışmanın size ve çocuğunuza bir zararı yoktur.

Gizlilik: Bu çalışmada çocuğunuzla ve sizinle ilgili özel bilgiler saklı tutulacaktır. Çalışma bittiğinde elde edilen sonuçlar sadece eğitimsel ve bilimsel amaçla kullanılacaktır.

Faydalar: Sizin ve çocuğunuzun doldurduğu ölçeklere göre; internet bağımlılığı veya bilgisayar oyunu bağımlılığı düşünülen çocukların detaylı psikiyatrik değerlendirmesinin ve tedavisinin kliniğimizde yapılması için öncelik sağlanacaktır.

Gönüllü Katılım ve Seçenekler: Araştırmaya katılım kesinlikle gönüllülüğe bağlıdır. Bu araştırmaya katılmayı reddetme hakkına sahipsiniz.

Masraflar: Bu çalışmada sizden ve kurumunuzdan hiçbir ücret talep edilmeyecektir.

Zararlar: Bu çalışmanın çocuğunuza ve size ek bir zarar oluşturması söz konusu değildir.

Soru ve problemler için başvurulacak kişiler: Çalışma hakkında sorularınız ya da rahatsızlığınız olursa sorumlu kişileri arayabilirsiniz (Tel: 02623038702). Ayrıca, çalışmaya ilişkin şikâyetleriniz için Kocaeli Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'nu arayabilirsiniz (Tel: 02623037164).

ONAM FORMU

Araştırmanın Adı: Kocaeli ili İzmit İlçesi 6 ve 7. sınıf öğrencilerinde internet bağımlılığı ve bilgisayar oyunu bağımlılığı yaygınlığı ve ilişkili etkenlerin incelenmesi.	Evet	Hayır
Hasta Bilgilendirme Formunu okudunuz mu?		
Araştırma hakkında yeterli bilgi aldınız mı?		
Herhangi bir zamanda herhangi bir neden göstermeksizin araştırmadan çekilme hakkına sahip olduğunuzu anladınız mı?		
Araştırma sonuçlarının uygun bir yolla yayınlanacağına katılıyor musunuz?		

Araştırmaya katılan Çocuğun Adı, Soyadı:……

Okulu-Sınıfı:……

Ebeveynin Adı, Soyadı:…….

İmzası: Tarih

Doç. Dr. Özlem YILDIZ GÜNDOĞDU
Dr. Dilara Bingöl Karagöz
Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları A.D
0262.3038702