

Ankara'da On Beş Yaş Üstü Kişilerin İnternet Kullanımı Sıklığı ve Bağımlılığı

■ **Mustafa Necmi İLHAN¹, Asiye Uğraş DIKMEN², İrem USLU³, Volkan MEDENİ⁴, Berhiv ALTUN⁵, Asuman TEZEL⁶**

- 1 Prof.Dr. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi
 2 Öğr.Gör.Dr. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi
 3 Arş.Gör.Dr. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi
 4 Arş.Gör.Dr. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi
 5 Arş.Gör.Dr. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi
 6 Arş.Gör.Dr. Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi

Yazışma adresi:

Mustafa Necmi İlhan
 mnihan@hotmail.com
 Gazi Üniversitesi Tıp
 Fakültesi, ANKARA
 05322540686

GİRİŞ VE AMAÇ

Günümüzde teknolojik gelişmelerde meydana gelen hızlı değişimler, insanlara kısa sürede bilgiye ulaşma ve var olan bilgileri paylaşma fırsatları sunmaktadır. Buna imkan sağlayan gelişmelerden biri olan internet, önemli bir iletişim ve bilgi paylaşım aracı olup, ev ve iş ortamında günlük yaşamımızı değiştiren birçok etkinliği içermektedir.(Ayas 2011) Temelleri 1960'lı yıllarda Amerika'da atılan internetin, yıllar içerisinde kullanımı tüm dünyada hızla yayılmış olup, Türkiye'de de dünyadaki gibi hızlı bir artış gözlenmiştir (Batıgün 2011)

Bilgisayar ve internet kullanımının zorunlu hale geldiği bu dönemde, bu teknolojik araçların amacının dışında kullanımları, herkesin kullanımına açık olması bazı problemleri de beraberinde getirmektedir. Bunlardan bazıları; internet ortamında bilgi ayırımı, aşırı bilgi yüklemesi ve güvensiz bilgiye ulaşım olarak sıralanabilir. Ayrıca internet üzerinden işlenen bilişim suçları ve internet bağımlılığı da internetin neden olduğu ciddi problemlerdendir (Gününcü 2010)

İçinde bulunulan teknoloji çağında, internet ve bilgisayar en fazla kullanılan teknolojik araçlar haline gelmiştir. Öyle ki, 2012 yılı verilerine göre, dünya nüfusunun %34.3'ü, Amerika nüfusunun %78.6'sı, Avrupa nüfusunun %63.2'si ve Türkiye nüfusunun %45.7'si internet kullanmaktadır. Bilgisayar ve internet kullanım oranlarının hızlı bir şekilde artması bireylerin bilgisayara ayırdıkları zamanda da bir artışa neden olmuştur. 2005 yılında 7.270.000 kullanıcıya sahip olan Türkiye, 2012 Haziran ayında 36.455.000 kullanıcıya ulaşmıştır (Batıgün 2011). Türkiye İstatistik Kurumu'nun 2012 Yılı Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı

Araştırması sonuçlarına göre bilgisayar ve internet kullanım oranının en yüksek olduğu yaş grubu 16-24'tür. Eğitim durumuna göre en fazla internet kullanım oranı % 93.0 ile yüksekokul, fakülte ve daha üstü bireylerdedir (Ergin 2013).

Bilgisayar ve internetin aşırı kullanılması beraberinde bilgisayar/internet bağımlılığı riskini de getirebilmektedir (Ayas 2011). İnternet bağımlılığı, genel olarak internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın önemini yitirmesi, yoksun kalındığında aşırı sınırlılık hali ve saldırganlığın olması ve kişinin iş, sosyal ve ailevi hayatının giderek bozulması olarak tanımlanabilir (Arısoy 2009).İnternet kullanımı ile ilgili zihinsel meşguliyet, internet kullanımını sınırlama ve kontrol etme ile ilgili yineleyici düşünceler, erişim isteğini durduramama, işlevselliğin çeşitli düzeylerde bozulmasına karşın internet kullanmayı sürdürme, giderek artan sürelerde internette zaman geçirmek, kullanma olanağı bulunamadığı zaman arama ve aşırma davranışları gibi internetin aşırı ve kötü kullanımı; bağımlılığın belirtileri arasında yer almaktadır (Şenormancı 2010).

İnternetin bu biçimde kötüye kullanımı, Amerikan Psikiyatri Birliği'nin sınıflandırma sistemi DSM-IV'te yer almamakla birlikte, toplumsal bir sorun haline gelmiş olan 'internet bağımlılığı' daha önceden kabul edilmiş "Madde İstismarı ve Bağımlılığı" kavramı DSM-V'te genişletilerek, "Madde Kullanımı ve Bağımlılık Bozuklukları" başlığı altında yer almıştır (Üneri 2011).

Ülkemizde de genç nüfusun yoğunluğu göz önüne alındığında internet bağımlılığı, toplumun büyük bir kesimini doğrudan ilgilendiren sosyal bir sorun niteliği taşımasının yanında, internet

kullanım sıklığının giderek artması, bağımlılık sorununun sık görülmeyle başlanmasıyla da önemli bir sağlık sorunudur. İnternet kullanıcı sayısının bilinmesi, kullanıcıların ne amaçla ve ne sıklıkla internette ne kadar zaman geçirildiğinin tespiti, bağımlılık konusunda bireyler üzerinde oluşturulan farkındalık düzeyi, sorunun çözümünde ve gerekli koruyucu önlemlerin alınmasında, önemli rol oynayacaktır.

Bu çalışmada, Ankara'da bazı aile sağlığı merkezlerine başvuran 15 yaş üstü kişilerin, internet kullanım sıklığı ve bunu etkileyen faktörleri değerlendirmek amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Kapsamı

Araştırma, Ankara İli sınırları içerisinde yer alan Gölbaşı, Sincan ve Etimesgut ilçelerindeki bazı aile sağlığı merkezlerine başvuran kişilerin katılımıyla yürütülmüştür.

Araştırma Bölgesinin Tanıtımı

Araştırmamız kesitsel tipte olup Ankara ili sınırları içerisinde yer alan 3 ayrı ilçe Gölbaşı, Sincan ve Etimesgut ilçelerinde gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın Evreni, Örneklem Büyüklüğü ve Katılım Oranı

Araştırmanın evrenini; 3 Mart 2014 –10 Mart 2014 tarihleri arasında aile sağlığı merkezlerine başvuran 15 yaş üstü kişiler oluşturmaktadır. Bu süre içerisinde 6608 kişinin başvurduğu belirlenmiş ve %50 bilinmeyen sıklık alınarak %2 sapma ve %95 güven aralığında 1761 kişiye ulaşılmış hedeflenmiş, 1390 kişiye ulaşılmıştır. Ulaşım yüzdesi % 79'dur.

Örneklem yöntemi olarak sistematik örneklem kullanılmıştır. Evren büyüklüğü örneklem büyüklüğüne bölünerek ($6608/1390 = 4.75$); sağlık kurumuna başvuran her 5. kişi araştırmaya alınmıştır. Araştırmanın başlangıcı için rastgele sayılar tablosu kullanılmış ve 3. kişiden başlanarak anket uygulanmıştır.

Araştırmanın Veri Kaynağı

Araştırmada veri kaynağı olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen 'Ankara'da Bazı Aile Sağlığı Merkezlerine Başvuran On Beş Yaş Üstü Kişilerin İnternet Kullanımı Sıklığı Ve Et-

kileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi' anket formu kullanılmıştır.

Bu anket 4 bölüm ve 30 sorudan oluşmakta olup katılımcıların demografik özellikleri, internet erişim varlığı, internet kullanım sıklığı sorgulanmış ve internet bağımlılığı ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek Young tarafından geliştirilmiş 1-6 arası derecelendirilmiş likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin ilk Türkçe uyarlaması Bayraktar tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğe göre 100-80 puan bağımlı, 79-50 puan muhtemel bağımlı, 49-0 puan bağımlı değil olarak kabul edilmektedir. Anketler 3 Mart 2014 –10 Mart 2014 tarihleri arasında ve yüz yüze görüşme yöntemiyle uygulanmıştır. Bir anketin uygulama süresi ortalama 5 dakikadır.

Araştırma Verisinin Düzenlenmesi ve Analizi

Araştırma verisi SPSS 15.0 istatistik paket programı aracılığıyla değerlendirilmiştir. Tanımlayıcı istatistikler ortalama(\pm)standart sapma, ortanca (min;maks), frekans dağılımı ve yüzde olarak sunulmuştur. İstatistiksel yöntem olarak Ki-kare testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık değeri $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1'de araştırmaya katılanların bazı tanımlayıcı özelliklerinin dağılımı sunulmuştur. Araştırmaya katılanların bazı tanımlayıcı özelliklerinin dağılımında yaş gruplarına göre değerlendirilmede %26.3, 16-24 yaş grubunda, %23 25-34 yaş grubunda, %15.2 %16.8 55 yaş ve üzerinde yer almaktadır. Katılımcıların %55.3'ü kadın, %44.7'si erkektir. Evliler %61.5, bekarlar %38.5 oranındadır. Öğrenim durumlarını %34'ü lise, %26,5'i üniversite, %2.7'si de hiç okula gitmedim şeklinde ifade etmiştir. Katılımcıların meslekleri %26.4 ev hanımı, %21.3'ü memur, %20.9'u öğrenci, Aylık gelirleri ise %27.5'in 1000 TL'den az, %4.1'in 5000 TL üzeridir. Katılımcıların %84.8'i evde ailesi ile birlikte, %6.9'u evde arkadaşları ile birlikte, ikamet etmektedir. Katılımcıların %58.7'si sigara kullanmamakta %41.3'ü ise sigara kullanmaktadır. Katılımcıların %48.8'iarasına gazete okurken, %16.3'ü düzenli olarak gazete okumakta olduğunu ifade etmiştir. Kitap okuma alışkanlığına %42.7'si ara sıra, %15.2'si ise düzenli olarak

TABLO 1: Araştırmaya Katılanların Bazı Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı, Ankara, 2014.

	Sayı	(%)*
Yaş Grupları (n=1390)		
16-24 yaş	365	26,3
25-34 yaş	320	23,0
35-44 yaş	260	18,7
45-54 yaş	211	15,2
55 yaş ve üzeri	234	16,8
Cinsiyet (n=1390)		
Kadın	768	55,3
Erkek	622	44,7
Medeni Durum (n=1390)		
Evli	855	61,5
Bekâr	535	38,5
Öğrenim Durumu (n=1390)		
Okula gitmemiş	37	2,7
İlkokul	261	18,8
Ortaokul	251	18,1
Lise	472	34,0
Yüksekokul/Üniversite	369	26,5
Meslek Durumu (n=1390)		
Ev Hanımı	367	26,4
Memur	296	21,3
İşçi	164	11,8
Emekli	128	9,2
Öğrenci	291	20,9
İşsiz	53	3,8
Diğer **	91	6,5
Aylık Toplam Gelir (n=1390)		
1000 TL ya da daha az	382	27,5
1001 TL -1500 TL	271	19,5
1501 TL -2000 TL	367	26,4
2001 TL - 5000 TL	313	22,5
5001 TL ve üstü	57	4,1
İkamet Durumu (n=1390)		
Evde, aileyle	1179	84,8
Evde, arkadaşlar	96	6,9
Evde, tek başına	79	5,7
Yurtta	36	2,6
Sigara Kullanma Alışkanlığı (n=1390)		
Yok	816	58,7
Var	574	41,3
Gazete Okuma Durumu(n=1390)		
Hayır	485	34,9
Evet, ara sıra	678	48,8
Evet, düzenli	227	16,3
Kitap Okuma Durumu (n=1390)		
Hayır	586	42,2
Evet, ara sıra	593	42,7
Evet, düzenli	211	100
Egzersiz Yapma Durumu (n=1390)		
Hayır	615	44,2
Evet, ara sıra	593	42,7
Evet, düzenli	211	15,2

TABLO 2: Araştırmaya Katılanların İnternet Erişim Durumlarıyla İlgili Bazı Tanımlayıcı Özelliklerinin Dağılımı, Ankara, 2014.

	Sayı	(%)*
İnternet Bağlantısı Varlığı (n=1390)		
Yok	439	31,6
Var	951	68,4
İnternete En Sık Erişim Sağlanan Yer (n=1390)		
Ev	947	68,1
İnternet cafe	50	3,6
Okul	22	1,6
İşyeri	126	9,1
Cep telefonu/tablet bilgisayar	236	17
Diğer **	9	0,6
Masaüstü/Dizüstü Bilgisayara Sahip Olma Durumu (n=1390)		
Yok	393	28,3
Var	997	71,7
Cep Telefonuna Sahip Olma Durumu (n=1390)		
Yok	135	9,7
Var	1255	90,3
Tablet Bilgisayara Sahip Olma Durumu (n=1390)		
Yok	1130	81,3
Var	260	18,7
Sahip Olunan Masaüstü/Dizüstü Bilgisayarın İnternet Bağlantısı Durumu (n=1390)		
Yok	118	11,9
Var	887	88,1
Sahip Olunan Cep Telefonunun Bilgisayarın İnternet Bağlantısı Durumu (n=1390)		
Yok	664	51,8
Var	600	48,2
Sahip Olunan Tablet Bilgisayarın İnternet Bağlantısı Durumu (n=1390)		
Yok	1130	81,3
Var	260	18,7

kitap okuduğunu söylemiştir. Katılımcıların %44,2'si egzersiz yapmadığını, %13,5'i ise düzenli egzersiz yaptığını ifade etmiştir.

Tablo 2' de araştırmaya katılanların internet erişim durumlarıyla ilgili bazı tanımlayıcı bilgilerin dağılımı sunulmuştur. Araştırmaya katılanların %68,4'ü internet kullanırken, %31,6'sı internet kullanmamaktadır. İnternete en sık erişim yerleri %68,1 ev, %17 cep tel/tablet bilgisayar olarak belirtilmiştir. Katılımcıların %71,7'si masaüstü/dizüstü bilgisayara sahipken bu bilgisayarların %88,1'inde internet bağlantısı bulunmaktadır. Katılımcıların %90,3'ü cep telefonuna sahip olup %48,2'sinin telefonunda internet bağlantısı bulunmaktadır. Tablet bilgisayar katılımcıların %18,7'sinde bulunmakta

TABLO3: Araştırmaya Katılanların İnternet Kısıtlamaları Hakkındaki Düşünce Durumlarının Dağılımı, Ankara, 2013.

	Sayı	(%)*
İşyerlerinde İnternet Kısıtlaması Olması Gerektiğini Düşünme (n=1390)		
Düşünmüyor	548	39,4
Düşünüyor	529	38,1
Kararsız	313	22,5
İnternetin İçeriği Kısıtlanmaması Gereken Serbest Bir Yer Olduğunu Düşünme (n=1390)		
Düşünmüyor	506	36,4
Düşünüyor	540	38,8
Kararsız	344	24,8
İnternet Düzenlemelerini Olumlu Bulma Durumu (n=1390)		
Düşünmüyor	538	38,7
Düşünüyor	544	39,1
Kararsız	308	22,2
İnternet Düzenlemesinin Günlük Yaşamı Etkileyeceğini Düşünme (n=1390)		
Düşünmüyor	595	42,8
Düşünüyor	598	43,0
Kararsız	197	14,2
Kanunlara Aykırı Olan İçeriklerin İnternette Kısıtlanması Gerektiğini Düşünme (n=1390)		
Düşünmüyor	325	23,4
Düşünüyor	928	66,8
Kararsız	137	9,8
Ahlaksız İçeriklerin İnternette Kısıtlanması Gerektiğini Düşünme (n=1390)		
Düşünmüyor	308	22,2
Düşünüyor	949	68,3
Kararsız	133	9,5
Tehlikeli Olabilecek İçeriklerin İnternette Kısıtlanması Gerektiğini Düşünme (n=1390)		
Düşünmüyor	303	21,8
Düşünüyor	959	69,0
Kararsız	128	9,2

TABLO 4: Araştırmaya Katılanların Kendilerini İnternet Bağımlısı Olarak Görme Durumlarının Dağılımı, Ankara, 2014.

	Sayı	(%)*
Kendisini İnternet Bağımlısı Olarak Görme Durumu (n=1390)		
Hayır	1099	79,1
Evet	291	20,9

olup tabletinde interneti olan katılımcıların oranı %18 dir.

Tablo 3'te araştırmaya katılanların internet kısıtlamaları hakkındaki düşüncelerinin dağılımı durumu sunulmuştur.

Araştırmaya katılanların %38,1'i işyerinde internet kısıtlaması olması gerektiğini düşünürken, %39,4'ü kısıtlama olmaması gerektiğini belirtmiştir. Katılımcıların %38,8'i internet içeriğinin kısıtlanmaması gereken serbest bir yer olduğunu düşünürken %36,4'ü tam tersini düşünmektedir. Katılımcıların %39,1'i internet düzenlemesini olumlu bulurken %38,7'si olumsuz bulmaktadır. Katılımcıların %43,0'ı internet düzenlemesinin günlük yaşamını etkileyeceğini düşünürken %42,8'i etkilemeyeceğini düşünmektedir. Kanunlara aykırı olan içeriklerin internette kısıtlanması gerektiği düşüncesi %66,8 ile evet olarak belirtilirken %23,4 ile hayır olarak belirtilmiştir. Katılımcıların %68,3'ü ahlaksız içeriklerin internette kısıtlanması gerektiği düşünürken %22,2'si kısıtlanmaması gerektiğini düşünmektedir. Katılımcıların %69,0'ı tehlikeli olabilecek içeriklerin internette kısıtlanması gerektiğini düşünürken %21,8'i kısıtlanması gerektiğini düşünmemektedir.

Tablo 4'de araştırmaya katılanların internet kullanım sıklıklarının dağılımı gösterilmiştir.

Katılımcıların %20,9'u kendisini internet bağımlısı olarak görmekte olup %79.1 i internet bağımlısı olarak görmemektedir.

Tablo 5'de araştırmaya katılanların internet kullanım sıklıklarının dağılımı gösterilmiştir.

Katılımcıların %47.8 i düzenli olarak internet kullanırken,%26.5 i hiç internet kullanmamaktadır. İnternet kullanım süresine baktığımızda katılımcılar %48.8 i 0-9 saat, %30.3 ü 20 ve üzeri saat haftalık internet kullanmaktadır.

Katılımcıların haftalık internet kullanma saatinin ortancası 10.0 (1;100)'dir.

Tablo 6'da araştırmaya katılanların interneti en çok kullanma amaçlarının dağılımı sunulmuştur Araştırmaya katılanların interneti en çok kullanma amaçlarının dağılımı incelendiğinde, katılımcıların, %34.4'ü sosyal, %25.2'si haber,, %13'ü oyun için, interneti en çok kullandıklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 7'de araştırmaya Katılanların İnternet Bağımlılığı Durumlarının Dağılımı sunulmuştur Araştırmaya katılanlardan 10 kişinin (%1.0) internet bağımlılığı ölçeğine göre bağımlı olduğu

TABLO 5: Araştırmaya Katılanların İnternet Kullanım Sıklıklarının Dağılımı, Ankara, 2014.

	Sayı	(%)*
İnternet Kullanım Sıklığı (n=1390)		
Hiç	369	26,5
Yılda birkaç defa	30	2,2
Ayda birkaç defa	65	4,7
Haftada birkaç defa	262	18,8
Her gün düzenli olarak	664	47,8
Haftalık Ortalama İnternet Kullanım Süresi (n=1390)		
0-9 saat	495	48,8
10-19 saat	212	20,9
20ve üzeri	307	30,3

TABLO 6: Araştırmaya Katılanların İnterneti En Çok Kullanma Amaçlarının Dağılımı, Ankara, 2014

	Sayı	(%)*
İnterneti En Çok Kullanma Amacı (n=1023)		
Sosyal	352	34,4
Haber	258	25,2
Oyun	133	13
Araştırma	116	11,3
Müzik/film	110	10,8
Pornografi	39	3,8
Diğer**	15	1,5

TABLO 7: Araştırmaya Katılanların Young Ölçeğine Göre İnternet Bağımlılığı Durumlarının Dağılımı, Ankara, 2014

	Sayı	(%)*
İnternet Bağımlılığı Durumları (n=1022)		
Bağımlı Değil	836	81,8
Muhtemel Bağımlı	176	17,2
Bağımlı	10	1,0

saptanmıştır.

Katılımcıların internet bağımlılığı derecelerinin ortalaması 26.1±21.8, ortancası ise 20.0(0.0;89.0)'dir.

Tablo 8 de araştırmaya katılanların bazı tanımlayıcı özelliklerine göre internet bağımlısı olma durumlarının dağılımı sunulmaktadır. İnternet bağımlılığı ile yaş, cinsiyet, medeni durum, mesleki durum ve aylık gelir arasında ki ilişki anlamlı bulunmuştur.

16-24 yaş grubunda muhtemel bağımlı oranı %34,5 bağımlı oranı %1,1, 55 yaş üzeri muhtemel bağımlı oranı ise %1,1 bağımlı oranı ise % 0,0 bulunmuştur.

Öğrenim durumuna göre değerlendirdiğimizde ortaokul mezunlarının muhtemel bağımlılık oranları sırasıyla %27,5 olarak bulunmuş, üniversite mezunlarının muhtemel bağımlılık oranı %8,1 olarak bulunmuştur.

İnternet bağımlılığı işsizlerde %48,9, emeklilerde 3,8 olarak bulunmuştur.

1000 tl altı geliri olanlarda muhtemel bağımlılık oranı %30 bağımlılık oranı ise %2.1. 5000 tl üstü geliri olanlarda ise muhtemel bağımlılık oranı ise %26,8 bağımlılık oranı % 0,0 bulunmuştur.

Tablo 9'da araştırmaya katılanların interneti en çok kullanma amaçlarının dağılımına göre internet bağımlısı olma durumlarının dağılımı sunulmuştur.

İnterneti araştırma amaçlı kullananların %95.7 si, sosyal amaçlı kullananların %75.8si, haber amaçlı kullananların %89.9'u, müzik ve film amaçlı kullananların %80.9'u, oyun amaçlı kullananların %71.4'ü, pornografi amaçlı kullananların %71.8'i ve diğer amaçlarla kullananların %100.0'ü internet bağımlısı değildir. İnternet bağımlısı olma durumuna baktığımızda ise sosyal amaçlı kullananların %0.6sı, haber amaçlı kullananların % 1.6sı, oyun amaçlı kullananların %0.8i, pornografi amaçlı kullananların %7.7si internet bağımlısı olarak saptanmıştır.

Tablo 10'da araştırmaya kendisini internet bağımlısı olarak görme durumu göre Young ölçeği internet bağımlısı olma durumlarının dağılımı sunulmuştur.

Kendisini internet bağımlısı olarak görme-yenlerin %91,5'inin Young ölçeğine göre internet bağımlısı olmadıkları saptanmıştır. Kendisini internet bağımlısı olarak görenlerin %46,5'i Young ölçeğine göre muhtemel bağımlı ve bağımlı olarak belirlenmiştir.

TARTIŞMA

Araştırmaya katılanların %68.4'ü internet kullanırken, %31.6'sı internet kullanmamaktadır. TÜİK'in 2009 yılında yaptığı çalışmaya göre Türkiye nüfusunun %62'si hayatları boyunca hiç internet kullanmamıştır (TÜİK 2013). Aradaki fark, Gölbaşı ilçesindeki bireylerin sosyo-ekonomik düzeylerinin daha yüksek ve internet erişim imkanlarının daha kolay olmasından kaynaklanmış olabilir.

İnternete en sık erişim yerleri %68.1 ev,

TABLO 8: Araştırmaya Katılanların Bazı Tanımlayıcı Özelliklerine Göre Young Ölçeği İnternet Bağımlısı Olma Durumlarının Dağılımı, Ankara, 2014.

	Young Ölçeğine Göre İnternet Bağımlısı Olma Durumu			
	Bağımlı Olmayan		Muhtemel Bağımlı ve Bağımlı Olan	
	Sayı	(%)*	Sayı	(%)*
Yaş Grupları (n=836)				
16-24 yaş	224	64,4	124	35,6
25-34 yaş	236	85,8	39	14,2
35-44 yaş	186	93,0	14	7,0
45-54 yaş	122	94,6	7	5,4
55 yaş ve üzeri	68	97,1	2	1,1
p=0,0001 $\chi^2=124,1$				
Cinsiyet (n=836)				
Erkek	377	76,0	119	24,0
Kadın	459	87,3	67	12,8
p=0,0001 $\chi^2=22,8$				
Medeni Durum (n=836)				
Evli	503	92,0	44	8,0
Bekâr	333	70,1	142	29,9
p=0,0001 $\chi^2=84,4$				
Öğrenim Durumu (n=836)				
Okula gitmemiş	1	50,0	1	50,0
İlkokul	80	82,5	17	17,5
Ortaokul	118	70,7	49	29,3
Lise	313	78,3	87	21,7
Yüksekokul/Üniversite	324	91,0	32	9,0
p=0,0001 $\chi^2=40,4$				
Meslek Durumu (n=836)				
Ev Hanımı	150	94,3	9	5,7
Memur	245	87,8	34	13,2
İşçi	112	88,9	14	11,1
Emekli	51	96,2	2	3,8
Öğrenci	178	64,5	98	35,5
İşsiz	24	51,1	23	48,9
Diğer **	76	92,7	6	7,3
p=0,0001 $\chi^2=136,1$				
Aylık Toplam Gelir (n=836)				
1000 TL ya da daha az	190	67,9	90	30,0
1001 TL -1500 TL	141	89,2	17	10,8
1501 TL -2000 TL	214	86,6	33	13,4
2001 TL - 5000 TL	250	89,0	31	11,0
5001 TL ve üstü	41	73,2	15	26,8
p=0,0001 $\chi^2=61,2$				
İkamet Durumu (n=836)				
Evde, aileyle	704	83,0	144	17,0
Evde, arkadaşlar	65	74,7	22	25,3
Evde, tek başına	44	78,6	12	21,4
Yurtta	23	74,2	8	25,8
p>0,05 $\chi^2=8,0$				

TABLO 9: Araştırmaya Katılanların İnterneti En Çok Kullanma Amaçlarının Dağılımına Göre Young Ölçeği İnternet Bağımlısı Olma Durumlarının Dağılımı, Ankara, 2014.

	Young Ölçeğine Göre İnternet Bağımlısı Olma Durumu			
	Bağımlı Olmayan		Muhtemel Bağımlı ve Bağımlı Olan	
	Sayı	(%)*	Sayı	(%)*
İnterneti En Çok Kullanma Amacı (n=836)				
Araştırma	111	95,7	5	4,3
Sosyal	266	75,8	85	24,2
Haber	232	89,9	26	10,1
Müzik/film	89	80,9	21	19,1
Oyun	95	71,4	38	28,6
Pornografi	28	71,8	11	28,2
Diğer**	15	100,0	0	0,0
P= 0,0001 $\chi^2=73,7$				

TABLO 10: Araştırmaya Katılanların Kendisini İnternet Bağımlısı Olarak Görme Durumu Göre Young Ölçeği İnternet Bağımlısı Olma Durumlarının Dağılımı, Ankara, 2014.

	Young Ölçeğine Göre İnternet Bağımlısı Olma Durumu			
	Bağımlı Olmayan		Muhtemel Bağımlı ve Bağımlı Olan	
	Sayı	(%)*	Sayı	(%)*
Kendisini İnternet Bağımlısı Olarak Görme Durumu				
Hayır	697	91,5	65	8,5
Evet	139	53,5	121	46,5
P= 0,0001 $\chi^2=189,357$				

%17 cep tel/tablet bilgisayar, % 9.1 işyeri, %3.6 internet cafe, % 1.6 okul ve % 0.6 diğer olarak belirtilmiştir. Araştırmamızda Türkiye geneliyle uyumlu olarak, internete en sık ulaşım büyük farkla evden olmaktadır. TÜİK verilerine göre 2007 yılında %20 oranında evden internet erişimi mümkünken, 2010 yılında bu oran %43'e yükselmiştir. Artışın nedeninin, internet bağlantı ücretinin giderek düşmesi olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların % 71.7 si masaüstü/dizüstü bilgisayara sahipken bu bilgisayarların % 88.1'inde internet bağlantısı bulunmaktadır. Katılımcıların % 90.3'ü cep telefonuna sahip olup, %48.2 sinin telefonunda internet bağlantısı bulunmaktadır. Tablet bilgisayar katılımcıların %18.7 sinde bulunmakta olup tabletinde interneti olan katılımcıların oranı %18'dir. TÜİK 2013 verilerine göre Türkiye nüfusunun % 61.9'u masaüstü veya dizüstü bilgisayara, % 6.2'si tablet bilgisayara sahiptir, % 93.7'si ise cep telefonu kullanmaktadır. Bu parametreler açısından araştırma yaptığımız toplum Türkiye ge-

neliyle uyumludur. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nün yaptığı çalışmaya göre katılımcıların internete bağlanmak için en sık kullandıkları kaynak %72 ile masaüstü/dizüstü bilgisayar olarak saptanmıştır ve bu veri de bizim bulgularımızla örtüşmektedir (İpsos 2011).

Yaş gruplarına baktığımızda, yaş arttıkça internet bağımlılığının azaldığını ve genç kişilerde bağımlılık sıklığının daha fazla olduğu bulunmuştur. TÜİK 'e göre internet kullanım sıklığı 16-34 yaş arasında en fazladır. Bu çalışmada da internet kullanımının en sık olduğu yaş grubu 15-24'tür.

Araştırmaya katılanlardan sigara kullanma alışkanlığı olmayanların %87,0'ı internet bağımlısı olmayan, sigara kullanma alışkanlığı olanların %75,8'i internet bağımlısı olmayan olarak görülmüştür. Sigara kullanımı ile internet bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bu durum 2011 yılında İstanbul'da bir grup lise öğrencisi üzerinde yapılan internet bağımlılığı araştırmasıyla benzerlik göstermektedir (Üneri 2011).

Araştırmaya katılanların interneti en çok kullanma amaçlarının dağılımı incelendiğinde, katılımcıların %11.3'ü araştırma, %34.4'ü sosyal, %25.2'si haber, %10.8'i müzik/film, %13'ü oyun, %3,8'i pornografi ve %1.5'i iş ve ders için, interneti en çok kullandıklarını ifade etmişlerdir. 2010 yılında Türkiye'de İnternet Bağımlılık Profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması'nda(3) örneklemedeki bireylerin interneti en sık kullanım amacı olarak; 356'sının (%47,2) "araştırma", 116'sının (%15,4) "sohbet", 70'inin (%9,3) "müzik-film", 54(%7,2) "oyun", 39'unun (%5,2) "webde sörf", 25'inin (%3,3) "haber" ve 13'ünün de (%1,7)"pornografi" seçeneğini işaretledikleri görülmüştür. İki çalışmada da interneti en çok kullanma amaçların farklılığının, araştırma yapılan çalışma gruplarının arasındaki yaş farklılığından kaynaklandığı düşünülebilir. Yaptığımız çalışmada katılımcıların büyük kısmı 15-24 yaş arasında iken, diğer çalışma ortaöğrenim kurumlarında yapılmış (14-18 yaş) bir çalışmadır.

Katılımcıların %66,8'i kanunlara aykırı olan içeriklerin internette kısıtlanması gerektiğini düşündüğünü belirtirken, %23,4'ü gerekmediğini düşündüğünü belirtmiştir. Katılımcıların %68,3'ü ahlaksız içeriklerin internette kısıtlanması, %22,2'si ise kısıtlanmaması gerektiğini düşündüğünü belirtmiştir. Katılımcıların %69,0'ı tehlikeli olabilecek içeriklerin internette kısıtlanması gerektiğini düşünürken, %21,8'i kısıtlanması gerektiğini düşünmemektedir. Toplum düzeninin sağlanması ve sağlıklı bireylerin yetiştirilmesinde internetin sınırsız kullanımının olumsuz etkileri olabileceğine inanıldığı düşünülmektedir. 2011 yılında 14 yaş üstü 15.953 kişi ile görüşülmüş bir çalışmada şu ifadeler yer verilmektedir: "Nüfusun %60'ı değerlerimize zararlı medya içeriğinin yasaklanabileceği görüşünü taşıyor. 25 yaş ve üzeri grupta bu görüşü savunanların oranı daha yüksektir. Toplumun %61'i "bazı internet sayfalarının kapatılmasını doğru buluyorum" ifadesine katılmaktadır. 35-44 yaş arasında bu görüşte olanlar daha büyük bir çoğunluğu oluşturmaktadır." Bu bulgular, araştırmamız sonuçlarıyla uyum göstermektedir (Batıgün 2011).

Araştırmaya katılanların internet kullanım sıklıkları incelendiğinde %47.8'lik kesim düzenli olarak internet kullanırken,%18.8 i haftada

birkaç defa,%4.7 si ayda birkaç defa,%2.2 si yılda birkaç defa kullanmakta fakat %26.5 i hiç internet kullanmamaktadır. Katılımcıların haftalık internet kullanma saatinin ortancası 10.0 (1;100)'dir. Bilgi Üniversitesi tarafından yapılan çalışmaya göre her gün internet kullananlar %58, haftada bir kez internet kullanan %7, haftada birkaç kere kullananlar %22,ayda bir kez kullananlar ise %7 olarak saptanmıştır (Batıgün 2011). Hacettepe Üniversitesi'nde yapılan bir çalışmada, haftalık 20 saat altında internet kullananlar %73, 20 saat ve üzerinde internet kullananlar ise %26 bulunmuştur(Gününç 2010). Her iki çalışmada saptanan bulgular araştırmamızda saptanan bulgularla uyum göstermektedir.

Araştırmaya katılan her beş kişiden biri Young ölçeğine göre muhtemel internetbağımlısı veya internet bağımlısı olarak saptanmıştır.

Cinsiyete ve medeni durumuna göre değerlendirdiğimizde internet bağımlılık oranı erkeklerde kadınlara göre, bekarlarda ise evlilere göre daha fazla bulunmuştur. Bu durum erkeklerin internete erişim imkanlarının daha geniş olması(internet kafeleri çoğunlukla erkeklerin kullanması) ve bekar bireylerin aile üzerindeki sorumluluklarının evli bireylere göre daha az olması ile ilişkilendirilebilir.

Öğrenim durumuna göre değerlendirdiğimizde ilkökul ortaokul ve lise mezunlarının muhtemel bağımlılıkları sırasıyla %16,5, %27,5 ve %21,0 olarak bulunmuş olmasına rağmen; üniversite mezunlarının muhtemel bağımlılık sıklığı %8,1 olarak bulunmuştur. Bunun nedeni eğitim seviyesi arttıkça bireylerin, interneti bağımlılık olarak değil; temel ihtiyaç olarak değerlendirilmesi olabilir.

1000 tl altı geliri olanlarda muhtemel bağımlılık oranı %30 bağımlılık oranı ise %2.1. 5000 tl üstü geliri olanlarda ise muhtemel bağımlılık oranı ise %26,8 bağımlılık oranı % 0,0 bulunmuştur. Yapılan birçok çalışmada gelir ve eğitim düzeyinin artışıyla internet kullanım oranının da arttığı saptanmıştır. Bizim çalışmamızda ise en yüksek bağımlılık oranı %2.1 ile en düşük gelir düzeyine ait grupta saptanmıştır. Bunun muhtemel sebebi olarak düşük gelir seviyesinin düşük kültürel düzeyle paralel olup, öz denetim mekanizmalarının daha zayıf olduğu düşünülebilir.

İnternet bağımlısı olma durumuna baktığı-

mızda ise sosyal amaçlı kullananların % 0.6'sı, haber amaçlı kullananların % 1.6'sı, oyun amaçlı kullananların % 0.8'i, pornografi amaçlı kullananların % 7.7'si internet bağımlısı olarak saptanmıştır. Araştırma, müzik-film ve iş-ders amaçlı kullananların internet bağımlısı olmadığı görülmüştür. Hacettepe Üniversitesi'nde yapılan bir araştırmaya göre internet bağımlısı olan kullanıcılar film-müzik siteleri, oyun siteleri, sohbet odaları, pornografik siteler, topluluk siteleri ve benzeri sitelerde daha çok zaman harcarken internet bağımlısı olmayan kullanıcılar haber, alışveriş ve eğitim sitelerinde zaman harcamaktadır. Yine genç nüfus üzerinde yapılan bir çalışmada sohbet, oyun gibi bağımlılık yapan etkenlerin filtrelenmesi durumunda internet kullanıcılarının interneti bilgi ve haber amaçlı kullanmaya yöneldikleri ve interneti daha az süre kullandıkları gözlemlenmiştir. Aynı çalışmaya göre internetin kumar, sohbet, oyun ve pornografik ve benzeri kullanım amaçlarının internet bağımlılığının oluşmasında doğrudan bir etken olabileceği belirtilmektedir (Gününç 2010).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Günümüzde internet kullanımı neredeyse kaçınılmaz bir gereklilik haline gelmiştir. Ülkemizde sosyal yaşamı etkilemeye başlayan internetin, başta çocuklar ve gençler olmak üzere nüfusun büyük çoğunluğunu etkisi altına aldığı görülmektedir. Bu teknolojik gelişmenin çocuk ve ergenlerin ruh sağlığı üzerine etkilerini belirlemek ve bu konuda gerekli önlemleri almak kaçınılmaz bir zorunluluktur. Literatür incelendiğinde, bu amaçla yapılan çalışmaların hız kazandığı görülmektedir. Aileler; çocuklar ve ergenlerin daha iyi yetişmesi adına, bilgisayar ve internet kullanımını eğitim amaçlı olarak desteklemelidir.

Yaptığımız çalışma göstermektedir ki bireyleri eğitim ve bilinç düzeyleri azaldıkça amaç dışında internet kullanımı ve buna bağlı olarak da internet bağımlılığı artmaktadır. İnternet bağımlılığı oranını azaltmak için öncelikle bireylerin bilinç düzeyini yükseltmek gerekliliği açıkça göze çarpmaktadır.

Kişilerin sosyalleşme ihtiyacı arttıkça ve bu ihtiyacı internet dışı ortamlardan karşılama imkanı bulamadıkça insanlar özellikle sosyal paylaşım sitelerine eğilmektedir. Bu da giderek

artan bağımlılık gelişimine yol açmaktadır. Bu durumun önüne geçebilmek için bireylerin sağlıklı ortamlarda gerektiği şekilde sosyalleşmesi gereklidir. İnternet bağımlılığının ön planda görüldüğü yaş grubu dikkate alınırca bağımlılıkların engellenmesinde ailelere büyük rol düşmektedir. Aileler çocuklarına gerekli sosyal desteği verdiği sürece internet bağımlılığının en az düzeyde tutulabileceği düşünülmektedir.

Kitap-gazete okuma oranı azaldıkça internet bağımlılığının arttığı da izlendiğinden, bireyler okumaya teşvik edilmelidir. Bu sağlandığında amaç dışı internet kullanımı ile geçen süre ve buna bağlı olarak internet bağımlılığı azalacaktır.

İnternet çoğu insanın sosyal hayatının önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Bu nedenle internet bağımlıların hayatından interneti tamamen çıkarmak yerine; bağımlılara, doğru internet kullanımı anlatılmalıdır. Diğer bağımlılıklarda olduğu gibi internet bağımlılığında da ailenin ve kişinin bilgilendirilmesi ve uyarılması bağımlılığın önlenmesinde önemli bir adımdır. Önlemlerdeki esas amaç, bir yandan kişinin internet kullanım sebeplerini ortaya çıkararak bu sebepler üzerinde çalışmak, bir yandan da kişinin hayatını programlamak ve internet başında geçireceği zamanı azaltmak için stratejiler geliştirmektir.

KAYNAKLAR

- Ayas T. Lise Öğrencilerinin İnternet ve Bilgisayar Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Utangaçlıkla İlişkisi. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri/Educational Sciences: Theory&Practice - 12(2) Bahar/ Spring 627-636, [2012].
- Batıgün Durak A., Kılıç N. İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. Türk Psikoloji Dergisi, 26 (67), 1-10, [2011].- (Internet World Stats [IWS], [2012].
- Gününç S., KayrıM., Türkiye'de İnternet Bağımlılık Profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik-Güvenilirlik Çalışması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education) 39: 220-232, [2010].
- Arısoy Ö., İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry; 1: 55-67, [2009].
- Ergin A., Uzun S., Bozkurt A., Tıp Fakültesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Sıklığı Ve Etkileyen Etmenler / İnternet Addiction Prevalence And Contributing Factors In The Medical Faculty Students. Pamukkale Tıp Dergisi/Pamukkale Medical Journal- PamMed J (3):134-142, [2013].
- Şenormancı Ö., Konkan R., Sungur M., İnternet bağımlılığı ve bilişsel davranışçı terapisi. Anadolu Psikiyatri Dergisi; 11:261-268, [2010].
- Üneri Ö., Tanıdır C., Bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirilmesi: Kesitsel bir çalışma. Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi;24:265-272, [2011].
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). 2013 Yılı Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması Sonuçları. Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni, [2013].
- İpsos KMG, Türkiye'yi Anlama Kılavuzu, [2011].