

BİR GRUP LİSE ÖĞRENCİSİNİN İNTERNET KULLANIMLARININ
BEDEN ALGILARI VE YEME TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ

BUSE YILMAZ

IŞIK ÜNİVERSİTESİ
2017

BİR GRUP LİSE ÖĞRENCİSİNİN İNTERNET KULLANIMLARININ
BEDEN ALGILARI VE YEME TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ

BUSE YILMAZ

Işık Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, 2015
Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans
Programı, 2017

Bu tez, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne Yüksek Lisans (MA)
derecesi ile sunulmuştur.

IŞIK ÜNİVERSİTESİ

2017

İŞIK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

BİR GRUP LİSE ÖĞRENCİSİNİN İNTERNET KULLANIMLARININ BEDEN ALGILARI
VE YEME TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ

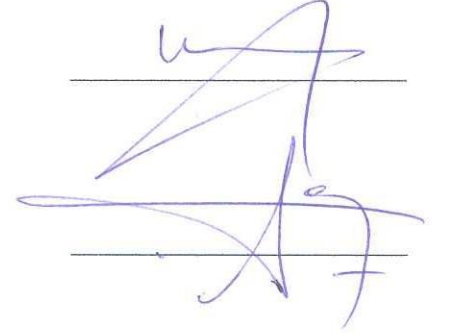
BUSE YILMAZ

ONAYLAYANLAR:

Yrd. Doç. Dr. Vicdan Yücel Işık Üniversitesi
(Tez Danışmanı)

Prof. Dr. Feryal Çam Çelikel Işık Üniversitesi

Yrd. Doç. Dr. Aydın Karaçanta İstanbul Ticaret Üniversitesi



ONAY TARİHİ: 06.01.2017

Teşekkür

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans eğitimim sırasında yıllarımı en iyi şekilde değerlendirmemi ve onları değerli kılmama yardımcı olan birçok insan var. İlk olarak, yüksek lisans araştırma tezi danışmanım Yrd. Doç. Dr. Vicdan Yücel'e teşekkür ederim. Kendisinin deneyimlerinden yararlanmaktan ve gösterdiği destekten ötürü büyük keyif aldım.

Esas teşekkür etmek istediğim kişi; oldukça değer verdiğim biricik arkadaşım Eda Ünal'dır. Yüksek lisans araştırma tezimin her aşamasında bana elinden geldiğince yardım etti ve en büyük destekçim oldu. İyi ki varsın sevgili kardeşim...

Son olarak aileme teşekkürlerimi sunarım; annem Fitnat Yılmaz ve babam Hüsnü Yılmaz'a hissettirdikleri güven duygusu ve sonsuz desteklerinden ötürü teşekkür ederim.

İçindekiler

Teşekkür	i
İçindekiler	ii
Tablolar Listesi	v
Kısaltmalar Listesi	vii
Abstract	viii
Özet	x
BÖLÜM 1	1
GİRİŞ	1
1.1 Genel Bilgiler	2
1.1.1 Ergenlik Dönemi ve Özellikleri.....	2
1.1.1.1 Ergenlik Dönemi Sorunları.....	4
1.1.2 Problemlı İnternet Kullanımı.....	7
1.1.2.1 Ergenlik Döneminde Problemlı İnternet Kullanımı.....	15
1.1.3 Beden Algısı	18
1.1.3.1 Ergenlik Döneminde Beden Algısı	23
1.1.4 Yeme Tutumu	27
1.1.4.1 Yeme Bozuklukları DSM-5 Tanı Kriterleri.....	33
1.1.4.1.1 Anoreksiya Nervoza	33
1.1.4.1.1.1 Anoreksiya Nervoza'nın Alt Tipleri	34
1.1.4.1.2 Bulimiya Nervoza	34
1.1.4.1.3 Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu	34
1.1.4.1.4 Tanımlanmış Diğer Bir Beslenme ve Yeme Bozukluğu	35
1.1.4.1.5 Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozukluğu	36
1.1.4.2 Yeme Bozukluklarının Görülme Sıklığı ve Yaygınlığı	37
BÖLÜM 2	40
YÖNTEM	40
2.1 Araştırmanın Örnekleme	40

2.2 Veri Toplama Araçları	40
2.2.1 Sosyodemografik Bilgi ve Veri Formu	40
2.2.2 Problemler İnternet Kullanımı Ölçeği Ergen Formu (PİKÖ-E)	40
2.2.3 Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ)	41
2.2.4 Yeme Tutumu Testi (YTT)	42
2.3 Araştırmanın Uygulanması	42
2.4 Verilerin Analiz Yöntemleri	43
BÖLÜM 3	44
BULGULAR.....	44
3.1 Verilerin Analizi	44
3.1.1 Sosyodemografik Bilgi ve Verilerin Dağılımı	44
3.1.2 Ölçeklerin Cinsiyet Değişkenine Göre Değişiminin İncelenmesi.....	53
3.1.3 Ölçeklerin Yaş Gruplarına Göre Değişiminin İncelenmesi.....	53
3.1.4 Ölçeklerin Sınıflara Göre Değişiminin İncelenmesi	54
3.1.5 Ölçeklerin Anne ve Babanın Birliktelik Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi.....	54
3.1.6 Ölçeklerin Annenin Eğitim Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi	55
3.1.7 Ölçeklerin Babanın Eğitim Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi.....	56
3.1.8 Ölçeklerin Annenin Mesleğine Göre Değişiminin İncelenmesi.....	56
3.1.9 Ölçeklerin Babanın Mesleğine Göre Değişiminin İncelenmesi	57
3.1.10 Ölçeklerin Kardeş Sayısına Göre Değişiminin İncelenmesi	58
3.1.11 Ölçeklerin Doğum Sırasına Göre Değişiminin İncelenmesi	59
3.1.12 Ölçeklerin Ailenin Ortalama Aylık Gelir Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi.....	60
3.1.13 Ölçeklerin İnternet Kullanım Zamanına Göre Değişiminin İncelenmesi.....	61
3.1.14 Ölçeklerin Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Değişiminin İncelenmesi.....	62
3.1.15 Ölçeklerin İnternet Kullanım Süresi Konusunda Uyarı Alma Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi	63
3.1.16 Ölçeklerin Evde İnternet Bağlantısı Olma Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi.....	64
3.1.17 Ölçeklerin İnternet Kullanım Amacına Göre Değişiminin İncelenmesi ..	65
3.1.18 Ölçeklerin İnternet Kullanımının Sınırlanması Karşısında Hissedilen Duyguya Göre Değişiminin İncelenmesi	66

3.1.19 Ölçeklerin İnternet Kullanımının Sınırlanması Karşısında Sergilenen Davranışa Göre Değişiminin İncelenmesi.....	67
3.1.20 Ölçeklerin Arkadaşların İnternet Kullanımına Yönelme Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi.....	68
3.1.21 Ölçeklerin Arkadaşların İnternet Kullanımına Yönelme Biçimine Göre Değişiminin İncelenmesi.....	69
3.1.22 Ölçekler Arası İlişkiler.....	70
3.1.23 Regresyon Modelleri.....	71
BÖLÜM 4.....	73
TARTIŞMA VE SONUÇ.....	73
4.1 Araştırma Bulgularının Değerlendirilmesi.....	73
4.2 Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler.....	82
4.3 Sonuç.....	83
KAYNAKLAR	
EKLER	
ÖZGEÇMİŞ	

Tablolar Listesi

Tablo 3.1 Katılımcılara Ait Sosyodemografik Bilgilerin Dağılımı	44
Tablo 3.2 Katılımcılara Ait Boy, Kilo ve Sınıf Bilgilerine İlişkin Dağılımlar	45
Tablo 3.3 Katılımcıların Anne ve Babalarına İlişkin Bilgilerin Dağılımı	46
Tablo 3.4 Katılımcıların Aile Yapılarına İlişkin Bilgilerin Dağılımı	48
Tablo 3.5 Katılımcıların İnternet Kullanımlarına İlişkin Bilgilerin Dağılımı.....	49
Tablo 3.6 Katılımcıların İnternet Kullanımı Davranışlarına İlişkin Bilgilerin Dağılımı	51
Tablo 3.7 Günlük İnternet Kullanım Süresi * Ailenin Ortalama Aylık Geliri Crosstab Analizi.....	52
Tablo 3.8 Ölçeklerin Cinsiyet Değişkenine Göre Değişiminin İncelenmesi	53
Tablo 3.9 Ölçeklerin Yaş Gruplarına Göre Değişiminin İncelenmesi.....	53
Tablo 3.10 Ölçeklerin Sınıflara Göre Değişiminin İncelenmesi.....	54
Tablo 3.11 Ölçeklerin Anne ve Baba Birliktelik Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi	54
Tablo 3.12 Ölçeklerin Annenin Eğitim Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi..	55
Tablo 3.13 Ölçeklerin Babanın Eğitim Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi ..	56
Tablo 3.14 Ölçeklerin Annenin Mesleğine Göre Değişiminin İncelenmesi	57
Tablo 3.15 Ölçeklerin Babanın Mesleğine Göre Değişiminin İncelenmesi	58
Tablo 3.16 Ölçeklerin Kardeş Sayısına Göre Değişiminin İncelenmesi.....	59
Tablo 3.17 Ölçeklerin Doğum Sırasına Göre Değişiminin İncelenmesi	60
Tablo 3.18 Ölçeklerin Ailenin Ortalama Aylık Gelir Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi	61
Tablo 3.19 Ölçeklerin İnternet Kullanım Zamanına Göre Değişiminin İncelenmesi.....	62
Tablo 3.20 Ölçeklerin Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Değişiminin İncelenmesi.....	63

Tablo 3.21 Ölçeklerin İnternet Kullanım Süresi Konusunda Uyarı Alma Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi	64
Tablo 3.22 Ölçeklerin Evde İnternet Bağlantısı Olma Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi	65
Tablo 3.23 Ölçeklerin İnternet Kullanım Amacına Göre Değişiminin İncelenmesi.....	65
Tablo 3.24 Ölçeklerin İnternet Kullanımının Sınırlanması Karşısında Hissedilen Duyguya Göre Değişiminin İncelenmesi.....	67
Tablo 3.25 Ölçeklerin İnternet Kullanımının Sınırlanması Karşısında Sergilenen Davranışa Göre Değişiminin İncelenmesi	68
Tablo 3.26 Ölçeklerin Arkadaşların İnternet Kullanımına Yönelme Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi	69
Tablo 3.27 Ölçeklerin Arkadaşların İnternet Kullanımına Yönelme Biçimine Göre Değişiminin İncelenmesi	70
Tablo 3.28 PİKÖ-E, VAÖ ve YTT Arasında Yapılan İki Değişkenli Pearson Korelasyon Katsayıları	70
Tablo 3.29 PİKÖ-E, VAÖ ve YTT Arasında Yapılan Regresyon Analizleri.....	71

Kısaltmalar Listesi

AN	:	Anoreksiya Nervoza
BKİ	:	Beden Kitle İndeksi
BN	:	Bulimiya Nervoza
PIKÖ-E	:	Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği - Ergen Formu
TYB	:	Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu
VAÖ	:	Vücut Algısı Ölçeği
YTT	:	Yeme Tutumu Testi

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNET USAGE, BODY IMAGE AND EATING ATTITUDES OF A GROUP OF HIGH SCHOOL STUDENTS'

Abstract

The Statement of the Problem: The internet usage ratio which increases and becomes prevalent affects people's functionality negatively and then unhealthy usage occurs. Especially, adolescents are in the risk group for problematic internet use. Body image concept defines emotions and ideas about individuals own body. Physical development and change are in large proportions in adolescence, therefore body image is very important for adolescents. Eating disorders increase in the last years; particularly among young girls. The purpose of this research is adolescents' who studies in high schools examine internet usage frequencies, behaviors of problematic internet use and relationship between problematic internet use, socio-demographic variables, body image and eating attitudes.

Method: 274 (%40,5 male - %59,5 female) voluntary high school students who live in İstanbul participated in this study. The age interval was among 14-18 years. The data collection tools were Socio-demographic Information and Data Form, Problematic Internet Use Scale-Adolescent Form, Body Image Scale and Eating Attitude Test. SPSS (Statistical Package Program for Social Science) for Windows 24.0 program was used for the analysis of obtained data. Frequency Analysis was used to detect distribution of Socio-Demographic Information and Data Form's variables. Independent T-Test Analysis and One-Way Variance Analysis (ANOVA) were used to detect relationships between applied scales and variables which were in Socio-Demographic Information and Data Form. Pearson Correlation was used to detect relationships between applied scales. Regression Analysis was used to detect predictive effects of applied scales.

Results: Gender does not have a statistically significant difference for Problematic Internet Use-Adolescent Form; but Body Image Scale and Eating Attitude Test have significant differences. The scores of female students' Body Image Scale was significantly higher than male students'. Also; female students' Eating Attitude Test scores was significantly higher than male students'.

Conclusion: There is significant and positive correlation between problematic internet use and eating attitude. Also; there is significant and positive correlation body image and eating attitude. On the other hand; there is no significant correlation between problematic internet use and body image.

Keywords: Adolescence, Problematic Internet Use, Body Image, Eating Attitude, Eating Disorders

BİR GRUP LİSE ÖĞRENCİSİNİN İNTERNET KULLANIMLARININ BEDEN ALGILARI VE YEME TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ

Özet

Problem Tanımı: Kullanım oranı sürekli artan ve yaygınlaşan internet; insanların işlevselliklerini olumsuz yönde etkilemekte ve sağlıksız kullanımlara yol açmaktadır. Özellikle ergenlik dönemindeki gençler, problemli internet kullanımı için risk grubundadır. Beden algısı kavramı; kişilerin kendi bedenlerine dair duygu ve düşüncelerini tanımlamaktadır. Bedensel gelişim ve değişimin büyük oranlarda gerçekleştiği ergenlik döneminde kişilerin beden algıları oldukça önemlidir. Yeme bozuklukları son yıllarda yükseliş göstermektedir; özellikle genç kızlarda görülmektedir. Bu araştırmanın amacı; lisede öğren görmeye devam eden ergenlerin internet kullanım sıklığını, problemli internet kullanımı davranışlarını araştırmak, sosyodemografik değişkenleri yanı sıra; beden algıları ve yeme tutumlarıyla ilişkili olup olmadığını belirlemektir.

Yöntem: Araştırmaya İstanbul'da yaşayan, yaşları 14-18 arasında değişen 274 (%40,5 erkek - % 59,5 kız) gönüllü lise öğrencisi katılmıştır. Kullanılan veri toplama araçları; Sosyodemografik Bilgi ve Veri Formu, Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu, Vücut Algısı Ölçeği ve Yeme Tutumu Testi'dir. Verilerin analizi için; SPSS (Statistical Package Program for Social Science) for Windows 24.0 programından yararlanılmıştır. Sosyodemografik Bilgi ve Veri Formu'ndaki değişkenlerin dağılımları Frekans Analizi ile tespit edilmiş; uygulanan ölçekler ile ilişkisini saptamak için Bağımsız T-Testi Analizi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkiyi tespit etmek için Pearson Korelasyonu, yordayıcı etkiyi saptamak amacıyla ise Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Cinsiyet değişkeni Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği için istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermezken; Vücut Algısı Ölçeği ve Yeme Tutumu Testi için anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Kız öğrencilerin Vücut Algısı Ölçeği puanları, erkek öğrencilerden anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Ayrıca; kız öğrencilerin Yeme Tutumu Testi puanlarının da erkek öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Problemlı internet kullanımı ile yeme tutumu arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca; beden algısı ile yeme tutumu arasında da pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan; problemlı internet kullanımı ile beden algısı arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilememiştir.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik Dönemi, Problemlı İnternet Kullanımı, Beden Algısı, Yeme Tutumu, Yeme Bozuklukları

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Ergenlik döneminde gerekli olan uyum sağlama süreci, çocukluk dönemindekine oranla hızla değişmekte ve artmaktadır. Bu nedenle ergenlik döneminde ruh sağlığı problemleri yaşayan kişi sayısının yükseliş gösterdiği bildirilmektedir (Kim, 2003). Ergenlik döneminde duygu dalgalanmaları, yetersizlik hissi, kendini beğenmeme ve hızlı demoralize olma gibi durumlar yaşanabildiği için problemlerle başa çıkma, çatışmaları çözme, stres yönetimi ve kişilerarası iletişim konularındaki becerilerin yetersiz olması bazı psikolojik problemlerin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Kulaksızoğlu, 2008).

İnternetin sağlıklı olmayan, problemlili, patolojik kullanımı; başkalarına sanal ortamlarda zarar verici tutumlarda bulunma, sanal şiddet sergileme, dolandırıcılık yapma, doğru olmayan bilgi verme, etik olmayan kullanım, uygunsuz içeriklere erişim ve sanal sosyal ilişkiler ile doyum sağlama gibi davranışlardır (Ceyhan ve Ceyhan, 2007). Problemlili internet kullanımı kişide oldukça yoğun strese yol açarak, günlük işlevselliğini yerine getirmesine engel olacak biçimde internet kullanımını kontrol etme konusundaki yetersizliği tanımlamaktadır (Shapira ve ark., 2000). Sosyal, mesleki ve akademik alanlarda olumsuz etkiler meydana getiren problemlili internet kullanımı bilişsel ve davranışsal açıdan belirtilerin var olduğu çok boyutlu bir sendrom olarak ifade edilmektedir (Caplan, 2005). Ergenlerin internette oldukça uzun zaman geçirdikleri ve problemlili internet kullanımı davranışı ile internet ortamında geçirilen haftalık süre arasında pozitif korelasyon olduğu saptanmıştır (Yang ve Tung, 2007).

Yeme tutumu sosyal, bilişsel, motor ve duygusal gelişimlerin temeli olmakla birlikte, çevresel etkenler aracılığıyla düzenlenmektedir. Beslenme davranışının düzeni; ailenin beslenme tutumları, çevresel etkenler ve ergenlerin psikolojik

durumlarına bağı olarak farklılık gösterebilmektedir. Yeme bozukluklarının değişik popülasyonlarda görölmesinin yanı sıra; ergenlik dönemindeki genç kızlar ve kadınlar bu bozuklukların gelişmesi açısından en yüksek risk grupları arasındadır (Beekley ve ark., 2009). Genellikle yeme bozukluklarının başlangıç yaşı ergenlik dönemidir ve kızlarda erkeklere oranla daha fazla görölmektedir (Gelder ve ark., 1996; Davison ve Neale, 2004; akt. Batıgün ve Utku, 2006). Ergenlik döneminde bireylerin sağıksız beslenmeleri sonucunda zihinsel ve bilişsel olarak bazı gelişim bozuklukları, ruhsal ve davranışsal sorunlar ve çeşitli yeme bozuklukları ortaya çıkabilmektedir (Petrillo ve Meyers, 2002).

Beden algısı kişilerin fiziksel görünüşlerine dair inançlarını ve düşüncelerini değerlendirmeleri durumudur. Kişinin kendi bedenine ait parçalara ve bu parçaların işlevlerine yönelik olarak geliştirdiği olumlu veya olumsuz duyguların kişi tarafından değerlendirilmesidir (Aslan, 2004). Bireyin kendi vücuduyla sahip olmayı arzuladığı vücut arasında uyumsuzluk olduğu takdirde, beden memnuniyetsizliği meydana gelmektedir. Özellikle ergenlik döneminde beden algısı ve beslenme düzeni açısından önemli sorunlar yaşandığı görölmektedir. Ergenlik süreci gelişimsel açıdan birçok fiziksel ve bilişsel değişimin kişide belirgin hale gelmeye başladığı kritik öneme sahip bir dönemdir (Dovey, 2010). Kızlarda erkeklere oranla daha yüksek oranda beden memnuniyetsizliği olduğu saptanmıştır (French ve ark., 1995). Toplum tarafından şekillendirilen ideal vücut ölçülerine sahip olma arzusu sonucunda beslenme düzenine ilişkin uygulanan değişiklikler ve yanlış diyet yöntemleri; yetersiz ve dengesiz beslenme ile sonuçlanabilmektedir (Demir, 2006). Normal ağırlık değerlerine sahip olan ergenlerde dahi kilo vermek amacıyla diyet yöntemlerinin uygulandığı bildirilmektedir (Levine ve ark., 1994).

Bu araştırma ile lisede öğrenimine devam etmekte olan ergenlerin internet kullanım sıklıklarını ve problemleri internet kullanımı davranışlarını araştırmak, öğrencilerin sosyodemografik değişkenleri yanı sıra beden algıları ve yeme tutumları ile ilişkili olup olmadığını belirlemek amaçlanmıştır.

1.1 Genel Bilgiler

1.1.1 Ergenlik Dönemi ve Özellikleri

Ergenlik (adolescere, adolescence); Latince kökene sahip olan bir sözcüktür; büyüme ve kılınmak anlamlarına gelmektedir (Hamburg ve Takanishi, 1989).

Yazılı tarihin başlamasıyla birlikte ergenlik ile ilgili sorunlar ebeveynler, eğitimciler, sosyal bilimciler ve felsefecilerin ilgisini çekmiştir. Eski çağlardan bu yana gençlik döneminin fırtınalı, stresli ve bocalamalarla dolu bir dönem olduğu ileri sürülmüştür. Sokrates gençlerin lüksü sevdiklerini, otoriteye karşı durduklarını ve hatalı davranışlarda bulduklarını öne sürerken; Platon, gençlik dönemini ruhsal sarhoşluk olarak betimlemiştir. Aristo'ya göre ise; gençler değişkenliklerle dolu, mantıklı olmayan, tutkularını ön planda tutan, dürtüsel davranışlar sergileyen ve eleştiriye tahammülü olmayan yaratıklar olarak tanımlanmıştır (Dacey ve Travers, 1996; akt. Dinçel, 2006). American Psychiatric Association (Amerikan Psikiyatri Birliği) tarafından yayınlanan Psikiyatri Sözlüğü'ne göre ergenliğin tanımı; "Fiziksel ve duygusal süreçlerin yol açtığı cinsel ve psikososyal olgunlaşma ile başlayan, bireyin bağımsızlığını ve sosyal üretkenliğini kazandığı, çok da belirli olmayan bir zamanda sona eren kronolojik bir dönem olup, hızlı fiziksel, psikolojik ve sosyal değişimlerle karakterizedir." şeklinde yapılmaktadır (APA, 2001). Ergenlik dönemi çocuklar ve aileleri açısından pek çok biyolojik, psikolojik ve sosyal değişimin yaşandığı kritik öneme sahip gelişimsel bir aşamadır (Hamburg ve Takanishi, 1989). Çocukluk dönemi ve yetişkinlik dönemi arasındaki geçişi sağlayan ergenlik döneminin tam anlamıyla sınırlarını belirlemenin oldukça zor olduğu ifade edilmektedir. Nitekim, kabul gören genel sınıflandırmaya göre; erinlik dönemi 12 ve 15 yaş aralığını, ilk ergenlik dönemi 15 ve 17 yaş aralığını temsil ederken, 17 ve 24 yaş aralığı son ergenlik dönemi olarak belirlenmiştir (Ulusoy ve ark., 2005). Bedensel büyüme, hormonal değişiklikler ve seksüel gelişim bu dönemin önemli özellikleri arasındadır. Tanner (1989) bedensel büyüme sürecini beş aşamada incelemektedir; erkek ergenlerde pubik kıllanma, büyüme hızı ve genital organların gelişimine göre iken; kız ergenlerde pubik kıllanma, meme gelişimi, menarş ve büyüme hızına göre belirlenmektedir. Kızlar ve erkeklerin ergenlik sürecini tamamlama aşamaları yaklaşık olarak aynı yaşlarda olmasına karşın, kızlar erkeklere oranla preadolesan döneme yaklaşık bir yıl daha erken girmektedir. Kızlarda bedensel gelişim süreci 10,8 yaşlarında başlayarak yaklaşık dört yıl sürmesine karşın; erkeklerde 11,8 yaşlarında başlayarak, yaklaşık üç yıl sürmektedir (Solorio ve Stevens, 1997). Bu süreçte ergenlerin boyu yaklaşık olarak 25 cm kadar uzayabilmektedir (Steinberg, 2007). Erinlik dönemi öncesinde boy uzaması ortalama 5-6 cm olurken; ergenlikte 8-8,5 cm olmaktadır. Kilo artışında ise bu durum yaklaşık 20 kg civarında olabilmektedir (Steinberg, 2007; Saka, 2011). Bu süreci her kültür ve toplum,

kendi kültürel değerlerine özgü olacak biçimde açıklamaktadır. Fakat tüm bunların yanı sıra birtakım kesişen ve ortak durumlar da mevcuttur; ergenliğin tanımını, süresini ve yoğunluğunu belirlemektedir. Bunlar; idealizmin yarattığı çatışmalar, ergen bireyin kimlik bulma çabası, sevgi arayışı ve beklentisi, meslek seçimi, yetişkin değerlerini kabullenme aşamasında ortaya çıkan sorunlar ve otorite ile olan ilişkide meydana gelen güçlükler ile açıklanabilir (Ergin, 1993). Ergenler bağımsız olma arzularını, kimlik bulma arayışlarını ve sosyal üretkenlik kazanımlarını ergenlik döneminin sonlarına doğru yoğun olarak yaşamaktadırlar. Sosyal yaşamda bir yer edinme çabası, bireysel amaçlar ve planlar oluşturmak, oluşturulan hedefleri hayata geçirmek onlar için ön plandadır. Ergenler bu dönemde aynı zamanda bilişsel açıdan da büyük bir gelişme göstermekle birlikte; soyut kavramları daha çok anlamlandırmaya, dünyaya başka bireylerin bakış açılarıyla bakabilmeye ve daha karmaşık problemleri çözebilme becerilerine sahip olmaya başlamaktadırlar. Tüm bunların yanı sıra; ergenler ahlaki ve etik açılardan da daha fazla farkındalığa sahip olmaktadır. Sosyal uyum sürecinde; yaşadıkları toplumda hayatlarını sürdürebilmeleri açısından belirli bir seviyede öğrenmeyi de sağlamaya çalışmaktadırlar (Kim, 2003).

1.1.1.1 Ergenlik Dönemi Sorunları

Ergenlik döneminde gerekli olan uyum sağlama süreci, çocukluk dönemindekine oranla hızla değişmekte ve artmaktadır. Bu nedenle ergenlik döneminde ruh sağlığı problemleri yaşayan kişi sayısının yükseliş gösterdiği bildirilmektedir (Kim, 2003). Ayrıca yaşadığımız çağda ruh sağlığı sorunları yaşayan ergen gençlerin sayısının, geçmişe oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır (Collishaw ve ark., 2004). Ergenlik döneminde duygu dalgalanmaları, yetersizlik hissi, kendini beğenmeme ve hızlı demoralize olma gibi durumlar yaşanabildiği için problemlerle başa çıkma, çatışmaları çözme, stres yönetimi ve kişilerarası iletişim konularındaki becerilerin yetersiz olması bazı psikolojik problemlerin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Kulaksızoğlu, 2008). Ergenlik döneminde kişiler, ebeveynleri ve diğer yetişkinler tarafından tam anlamıyla yetişkin ya da tam anlamıyla çocuk olarak algılanmamaktadır. Bu yüzden ergenin çevresi tarafından yapması ve yapmaması gereken davranışlarla ilgili farklı beklentiler ve talepler bulunabilmektedir. Buna ek olarak ergenin kendi benliğine ait algısı ve diğerlerinin onun hakkındaki görüşleri arasında uyumsuzluk olduğu takdirde; bu durum kişinin

kimlik krizi yaşamasına sebep olabilmektedir (Kulaksızoğlu, 2008). Kimlik arayışına giren ergenler, bu sürecin bir sonucu olarak kimlik karışıklığı sorunları yaşayabilmektedirler. Duygusal bağılıkların yaşanması, meslek seçimi, sosyal üretkenlik ve kişilerarası ilişkilerde meydana gelen problemler, aile ile yaşanan sorunlar (örn. ekonomik, fiziksel, mental sağlık ve aile üyeleri ile ilişkiler), yetişkin değerlerini kabul etmek gibi çeşitli faktörlerin bulunduğu bu süreç ergenlerde gerginlik yaratabilmektedir. Kişilerarası ilişkilerde içe kapanmak, kendini insanlardan izole etmek, konsantrasyon ve dikkat problemleri, önceden başarılı olunan alanlarda yetersiz hissetmek kimlik karışıklığının belli birtakım sonuçlarındandır (Ulusoy ve ark., 2005). Kişi kendisine uygun olan eğitim biçimine karar verme ve meslek seçimi gibi önemli konularda hedefini belirlemek ile ilgili problemler yaşayabilmektedir (Ekşi, 1985; akt. Ulusoy ve ark., 2005). Yaşanan kimlik krizi ve sonucunda meydana gelen stres kaynakları, ergenin davranışlarında birtakım sapmalara yol açabilmektedir; hatta intihara sürükleyebilecek önemli bir risk faktörü olarak kabul edilmektedir (Ulusoy ve ark., 2005).

Ergenlerin yaşadıkları gelişimsel kaynağa dayalı problemleri tespit etmek amacıyla Çuhardaroğlu ve arkadaşları (2004) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada; yaş aralığı 12-21 arasında değişen 536 ergen katılımcı ile çalışılmıştır. Cinsiyet değişkenine göre değerlendirildiğinde; %54 kız, %46 erkek katılımcı olduğu bildirilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçekler ise; Kendilik Algısının Sürekliliği Formu, Kısa Semptom Envanteri ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'dir. Ergenlerin yaşadıkları sorunları belirlemek için gerçekleştirilen bu çalışma sonucunda; ergenlerin kendilerine yönelik, üniversite sınavına hazırlık aşamasında meydana gelen, akademik yaşantılarıyla ilgili, ekonomik, karşı cins ve aile ilişkileri ile ilgili yaşadıkları olumsuz durumların en göze çarpan sorunlar olduğu saptanmıştır.

Ergenlik döneminde depresyon belirtileri, problemlerle başa çıkmakta zorlanma, benlik saygısında azalma, panik, kaygı düzeyinin artması, başarısızlık hissi, onaylanmama, reddedilme, cezalandırılma korkusu, başkalarından yardım istemekte zorlanma ve yardımı reddetme, madde bağımlılığı, marjinal gruplar ile özdeşleşme, otorite ve sistem ile yaşanan çatışmalar, dini inançsızlık gibi birtakım davranış örüntüleri gözlemlenebilmektedir (Hawton, 1986; Ergin, 1993; Berman ve Jobes, 1997; Güçlü, 2001; Kaya, 2002; akt. Ulusoy ve ark., 2005).

Fiziksel gelişimin etkisiyle boy uzaması ve kilo artışı yaşayan ergenler vücutlarındaki yağ oranında artış ve yeme bozuklukları (Anoreksiya Nervoza [AN]

ve Bulimiya Nervoza [BN]) için risk grubu oluşturmaktadır (Steinberg, 2007; Saka, 2011). Kendi bedenine yabancılaşma hali, sakarlık, heyecana duyarlılık, beceriksizlik, cinsel ve saldırgan dürtülerde artış gözlemlenebilmektedir (Guasch, 1987). Genellikle ergenlik dönemiyle başlayan ve yetişkinlikte de varlığını sürdürebilen problemler arasında major depresyon, sosyal fobi, panik bozukluk, madde kullanımı ve yeme bozuklukları yer almaktadır. Buna bağlı olarak; okul döneminde her sekiz ya da on çocuktan birinde davranış sorunları ya da psikolojik kökene sahip problemlerin var olduğu ifade edilmektedir (Mayes ve Cohen, 2006).

Depresyon, ergenlik dönemi problemleri arasında ilk sırada yer almaktadır. Geçmişe oranla depresyonun görülme sıklığının artmakta olduğu ve ergenlerde bu oranın %4,7 olduğu belirtilmektedir (Şenol, 2005). Ergenlik dönemindeki gençlerin %3'ünün major depresyon, %25'inin ise hafif düzeyde depresyon belirtileri gösterdikleri ifade edilmektedir (Steinberg, 2007). Taşgın ve Çetin (2006), Türkiye'de depresyonun ergenler arasındaki yaygınlık oranının %12,55 olduğunu bildirmektedir.

Diğer yandan riskli davranışlar sergileme eğilimi ergenlik döneminde oldukça gözlemlenebilen bir durumdur. Karakoyun ve Yağcı'ya (2013) göre; bu dönemde bağımsızlık arzusu, aile üyelerinden ve çevredeki kişilerden sevgi ve saygı beklentisi, sosyal kabul görme, özsaygı, bedenin güzel ve kuvvetli olmasına yönelik istekler ergenin sağlığını riske sokabilmekte ve olumsuz sağlık alışkanlıklarına yol açabilmektedir. Steinberg (2007), ergen bireylerin bilişsel ve davranışsal değişimleri ile birlikte kendilerine zarar gelmeyeceği düşüncesi, kendilerini incinmez hissetmeleri ve riskli davranış sonucunda ortaya çıkabilecek yarar ve zarar durumlarını doğru şekilde analiz edememeleri nedeniyle; problem yaratan, uyumsuz davranışlar sergileme oranlarının ve sıklığının hızla artmakta olduğunu ifade etmektedir.

Ergenlik dönemindeki bireyler kendi sosyal çevreleri tarafından hatalı ya da yetersiz sosyal destek gördükleri takdirde; bazı uyum problemleri yaşayabilmekte ve sonucunda dürtüsel davranışlar, öğrenme bozuklukları, antisosyal davranışlar, amaçsız olma hali, erteleme eğilimi, evden kaçma, okulu yarıda bırakma, erken yaşta cinsel ilişkiye girme, sigara, alkol ve madde kullanımı gibi işlevselliği olumsuz yönde etkileyen davranışlar sergileyebilmektedirler (Siyez ve Aysan, 2007). 15-24 yaş aralığında bulunan ergenlerin ölüm nedenlerinden biri olarak alkol ve madde kullanımı gösterilmektedir. Alkol ve madde kullanan ergenlerde çeşitli

psikiyatrik bozukluklar, okulu yarıda bırakma, suça eğilimli olma, hapse girme gibi önemli problemlerin var olduğu belirtilmektedir (Powers ve Matano, 2008; Siyez, 2009).

Ergenlik dönemindeki gençlerin riskli davranışlarına bir diğer örnek ise; problemlili internet kullanımı davranışdır. İnternet kullanım düzeyi düşük olan ergenlerin, aşırı internet kullanımı olan ergenlere oranla ebeveynleri, akranları ve arkadaşlarıyla daha iyi ilişkilere sahip oldukları gözlemlenirken, yüksek internet kullanım oranına sahip olan ergenlerin psikolojik ve sosyal iyilik hallerinde azalma olduğu saptanmıştır. Ayrıca internet kullanan ergenlerde psikolojik ve fiziksel gelişimin, sosyal ilişkilerin, kişilik özelliklerinin ve okuldaki başarı oranlarının olumsuz yönde etkilendiği ifade edilmektedir (Öztürk ve ark., 2007).

Çocuk ve ergen sorunları arasında bulunan, tehlikeli sonuçlar doğurabilecek olan intihar olgusunun ise depresyondan sonra ikinci sırada yer aldığı ve oldukça önem teşkil ettiği ifade edilmektedir. Ergen intihar girişimleri çoğunlukla öncesinde herhangi bir plan yapılmadan, aniden gerçekleştirilen davranışlardır (Şenol ve ark., 2011). Özgüven ve arkadaşlarına (2003) göre; intihar girişimlerinin çoğunlukla gerçekten yaşama son vermek için değil; diğerleriyle iletişime geçebilmek ve yardım çağrısı yapabilmek amacıyla gerçekleştirildiği ifade edilmektedir. Ergenler arasında intihar girişiminde bulunanların %80-90'ında bir psikiyatrik bozukluğun eşlik ettiği görülmektedir. Bu bozukluklar arasında en fazla rastlanan üç tip ise; duygudurum bozuklukları, madde kullanım bozuklukları ve yıkıcı davranım bozukluklarıdır (Şenol ve ark., 2011; Özgüven ve ark., 2003; Siyez, 2005).

1.1.2 Problemlili İnternet Kullanımı

Günümüz dünyasında teknoloji; hızlı ve süreğen bir şekilde değişmeye ve gelişmeye devam etmekte olan önemli bir oluşumdur. Bu oluşum; insan yaşamına giren çeşitli cihaz, araç ve uygulamalarla devrim niteliğinde yenilikler getirmiştir. 21. yüzyılda teknolojinin en önemli buluşlarından biri olan internet; 24 saat boyunca, arzu edilen her yerde ve istenilen her konuda (örn. eğitim, sağlık, iletişim, eğlence) bilgiye kolaylıkla ve hızla erişimi mümkün kılmaktadır. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte internet, insanlar için hızlı iletişim kurmaktan öteye geçerek; popüler sosyal medya uygulamaları ile alternatif kendini ifade edebilme biçimleri sağlama, yeni sosyal alanlar yaratarak pazarlamadan reklama, propagandaya ve farklı pek çok konuyu gündeme getirmektedir (Eksi ve Ümmet, 2013).

Oldukça geniş bir etki alanına sahip olan internetin kullanıcı sayısı da gün geçtikçe artmaktadır. Farklı kültür, ırk, etnik köken, yaş, cinsiyet ve sosyoekonomik düzey gibi çeşitli özelliklere sahip insanların ortak kullanım noktası haline gelmesi ve evrensel bir ağ oluşumunu mümkün kılması da insanlara fazlasıyla cezbedici gelmektedir. Internet World Stat (İnternet Dünya İstatistikleri), Haziran 2016 verilerine göre; 3,675,824,813 kullanıcı sayısı ile dünya nüfusunun %50,1'i internet kullanırken, Avrupa'da bu durum 614,979,903 kullanıcı sayısı ile %73,9 oranındadır. Türkiye'de ise; 46,282,850 kullanıcı sayısı ile nüfusun %59,6'sı internet kullanmaktadır (IWS, 2016).

Türkiye İstatistik Kurumu'nun Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'nın verilerine göre; Türkiye genelinde internete erişim olanağına sahip hanelerin oranı 2013 yılının Nisan ayında %49; 2014 Nisan ayında %60,2 iken, 2015 Nisan ayında %69,5 oranına yükselmiştir. Sözü edilen araştırmada ortaya konulan bir diğer veri ise; internet kullanım oranlarının Ocak-Şubat-Mart 2015 döneminde; 16-74 yaş grubundaki bireylerde %55,9 olarak saptanmasıdır. İnternet kullanım oranlarının cinsiyet değişkenine göre dağılımı incelendiğinde; erkeklerin %65,8'inin, kadınların ise %46,1'inin internet kullandıkları tespit edilmiştir. Yaş gruplarına göre internet kullanım oranları incelendiğinde ise; 16-24 yaş aralığında %77 (%85,1 erkek - %68,9 kadın), 25-34 yaş aralığında %71,7 (%81,3 erkek - %62 kadın), 35-44 yaş aralığında %55,4 (%69 erkek - %41,7 kadın), 45-54 yaş aralığında %34 (%43,7 erkek - %24,2 kadın), 55-64 yaş aralığında %17,2 (%22,9 erkek - %11,6 kadın), 65-74 yaş aralığında ise %5,6 (%8,8 erkek - %2,8 kadın) olduğu görülmüştür (TÜİK, 2015). Tüm bu veriler ışığında; Türkiye'de internet kullanımının her geçen gün artmakta olduğu, erkeklerin kadınlara oranla daha fazla internet kullandıkları ve yaş küçüldükçe kullanım oranının yükseldiği açıkça görülmektedir. Nakilcioğlu (2007), insanların internet olmadan yaşamayı düşünemediklerini ve internetten vazgeçemediklerini ifade ettiklerini bildirmektedir.

İnternet kullanımının bu denli hızla yayılmasının kaçınılmaz bir sonucu olarak; çeşitli alanlardaki disiplinler tarafından fazlasıyla güncel olan bu konu araştırılmıştır ve insanlar üzerindeki etkilerinin incelenmesi sonucunda psikoloji literatürüne de girmiştir (Batıgün ve Kılıç, 2011). Davis'e (2002) göre; kişinin bilişsel ve davranışsal açıdan herhangi bir sıkıntı hissetmeden, uygun vakitlerinde, ulaşılmak istenen hedefe yönelik internet kullanımı davranışı "Sağlıklı İnternet Kullanımı" kavramını ifade etmektedir. Fakat sağladığı olumlu niteliklerin yanı sıra; son dönemlerde giderek

yaygınlaşan internet ağı; çeşitli davranış problemlerinin ortaya çıkmasına da zemin hazırlamıştır. Geçmiş dönemlerde internet kullanımı problemlili bir davranış olarak görülmezken (Young, 1998); günümüzde internet kullanımının bağımlılığa neden olan özelliği dikkat çeken bir husus haline gelmesini sağlamış ve çeşitli araştırmalara konu olmuştur (Niemz ve ark., 2005). Sağlıklı olmayan, problemlili, patolojik internet kullanımı ya da internet bağımlılığı ile ilgili yürütülen pek çok çalışma mevcuttur. Literatür incelendiğinde; kişinin internet kullanımı duygusal ve davranışsal problemlere neden olacak kadar aşırıysa "problemlili internet kullanımı (problematic internet use)" (Davis ve ark., 2002), "patolojik internet kullanımı (pathological internet use)" (Morahan-Martin ve Schucmacher, 2000; Davis, 2001; Caplan, 2002) ya da "internet bağımlılığı (internet dependency)" (Griffiths, 1999; Young, 1998) olarak adlandırılmaktadır. Problemlili internet kullanımını tanımlayan tüm bu farklı kavramlar; her bir yaklaşımın duyuşsal, bilişsel ve davranışsal bileşenlerden biri üzerinde durmasından kaynaklanmaktadır (Davis 2001; akt. Ceyhan, 2008). Nitekim, fazlasıyla kullanılan internet bağımlılığı olgusu; aşırı derecede internet kullanımını tam anlamıyla karşılamamaktadır. Çünkü internet bağımlılığı kavramı diğerkimyasal bağımlılık türlerinde olduğu şekilde fiziksel yoksunluk gibi bazı semptom ve davranışları içermemektedir (Beard ve Wolf, 2001). Yapılan çalışmalara göre; internet kullanım oranları ile problemlili, patolojik internet kullanımı veya internet bağımlılığı arasında nedensellik bulunduğu ifade edilmektedir (Chou, Condron ve Belland, 2005).

Caplan'a (2005) göre; problemlili internet kullanımı çok boyutlu bir sendromdur. Genel olarak; kişilerin sosyal, akademik ve mesleki yaşamlarında işlevselliklerini bozarak, çeşitli olumsuz sonuçlara neden olan bilişsel ve davranışsal semptomlardan oluşmaktadır.

İnternetin sağlıksız veya patolojik kullanımıyla ilgili oluşturulan bilişsel davranışçı modele göre; problemlili internet kullanımı yalnızca bir davranış bağımlılığı olarak nitelendirilmemekte, aynı zamanda düşünce ve davranış süreçleriyle belirlenen, günlük yaşamda olumsuz sonuçlar meydana getiren bir olgu olarak ifade edilmektedir. Ayrıca problemlili internet kullanımının, yaşamda başarısız olunan alanlardaki eksikliklerin giderilebilmesi amacıyla sergilenen bir davranış olabileceği ileri sürülmektedir (Davis, 2001).

Birçok alanda farklı amaçlar doğrultusunda kullanılan internet, insanoğlunun günlük yaşantısını ve işlevselliğini büyük ölçüde etkilemektedir. Her yaş grubuna

mensup, eğitim seviyeleri, sosyal statüleri ve ekonomik düzeyleri farklı olan insanlarda problemlili internet kullanımı davranışı görülebilmektedir (Young, 1998). Problemlili internet kullanımı kişide yoğun strese yol açarak, günlük işlevselliğini yerine getirmesine engel olacak biçimde internet kullanımını kontrol etme konusundaki yetersizliği tanımlamaktadır (Shapira ve ark., 2000). Young'a (2005) göre; internete girme, internette saatler süren zaman harcama ve internet ortamında zaman geçirebilmek için yemek öğünlerinin atlanması, sorumlulukların ertelenmesi, internet dışındaki aktivitelere olan ilginin kaybolması ve verimliliğin azalması problemlili internet kullanımının işlevselliği bozucu önemli belirtileri arasındadır (Akt. Odacı ve Çelik, 2012). Bu açıdan bakan bazı araştırmacılar problemlili internet kullanımını bir dürtü kontrol bozukluğu olarak nitelendirmektedir (Young, 1998, 2004; Shapira ve ark., 2000; Shapira ve ark., 2003; Schmitz, 2005)

Ceyhan ve Ceyhan'a (2007) göre, internet kullanımı sonucunda meydana gelen çeşitli problemlili davranışlara örnek olarak; başkalarına sanal ortamlarda zarar verici tutumlarda bulunmak, sanal şiddet sergilemek, dolandırıcılık yapmak, doğru olmayan bilgi vermek, etik olmayan kullanım, uygunsuz içeriklere erişim sağlamak, sanal ortamlarda kurulan sosyal ilişkiler aracılığıyla doyum sağlamak, patolojik internet kullanımı ya da internet bağımlılığı geliştirmek gibi davranışlar sayılabilmektedir.

Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabının Beşinci Basımı'nın (DSM-5) ana bölümünde problemlili internet kullanımına ilişkin mevcut bir yer bulunmamasına karşın; ek bölümünde gelecek süreçte sınıflandırmaya girmesi düşünülen internet oyun bağımlılığı konusu yer almaktadır. Goldberg (1996), ilk defa internet bağımlılığını "madde bağımlılığı" kriterlerini göz önünde bulundurarak tanımlamıştır. Ayrıca internette geçirilen sürenin devamlı olarak artmasının; mesleki, sosyal ve işlevsellik gerektiren önemli alanlarda problemliler yaşanması ile ilişkili olduğunu belirtmiştir (Akt. Odacı ve Çelik, 2012). Griffiths (1999), internet bağımlılığı kavramını teknolojik bağımlılığın bir türü olarak ifade etmiştir ve bu amaçla "bağımlı davranış" tanımını belirleyen altı adet davranış ölçütü oluşturmuştur; bunlar dikkat çekmek, duygudurum değişikliği, tolerans, yoksunluk, çatışma ve nükstür. Young (1998) ise; "patolojik kumar oynama" kriterlerini dikkate alarak problemlili internet kullanımının tanımını yapmış ve sekiz adet kriter oluşturmuştur. Bunlar; internetle zihinsel olarak aşırı ilgilenmek (internetin devamlı olarak düşünülmesi, internet ortamında gerçekleştirilen etkinlikleri düşünmek ve yapılacak bir sonraki etkinliğin planlanması gibi), haz almak için internet kullanımı süresini

devamlı bir şekilde arttırmaya gereksinim duymak, internette geçirilen zamanın denetimini sağlayamamak, azaltmamak veya bırakmak konusunda başarısız olmak, internet kullanımının azaltılması veya bırakılması sonucunda hissedilen çökkünlük, huzursuzluk veya sinirlilik hali, başta planlanan internet kullanım süresini aşmak ve günlük etkinliklerde aksamalar yaşanması, aşırı kullanımın bir sonucu olarak sosyal yaşamda çeşitli problemlerin (örn. aile, arkadaş, okul, iş ile ilgili) yaşanması, akademik ya da meslek ile ilgili fırsatları riske atmak veya kaybetmek, internette zaman geçirebilmek için yalana başvurmak ve internet kullanımı halinde sorunlardan uzaklaşmak ya da olumsuz duygulardan (örn. suçluluk kaygı, korku, üzüntü, çaresizlik) kaçmak için kullanma durumudur. Oluşturulan bu sekiz ölçütten beş tanesinin var olması, internet bağımlılığının göstergesi olarak kabul edilmektedir. Yapılan çalışmada; 496 katılımcıdan 396'sının kriterleri karşılayarak bağımlı olarak tanımlandığı bildirilmiştir. Ayrıca bağımlı grubun internet ortamında haftalık harcadıkları zamanın 38,5 saat, bağımlı olmayan grubun haftalık internet kullanımının ise 4,9 saat olduğu tespit edilmiştir. Bağımlı olan grup üyeleri, interneti daha çok sohbet etmek ve forumları takip etmek amacıyla kullandıklarını bildirirken; alkol ve kumar bağımlılarının, yeme bozukluğu olan kişilerin sahip olduklarına benzer biçimde sosyal yaşantılarında, mesleki kariyerlerinde ve aile ilişkilerinde sorunlar yaşadıklarını ifade etmişlerdir (Young, 1998). Beard ve Wolf (2001), Young (1998) tarafından oluşturulan bu sekiz kriteri organize ederek geliştirmiştir. Kriterler iki gruba ayrılmaktadır; birinci grupta Young'ın (1998) tanımladığı ilk beş kriter internet kullanım fonksiyonelliğini belirlemektedir. Ayrıca kişinin oluşturulan bu beş kriterin tümünü karşılaması gerekmektedir. İkinci grup ise; son üç kriteri kapsayarak internet kullanımından ötürü zarar görmeyi tanımlamaktadır ve tanı koyabilmek için bu üç ölçütten en az biri karşılanmalıdır.

Young'a (1998) göre; yapılan tüm bu tanımlamalarda ortak olan özellikler göz önünde bulundurulduğunda; internet ortamında geçirilen süre hakkındaki fikir birliği, internetsiz kalındığında meydana gelen huzursuzluk hali, sinirli olma durumu ve internette zaman geçirebilmek için daha fazla süreye gereksinim duymak gibi önemli belirtilerin varlığı göze çarpmaktadır.

Kişilerin problemleri internet kullanımı davranışlarına neden olan önemli bir diğer belirleyici ise internetin ne amaçla kullanıldığıdır. Günümüzde insanlar yoğun internet kullanımının belirgin bir sonucu olarak çok fazla uyarana maruz kalmaktadırlar. Son zamanlarda oldukça yaygın bir şekilde kullanılan Facebook,

Twitter, Instagram, Snapchat gibi sosyal medya uygulamaları insanların kendilerine ait profil oluşturmalarına, sohbet etmelerine, yeni insanlarla tanışmalarına, gruplar oluşturmalarına, duyuru yapmalarına, görsel ve yazılı paylaşımlarda bulunmalarına olanak sağlamaktadır. Stone (2009), insanların büyük bir çoğunluğunun güne sosyal medya uygulamalarındaki gündemi takip ederek başladıklarını ve bu durumun bir alışkanlık haline geldiğini ifade etmektedir. Sosyal medya kullanıcılarının genelini oluşturan gruplar incelendiğinde; kadınlar ve 30 yaşın altındaki gençler dikkat çekmektedir (Madden ve Zickuhr, 2011).

İnternet kullanıcıları için sosyal medyada çeşitli paylaşımlarda bulunmak, elektronik postalara bakmak, gazetelerden güncel haberleri takip etmek, alışveriş ve bankacılık işlemlerini yürütmek, film izlemek, oyun oynamak ve benzeri aktiviteler rutin hale gelmiştir. Problemlerini internet kullanımını incelerken; chat, e-posta, klavye kullanımı, haberler, oyunlar, iletişim sağlama gibi pek çok değişik internet içeriğinin göz önünde bulundurulması gerekir ve çok yönlü olarak incelenmesi gereken bir olgudur (Griffiths, 1998).

Türkiye İstatistik Kurumu'nun Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'nın 2015 yılı Ocak-Şubat-Mart aylarına ait verilerine göre internetin kullanım amaçları göz önünde bulundurulduğunda; internet kullanımı olan kişilerin %80,9'unun sosyal medya platformlarında profil oluşturdukları, fotoğraf ve benzeri içerikler paylaştıkları, mesaj gönderdikleri, %70,2'sinin online gazete, haber veya dergi okudukları, %66,3'ünün sağlık alanında bilgi aradıkları, %62,1'inin kendi oluşturdukları yazılı metin, video, müzik, görüntü ve fotoğraf benzeri içerikleri paylaşmak amacıyla herhangi bir web sitesine yükledikleri, %59,4'ünün mal ve hizmetler ile ilgili bilgi aradıkları ifade edilmektedir. Ayrıca internet kullanan kişilerin %33,1'i internet ortamında bireysel kullanım için mal veya hizmet siparişi vermekte veya satın almaktadır (TÜİK, 2015).

Young'a (1998) göre; internetin kendisi bağımlılık yapan bir etken olmamakla birlikte, spesifik kullanımlar patolojik internet kullanımının ortaya çıkmasında ciddi rol oynayabilmektedir.

Ögel'e (2012) göre; problemlerini internet kullanımının 3 evresi bulunmaktadır; büyülenme evresi, saplantı evresi ve hayal kırıklığı evresi. Problemlerini internet kullanımı olan bireylerin saplantı evresinde takılıp kalma oranları oldukça yüksektir. Bu nedenden ötürü saplantı evresinden, hayal kırıklığı evresine geçmek her daim mümkün olmayabilir.

Davis'e (2001) göre; patolojik internet kullanımı ulaşılmak istenen hedef bakımından özgül ve yaygın olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Özgül patolojik internet kullanımında hedef; doğrudan internet kullanımı değil; bir amaca ulaşabilmek için internet kullanımınıdır. Özgül tipin kapsadığı özel amaçlar arasında; çevrimiçi seks yapmak, oyun oynamak, kumar oynamak, borsa takibi yapmak ve alışveriş yapmak gibi durumlar yer almaktadır. Patolojik internet kullanımının yaygın tipinde amaçlanan durum ise; doğrudan internet kullanımı davranışıdır. İnternetin oldukça geniş bir kapsama sahip olması ve pek çok amaç uğruna kullanılabilmesinin yanı sıra; kesin bir hedef olmadan internette aşırı zaman harcama durumunu da ifade edebilmektedir. Kişi çoğu zaman her an ulaşabilme ve ulaşılabilme arzusu ile sanal ortamda "çevrimiçi" durumda olmaya ihtiyaç duyabilmektedir. Bu durumun motivasyon kaynağını sosyal ilgi ve destek oluştururken, kişi interneti dış dünya ile temel bağlantı aracı olarak kullanır duruma gelebilmektedir.

Problemlı internet kullanımı oranının yükselmesine, eğlence ve interaktif içerikli kullanımların artmasına karşın; genel bilgi arama ve akademik kökenli araştırmalarda bulunma oranı azalmaktadır (Özcan ve Buzlu, 2007). Bilgi sahibi olma amacı dışındaki internet kullanımlarının (örn. kişinin tanımadığı, farklı kişilerle tanışma arzusu, sosyal ilişkiler kurma ve eğlenme isteği), problemlı internet kullanımı düzeyini arttırdığı ifade edilmektedir. Bundan dolayı; sosyal iletişime geçmek ve eğlenmek amacıyla kullanılan internetin, problemlı internet kullanımı davranışının gelişmesinde önemli derecede risk teşkil ettiği bildirilmektedir (Ceyhan, 2010).

Yang ve Tung'a (2007) göre; sosyal, eğlence, haz ve motivasyon amaçlarıyla internette sörf yapma ve internet bağımlılığı arasında önemli bir korelasyon bulunmaktadır. Araştırmalara göre; problemlı internet kullanıcılarının sanal ortamda sosyal ilişkiler kurma arzuları, eğlence ve duygusal destek arayışları ve benzeri yordayıcıların etkisiyle internet kullanımları olası hale gelebilmektedir (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000).

Yellowless ve Marks (2007) tarafından yürütölen bir araştırmada; insanların e-posta, kumar ya da pornografi gibi özel içerikli internet etkinliklerine bağımlı oldukları saptanmıştır. Öte yandan; geçmişte bağımlılık bozukluğu ve dürtü kontrol bozukluğu olan bireylerin problemlı internet kullanımı için risk grubunda yer aldıkları ifade edilmektedir.

Problemlı internet kullanımının kişilerin bazı psikososyal özelliklerinden bağımsız olmadığı; hatta bazı bireysel ve psikososyal niteliklerin bireylerin internet kullanımlarında temel amaçların oluşumunda etkili bir rol oynayabildiği saptanmıştır (Ceyhan, 2011). Pek çok insan yakın bir ilişkiye sahip olma, sosyal destek ve onay ihtiyaı sebebiyle internet kullandığını bildirmektedir (Amichai-Hamburger, 2007). Bu bireylerin sanal ortamlardaki iletişimin, yüz yüze iletişime oranla daha az tehdit teşkil ettiğine dair inançları bulunmaktadır (Caplan, 2002). Caplan'a (2006) göre; bu durumun en göze çarpan nedeni kişilerin kimliklerinin gizli kalabilmesi durumuyla ilişkilidir ve daha az risk saçlar. Bu durumun sonucunda aşırı internet kullanımı davranışı ortaya çıkabilmektedir.

İnsanlardan bazılarının yüz yüze iletişime geçmektense, sanal ortamlarda iletişime geçmeyi tercih ettikleri, günlük yaşamlarında yapmaları gereken etkinlikleri gerekleştirmektense erteledikleri ve ihmal ettikleri, aşırı internet kullanımı gibi davranışlar sergiledikleri, hatta günler süren zaman periyodunda internetin esiri oldukları ifade edilmektedir (Ceyhan, 2011). İnternet bağımlısı olan bireylerin; bilgisayar başında buldukları sürenin haftada 40-80 saat arasında değiştiği ve bir kerede ara vermeden 20 saat bilgisayar başında oturabildikleri ifade edilmektedir. Uyku düzeni bozulan kişi uyarıcı madde kullanımı ile birlikte aşırı miktarda kola ve kahveli içecekler tüketmeye başlayabilmekte, fiziksel etkinliklerin de zamanla azalması sebebiyle obeziteye yakalanabilmektedir (Young, 1998).

Depresif, yalnız ve evinden uzakta bulunan kişilerin problemlı internet kullanımı davranışları sergiledikleri gözlemlenmiştir (Chen ve Peng, 2008; Fortson ve ark., 2007). Yapılan araştırmalarda; problemlı internet kullanımının çeşitli psikiyatrik bozukluklar ile komorbid olarak görüldüğü saptanmıştır (Shapira ve ark., 2000). Problemlı internet kullanımı ile ilişkili olduğu saptanan diğer etkenler arasında ise; düşük yaşam doyumunu ve düşük benlik saygısı yer almaktadır (Armstrong ve ark., 2000; Young ve Rodgers, 1998). Davis'e (2001) göre; bilişsel davranışçı model kapsamında depresyon, sosyal kaygı ve madde bağımlılığı psikopatolojileri kişileri problemlı internet kullanımına daha duyarlı hale getirebilmektedir. Tüm bunlara ek olarak; uyumsuz, hatalı bilişler ya da düşünceler, sosyal izolasyon ve sosyal destek eksikliği problemlı internet kullanımı belirtilerinin nedenleri arasında yer alabilmektedir.

1.1.2.1 Ergenlik Döneminde Problemlı İnternet Kullanımı

21. yüzyılda internet, ergenlik dönemindeki bireylerin bedensel ve psikolojik sağlıklarına etki eden önemli bir faktördür. Günümüzde bilgisayar, cep telefonu ve diğer teknolojik aletler ergenlerin internete kolaylıkla erişebilmelerini sağlarken, akran ilişkilerinin de önemli bir belirleyicisi durumuna gelmiştir. Cep telefonuna ve bilgisayara sahip olma durumu, sahip olunan cep telefonu ve bilgisayarın marka değeri, teknik özellikleri ve ergenlerin bu teknolojik aletleri kullanma konusundaki yetenekleri yer aldıkları grup içerisindeki statülerini belirleyebilirken; dahil oldukları gruptan dışlanmamaları açısından bu araçları kullanma sıklıkları, gruptaki gündemi takip edebilmeleri ve gündemden uzak kalmamaları önem teşkil etmektedir (Karlıer-Soydaş, 2011).

İnternet kullanımı; gençlerin kolaylıkla araştırma yapmalarına, bilgiye erişim sağlamalarına, yaratıcı özelliklerini ortaya koymalarına, eleştirel düşünmelerine ve problem çözme becerilerinin gelişimine katkı sağlarken (Berson ve Berson, 2003; Kubey, 2006; akt. Kelleci ve ark., 2009); problemlı ve patolojik kullanımlar ile birlikte aşırı derecede, hedeflenenin dışında, bilinçsizce ve kontrolsüz internet erişimi kişisel gelişimin olumsuz yönde etkilenmesine neden olabilmektedir (Colwell ve Kato, 2003; Kerber, 2005; akt. Kelleci ve ark., 2009).

Günümüzde ergenlik dönemindeki gençler, interneti en yüksek oranda kullanan grup haline gelmeye başlamıştır (Subrahmanyam ve Lin 2007; Kaltiala-Heino ve ark., 2004; TÜİK 2007; akt. Ceyhan, 2008). Bu anlamda en yüksek risk grubunu yaşları 12 ve 18 arasında değişen ergen gençler oluşturmaktadır (Öztürk ve ark., 2007). İngiliz öğrenciler ile gerçekleştirilen bir araştırmada; öğrencilerin %18'inin patolojik internet kullanımı davranışları sergiledikleri tespit edilmiştir (Niemz ve ark., 2005). Ergenlerin internet kullanırken amaçladıkları göz önünde bulundurulduğunda; çoğunlukla ödev ve araştırma, film ve müzik indirme, oyun oynama, sosyal etkileşimde bulunma ve pornografi dikkat çekmektedir (Kurtaran, 2008).

Lise öğrencilerinin internet kullanımı sürelerinin cinsiyet ve psikiyatrik belirtiler ile ilişkisini incelemek amacıyla Sivas'ta yürütölen bir araştırmaya; aile yapıları, anne baba eğitim düzeyleri ve ekonomik seviyeleri benzer olan 673 ergen katılım sağlamıştır. Veri toplama araçları olarak; Kişisel Bilgi Formu ve Kısa Semptom Envanteri kullanılmıştır. Cinsiyet özelliklerine göre internet kullanım

süresi incelendiğinde araştırma sonuçları gösteriyor ki; günde 1 veya 2 saat internet kullanımı olan kız öğrencilerin oranı %70,2 iken, erkek öğrencilerde bu oran %60,2'dir. Öte yandan; günde 5 saat veya üzerindeki internet kullanımı oranının, kız öğrenciler için %4,5 olduğu ifade edilirken, erkek öğrencilerde bu oranın %16,8 olduğu saptanmıştır. Ayrıca internet kullanım süresi yükseldikçe, hem kızların hem de erkeklerin psikolojik durumlarının benzer şekillerde etkilendiği ifade edilmektedir; bunlar yüksek düzeyde somatizasyon, depresyon, obsesyon belirtilerinin var olması, düşmanlık duygusu, kaygılı olma hali, fobik düşünceler, kişilerarası duyarlılıklarda azalma, düşünce süreçlerinde bozulma ve paranoid düşüncelere sahip olmadır (Kelleci ve ark., 2009).

Yang ve Tung (2007) tarafından Tayvan'da problemlili internet kullanımını incelemek amacıyla internete bağımlı olan ve bağımlı olmayan lise öğrencileri arasındaki farkların araştırıldığı çalışmada 1708 katılımcı yer almıştır. Araştırma sonuçlarında; Young'ın (1998) internet bağımlılığı soru formuna göre bağımlı olarak tanımlanan 239 (%13,8) öğrenci olduğu saptanırken, bu öğrencilerin internet ortamında haftada ortalama 21,2 saat harcadıkları tespit edilmiştir. Cinsiyet özellikleri göz önünde bulundurulduğunda ise; erkeklerin bağımlı olma durumunun, kızlara oranla 2,6 kat fazla olduğu ortaya konulmuştur. Öte yandan; internete bağımlı olanların, bağımlı olmayanlara oranla internette 2 kat fazla çevrimiçi zaman harcadıkları ifade edilmiştir. Ayrıca internete bağımlı olan öğrencilerin günlük aktiviteler, akademik başarı, öğretmen ve aile ile ilişkilerinde internete bağımlı olmayanlara oranla daha olumsuz yönde etkilendiklerini düşündükleri ortaya konulurken, her iki grubun internetin akran ilişkilerini geliştirdiğini düşündükleri bildirilmiştir. Öğrencilerin interneti kullanım amaçları dikkate alındığında ise; çoğunlukla eğlenme ve bilgi sahibi olma yönündeki kullanımların göze çarptığı belirtilmiştir.

Gerçekleştirilen diğer bir araştırma sonuçlarına göre ise; üst sosyoekonomik seviyeye mensup öğrencilerin, alt sosyoekonomik seviyeye mensup öğrencilere oranla daha yüksek internet kullanımı oranına sahip oldukları ortaya konulmuştur (Batıgün ve Kılıç, 2011).

Artan internet kullanım oranları ergenlerin birtakım psikolojik değişiklikler yaşamasına neden olabilmektedir (Kim ve ark., 2006; akt. Ceyhan, 2008). İnterneti fazlasıyla kullanan ergenler psikolojik açıdan olgunluğa erişemedikleri için problemlili internet kullanımı yönünden risk grubunda yer almaktadırlar. Ergenlerin gelişimsel

gereksinimleri nedeniyle problemlili ve patolojik internet kullanmaya daha eğilimli oldukları ve bu durumun sağlıksız kullanımlarda önemli bir belirleyici olduğu ifade edilmektedir (Lin ve Tsai 2002; akt. Ceyhan, 2008). Ergenlerin, hızlı psikolojik olgunlaşma ve kimlik gelişimi aşamasında madde veya internet kullanımı gibi bağımlılık geliştirebilecek bazı zararlı uyaranlara daha fazla maruz kalmaları problemlili ve patolojik internet kullanımının bir nedeni olabilmektedir (Kaltiala-Heino ve ark. 2004; akt. Ceyhan, 2008).

Farley ve Cox'a (1971) göre; heyecan arayışı ile riskli davranışlar sergileme eğiliminde olan ergenlerin dalış yapma, paraşütle atlama, alkollü şekilde araba kullanma ya da ilaç kullanma gibi tehlike teşkil eden durumlara yönelmeleri göz önünde bulundurulduğunda; genellikle internette sörf yapma ya da pek çok çevrimiçi aktivitede bulunma gibi istekleri yüksek teknolojinin meydana getirdiği tehlikeler veya maceralar haline dönüşmeye başlamaktadır (Lin ve Tsai, 2002; akt. Ceyhan, 2008).

Erikson'a (1968) göre; psikososyal gelişim sürecinde yoğun olarak kimlik arayışı içinde olan ergenler, kimlik ve kimlik ile ilgili alanlarda yoğun uğraşıya girebilir ve çeşitli kimlik denemeleri yapabilirler (Akt: Ceyhan, 2008). İnternet ortamı ergenlere kimliklerini gizleme ya da arzu ettikleri kimlikte hareket etme, hatta bu yolla şaka yapabilme imkanı sağlamaktadır. Nitekim, sürekli olarak oluşturulan bu sahte kimlik örüntülerini kullanmak; ergen gençlerin psikolojik olarak incinmelerine veya oluşturdukları ideal kimlikleri sergilemeleri nedeniyle kendi kimlik değerlendirmelerinin gerçekçi olmayan, abartılmış bir biçimde ele alınmasına sebep olabilmektedir (Ceyhan, 2008).

Yapılan bir araştırma gösteriyor ki; günümüzde internet ortamı ergenlerin depresyonunu azaltan ve rahatlamalarını sağlayan bir araç olarak algılanmaya başlamaktadır. Bunun yanı sıra ergenlik dönemindeki gençler ekranları tarafından kabul görme ve sosyal açıdan onaylanma arzusu içinde olabilmektedirler. Bu durumu destekleyecek şekilde internet aracılığı ile kurdukları sanal iletişim; kabul görme ve onaylanma isteklerini kolaylıkla karşılayabilmektedir (Tsai ve Lin 2003; akt. Ceyhan, 2008). Nitekim, gerçekleştirilen diğer bir çalışmada; vaktinin çoğunu bilgisayar başında geçiren ergenlerin kişilerarası ilişkilerde çeşitli problemler yaşadıkları da bildirilmektedir (Suhail, 2006).

Sanal ortamda kurulan ilişkilerin etkisiyle; chat yapmak ve paylaşımlarda bulunmak internette harcanan zamanın artmasına ve problemlili, patolojik internet

kullanımının meydana gelmesinde önemli rol oynamaktadır. İnternet ortamında aşırı düzeyde zaman harcayan ergenlerde; yalnızlık hissi, düşmanlık, utangaçlık, bağımlılık, yalan söyleme, düşük benlik saygısı, depresyon, duygusal sorunlar ve kişilik problemleri, şiddetli psikiyatrik belirtiler, nevrozizm ve psikotizm belirtilerinin görülme oranı daha yüksektir (Ceyhan, 2008). Yapılan araştırmalarda; internet ortamında çok zaman harcayan çocuk ve ergenlerin bir süre sonra yalnızlaştıkları ve yüz yüze iletişim kurmakta zorlandıkları ortaya konulurken (Kraut, 1998); aynı zamanda genel sağlık düzeylerinin düştüğü ve depresyon belirtilerinin görülme oranının arttığı, yalnızlık, saldırganlık, sosyal izolasyon ve benzeri duygusal, davranışsal problemlerin daha yüksek oranlarda gözlemlendiği ifade edilmektedir (Kerber, 2005). Diğer bir araştırma ile internet bağımlısı olan ergenlerde, depresyon ve kompulsif eğilimlerin daha fazla görüldüğü saptanmıştır. Sosyal anksiyete bozukluğu olan ergenlerin ise; kaçış aracı olarak interneti kullandıkları, aynı zamanda psikoaktif madde, alkol ve kumar bağımlılığının da bu durum ile doğru orantılı olarak yükseldiği belirtilmektedir (Öztürk ve ark., 2007).

1.1.3 Beden Algısı

21. yüzyılda insanların kendi bedenlerine dair kaygılarının artması ve güzellik kavramının oldukça ön plana çıkmasıyla birlikte kişilerin kendi bedenlerini nasıl algıladıkları önemli bir husus haline gelmiştir. Ergür'e (1996) göre; eski dönemlerde tanrıçalar şişman ve aşırı kiloya sahipken, bu durum zamanla değişime uğramıştır ve kadınlar zayıf, ince olmaya teşvik edilmiştir. Çocuklara yönelik hazırlanan masal ve hikayelerde ise kahraman karakterler çoğunlukla güzel ve yakışıklı olarak tasvir edilmektedir.

Yaşadığımız çağda tüketimin yaygın olduğu toplumlarda; vücudun odak noktası haline gelmesi; kapitalist modelin menfaatine uyum sağlayarak, tüketimin kitlesel boyutunun devamlı büyümenin ana etmeni olarak gösterilmesi ve toplumsal sınıf, başarı, bireysel mutluluk ve zevkle ilişkili olarak sunulmasından kaynaklanmaktadır. Tüketime teşvik edilen bu toplumlarda vücut bir objedir; güzel, zayıf, bakımlı, temiz ve seksi görünmesi gerekmektedir (Ersöz, 2010).

Çuhadaroğlu-Çetin'e (2006) göre; toplumda oldukça az kişi dergi ve televizyonlardaki, reklamlardaki mankenler gibi oluşturulan güzellik ideallerine uyum sağlamaktadır. Stice ve arkadaşlarına (2001) göre; ince bir bedene sahip olma arzusu arttıkça, beden algısından hoşnut olma durumu azalmaktadır. Tremblay ve

arkadaşlarının (2011) gerçekleştirdikleri bir araştırmaya göre; okul öncesindeki dönemde dahi, çocuklarda zayıf olmaya dair eğilim ve kiloya yönelik olumsuz bilişler gözlemlenebilmektedir.

Demir'in (2006), 9 yaşındaki kız çocukları ile gerçekleştirdiği araştırmada; obez olan çocukların %80'inin kilo vermek istedikleri saptanırken; normal kilodaki çocukların %35'inin, zayıf çocukların ise %10'unun daha zayıf olmayı arzuladıkları bildirilmiştir.

Aslan'a (2004) göre; kişiler yaşadıkları toplumdaki güzellik kavramının ifade ettiği görünüşe göre kendi vücutlarında değişiklikler yapmaya çabalayabilmektedir. Dış görünüşe atfedilen değerlendirme ve anlamlar; yaşanan çağa ve toplumun kültürüne göre değişebilmektedir.

Beden algısı olgusu; 1920 senesinde, ilk defa Paul Schilder tarafından, psikolojik ve sosyolojik olarak incelenmiş ve beden algısındaki esnekliğe ilgi gösterilmiştir. Öte yandan; daha önceki araştırmalar, çoğunlukla beyin hasarından kaynaklanan bozuk beden algıları ile sınırlı kalmıştır. Schilder, beden algısının yalnızca bilişsel yapıda olmadığını, aynı zamanda kişilerarası ilişkileri ve tutumları da içerdiğini "The Image and Appearance of Human Body" isimli kitabında ifade etmiştir. Beden algısının tanımını; kişilerin zihinlerinde şekillendirdikleri kendi bedenlerinin resimleri, kişilerin kendilerine nasıl göründüklerini algılayışları biçiminde açıklamıştır (Schilder, 1950; Grogan, 2007). Schilder'e (1950) göre; olumsuz beden algısına sahip olan insanlar, fazla kilolu olmasalar dahi kendilerini kilolu olarak algılamaktadırlar.

Beden olgusu; kişilerin dış görüntüleri ve iç yapıları hakkında her türlü algılarını ve bilgilerini kapsamaktadır. Beden algısı olgusu ise; kişilerin kendi vücutlarına dair tutumları, duyguları ve deneyimleri gibi birçok olguyu içermektedir. Kişinin vücudu ve vücuduna yönelik tüm duyularının zihnindeki tablosudur (Aktaş ve ark., 2010). Skrzypek ve arkadaşlarına (2001) göre; beden algısı kişilerin kendi bedenlerinin görüntüsüne dair olumlu ya da olumsuz duygularını ve düşüncelerini içermektedir.

Kişinin kendi vücudunu nasıl algıladığı; nesnelden çok, öznel bir durumdur. Beden algısı kavramı; kişilerin gerçek fiziksel görüntülerinden çok, kendi bedenlerine yönelik kişisel ve öznel görüşlerini tanımlamaktadır. Bu bağlamda; kişilerin kendi beden algıları, diğerlerinin onların bedenlerine dair görüşleriyle uyumsuz olabilmektedir (Cooper ve ark., 2007). Secord ve Journard'a (1953) göre; kişilerin

vücutlarının bazı bölgelerinden memnun olup, memnun olmamaları durumu beden algılarında değişiklik yaratabilmekte ve beden algısı bedende beğenilen organ temel alınarak gelişebilmektedir.

Scfilder'ın, beden algısını bireyin üç boyutlu şeması olarak tanımladığı bildirilmiştir. Bunlar; kişilerarası etkenler, çevresel etkenler ve zamansal etkenlerdir. Daha açıklayıcı olmak gerekirse; başkalarının kişinin nasıl görüldüğüne dair sarf ettikleri sözler ve kişinin bunlara verdiği tepkiler, kişinin nasıl ve nerede yetiştiği, kişinin yaşamında önemli rol oynayan olayların ne zaman gerçekleştiği beden algısının gelişmesinde etkili olan faktörlerdir. Kişilerin dış görünüşlerini dikkate alarak, onların kendi bedenlerine yönelik ne hissettiklerini bilmenin mümkün olmadığı ve beden algısının subjektif olduğu belirtilmektedir (McGrath ve Mukerji, 2000).

Beden algısının üç ana bileşeni bulunmaktadır. Bunlar; gerçek beden, beden ideali ve beden sunumudur. Gerçek beden; nesnel olarak görülebilir ve ölçülebilirdir. Genlerden oluşarak, çevresel etkenlerle biçimlenmekte ve değişmektedir (Temel, 2005). Kişilerin kendi bedenlerini algılayış şekillerini ve kendilerine yönelik duygularını içermektedir. Öte yandan; mensup olunan ırk ve çevre normlarına dair kıyaslamalarla değişebilmektedir (Ünüvar, 2006). Özaltın'a (2003) göre; gerçek beden dinamik bir sisteme sahiptir. Gerçek beden; kalıtım ve çevresel uyarıcılara karşı gelişen tepki şeklinde, farklı hızlarda değişimini ve gelişimini sürdürmektedir. İnsanların hayatları boyunca vücutlarının değişik bölgelerinde oldukça önemli değişiklikler meydana gelmektedir. Bu bağlamda ergenlik dönemi; gerçek beden açısından önem teşkil etmektedir. Vücut hatlarının ve göğüslerin gelişmesi gibi büyük bedensel değişikliklerin yaşandığı bu dönem; beden gerçekliğinde değişikliklere yol açabilmektedir.

Beden ideali; Temel'e (2005) göre, vücudun bir kısmının ya da tümünün arzu edilen formu olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca beden ideali kavramı; bireylerin bilinçli veya bilinçsiz şekilde beden gerçekliklerini ve beden sunumlarını, çocukluklarından yetişkinliklerine dek özümstedikleri, benimsedikleri standartlar ve kurullarla karşılaştırmalarını da kapsamaktadır. Beden idealini etkileyen ve değiştiren faktörler arasında ise; kişilerin eğitim düzeyleri, kültürleri, yetiştirilme tarzları, moda ve sosyal etkenler bulunmaktadır. Ünüvar'a (2006) göre; beden idealinin gelişmesi, kişinin doğumundan sonra kendi bedenini diğerlerinin bedenleriyle kıyaslamasıyla oluşmakta ve yaşam boyu sürmektedir. Ergenlik dönemindeki gençler; kültür ve

moda faktörlerinin etkisiyle kabul gören beden şeklinden etkilenerek, ideal beden algılarını geliştirmektedirler. Ergenin gelişim görevlerinin arasında; ideal olan ile kendi imgelemi arasında uyumsuzluk olduğu takdirde bunu kabullenerek, kendisine dair olumlu beden algısı geliştirmek vardır.

Beden sunumu ise; kişilerin daha iyi görünebilmek amacıyla sergiledikleri davranışları tanımlamakta ve medya faktöründen oldukça etkilenmektedir (Morrison ve ark., 2004). Beden sunumu olgusu, bilinçli olarak sadece dış görünüşün nasıl sergilendiğini değil; duyguların, iradenin ve niyetin ifadesi olarak, nasıl işlev gördüğünü ve bedenün sosyal çevreye nasıl sunulduğunu da içermektedir (Ünüvar, 2006). Beden sunumunun, sosyal etkileşimler ve bilgi paylaşımlarından etkilendiği de bildirilmektedir. Arkadaşlar arasında; dış görünüş ve beden şeklini korumakla ilgili ortak fikirler ve uygulamaların olduğu tespit edilmiştir (Temel, 2005). Souto ve Garcia'ya (2002) göre; beden sunumu yalnızca giyinip süslenmeyi değil; niyet, irade ve duyguyu yansıtan beden hareketlerini ve beden duruşunu da kapsamaktadır. Ayrıca beden sunumu; beden idealini etkileyebilmekte ve gerçek bedeni değiştirebilmektedir.

Morrison ve arkadaşlarına (2004) göre; beden algısı olgusu iki kademelidir. Birinci kademe; beden algısının değerlendirilmesidir. Bu durum bireylerin kendi bedenlerinin nasıl görüldüğüne yönelik inançlarını ve bilişlerini analiz etmeyi ve değerlendirmeyi kapsamaktadır. İkinci kademe ise; beden algısı yatırımdır. Beden algısı yatırımı; bireylerin arzu ettikleri vücuda sahip olabilmek amacıyla çaba sarf ettikleri ve performans gösterdikleri kişisel davranışları ifade etmektedir.

Dikkat süreçlerinde önyargılı olmanın, beden algısından hoşnut olmama durumuna sebep olabileceği ileri sürülmektedir. Kadınların kendi bedenlerine hangi açılardan baktıkları, onların bedenlerine yönelik tatmin olma ya da tatmin olmama durumlarının belirleyicisi olabilmektedir. Yapılan bir çalışmada; kişilerin bedenlerine dair memnuniyetleri ve seçici dikkatleri arasında bir nedensellik olduğu ortaya konulmuştur. Kişilerin seçici dikkatleri vücutlarında tatmin olmadıkları bölümlere yönlendirildiği takdirde; beden algılarında memnuniyetsizliğin meydana gelebileceği ifade edilmektedir (Smeets ve ark., 2011).

Ziyalar'a (1980) göre; beden algısının oluşumunda, cinsiyet özellikleri önemli bir rol oynamaktadır. Erkeklerin kendi beden özelliklerine, kadınların ise diğerlerinin onların bedenlerine dair görüş ve algılarına önem verdikleri ifade edilmektedir. Nitekim; güçlü olmak erkek için, güzel olmak ise kadın için değer verilen olgular

haline gelmiştir. Alagül'e (2004) göre; kadınlara fiziksel görünüşün toplum içerisindeki yerleri ve itibarları açısından farklı diğer alanlara oranla daha önemli olduğu öğretilmektedir. Oğuz'a (2005) göre; kadınlar için bedenleri toplumdaki kariyerleri açısından önem teşkil etmekte; erkekler için ise zeka ve sağlık etkenleri daha önemli rol oynamaktadır. Öte yandan; iki cinsiyet arasında yetiştirilme tarzlarının, beden algılarında farklılıklara yol açtığını bildiren araştırmaların mevcut olduğu belirtilmektedir. Bu bağlamda, güzelliğin değerli olduğunun kızlara öğretildiği; beden gücü ve becerilerin daha değerli olduğunun ise erkeklere öğretildiği ifade edilmektedir.

Levitt'e (2004) göre; mutlu ve başarılı olmak için kadınların bedenlerinin ince ve zayıf, erkeklerin ise kaslı olmaları gerektiği düşüncesi her iki cinsiyette de yetersizlik hissine ve beden algılarında memnuniyetsizliklere neden olabilmektedir.

Beden algısında meydana gelen bozukluklar hakkında yapılan çalışmaların çoğunlukla kadın katılımcılar ile gerçekleştirildiği; erkek katılımcılar ile gerçekleştirilen araştırmaların oranının ise oldukça düşük olduğu bildirilmektedir (Garner ve Garfinkel, 1980). Malkemus ve arkadaşları (2008) tarafından beden algısını incelemek amacıyla, 19 sene süresince yapılan metanaliz çalışmasında; erkeklerin beden algılarının fazlasıyla sabit kaldığı tespit edilmiştir.

Beden algısının; ölçülebilen gerçek beden ağırlığından etkilenmediği ve ideal vücut seçimine göre değişkenlik gösterebildiği ifade edilmektedir. Beden algısında memnuniyetin; daha zayıf bir beden ideali olan kişilerde, fazla veya düşük kilolu olan kişilere oranla daha düşük olduğu bildirilmektedir (Örsel ve ark., 2004).

Davison ve arkadaşlarına (2003) göre; kişilerin benimsedikleri ideal vücut ağırlığı ile gerçek vücut ağırlığı arasında uyumsuzluk olması; beden memnuniyetsizliğine neden olmaktadır. Öte yandan; kişilerin algıladıkları beden yapılarının da beden algısı memnuniyetsizliğinde önem teşkil ettiği bildirilmektedir.

Beden algısını incelerken; Beden Kitle İndeksi'nden (BKİ) yararlanan çalışmalar mevcuttur. BKİ; kişinin kilosunun, boy uzunluğunun karesine bölünmesiyle (kg/m^2) hesaplanmaktadır. World Health Organization'ın (Dünya Sağlık Örgütü) sınıflandırmasına göre; kişilerin BKİ 18,5'in altındaysa düşük kilolu, 18,5 ve 24,9 arasındaysa normal kilolu, 25 ve 29,9 arasındaysa fazla kilolu, 30 ve 34,9 arasındaysa Derece I Obez, 35 ve 39,9 arasındaysa Derece II Obez, 40'ın üzerindeyse Derece III Obez şeklindedir.

Miller ve Downey (1999) tarafından yapılan metanaliz araştırmasına göre; kişilerin sosyoekonomik düzeyleri arttıkça, kilolarını korumaya karşı daha eğilimli oldukları bildirilmektedir. Ayrıca yüksek BKİ'ne sahip olan kadınların beden memnuniyetsizliklerinin, gerçek vücut ağırlıklarından oldukça fazla olduğu tespit edilmiştir.

1.1.3.1 Ergenlik Döneminde Beden Algısı

Kişilerin kilo ile ilgili kaygıları, 1990'lı senelerde ergenliğin ortalarına kadar görülebilenken; 2000'li senelerde bu durumun erken yetişkinlik dönemine kadar ilerleyebildiği gözlemlenmektedir. Nitekim, kızlarda kiloya dair endişeler ergenliğin erken dönemlerinde kendini göstererek artarken; daha sonra bu durum cinsiyet açısından dengelenmektedir. Erkeklerde ise kızlara oranla kiloya dair kaygı durumu değişmez olarak ifade edilmektedir (Lam ve McHale, 2012). Okumuş'a (2009) göre; iletişim teknolojileri (örn. internet, bilgisayar, cep telefonu), insanları vücutlarıyla ilgili konularda oldukça etkilemekte ve insan vücuduna olağanüstü bir şekilde hükmetmektedir. Örsel ve arkadaşlarına (2004) göre; ergenlik dönemindeki gençler medya faktörünün etkisiyle küçük yaşlardan beri güzel olmak, aşırı zayıf olmak, minik bir buruna sahip olmak, uzun boylu olmak gibi fiziksel özelliklerin dayatılmasına maruz kalmakta ve oluşturulan bu ideal vücut ölçülerini benimsemektedirler. Ayrıca, reklamlarda önerilen beden ölçüleri ve ünlü kişilerin görünüşleri ideal beden algısının pekiştirilmesine yol açmaktadır. Öte yandan; çoğu kültürde çekici ve güzel olmak en önem verilen kişisel özellikler arasında yer almaktadır. Batı kültüründe zayıflığın önem verilen bir husus olmasıyla birlikte; kilolu insanlar ötekileştirilmekte, rencide edilmekte ve bu durumdan olumsuz olarak etiketlenmektedirler.

Ergenlik döneminde yaşanan psikolojik değişimlerle birlikte; kişinin psikolojik algısı ve kendi bedenine dair bakış açısı, çocukluk dönemindekine oranla büyük bir yükseliş göstererek, oldukça önem verilen bir özellik haline gelmektedir. Ergenlik dönemine yönelik yapılan bir çalışmada; ergenlerin vücut biçimleri ve görüntüleri hakkında endişelendikleri ortaya konulmuştur. Fiziksel değişimlerin gerçekleşmesiyle birlikte, ergenlerin en fazla ilgilendikleri beden özelliklerinin; yüz ve beden görüntüleri, boy uzunlukları, beden ağırlıkları ve saç şekilleri olduğu saptanmıştır. Öte yandan; kızların erkeklere oranla beden görüntülerinden ve şeklinden daha yüksek oranda hoşnut olmadıkları tespit edilirken; erkeklerin cinsel

organlarının boyuna dair endişelerinin daha fazla olduğu bildirilmiştir (Küçük, 2007; Aslan, 2004). Baltacı ve arkadaşlarına (2008) göre; ergenler için en önemli gereksinimlerden biri fiziksel ve cinsel olarak tatmin edici beden algılarına sahip olabilmek ve bu durumu muhafaza edebilmektir. Beden ağırlığı ve görünüşünden memnun olmama durumu ergenlikte yaygın olarak görülmektedir. Ergenlik dönemindeki erkeklerin çoğunlukla bedensel gelişimlerine odaklanmalarına karşın; kızların genellikle beden ağırlıklarına önem verdikleri bildirilmektedir (MEB, 2004). Kalafat ve Kıncal'a (2010) göre; kızlar ve erkekler kilolu olma durumuna farklı anlamlar yüklemektedirler. Düşük kiloda olmak; erkekler için olumlu olarak ifade edilirken, kızlar için bu durum ideal olarak algılanmaktadır. Öte yandan; kızların toplumsal kültürler tarafından oluşturulan güzellik olgusuna, erkeklere oranla daha fazla uyum sağlamaya çalıştıkları da saptanmıştır. Kızlara göre normal görünmenin gerektirdiği ölçütler ise; doğru beden şekli, sağlıklı saçlar, doğru elbiseler ve ayakkabılardır. Ergenlik dönemindeki genç kızlarda genellikle basen, kalça ve karın bölgelerindeki yağ depolarıyla kilo artışı gerçekleşirken; erkeklerde kas dokusunun artmasıyla birlikte kilo alımı olduğu ifade edilmektedir (Tanner, 1989). Ergenlik dönemindeki erkeklerin kas oranlarındaki artış sebebiyle bedenlerindeki değişimlere karşı olumlu bakabildikleri ifade edilirken; kızların artan yağ oranları nedeniyle zayıf ve ince olan ideal vücut ölçülerinin etkisiyle kendi bedenlerine yönelik olumsuz algılarının oluşabileceği belirtilmektedir (Yüksekkaya, 1995; McCabe ve Ricciardelli, 2003). Kızlar kilolarıyla ilgili memnuniyetsiz olmaya daha yatkınken; erkekler genellikle kas dokusunun az olmasından ve boy uzunluklarından hoşnut değildir (Coleman ve Hendry, 1999). Yaşları 11 ve 15 arasında değişen 496 ergen kızın katılımıyla gerçekleştirilen bir çalışmaya göre; yaş büyüdükçe, zayıf olmaya yönelik baskının ve beden algısında memnuniyetsizliğin yükseldiği saptanmıştır (Stice ve Whitenton, 2002). Olivardia ve arkadaşlarının (2004) yaptıkları araştırmaya göre ise; erkeklerin de kızlar gibi bedenlerine dair memnuniyetsizlik yaşadıkları ifade edilmektedir. Yapılan bir araştırmada; ergenlik dönemindeki genç erkeklerin daha heybetli göğüs, biceps ve sırt formlarına sahip olmak istedikleri bildirilmektedir (Huenemann ve ark., 1996). Demir'in (2006), 328 ergen katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmaya göre; beden algısında memnuniyetsizlik ve BKİ arasında güçlü bir korelasyon olduğu saptanmıştır. BKİ yükseldikçe, beden algısında memnuniyetsizliğin de yükseldiği ortaya konulmuştur. Gerçekleştirilen diğer bir araştırmaya göre; BKİ yükseldikçe, beden memnuniyetsizliği ve diyet uygulama

olasılığı da yükselmektedir. Öte yandan; BKİ 24 olanlarda diyet uygulamalarının sayısının, BKİ 19 ve altında olan kişilere oranla 19 kat yüksek olduğu ortaya konulmuştur (Barker, 2000).

Beden algısı; ergenlik döneminde bireylerin kendi beden ölçüleri ile ilgili ailelerinin yorumlarıyla başlayarak, sonrasında diğerlerinin düşünceleri, sosyal karşılaştırmalar ve kültürel faktörler ile devam ederek biçimlenen şemalardır (Devecioğlu, 2008). Ergenler, yaşadıkları toplumda ideal olarak kabul gören vücut ölçülerinin etkisinde kalmakta ve beden algılarını oluşturmaktadırlar. Ergenin beden algısını değerlendirme konusunda yaşlıları tarafından yönlendirilen mesajların oldukça önem teşkil etmesinin yanı sıra; ebeveynlerinden ve medya tarafından yönlendirilen mesajların da mühim olduğu bildirilmektedir. Bunlara ek olarak; aileler ve akranlar tarafından yapılan baskıların, beden algısında memnuniyetsizlik ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Ata ve ark., 2007). Levine ve arkadaşlarına (2001) göre; ebeveynler, arkadaşlar ve medya faktörü kız ergenler üzerinde ince olmak ile ilgili baskı yaratmakta ve beden memnuniyetsizliklerine yol açabilmektedir. Gerçekleştirilen bir araştırmaya göre; ergenlik döneminde dış görünüşleri ile ilgili sıklıkla alay edilen veya eleştiri alan kızların, bu durumu olumsuz yaşam olayı olarak değerlendirdikleri ve beden algılarının gelişimini negatif yönde etkilediğini düşündüklerini ifade etmektedir (Rieves ve Cash, 1996).

Ergenlik döneminde meydana gelen fiziksel değişikliklerin sonucunda; kişinin sergilediği davranışlar ve hissettiği duygular da etkilenebilmektedir. Değişime uğrayan ergenler; bedenleri ile ilgili gizli uğraşlara girebilmekte ve kendi bedenlerini başkalarının bedenleri ile kıyaslama davranışları gösterebilmektedirler (Siyez, 2009). Rosenblum ve Lewis (1999) ergenlik dönemindeki gençlerin; bilişsel ve seksüel gelişimleri, kendilerine dair gözlem becerileriyle birlikte kendi vücutlarını incelemeye, diğerlerinin onların ve bedenlerinin görünüşü hakkındaki görüşlerini sorgulamaya yönelik eğilimleri olduğunu ifade etmektedir. Bu dönemde ergenler zamanlarının büyük bir kısmını ayna karşısında geçirerek; kilo, boy gibi bedensel özelliklerin veya çekici olma durumunun zayıflıkla bağdaştırılmasının etkisiyle kendilerini akranlarıyla kıyaslayabilmektedirler. Bu açıdan ergenlik döneminde beden algısı oldukça önem teşkil etmektedir (Jackson ve Saunders, 1993). Koç'a (2004) göre; ergenlik döneminde meydana gelen bedensel değişimlerle birlikte, bedene yabancılaşma durumu gözlemlenebilmektedir. Bu dönemde ergenin beden görünümünün akranlarından farklı olması sorun olabilmektedir. Erkek

ergenlerde; sakal veya kılların çıkmaması, boy uzunluğunun yaşlılarına göre kısa olması, kızlarda ise; göğüslerin büyük veya küçük boyutta olması problem haline gelebilmektedir. Kendi fiziksel özelliklerini akranlarının özellikleriyle kıyaslayan ergenler; gerçekler ile sahibi olmayı arzuladıkları nitelikleri karşılaştırarak, gerçek veya imgesel eksiklikler, kusurlar ya da çirkinlikler bularak; yoğun sıkıntı ve huzursuzluk hissine kapılabilmektedirler (Derman, 2000). Kılınç ve Çağdaş (2012), kıyaslama alanlarının kilo, boy ya da organlardan herhangi biri olabileceğini belirtmektedir. Kimi zaman bu durum aşağılık duygusunun oluşmasına sebep olabilmektedir. Bu dönemdeki gençlerin çoğunluğunun, kendi vücutlarını diğerlerine göre daha olumsuz algıladıkları ifade edilmektedir (Cooper ve ark., 2007). Yapılan bir araştırmada; şişman ergenlerin bazılarının kendilerini zayıf olarak algıladıkları tespit edilmiş, kimilerinin ise kendilerini normal olarak algıladıkları ortaya konulmuştur (Kılınç ve Çağdaş, 2012).

Jackson ve Saunders'a (1993) göre; fiziksel değişimler ne ölçüde olursa olsun ergen bu durumu kendi kontrolünde tutmak isteyebilir ve vücuduna arzu ettiği formu verebilmek için birtakım girişimlerde bulunabilir. Ergen bu dönemde birçok bilişsel kazanım elde etmesine karşın; problemlerle yüzleşmekte ve sağlığını tehlikeye sokabilecek çeşitli davranışlarda bulunabilmektedir. Özellikle akranlarının önerisi ya da medya etkisiyle doktor kontrolü dışında uygulanan diyetler bu duruma örnektir. Genç kızların normal ve doğru olarak algıladıkları rol modellerin; magazin dergilerindeki mankenler olduğu ifade edilmektedir (Kalafat ve Kıncal, 2010). Baran ve arkadaşları (2004) tarafından yapılan araştırmaya göre; lisede öğrenimine devam etmekte olan kızların %66,7'sinin mankenleri rol model aldıkları, %45,5'inin diyet uygulamalarına başvurdukları ortaya konulmuştur. Bedende artan yağ oranı, özellikle kız ergenlerde beden algısını olumsuz yönde etkilemektedir. Bu dönemde beden şeklini değiştirebilmek amacıyla; yeme alışkanlıklarında değişiklikler yapma ve yiyecekleri suçlama davranışları dikkat çekmektedir. İki cinsiyette de bedene dair memnuniyetsizliklerin var olmasına karşın; kızlarda erkeklere göre daha yüksek oranda zayıf olma arzusu ve beden hoşnutsuzluğu olduğu ifade edilmektedir. Öte yandan; ergenlerde bedenin olumsuz olarak algılanmasının depresyon, anksiyete ve olumsuz değerlendirilmeye dair korkuyla ilişkili olabileceği ifade edilmektedir (Göksan, 2007). Ergenlerin bedenlerinde meydana gelen hızlı değişim ve bu döneme kadar alıştıkları bedenlerinin kontrolleri dışında gelişmesiyle birlikte; utanç, suçluluk duygusu, korku ve panik meydana gelebilmektedir (Özbay ve Öztürk, 1992).

Ardıç'a (1992) göre; bu dönemdeki gençlerin beden görüntüleriyle ilgilenme davranışlarının sıkça gözlemlenmesiyle birlikte, gencin kendi bedeninde algıladığı kusurlar onun bunalıma sürüklenmesine neden olabilmektedir. Demirel (2005) tarafından yapılan bir araştırmaya göre; ergenlik dönemindeki gençlerin büyük bir kısmının bedenleriyle uğraştıkları ve çoğunluğunun vücutlarından memnun olmadıkları ifade edilmektedir. Fiziksel olarak kendisinden hoşnut olan ergenlerin sosyal ilişkilerde güvensiz hissetmedikleri ve mesleki yaşantılarında daha başarılı oldukları belirtilirken; kendisinden memnun olmayan ergenlerin yaşamlarının bazı dönemlerinde güvensizlik, değersizlik ve huzursuzluk hissettikleri ve başarısız oldukları ortaya konulmuştur.

1.1.4 Yeme Tutumu

Yeme tutumu; motor, bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimlerin temeli olmakla birlikte, çevresel faktörler tarafından düzenlenmesi ile meydana gelen kompleks bir fenomen olarak kabul edilmektedir. Yeme tutumları ile ilgili yapılan araştırmalar ve tartışmalar günden güne artmaktadır; bunlar yeme tutumlarının ve yeme davranışlarının nasıl incelenmesi gerektiğini göstererek, birtakım tanımlamalar yapmayı amaçlar. Bu açıdan tutum ve davranış kavramları arasındaki fark göze çarpmaktadır. Psikoloji literatüründe tutum; kişiye yüklenen ve kişinin duyguları, düşünceleri ve davranışlarını meydana getiren eğilim biçiminde açıklanmaktadır (Smith, 1968; akt. Arkonaç, 2008). Tutum göz ile görülebilen bir kavram olmadığı için, kişilerin davranışları göz önünde tutularak varılan yargı ve sergilenen davranışlar sonucunda kişilere atfedilen eğilimdir. Bu açıdan tutumlar; kişiler tarafından sergilenen somut davranışları değil, davranışlara zemin hazırlayan soyut eğilimleri nitelenebilir (Arkonaç, 2008). Bu kavramı yeme tutumu açısından incelemek gerekirse; kişinin yeme ve beslenme ile ilgili duyguları, düşünceleri ve davranışlarını meydana getiren eğilimdir. Yeme tutum ve davranışlarındaki bozuklukların incelendiği bir çalışmaya, 256 kız üniversite öğrencisi katılmıştır. Yeme Tutumu Testi puanı 30 ve üzerinde olan öğrencilerin oranının %7,9 olmasının yanı sıra; bu öğrencilerin anormal yeme tutumları sergiledikleri bildirilmiştir (Altuğ ve ark., 2000). Işık (2009) tarafından yürütülen bir araştırmaya ise; 1000 üniversite öğrencisi katılım sağlamış ve YTT puanı 30 ve üzerinde olan öğrencilerin oranının %22,6 olduğu ifade edilmiştir.

Her bireyin farklı yeme alışkanlıkları olabilir; bazı insanlar gün içerisinde birkaç öğünü azar azar yiyebilirken, kimileri 1-2 öğünü büyük porsiyonlarda tüketebilmekte, bazıları ise diyet uygulamaları ile kilolarını kontrol altında tutmaya özen gösterebilmektedirler. Türkiye’de gerçekleştirilen bir araştırmaya göre; nüfusun %30’unu yaşları 12 ve 25 arasında değişen gençler oluşturmaktadır. Yeme bozukluklarının yaygınlaşmasında kültür kaynaklı çatışmaların, sosyokültürel etkenlerin önemli rol oynadığı ve bu bağlamda geniş bir popülasyonu etkilediği ifade edilmektedir (Köknel, 1981). Cuadro ve arkadaşları (2000) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada; gençlerin %56’sında zayıflama arzusu olduğu, fakat yalnızca %6’sının fazla kilolu olduğu tespit edilmiştir. Leşkeri’ye (1989) göre; yeme bozukluklarının gelişmesinde üç temel faktör bulunmaktadır; altyapıdaki faktörler, tetikleyici faktörler ve sürdürücü faktörler. Beden algısında memnuniyetsizlik, akranların etkisi, zayıf olma isteği ve kadın olma gibi etkenler altyapıdaki faktörlerdir. Ergenlik dönemi ve olumsuz yaşam deneyimleri (örn. ebeveynlerin boşanması, sevilen birinin kaybı, okul değişikliği, insanların önünde rencide olma) tetikleyici faktörlerdir. Sürekli diyet yapma ve kendini fazlasıyla aç bırakma durumu ise sürdürücü faktörlerden bazılarıdır. Ergenlik döneminde bedende meydana gelen değişiklikler ve sosyal açıdan kabul görme isteği; yeme alışkanlıklarında değişimlere ve dengesiz beslenmelere neden olabilmektedir. Son 10 senede ergenlerin ve çocukların kilo kaybetmelerinde ve diyet uygulamalarında artış görülmesinin yanı sıra; obezitenin de ciddi boyutlarda yükseldiği ifade edilmektedir (Rosen, 2010). Diyet uygulamalarının BN ve TYB’nun gelişmesinde risk taşıdığı literatürde yer almaktadır (Sadock ve Sadock, 2002). Yağcı ve arkadaşlarına (2000) göre; ergenlik döneminde gelişimin etkisiyle hızlı büyüme, seksüel gelişim ve bedensel aktivitede artma, genç kızlarda menstruasyon ve kimi zaman gebelik yaşayanların ciddi oranda besin ve enerji gereksinimleri bulunmaktadır. Erkeklerde besin ihtiyacı başka dönemlerde olmadığı kadar yüksekken; kızlarda hamilelik ve laktasyon dönemindekine oranla biraz daha düşüktür. Genellikle ergenlik döneminde ve yetişkinliğin erken dönemlerinde patolojik yeme davranışları ortaya çıkabilmektedir. Ergen bedeninde meydana gelen değişikliklere uyum sağlamak zorlanarak, yeme problemleriyle tepkisel davranışlar sergileyebilmektedir (Attie ve Brooks-Gun, 1989). Yapılan bir araştırmada; ilköğretim, lise ve üniversitede öğrenim görmeye devam eden 675 öğrenci ile çalışılmıştır. Araştırma sonucunda; yaşları 13 ve 16 arasında değişen grubun, yaşları

22 ve 25 arasında değişen gruba oranla yeme bozukluklarının gelişmesi açısından daha yüksek risk taşıdığı bildirilmiştir (Batıgün ve Utku, 2006).

Yeme davranışı yalnızca fizyolojik fonksiyonların işlevlerini yerine getirmelerini sağlayabilmek ve biyolojik gelişim için gerekli değildir. Yeme davranışı anne ve bebek ilişkisinden başlayarak, tüm sosyal ilişkilerin meydana gelmesiyle ilişkilidir. Aynı zamanda çok çeşitli acı ve zevk verici deneyimler ile ilişkilendirilmektedir. Fiziksel büyüme, nöral gelişim ve psikolojik olgunlaşma açısından çocukluk ve ergenlik dönemi sürecinde önemli değişimler meydana gelmesinin yanı sıra; yaşam boyu sürekliliği devam eden birtakım alışkanlıklar da bu dönemde yerleşebilmektedir. Sağlıklı olmayan yeme tutum ve davranışları bu dönemdeki ergenlerde görülen riskli durumlar arasındadır. Bireylerin yeme ve beslenme kavramlarına dair tutumları normal ve anormal yeme davranışları sergilemelerine neden olabilmektedir. Ergenlerin yeme davranışlarının sağlıklı ya da sağlıksız olmasını etkileyen birçok değişkenden söz edilebilir; kendi bedenlerine dair düşünceleri, inançları, kalımsal etkenler, yaşam biçimleri ve alışkanlıkları gibi (Aslan ve ark., 2003).

Günümüzde bozulmuş yeme davranışları; klinik görünümleri bakımından hızla yükseliş gösteren ve yordayıcı faktörleri kesinleştirilemediğinden uygun tedavi protokolü gerçekleştirilmediğinde, dramatik sonuçlara neden olabilen olası yeme bozuklukları tanısı öncülleridir. Bu anlamda yeme bozuklukları; yeme tutumlarına ilişkin tüm bozuklukları kapsayacak şekilde en geniş hali ile kullanılmaktadır (Toker ve Hocaoğlu, 2009). Yeme bozukluklarının meydana gelmesinde; motivasyonel, bilişsel, kültürel faktörlerin ve kişilerarası ilişkilerin muhtemel birleşiminden söz edilebilmektedir (Strauman ve ark., 1991). Beslenme düzeninde var olan bir bozukluk ya da yeme bozuklukları ile ilişkili tıbbi sonuçlar bu dönemlerde ortaya çıktığı takdirde; uzun vadede daha ciddi durumları beraberinde getirebilmektedir (Grange ve Lock, 2011). Bundan dolayı ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerindeki bireylerin yeme tutumlarını incelemek önemlidir. Ergenlik döneminde fiziksel ve bilişsel gelişimlerin belirgin hale gelmeye başlamasıyla; ergenler çeşitli bilişsel kazanımlar elde ederek, soyut olarak düşünme yetisine sahip olmaya başlamaktadırlar (Harter, 1999). Sosyal değerler konusunda farkındalık kazanmakla birlikte, zihinlerinde güzellik kavramı oluşmaya başlamaktadır (Dovey, 2010). Becker ve arkadaşlarına (1999) göre; yeme tutumu psikososyal boyutta incelendiğinde, bireyin yemeğe dair, kendi beden ağırlığına ve

fiziksel görünüşüne yönelik birtakım inançlarının yeme tutumunda bozukluklara neden olabildiği ifade edilmektedir. Piaget'in formel operasyon olarak adlandırdığı dönem; hem dış dünya hem de benlik ile ilgili kuramların oluşumunu mümkün kılar. Fakat bu dönemde oluşturulan benlik yapısı, bütün olarak organize edilmemiştir ve benlik portresi içsel olarak tutarlı değildir. Bu nedenle benliğe yapılan atıfların da tutarlı olmaması olası hale gelebilir (Harter, 1999). Ayrıca çoğu kadının yetişkinlik dönemlerindeki yeme örüntülerinin, erken ergenlik dönemlerindeki yeme davranışlarının sonucu olduğu düşünülmektedir (Calam ve Waller, 1997). Ergenlik döneminde kişilerin kendi beden imgelerine dair inançları, normal olmayan yeme tutumları ve yeme davranışlarının meydana gelmesine neden olabilmektedir. Eğer bu durum ilerlerse; AN veya BN gibi yeme bozuklukları meydana gelebilmektedir. Yeme bozuklukları incelenirken; sadece normal olmayan yeme tutumları ve yeme davranışlarının görüldüğü dönem değil, bu duruma zemin hazırlayan önceki aşamalar da dikkate alınmalıdır. Çünkü bireylerin yeme ve beslenme ile ilgili tutumlarında meydana gelen bozulmalar, zaman geçtikçe süreklilik göstermekte ve yaşamlarının sonraki dönemlerinde meydana gelen yeme bozukluklarına zemin hazırlayabilmektedir (Calam ve Waller 1998). Herzog ve Eddy'e (2007) göre; AN'nın başlangıç yaşı için genellikle 13-14 ve 17-18 yaşları arasındaki gençler risk grubu oluşturmaktadır. BN'nin ise çoğunlukla geç ergenlik ya da erken yetişkinlik dönemlerinde başladığı ifade edilmektedir (Wilfley ve Rodin, 1995).

Kugu ve arkadaşlarına (2006) göre; AN hastalarının dış görünüşlerindeki ciddi değişiklikler tanı koymayı kolaylaştıran bir etkenken, BN hastalarında durum daha karmaşıktır. Çünkü BN hastalarının normal kiloda veya normal kilonun biraz üstünde olmaları ve tedaviye karşı isteklerinin az olması tanı koymayı zorlaştırmaktadır. Farklı tipteki problemlili yeme tutum ve davranışları ile yeme bozuklukları arasındaki benzerlikleri ve farklılıkları ortaya koymayı amaçlayan "Yeme Bozukluğu Süreç Hipotezi" Nylander tarafından oluşturularak, Rodin ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş bir kavramdır (Scarano ve Kalodner- Martin, 1994). Oluşturulan süreç hipotezine göre; yeme bozukluğu tanısı farklı olan bireyler, yeme davranışlarında farklılıklar olsa dahi aynı aşamalardan geçerek, benzerlik gösteren belli bir grup psikolojik özellik sergilemektedirler. Buna ek olarak; gruplar yalnızca sorunun sıklığı ve şiddeti ile ilgili farklılıklar göstermektedir (Scarano ve Kalodner-Martin, 1994). Bu amaçla farklı yeme problemlerinin bulunduğu, şiddetin kademeler halinde artarak devam ettiği, aralarda belirtisiz (subclinical) formların yer aldığı bir "Yeme Hattı"

oluşturulmuştur. Bunlar; "Normal, Ağırlık Endişesi, Kronik Diyet Yapan, Tıkınırcasına Yiyen, Eşik Altı Bulimiya, Bulimiya" olacak şekilde sıralanmıştır ve zamanla bu hat üzerindeki farklı yeme problemleri yeme bozukluklarına dönüşebilmektedir (Pike ve Rodin 1991). AN'nın ise tür bakımından değil, derece bakımından farklılık gösterdiği Williamson ve arkadaşlarının (2002) yaptıkları çalışmalar ile ortaya konulmuştur (Akt. Perosa ve Perosa, 2004). Bu bakımdan yeme süreci; ergenlik döneminde de sıklıkla karşılaşılan kilo ile ilgili çeşitli kaygılar yaşama ve diyet uygulamaları ile başlayarak, ciddi yeme bozukluklarına kadar ilerleyen bir hat üzerinde değerlendirilirse daha uygun olabilir. Bu teorik yaklaşımlar ve gerçekleştirilen çalışmalar ile birlikte "Yeme Hattı" desteklenmiştir (Scarano ve Kalodner- Martin, 1994; Lowe ve ark., 1996; Gleaves ve ark., 2000). Yeme tutumları ve davranışları, yeme bozukluklarının meydana gelmesinde önemli rol oynayan sebepler olarak görülmeli ve yeme bozuklukları oluşmadan önce neden olan etkenlerin incelemesi amacıyla gerekli araştırmalar yapılmalıdır.

Bilişsel davranışçı kuram, yeme bozukluklarının gelişmesinin temelinde; kişilerin kendi bedenlerine ve kilolarına yönelik yanlış ve hatalı bilişlerinin var olduğunu ileri sürmektedir. Fairburn ve arkadaşları (2003), yeme bozukluklarının gelişmesinde kişilerin vücut ağırlıkları ve beden şekilleri üzerinde denetleme sağlayabilmek ile ilgili abartılı, yoğun ve kaygılı bilişlerinin etkili olduğunu bildirmektedir. Yeme bozukluklarını sürdüren etkenlerin ise; mükemmeliyetçilik, olumsuz duygulara karşı tolerans gösterememe, düşük özgüven ve sosyal iletişimde yaşanan güçlükler olduğunu ifade etmektedir. Fairburn'a (2008) göre; pek çok kişi kendisini değerlendirirken yaşamında var olan farklı alanlar üzerindeki performanslarını dikkate alırken, yeme bozukluğu olan bireyler kendi değerlendirmelerini yaparken; beden ağırlıkları ve beden biçimleri üzerinde abartılmış kontrol edebilme becerilerini dikkate almaktadırlar. Nitekim bu insanlarda; yeme, beden ağırlığı ve beden biçimi, zayıf olma ideali, kilo almaktan korkma ve diyet uygulamaları odak noktası haline gelmektedir. Düzene sahip olma arzusu ve mükemmeliyetçiliğe karşı eğilimin olması gibi faktörlerin etkisiyle; yeme bozukluğu olan kişiler kendilerini yeme konusunda oldukça kısıtlayarak, kilo alma kaygılarını azaltmaya yönelik davranışlar sergileyebilirler (Dovey, 2010). Kilo verebilmek için çaba gösterme, kendini aç bırakma, zayıflamak için egzersiz yapma ve kusma davranışlarının yeme bozuklukları ile ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Özmen ve ark., 2007). Sánchez-Carracedo ve arkadaşları (2012), Amerika Birleşik

Devletleri'nde kilolarını kontrol altında tutabilmek amacıyla her ay kız ergenlerin %6'sının; erkek ergenlerin ise %2,5'inin kusma davranışı sergilediklerini ya da laksatif ilaçlar kullandıklarını ifade etmektedir. Mintz ve Betz'in (1988) yaptıkları araştırmada; katılımcılarını üniversite öğrencilerinin oluşturduğu örnekleme diyet uygulamalarını günde bir veya daha fazla gerçekleştirme oranının %82; tıknırcasına yeme sorunu yaşayanların oranının %38; kilo kaybedebilmek için çeşitli uygulamalar (örn. kendini kusturma, diüretik ilaçlar ve laksatif ilaçlar kullanmak) yapanların oranının ise %33 olduğu tespit edilmiştir.

Özellikle ergenliğin erken dönemlerinde sağlıklı ve dengeli beslenmeye ihtiyacı olan ergenler; görüntülerine oldukça önem vermekte, beslenme öğünlerini atlayabilmekte ya da fast-food tarzında işlenmiş, düşük kalitede besinleri tüketme eğiliminde olabilmektedirler (Surlu ve Özcebe, 2002). Geller ve arkadaşlarının (2000) gerçekleştirdikleri bir çalışmada; ergenlerin beslenme alışkanlıklarına yönelik önemli problemler yaşadıkları, bilinçsizce besin tükettikleri ve yeme bozukluklarının gelişmesinde beden algıları, cinsiyet rolleri gibi psikolojik faktörlerin ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Templeton (2005) tarafından yapılan araştırmaya göre; ergenlerin içeriğinde yüksek oranda yağ ve şeker barındıran işlenmiş, hazır yiyecekleri ve karbonhidrat içeren meşrubatları tüketme oranları artış göstermektedir. Gerçekleştirilen bir araştırmaya göre; yaşları 10 ve 18 arasında değişen çocukların gazlı içecek tüketme oranının %59; şeker ve çikolatalı ürünler tüketme oranının %32; patates cipsi ve benzeri yiyecekler tüketme oranının ise %15,4 olduğu ifade edilmektedir (Yaşar ve ark., 1999). Gerçekleştirilen diğer bir araştırmada; yaşları 11 ve 17 arasında değişen 638 ergen katılımcı ile çalışılmıştır. Ergenlik dönemindeki erkeklerin, kızlara oranla yeme alışkanlıklarının daha riskli olduğu saptanmıştır. Ayrıca; erkeklerin kızlara oranla daha fazla yağ ve şeker içeren besinler tüketmeyi tercih ettikleri tespit edilmiştir (Demirezen ve Coşansu, 2005). Düzenli olmayan öğünler, öğün aralarında sağlıksız, besin değeri düşük atıştırmalıklar, dışarıda yemek yeme ve fast-food türünde yeme alışkanlıkları ergenlik döneminde sık gözlemlenen durumlardır. Ergenlerin öğünleri atlama eğilimleri olabilmektedir. Ergenler arasında özellikle kahvaltı ve öğle öğünlerini atlama davranışları gözlemlenmektedir. Bunlara ek olarak; kızların erkeklere oranla daha fazla öğün atladıkları bildirilmektedir (MEB, 2004). Kentsel bölgede yaşayan, lise birinci sınıfta öğrenimine devam eden öğrencilerin yeme davranışlarının incelendiği bir araştırmanın bulgularına göre; ergenlik dönemindeki kızların öğün atlama oranı %85,2 iken, erkeklerde bu oran

%76,7'dir. En sık atlanan öğünün ise %45,6 ile kahvaltı olduğu belirtilmektedir. Ayrıca kızların %47,8'i, erkeklerin ise %17,8'si kendilerini olduklarından daha kilolu algıladıklarını ifade ederken; kızların %36,7'si, erkeklerin %7,5'i diyet uyguladıklarını bildirmiştir (Türk ve ark., 2007). Kız lise öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada; yeme alışkanlıkları ve beden algılarını etkileyen faktörleri incelemek amaçlanmıştır. Kahvaltı öğünü atlayanların %14,5; öğle öğünü atlayanların %5,9; akşam öğünü atlayanların ise %3,9 olduğu tespit edilmiştir. Öğünler arasındaki atıştırmaların oranının ise %99,4 olduğu bildirilmiştir (Demir, 2006). Ergenlerin sağlık açısından sergiledikleri riskli davranışları tespit etmeyi amaçlayan bir çalışmaya lise öğrencileri katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; öğrencilerin %23'ünün kendilerini obez olarak algıladıkları, %48'inin ise son bir aylık zaman diliminde kilo vermeye çalıştıkları bildirilmiştir. Öte yandan; kendilerini obez olarak nitelendiren kızların üçte ikisinin normal kiloda oldukları ifade edilmiştir (Kara ve ark., 2003). McCabe ve Ricciardelli'ye (2003) göre; yeme bozuklukları olan kızların, daha az kabul gördüklerini düşündükleri ve eleştirildiklerini ifade ettikleri bildirilmektedir. Birmingham ve arkadaşları (2005), yeme bozukluklarının özellikle genç kızlarda önemli sağlık sorunlarına neden olduğunu ve ölümlere kadar gidebildiği ifade etmektedir. Bu nedenden ötürü, önem teşkil eden bu bozuklukların tanı kriterlerini ve alt tiplerini incelemek yerinde olacaktır.

1.1.4.1 Yeme Bozuklukları DSM-5 Tanı Kriterleri

1.1.4.1.1 Anoreksiya Nervosa

A. Gereksinimlere göre erke (enerji) alımını kısıtlama tutumu, kişinin yaşı, cinsiyeti, gelişimsel olarak izlediği yol ve beden sağlığı bağlamında belirgin bir biçimde düşük bir vücut ağırlığının olmasına yol açar. Belirgin bir biçimde düşük vücut ağırlığı, olağan en düşüğün altında ya da çocuklar ve gençler için beklenen en düşüğün altında olarak tanımlar.

B. Kilo almaktan ya da şişmanlamaktan çok korkma ya da belirgin bir biçimde düşük vücut ağırlığında olmasına karşın kişinin, kilo almayı güçleştiren sürekli davranışlarda bulunması.

C. Kişinin vücut ağırlığını ya da biçimini nasıl algıladığıyla ilgili bir bozukluk vardır, kişi kendini değerlendirirken vücut ağırlığı ve biçimine yersiz bir önem yükler ya da o sıradaki düşük vücut ağırlığının önemini hiçbir zaman kavrayamaz.

1.1.4.1.1 Anoreksiya Nervoza'nın Alt Tipleri

Kısıtlayıcı Tür: Kişinin son üç ay içinde, yineleyen tıknırcasına yeme ya da çıkarma (örn. kendi kendini kusturma ya da iç sürdüren [laksatif] ilaçlar, idrar söktürücü [diüretik] ilaçlar ya da lavmanın yanlış yere kullanımı) dönemleri olmamıştır. Bu alttür, daha çok diyet yaparak, neredeyse hiç yemeyerek ve/ya da aşırı spor yaparak kilo kaybedildiği görünümüleri tanımlar.

Tıknırcasına Yeme/ Çıkarma Türü: Kişinin son üç ay içinde, yineleyen tıknırcasına yeme ya da çıkarma (örn. kendi kendini kusturma ya da iç sürdüren [laksatif] ilaçlar, idrar söktürücü [diüretik] ilaçlar ya da lavmanın yanlış yere kullanımı) dönemleri olmuştur.

1.1.4.1.2 Bulimiya Nervoza

A. Yineleyici tıknırcasına yeme dönemleri. Bir tıknırcasına yeme dönemi aşağıdakilerin her ikisi ile belirlidir:

1. Benzer koşullarda, benzer sürede, çoğu kişinin yiyebileceğinden açıkça daha çok yiyeceği, ayrı bir zaman biriminde (örn. herhangi iki saatlik bir sürede) yeme.
2. Bu dönem sırasında yemek yemeye ilgili denetiminin kalktığı duyumun olması (örn. kişinin yemek yemeyi durduramadığı duygusu, ne ya da ne denli yediğini denetleyemediği duygusu)

B. Kilo almaktan sakınmak için, kendi kendini kusturma, iç sürdüren (laksatif) ilaçları, idrar söktürücü (diüretik) ilaçları ya da diğer ilaçları yanlış yere kullanma, neredeyse hiç yememe ya da aşırı spor yapma gibi yineleyen, uygunsuz ödünleyici davranışlarda bulunma.

C. Bu tıknırcasına yeme davranışlarının ve uygunsuz ödünleyici davranışların her ikisi de üç ay içinde, en az haftada bir kez olmuştur.

D. Kendilik değerlendirmesi, vücut biçiminden ve ağırlığından yersiz bir biçimde etkilenir.

E. Bu bozukluk, yalnızca anoreksiya nervoza dönemleri sırasında ortaya çıkmamaktadır.

1.1.4.1.3 Tıknırcasına Yeme Bozukluğu

A. Yineleyici tıknırcasına yeme dönemleri. Bir tıknırcasına yeme dönemi aşağıdakilerin her ikisi ile belirlidir:

1. Benzer koşullarda, benzer sürede, çoğu kişinin yiyebileceğinden açıkça daha çok yiyeceği, ayrı bir zaman diliminde (ör. herhangi bir iki saatlik sürede) yeme.

2. Bu dönem sırasında, yemek yemeye ilgili denetiminin kalktığı duyumunun olması (örn. kişinin yemek yemeyi durduramadığı duygusu, ne ya da ne denli yediğini denetleyemediği duygusu)

B. Tıkınırcasına yeme dönemlerinde aşağıdakilerden üçü (ya da daha çoğu) eşlik eder:

1. Olağandan çok daha hızlı yeme.

2. Rahatsızlık verecek düzeyde tokluk hissedene dek yeme.

3. Bedensel açlık duymuyorken aşırı ölçülerde yeme.

4. Ne denli yediğinden utandığı için kendi başına yeme.

5. Daha sonra kendinden tiksime, çökkünlük yaşama ya da büyük bir suçluluk duyma.

C. Tıkınırcasına yeme ile ilgili belirgin bir sıkıntı duyulur.

D. Bu tıkınırcasına yeme davranışları, ortalama üç ay içinde, en az haftada bir kez olmuştur.

E. Tıkınırcasına yemeye, bulimiya nervozada olduğu gibi yineleyen uygunsuz ödünleyici davranışlar eşlik etmez ve tıkınırcasına yeme, yalnızca bulimiya nervoza ya da anoreksiya nervozanın gidişi sırasında ortaya çıkmamaktadır.

1.1.4.1.4 Tanımlanmış Diğer Bir Beslenme ve Yeme Bozukluğu

Klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olan, beslenme ve yeme bozukluğunun belirti özelliklerinin baskın olduğu, ancak bunların beslenme ve yeme bozuklukları tanı kümesindeki herhangi birinin tanısı için tanı ölçütlerini tam karşılamadığı durumlarda bu kategori kullanılır. Tanımlanmış diğer bir beslenme ve yeme bozukluğu kategorisi, beslenme ve yeme bozukluklarından herhangi özgül biri için tanı ölçütlerini karşılamamanın özel nedeni klinisyenlerce tartışılmak istendiğinde kullanılır. Yazarken "tanımlanmış diğer bir beslenme ve yeme bozukluğu" diye yazmanın ardından özel neden yazılır (örn. "düşük sıklıkta bulimiya nervoza").

"Tanımlanmış diğer" adlı kullanılarak belirlenebilecek görünüm için örnekler şunlardır:

1. Değişiktür (Atipik) Anoreksiya Nervoz: Belirgin kilo kaybına karşın kişinin vücut ağırlığının olağan sınırlar içinde ya da olağan sınırların üzerinde olmasının dışında anoreksiya nervoz için bütün tanı ölçütleri karşılanır.
2. Bulimiya Nervoz (Düşük Sıklıkta ve/ ya da Sınırlı Süreli): Tıkınırcasına yemenin ve uygunsuz ödünleyici davranışların, ortalama haftada bir kezden daha az ve/ ya da üç aydan daha kısa süreli olması dışında bulimiya nervozanın bütün tanı ölçütleri karşılanır.
3. Tıkınırcasına Yeme Bozukluğu (Düşük Sıklıkta ve/ ya da Sınırlı Süreli): Tıkınırcasına yemenin, ortalama haftada bir kezden daha az ve/ ya da üç aydan daha kısa süreli olması dışında tıkınırcasına yeme bozukluğunun bütün tanı ölçütleri karşılanır.
4. Çıkarma Bozukluğu: Vücut ağırlığını ya da biçimini etkilemek için, tıkınırcasına yeme olmadan, yineleyen çıkarma davranışı (örn. kendi kendini kusturma ya da iç sürdüren [laksatif] ilaçlar, idrar söktürücü [diüretik] ilaçlar ya da lavmanın yanlış yere kullanımı).
5. Gece Yemek Yeme Bozukluğu: Uykudan uyanarak yemek yeme ya da akşam yemeğinden sonra aşırı yiyecek tüketme ile kendini gösteren, yineleyen gece yemek yeme dönemleri. Yemek yendiğinin ayırımında olunur ve yemek yendiği anımsanır. Gece yemek yeme, kişinin uyku-uyanıklık döngüsündeki değişiklikler ya da yerel toplumsal değerler gibi dış etkilerle daha iyi açıklanamaz. Gece yemek yeme, belirgin sıkıntıya ve/ ya da işlevsellikte düşmeye neden olur. Düzensiz yeme örüntüsü, tıkınırcasına yeme bozukluğu ya da madde kullanımı da içinde olmak üzere, başka ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz ve başka bir sağlık durumuna ya da bir ilacın etkisine bağlanamaz.

1.1.4.1.5 Tanımlanmamış Beslenme ve Yeme Bozukluğu

Klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olan, beslenme ve yeme bozukluğunun belirti özelliklerinin baskın olduğu, ancak bunların beslenme ve yeme bozuklukları tanı kümesindeki herhangi birinin tanısı için tanı ölçütlerini tam karşılamadığı durumlarda bu kategori kullanılır. Tanımlanmamış diğer bir beslenme ve yeme bozukluğu kategorisi, beslenme ve yeme bozukluklarından herhangi özgül biri için tanı ölçütlerini karşılamamanın özel nedeni klinisyenlerce belirlenmek

istenmediğinde ve daha özgül bir tanı koymak için yeterli bilgi olmadığı durumlarda (örn. acil servis koşullarında) kullanılır.

1.1.4.2 Yeme Bozukluklarının Görülme Sıklığı ve Yaygınlığı

Yücel ve arkadaşları (2013); AN, BN, TYB ve Gece Yemek Yeme Bozukluğu gibi bozukluklarının tüm dünyada olduğu gibi Türkiye’de de son 25 yılda büyük bir yükseliş gösterdiğini bildirilmektedir. Yeme bozuklukları üst sosyoekonomik seviyeye sahip insanlara özgü bozukluklar gibi düşünülse de; araştırmalar sosyal sınıfların tümünde görüldüğünü ortaya koymaktadır (Bozan, 2009). Ülkemizde yeme bozukluklarını ve etkileyen faktörleri incelemek amacıyla yapılan bir araştırmada; katılımcıların %42,9’unun BKİ’nin normal sınırların altında olduğu, %6,3’ünün hafif şişman olduğu ve %0,7’sinin obez olduğu saptanmasına karşın; kızların %11,5’inde yeme bozuklukları olduğu tespit edilmiştir (Bas ve ark., 2004). Fairburn ve Harrison’un (2003) gerçekleştirdikleri araştırmaya göre; yeme bozukluğu olan bireylerin oluşturduğu klinik grupta bulunanların %50’sinin tanı kriterlerinden herhangi birini karşılamadıkları halde, yeme davranışlarında bozulmaların var olduğu ifade edilmektedir. Ayrıca değişik popülasyonlarda görülebilmemesinin yanı sıra, yeme bozuklukları için yüksek risk oluşturan grupların; ergenlik dönemindeki kızlar ve kadınlar olduğu belirtilmektedir. Ergenler arasında yeme bozuklukları; obezite ve astımdan sonra en sık görülen üçüncü kronik hastalıktır (Kanbur, 2006). Ayrıca, yeme bozuklukları psikiyatrik hastalıklar arasında cinsiyet farklılıklarının en belirgin olarak görüldüğü hastalıktır; bu hastaların %95’ini genç kızlar ve kadınlar oluşturmaktadır (Küey, 2008). Russell ve Ryder (2001), yeme bozukluklarının görülme sıklığının %15,4 olduğunu ifade etmektedir. Qian ve arkadaşlarının (2013) gerçekleştirdikleri metanaliz araştırmasında; 9315 makaleden yararlanılarak, 72,961 kişi ele alınmıştır. Yeme bozukluklarının yaşam boyu görülme sıklığı oranlarının; AN için %0,21; BN için %0,81; TYB için ise %2,22 olduğu belirtilmiştir. Hoek ve Hoeken’un (2003) yeme bozukluklarının görülme sıklığını ve yaygınlığını incelemek amacıyla yürüttükleri gözden geçirme araştırmasında; yıllık AN görülme sıklığı 10,000 kişide 8 olarak saptanırken, BN’nın görülme sıklığı 10,000 kişide 12 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca, AN’nın genç kızlar arasındaki yaygınlığı %0,3; BN’nın ise %1 olduğu ortaya konulurken; erkekler arasında BN’nın yaygınlık oranının %1 olduğu bildirilmiştir. Barbarich (2002) tarafından yürütülen ve yeme bozuklukları alanında çalışan uzmanlar arasında yeme bozukluklarının

yaygınlığını incelemeyi amaçlayan bir araştırmaya; Academy for Eating Disorders (Yeme Bozukları Akademisi) çalışanları katılmıştır. Katılımcıların %41,4'ü doktora derecesine sahip olmakla birlikte, 399 kişilik bir örneklem oluşturulmuştur. Yeme bozukluklarının yaşam boyu görülme sıklığı %27,3 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların öykülerinde %46,8 oranında AN, %49,5 oranında ise BN olduğu bildirilmiştir. Yapılan diğer bir araştırmada; 2980 kadın ve erkek katılımcıyla çalışılmıştır; AN'nın %0,6; BN'nın ise %1 oranında yaşam boyu yaygınlığa sahip olduğu tespit edilmiştir (Hudson ve ark., 2007).

Darby ve arkadaşları (2009) tarafından 1995 ve 2005 yılları arasında gerçekleştirilen bir çalışmada; yeme bozuklukları ve obezitenin yaygınlık oranının %3,7'den, %7,4'e çıktığı bildirilmiştir. Fakat, yeme bozuklukları alanında yapılan çalışmaların büyük bir kısmında örneklemini genç kızlar ve kadınlar oluşturmaktadır. Bu bağlamda; cinsiyet farklılıklarının karşılaştırılması ve erkekler için güvenilirliği tartışmalıdır (Darcy ve ark., 2012). Beden algısı ile ilgili sorunları incelemeyi amaçlayan iki kontrol çalışmasına göre; normal erkekler ve yeme bozukluğu olan erkekler arasında anlamlı farklılıkların olduğu tespit edilmiştir (Mangweth ve ark., 1997). Erkeklerdeki yeme bozukluklarını incelemek amacıyla; 203 erkek atlet katılımcı ile çalışılmıştır. Araştırma sonucunda; 1 kişiye daha önce AN tanısı konulduğu ve tedavi gördüğü, 1 kişinin de Tanımlanmamış Yeme Bozukluğu tanısı aldığı tespit edilmiştir. Öte yandan; herhangi bir yeme bozukluğu tanısı almayanların %65'inin vücutlarından hoşnut olmadıkları ve kilolarını kontrol altında tutabilmek için birtakım yöntemlere başvurdukları (yaklaşık %10'unda laksatif, diüretik ilaç kullanımı veya kusma davranışı) bildirilmiştir (Petrie ve ark., 2008). Yapılan diğer bir çalışmada; erkeklerdeki cinsel yönelimin de yeme bozukluklarının gelişmesinde bir etken olabileceği ileri sürülmektedir; homoseksüel erkeklerde, heteroseksüel erkeklere oranla yeme tutumlarında bozulma oranının daha yüksek olduğu ifade edilmektedir (Bağ ve ark., 2005).

Gözden geçirme çalışmaları ile yeme bozukluklarının dünya üzerindeki dağılımları incelendiğinde; batı kültürüne sahip kişilerin daha yüksek risk oranına sahip oldukları bildirilmektedir (Fairburn ve Harrison, 2003). Makino ve arkadaşları (2004) ise; batılı olmayan toplumlarda da, daha az olmakla birlikte yaygınlık oranının giderek arttığını belirtmektedir. Striege-Moore ve Smolak (2001) tarafından yürütülen çalışmada; yeme bozukluklarının Çin, Japonya ve Ortadoğu ülkeleri gibi toplumlarda, değişik şekillerde de olsa, neredeyse her bölgede görülebildiği ortaya

konulmuştur. Vardar ve Erzengin (2011), yeme bozukluklarının son zamanlarda doğu kültüründe de ciddi sorunlar teşkil ettiğini bildirmektedir. Türkiye’de yapılan araştırmada; 2907 üniversite öğrencisinden 9’u erkek, 59’u kız olmak üzere 68’inde yeme bozuklukları olduğu ifade edilmektedir. Tüm yeme bozuklukları için yaygınlık oranının %2,33 olduğu saptanırken; AN oranının %0,034; BN oranının %0,79; TYB oranının %0,99; Başka Türü Adlandırılmayan Yeme Bozukluğu oranının ise %1,51 olduğu bildirilmektedir. Kugu ve arkadaşları (2006), üniversite öğrencilerinin %2,2’sinde yeme bozuklukları olduğunu belirtmektedir. Yeme bozukluklarının cinsiyet özelliklerine göre yaygınlık oranlarının; kadınlarda %3,4; erkeklerde ise %1,5 olduğu ifade edilmektedir (Kjelsas ve ark., 2004). Treasure (2004), yeme bozukluklarına sahip genç kızların oranının %5-10 arasında olduğunu ifade etmektedir. 1997 ve 1999 yılları arasında yeme bozukluklarının yaygınlık oranı ve risk faktörlerinin zamana bağlı değişimini incelemeyi amaçlayan bir araştırmaya; yaşları 18 ve 30 arasında değişen 1122 İsveçli kadın katılım sağlamıştır. Araştırma sonucunda; yaygınlık oranının %2,56’dan, %3,15’e çıktığı ifade edilmiştir (Ghaderi ve Scott, 2001). Telefon aracılığıyla gerçekleştirilen bir anket çalışmasında ise; 1501 Kanadalı kadın katılımcı ile çalışılmıştır. Yeme bozukluklarının görülme oranlarının; BN için %0,6; TYB için ise %4,1 olduğu tespit edilmiştir (Gauvin ve ark., 2009). Tong ve arkadaşları (2004) tarafından Çin’de 8,444 kadın katılımcı ile gerçekleştirilen bir araştırmada; katılımcıların 79’unun yeme bozuklukları tanısı aldığı ifade edilmiştir. Katılımcıların %1,05’inde AN; %2,98’inde BN; %3,53’ünde ise TYB olduğu ortaya konulmuştur.

BÖLÜM 2

YÖNTEM

Bu bölümde sırasıyla araştırmanın örneklemi, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, araştırmanın uygulanması ve elde edilen verilerin analizi ile ilgili bilgi verilmektedir.

2.1 Araştırmanın Örneklemi

Bu çalışmanın örneklemi; İstanbul'da yaşayan, yaşları 14 ve 18 arasında değişen, 2015-2016 ve 2016-2017 eğitim ve öğretim yıllarında çeşitli liselerde birinci ve dördüncü sınıflarda eğitim görmeye devam eden 274 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır.

2.2 Veri Toplama Araçları

Yapılan çalışmada; Sosyodemografik Bilgi ve Veri Formu, Problemler İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu (PİKÖ-E), Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ) ve Yeme Tutumu Testi (YTT) veri toplama araçları olarak kullanılmıştır.

2.2.1 Sosyodemografik Bilgi ve Veri Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik bilgi ve veri formu; yaş, cinsiyet, boy, kilo gibi soruların yanı sıra aile üyeleri ve kişinin internet kullanımını ile ilgili bilgi edinmeyi amaçlayan soruları içermektedir.

2.2.2 Problemler İnternet Kullanımı Ölçeği Ergen Formu (PİKÖ-E)

Problemler İnternet Kullanımı Ölçeği, üniversite öğrenimine devam eden öğrencilerin problemler internet kullanımını seviyelerini ölçmek amacıyla Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan (2007) tarafından geliştirilmiştir. Ergen örneklemi için geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Ceyhan ve Ceyhan (2009) tarafından yapılmıştır.

PİKÖ-E, internetin ergenler arasındaki sağlıklı ve problemlili kullanım seviyelerini saptamak amacıyla oluşturulmuştur. İnternet kullanımının yoğunluğunun normal düzeyden, patoloji boyutuna kadar uzanan şekilde farklılıklar gösterebildiği varsayımından yola çıkarak geliştirilmiş boyutsal bir ölçektir. Yüksek ölçek puanları olması halinde; kişilerin günlük işlevselliklerinin olumsuz şekilde etkilendiği, internet kullanımlarının problemlili bir hal aldığı ve internet bağımlılığına yatkın olabilecekleri ifade edilmektedir. 27 maddeden oluşan ölçek beş dereceli likert tipindedir. Her madde 1-5 arasında puanlanır (5=tamamen uygun, 4=oldukça uygun, 3=biraz uygun, 2=nadiren uygun, 1=hiç uygun değil). Ölçekte yer alan 7. ve 10. maddeler ters yönde puanlanmaktadır. Ölçek puanları 27 ile 135 arasında değişebilmektedir.

Yapı geçerliliği çalışmaları sonucunda, üniversite formuna paralel olarak, ölçeğin sosyal fayda/sosyal rahatlık, aşırı kullanım ve internetin olumsuz sonuçları olmak üzere üç alt boyutu olduğu saptanmıştır. 27 maddeden meydana gelen PİKÖ-E'nin sahip olduğu bu üç faktörlü yapıya yönelik analizler sonucunda, üç faktörlü yapının toplam varyansın %49,35'ini açıkladığı saptanmıştır. PİKÖ-E'nin genel iç tutarlık kat sayısı toplam puan için ,93; internetin doğurduğu olumsuz sonuçlar için ,93; sosyal fayda veya sosyal rahatlık için ,78; internetin aşırı kullanımını için ,76 olarak bulunmuştur.

2.2.3 Vücut Algısı Ölçeği (VAÖ)

Bireylerin vücutlarında yer alan muhtelif bölümlerden ve vücut işlevlerinden ne ölçüde memnun olduklarını ölçmeyi amaçlayan ölçek, Secord ve Jourard (1953) tarafından geliştirilmiştir. Hovardaoğlu (1993) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılarak, Türkçe'ye uyarlanan ölçek; 40 maddeden meydana gelmektedir. Ölçekte yer alan tüm maddeler beş dereceli likert tipindedir (5=hiç beğenmiyorum, 4=pek beğenmiyorum, 3=kararsızım, 2=oldukça beğeniyorum, 1=çok beğeniyorum). Toplam puanlar hesaplanırken kişinin ölçek maddelerinden alabileceği en yüksek skor 200 iken, en düşük skor 40'tır. Ölçeğin toplam puanındaki artış bireylerin beden bölümlerinden veya beden işlevlerinden hoşnut olma durumlarının azaldığını nitелеmektedir, puandaki azalma ise kişilerin bedenlerine dair memnuniyetlerinin arttığını göstermektedir (Kundakçı, 2005).

Üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen araştırmada, iki yarım güvenilirliği hesaplanarak ölçeğin geçerliliği değerlendirilmiş, iki yarım güvenilirliği katsayısının

,75 olduğu saptanmıştır. İç tutarlık katsayısı hesaplanarak ölçeğin güvenilirliği değerlendirilmiş, Cronbach Alfa katsayısının ,91 olduğu tespit edilmiştir.

2.2.4 Yeme Tutumu Testi (YTT)

Yeme Tutumu Testi, AN semptomlarının objektif bir şekilde değerlendirilebilmesi amacı ile Garner ve Garfinkel (1979) tarafından geliştirilmiştir. Yeme bozukluklarının tanısında karakteristik bir belirleyici olarak tüm dünyada kullanılmaktadır. YTT, yeme bozukluğu bulunan kişilerin yeme hakkındaki tutumlarını ve davranışlarını, normal kişilerde var olan yeme davranışlarındaki olası bozuklukların belirtilerini ölçmeyi amaçlamaktadır. YTT, yeme bozukluğu hastalarının beraberinde, genel toplumun yeme hakkındaki tutumlarının taranması ve değerlendirilmesi amacıyla kullanılabilmektedir.

Ölçek, 11 ile 70 yaş arasındaki kişilere uygulanabilmektedir. Psikopatolojinin seviyesi, toplam puanın seviyesiyle doğru orantılıdır. YTT, klinik seviyede olan anormal yeme davranışlarıyla alakalı tutumu ve yatkınlığı ölçebilir. 40 maddeden oluşmakla birlikte, altı dereceli likert tipi bir ölçektir. Her madde 1-6 arasında puanlanır (6=daima, 5=çok sık, 4=sık sık, 3=bazen, 2=nadiren, 1=hiçbir zaman). Ölçekte yer alan 1, 18, 19, 23, 27 ve 39 maddeleri ters yönde puanlanmaktadır. Türkçe formunun kesme puanı 30 olarak ileri sürülmüştür. Savaşır ve Erol (1989), ölçeğin Türkiye'deki geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını gerçekleştirmiştir. YTT'nin yeme bozukluğuna sahip bireyleri, diğer hasta gruplarından ve sağlıklı kontrol deneklerinden iyi ayırt ettiği ifade edilerek yüksek güvenilirlik katsayıları saptanmıştır; test-yeniden test korelasyon katsayısı ,65; Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ,70'tir.

2.3 Araştırmanın Uygulanması

Çalışmanın ilk aşamasında; çalışmaya dahil edilen ve yaşları 14-18 arasında değişen katılımcıların velilerinden onay alabilmek amacıyla; araştırmacı tarafından hazırlanan, araştırma için gerekli ölçeklerin uygulanabilmesine dair oluşturulan Veli Onay Formu kullanılmıştır. Velilerinin onayı bulunan katılımcılara sırasıyla; Sosyodemografik Bilgi ve Veri Formu, PİKÖ-E, VAÖ ve YTT yüz yüze olarak uygulanmıştır.

2.4 Verilerin Analiz Yöntemleri

Elde edilen verilerin analizi için; SPSS (Statistical Package Program for Social Science) for Windows 24.0 programından yararlanılmıştır. Sosyodemografik Bilgi ve Veri Formu'nda yer alan değişkenlerin dağılımlarını tespit etmek amacıyla betimsel istatistik yöntemi olan Frekans Analizi'nden yararlanılmıştır. Sosyodemografik Bilgi ve Veri Formu'nda yer alan değişkenler ile uygulanan ölçekler arasındaki ilişkiyi saptamak için ise Bağımsız T-Testi Analizi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi, yordayıcı etki olup olmadığını tespit etmek için ise Regresyon Analizi kullanılmıştır.

BÖLÜM 3

BULGULAR

3.1 Verilerin Analizi

Bu bölümde, yapılan çalışmada elde edilen istatistiksel bulgular tabloları ile birlikte verilmektedir.

3.1.1 Sosyodemografik Bilgi ve Verilerin Dağılımı

Katılımcıların sosyodemografik bilgilerinin dağılımı Frekans Analizi ile incelenmiş ve sonuçları Tablo 3.1’de verilmiştir.

Tablo 3.1 *Katılımcılara Ait Sosyodemografik Bilgilerin Dağılımı*

		N	%
Cinsiyet	Erkek	111	40,5
	Kız	163	59,5
	Total	274	100,0
Yaş	14-16	161	58,8
	17-18	113	41,2
	Total	274	100,0

Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre dağılımları incelendiğinde; %40,5’inin erkek öğrenci, %59,5’inin kız öğrenci olduğu görülmektedir.

Katılımcıların yaş gruplarına göre dağılımları incelendiğinde; 14-16 yaş grubunda olanların oranı %58,8 olmakla birlikte, 17-18 yaş grubunda olan kişilerin oranı %41,2’dir. Örneklemin yaş ortalamasının ise 15,86 (std. sapma=1,125) olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcılara ait boy, kilo ve sınıf bilgilerine ilişkin dağılımlar Tablo 3.2’de verilmiştir.

Tablo 3.2 Katılımcılara Ait Boy, Kilo ve Sınıf Bilgilerine İlişkin Dağılımlar

		N	%
Boy	150-160	50	19,4
	161-170	119	46,1
	171-180	70	27,1
	181-193	19	7,4
	Total	258	100,0
Kilo	35-50	62	24,1
	51-65	130	50,6
	66-80	54	21,0
	81-95	11	4,3
	Total	257	100,0
Sınıf	1. Sınıf	138	50,4
	4. Sınıf	136	49,6
	Total	274	100,0

Katılımcıların boy uzunluklarını öğrenmek amacıyla sorulan soruya 16 kişi cevap vermemiştir; 150-160 cm arasında olanların oranı %19,4; 161-170 cm arasında olanların oranı %46,1; 171-180 cm arasında olanların oranı %27,1 iken; boyu 181-193 cm arasında olanların oranı %7,4'tür.

Katılımcıların kilolarına dair sorulan soruya 17 kişi yanıt vermemiştir; 35-50 kg arasında olanların oranı %24,1; 51-65 kg arasında olanların oranı %50,6; 66-80 kg arasında olanların oranı %21; 81-95 kg arasında olanların oranı ise %4,3'tür.

Katılımcıların %50,4'ü 1. Sınıfta öğrenim görüyorken, %49,6'sı 4. Sınıfta öğrenim görmektedir.

Katılımcıların anne ve babalarına ilişkin sosyodemografik bilgilerin dağılımı Tablo 3.3'te verilmiştir.

Tablo 3.3 Katılımcıların Anne ve Babalarına İlişkin Bilgilerin Dağılımı

		N	%
Anneniz hayatta mı, öz mü?	Hayatta-öz	271	98,9
	Hayatta-üvey	1	0,4
	Hayatta değil-öz	2	0,7
	Total	274	100,0
Babanız hayatta mı, öz mü?	Hayatta-öz	272	99,6
	Hayatta değil-öz	1	0,4
	Total	273	100,0
Hayattalar ise evlilik durumları?	Birlikte yaşıyor	233	88,9
	Ayrı yaşıyor	7	2,7
	Boşanmış	22	8,4
	Total	262	100,0
Annenizin eğitim durumu nedir?	Okur-yazar değil	6	2,2
	Okur-yazar	8	2,9
	İlkokul mezunu	54	19,9
	Ortaokul mezunu	42	15,4
	Lise mezunu	97	35,7
	Üniversite mezunu	59	21,7
	Yüksek lisans/Doktora mezunu	6	2,2
Total	272	100,0	
Annenizin mesleği nedir?	Ev hanımı	154	57,5
	İşçi	17	6,3
	Memur	27	10,1
	Serbest çalışıyor	29	10,8
	Emekli	16	6,0
	Diğer	25	9,3
Total	268	100,0	
Babanızın eğitim durumu nedir?	Okur-yazar değil	1	0,4
	Okur-yazar	4	1,5
	İlkokul mezunu	37	13,8
	Ortaokul mezunu	36	13,4
	Lise mezunu	85	31,6
	Üniversite mezunu	91	33,8
Yüksek lisans/Doktora mezunu	15	5,6	
Total	269	100,0	
Babanızın mesleği nedir?	İşsiz	1	0,4
	İşçi	46	17,0
	Memur	30	11,1
	Serbest çalışıyor	88	32,5
	Emekli	37	13,7
	Diğer	69	25,5
Total	271	100,0	

Katılımcıların %98,9'unun annesi hayatta ve özdür. Üvey annesi olanların oranı %0,4 iken, annesi hayatta olmayanların oranı %0,7'dir. Babanın öz ve hayatta olmasına ilişkin sorulan soruya 1 kişi yanıt vermemiştir; babası öz ve hayatta olan katılımcıların oranı %99,6'dır.

Katılımcıların anne ve babalarının birliktelik durumlarının dağılımı incelendiğinde; 12 kişinin soruyu yanıtlamadığı görülmektedir. Katılımcıların %88,9'unun anne ve babası birlikte yaşıyorken; %2,7'sinin anne ve babası ayrı yaşamaktadır. %8,4'ünün ise anne ve babası boşanmıştır.

Anne eğitim durumlarının dağılımı incelendiğinde; 2 kişinin soruya cevap vermediği görülmektedir. Annesi okuryazar olmayanların oranı %2,2; okuryazar olanların oranı %2,9; ilkokul mezunu olanların oranı ise %19,9'dur. Annesi ortaokul mezunu olanların oranı %15,4; lise mezunu olanların oranı %35,7; üniversite mezunu olanların oranı ise %21,7'dir. Annesi yüksek lisans-doktora mezunu olanların oranı %2,2'dir.

Annelerin mesleklere göre dağılımları incelendiğinde; 6 kişinin soruyu yanıtlamadığı görülmektedir. Annesi ev hanımı olanların oranı %57,5; işçi olanların oranı %6,3; memur olanların oranı %10,1; serbest çalışanların oranı ise %10,8'dir. Emekli olanların oranı %6 iken; diğer meslek gruplarına dahil olanların oranı %9,3'tür.

Baba eğitim durumları incelendiğinde; 5 kişinin soruyu boş bıraktığı görülmektedir. Babası okuryazar olmayanların oranı %0,4; okuryazar olanların oranı %1,5; ilkokul mezunu olanların oranı ise %13,8'dir. Babası ortaokul mezunu olanların oranı %13,4; lise mezunu olanların oranı %31,6; üniversite mezunu olanların oranı %33,8'dir. Babası yüksek lisans-doktora mezunu olanların oranı ise %5,6'dır.

Babaların meslek dağılımları incelendiğinde; 3 kişinin soruyu yanıtlamadığı görülmektedir. Babası işsiz olanların oranı %0,4; işçi olanların oranı %17; memur olanların oranı %11,1; serbest çalışanların oranı ise %32,5'tir. Emekli olanların oranı %13,7 iken; diğer meslek gruplarına dahil olanların oranı %25,5'tir.

Aile ile ilgili diğer bilgilerin dağılımı Tablo 3.4'te verilmiştir.

Tablo 3.4 Katılımcıların Aile Yapılarına İlişkin Bilgilerin Dağılımı

	N	%	
Kaç kardeşiniz?	Tek çocuk	50	18,3
	2 kardeş	150	54,9
	3 kardeş	49	17,9
	4 kardeş ve fazlası	24	8,8
	Total	273	100,0
Ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz?	1	135	49,5
	2	99	36,3
	3	27	9,9
	4	6	2,2
	5	2	0,7
	6	2	0,7
	8	1	0,4
	9	1	0,4
	Total	273	100,0
Ailenizin ortalama aylık geliri ne kadardır?	1300 TL veya daha düşük	20	7,9
	1301-3000 TL	100	39,5
	3001-4500 TL	69	27,3
	4501 TL'den yüksek	64	25,3
	Total	253	100,0

Katılımcıların kaç kardeş olduklarına ilişkin bilgilerin dağılımı incelendiğinde; 1 kişinin soruya yanıt vermediği görülmektedir. Katılımcılardan tek çocuk olanların oranı %18,3; 2 kardeş olanların oranı %54,9; 3 kardeş olanların oranı %17,9'dur. 4 ve daha fazla kardeşi olanların oranı ise %8,8'dir.

Katılımcıların ailenin kaçınıcı çocukları oldukları incelendiğinde; %49,5'inin birinci, %36,3'ünün ikinci, %9,9'unun ise üçüncü sırada oldukları tespit edilmiştir. Kalan katılımcılar ise 4 ya da daha sonraki sırada doğmuştur.

Ailenin ortalama aylık gelir dağılımları incelendiğinde; 21 kişinin soruyu yanıtlamadığı görülmektedir. Katılımcıların ailelerinin, %7,9'unun 1300 TL veya daha düşük; %39,5'inin 1301-3000 TL arası; %27,3'ünün ise 3001-4500 TL arasında ortalama aylık geliri olduğu saptanmıştır. Aylık geliri 4501 TL'den daha yüksek olanların oranı ise %25,3'tür.

Katılımcıların internet kullanımlarına ilişkin bilgilerin dağılımı Tablo 3.5'te verilmiştir.

Tablo 3.5 Katılımcıların İnternet Kullanımlarına İlişkin Bilgilerin Dağılımı

		N	%
Ne kadar süredir internet kullanıyorsunuz?	1 yıldan az	4	1,5
	1-3 yıl arası	21	7,7
	4-6 yıl arası	103	37,9
	7 yıl ve üzeri	144	52,9
	Total	272	100,0
Bir gün içerisinde ortalama internet kullanım süreniz ne kadar?	1 saatten az	15	5,5
	1-2 saat	74	27,0
	3-4 saat	107	39,1
	5-6 saat	44	16,1
	7-8 saat	18	6,6
	9 saat ve üzeri	16	5,8
Total	274	100,0	
Evinizde internet var mı?	Evet	248	90,5
	Hayır	26	9,5
	Total	274	100,0
İnternete daha çok nereden bağlanıyorsunuz?	Ev	134	48,9
	Okul	2	0,7
	İnternet cafe	3	1,1
	Cep telefonu	130	47,4
	Arkadaşlar	1	0,4
	Diğer	4	1,5
	Total	274	100,0
İnterneti daha çok hangi sebeple kullanıyorsunuz?	Ödev/Araştırma	15	5,5
	Film/Müzik/Tv	51	18,7
	Sohbet/Chat	69	25,3
	Oyun	44	16,1
	Sosyal medya	90	33,0
	Diğer	4	1,5
	Total	273	100,0
İnternet kullanma süreniz konusunda uyarı aldığınız oluyor mu?	Hiç	57	20,8
	Nadiren	76	27,7
	Ara sıra	83	30,3
	Sık sık	41	15,0
	Her zaman	17	6,2
	Total	274	100,0
İnternet kullanımınızın sınırlanması karşısında hissettiğiniz temel duygu nedir?	Öfke	115	44,9
	Üzüntü	91	35,5
	Korku	3	1,2
	Kaygı	27	10,5
	Utanç	20	7,8
Total	256	100,0	

Katılımcıların ne kadar süredir internet kullandıkları incelendiğinde; 2 kişinin soruyu yanıtlamadığı görülmektedir. Katılımcıların %1,5'inin 1 yıldan az; %7,7'sinin 1-3 yıl arası; %37,9'unun 4-6 yıl arası; %52,9'unun ise 7 yıl ve daha uzun süredir internet kullanımları olduğu ortaya konulmuştur.

Katılımcıların bir gün içerisindeki internet kullanım süreleri ve cinsiyet özellikleri incelendiğinde; 1 saatten az kullananların oranı %5,5 (%4,5 erkek - %6,1 kız); 1-2 saat arası kullananların oranı %27 (%30,6 erkek - %24,5 kız); 3-4 saat kullananların oranı ise %39,1'dir (%39,6 erkek - %38,7 kız). 5-6 saat arası kullananların oranı %16,1 (%10,8 erkek - %19,6 kız); iken, 7-8 saat kullananların oranı %6,6 (%7,2 erkek - %6,1 kız); 9 saat ve üzeri süreyle kullananları oranı %5,8'dir (%7,2 erkek - %4,9 kız).

Katılımcıların %90,5'inin evinde internet bağlantısı bulunurken; %9,5'inin evinde internet bağlantısı bulunmamaktadır.

Katılımcıların internete en çok eriştikleri yerlerin dağılımı incelendiğinde; evden erişim sağlayanların oranı %48,9 iken; cep telefonundan erişim sağlayanların oranı ise %47,4'tür. Okuldan erişenlerin oranı %0,7; internet cafeden erişenlerin oranı %1,1; arkadaşlarından erişim sağlayanların oranı %0,4 olup, diğer yollarla erişim sağlayanların oranı ise %1,5'tir.

Katılımcıların interneti kullanma amaçları ve cinsiyet özellikleri incelendiğinde; 1 kişinin soruyu yanıtlamadığı görülmektedir. Katılımcılar arasında sosyal medya kullanımı %33 (%20,7 erkek - %41,4 kız); sohbet amaçlı kullanım %25,3 (%19,8 erkek - %29 kız); film, müzik ve televizyon ise %18,7'dir (%15,3 erkek - %21 kız). Oyun amaçlı kullanım oranı %16,1 (%37,2 erkek - %1,2 kız); ödev ve araştırma amacıyla kullanım oranı %5,5 (%2,7 erkek - %7,4 kız); diğer amaçlarla kullanım oranı ise %1,5'tir (%3,6 erkek - %0 kız).

Katılımcıların interneti kullanma süreleri konusunda uyarı alıp almadıkları incelendiğinde; %20,8'i hiç uyarı almadığını belirtirken, %27,7'si nadiren, %30,3'ü ara sıra, %15'i sık sık, %6,2'si ise her zaman uyarı aldıklarını belirtmiştir.

Katılımcıların internet kullanımlarının kısıtlanması halinde hissettikleri temel duygular incelendiğinde; 18 kişinin soruya yanıt vermediği görülmektedir. Katılımcıların %44,9'u öfke; %35,5'ü üzüntü; %1,2'si ise korku hissettiklerini belirtmiştir. Kaygı hissedenlerin oranı %10,5; utanç hissedenlerin oranı ise %7,8 olarak saptanmıştır. Katılımcıların internet kullanımı davranışlarına ilişkin bilgilerin dağılımı Tablo 3.6'da verilmiştir.

Tablo 3.6 Katılımcıların İnternet Kullanımı Davranışlarına İlişkin Bilgilerin Dağılımı

		N	%
İnternet kullanımınızın sınırlanması karşısında sergilediğiniz davranış nedir?	Bağırırım	50	19,0
	Kırıp dökerim	7	2,7
	Ortamı terk ederim	46	17,5
	Sessiz kalırım	160	60,8
	Total	263	100,0
Arkadaşlarınız sizi internet kullanımına yönlendiriyor mu?	Evet	214	78,1
	Hayır	60	21,9
	Total	274	100,0
Cevabınız "evet" ise nasıl etkiliyorlar?	Link göndererek	7	3,3
	Sık sık mesaj atarak	160	74,4
	Caps göndererek	11	5,1
	Oyunlardan bahsederek	37	17,2
	Total	215	100,0

Katılımcıların internet kullanımlarının sınırlanması durumunda sergiledikleri davranış incelendiğinde; 11 kişinin soruya yanıt vermediği görülmektedir. Katılımcıların %19'u bağırıldığını; %2,7'si kırıp döktüğünü; %17,5'i ise ortamı terk ettiğini belirtmiştir. Sessiz kaldığını belirtenlerin oranı ise %60,8'dir.

Arkadaşların internet kullanımına yönlendirme durumu ve cinsiyet değişkeni incelendiğinde; %78,1'i (%73,9 erkek - %81 kız) evet cevabı verirken, %21,9'u (%26,1 erkek - %19 kız) yönlendirmediğini belirtmiştir. Evet yanıtını verenler arasında arkadaşların bu yönlendirmeyi nasıl yaptıkları incelendiğinde, %74,4'ü (%51,2 erkek - %88,7 kız) sık sık mesaj atarak; %17,2'si (%40,2 erkek - %3 kız) oyunlardan bahsederek; %5,1'i (%6,1 erkek - %4,5 kız) ise caps göndererek olduğunu belirtmiştir. Link göndererek yönlendirenleri belirtenlerin oranı ise %3,3'tür (%2,4 erkek - %3,8 kız).

Katılımcıların günlük internet kullanım süreleri ve ailelerinin ortalama aylık gelirleri Crosstab Yöntemi ile analiz edilerek, Tablo 3.7'de verilmiştir.

Tablo 3.7 *Günlük İnternet Kullanım Süresi * Ailenin Ortalama Aylık Geliri Crosstab Analizi*

		Günlük İnternet Kullanım Süresi * Ailenin Ortalama Aylık Geliri					
		Ailenizin ortalama aylık geliri ne kadardır?					
			1300 TL veya daha düşük	1301-3000 TL	3001-4500 TL	4501 TL'den yüksek	Total
Günlük ortalama internet kullanım süreniz ne kadardır?	1 saatten az	Count	3	8	1	3	15
		%	20,0%	53,3%	6,7%	20,0%	100,0%
	1-2 saat	Count	8	27	20	13	68
		%	11,8%	39,7%	29,4%	19,1%	100,0%
	3-4 saat	Count	6	40	24	28	98
		%	6,1%	40,8%	24,5%	28,6%	100,0%
	5-6 saat	Count	1	15	14	12	42
		%	2,4%	35,7%	33,3%	28,6%	100,0%
	7-8 saat	Count	1	7	5	4	17
		%	5,9%	41,2%	29,4%	23,5%	100,0%
	9 saat ve üzeri	Count	1	3	5	4	13
		%	7,7%	23,1%	38,5%	30,8%	100,0%
Total		Count	20	100	69	64	253
		%	7,9%	39,5%	27,3%	25,3%	100,0%

Buna göre; ailelerinin ortalama aylık geliri 1300 TL veya daha düşük olan öğrencilerin; 1 saatten az internet kullanım oranı %20; 1-2 saat arası internet kullanımını %11,8; 3-4 saat arası internet kullanımını %6,1; 5-6 saat arası internet kullanımını %2,4; 7-8 saat arası internet kullanımını %5,9; 9 saat ve üzeri kullanımları ise %7,7 olarak hesaplanmıştır. Ailelerinin ortalama aylık geliri 1301-3000 TL olan öğrencilerin; 1 saatten az internet kullanım oranı %53,3; 1-2 saat arası internet kullanımını %39,7; 3-4 saat arası internet kullanımını %40,8; 5-6 saat arası internet kullanımını %35,7; 7-8 saat arası internet kullanımını %41,2; 9 saat ve üzeri kullanımını ise %23,1 olarak hesaplanmıştır. Ailelerinin ortalama aylık geliri 3001-4500 TL olan öğrencilerin; 1 saatten az internet kullanım oranı %6,7; 1-2 saat arası internet kullanımını %29,4; 3-4 saat arası internet kullanımını %24,5; 5-6 saat arası internet kullanımını %33,3; 7-8 saat arası internet kullanımını %29,4; 9 saat ve üzeri kullanımını ise %38,5 olarak hesaplanmıştır. Son olarak ailelerinin ortalama aylık geliri 4501 TL veya daha yüksek olan öğrencilerin; 1 saatten az internet kullanımını oranı %20; 1-2 saat arası internet kullanımını %19,1; 3-4 saat arası internet kullanımını %28,6; 5-6 saat arası internet kullanımını %28,6; 7-8 saat arası internet kullanımını %23,5; 9 saat ve üzeri kullanımını ise %30,8 olarak hesaplanmıştır.

3.1.2 Ölçeklerin Cinsiyet Değişkenine Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin cinsiyete göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek için yapılan Bağımsız Gruplarda T-Testi Analizi sonuçları Tablo 3.8'de verilmiştir.

Tablo 3.8 Ölçeklerin Cinsiyet Değişkenine Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
PİKÖ-E	Erkek	111	2,44	0,68	1,710	0,088
	Kız	163	2,29	0,71		
VAÖ	Erkek	111	1,99	0,62	-6,931	0,000*
	Kız	163	2,55	0,67		
YTT	Erkek	111	2,25	0,65	-4,035	0,000*
	Kız	163	2,56	0,61		

* $p < ,05$

PİKÖ-E, cinsiyete göre anlamlı düzeyde bir farklılık göstermezken ($p > ,05$); VAÖ ve YTT cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($p < ,05$). Kız öğrencilerin VAÖ puanları, erkek öğrencilerden anlamlı derecede daha yüksek çıkmıştır. Aynı zamanda kızların YTT puanları da erkeklerden anlamlı derecede daha yüksektir.

3.1.3 Ölçeklerin Yaş Gruplarına Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin yaş gruplarına göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Bağımsız Gruplarda T-Testi Analizi sonuçları Tablo 3.9'da verilmiştir.

Tablo 3.9 Ölçeklerin Yaş Gruplarına Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
PİKÖ-E	14-16	161	2,35	0,71	-0,127	0,899
	17-18	113	2,36	0,69		
VAÖ	14-16	161	2,31	0,69	-0,456	0,649
	17-18	113	2,35	0,72		
YTT	14-16	161	2,38	0,59	-1,861	0,064
	17-18	113	2,52	0,70		

Buna göre; PİKÖ-E, VAÖ ve YTT yaş gruplarına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p > ,05$). Diğer bir ifade ile farklı yaş gruplarındaki kişilerin PİKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.4 Ölçeklerin Sınıflara Göre Değişiminin İncelenmesi

PIKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin sınıfa göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek için yapılan Bağımsız Gruplarda T-Testi Analizi sonuçları Tablo 3.10'da verilmiştir.

Tablo 3.10 Ölçeklerin Sınıflara Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
PIKÖ-E	1. Sınıf	138	2,34	0,68	-0,278	0,782
	4. Sınıf	136	2,36	0,72		
VAÖ	1. Sınıf	138	2,26	0,68	-1,562	0,119
	4. Sınıf	136	2,39	0,71		
YTT	1. Sınıf	138	2,33	0,50	-2,911	0,004*
	4. Sınıf	136	2,55	0,74		

* $p < ,05$

Buna göre; PIKÖ-E, VAÖ sınıflara göre anlamlı düzeyde bir farklılık göstermezken ($p > ,05$); YTT sınıflara göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($p < ,05$). 4. Sınıfta öğrenim gören katılımcıların YTT puanları, 1. Sınıfta öğrenim görenlerden anlamlı derecede farklı ve yüksektir.

3.1.5 Ölçeklerin Anne ve Babanın Birliktelik Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

PIKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin anne baba birlikteliğine göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Tablo 3.11'de verilmiştir.

Tablo 3.11 Ölçeklerin Anne ve Baba Birliktelik Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
PIKÖ-E	Birlikte yaşıyor	233	2,33	0,69	0,323	0,724
	Ayrı yaşıyor	7	2,41	0,90		
	Boşanmış	22	2,45	0,86		
	Total	262	2,34	0,71		
VAÖ	Birlikte yaşıyor	233	2,29	0,70	1,571	0,210
	Ayrı yaşıyor	7	2,29	0,62		
	Boşanmış	22	2,56	0,63		
	Total	262	2,31	0,69		
YTT	Birlikte yaşıyor	233	2,41	0,62	3,226	0,041
	Ayrı yaşıyor	7	2,58	0,70		
	Boşanmış	22	2,76	0,82		
	Total	262	2,44	0,64		

Buna göre; PİKÖ-E, VAÖ ve YTT anne ve babanın birliktelik durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Diğer bir ifade ile anne ve babası birlikte yaşayanların, ayrı yaşayanların ve boşanmış kişilerin PİKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.6 Ölçeklerin Annenin Eğitim Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin annenin eğitim durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.12'de verilmiştir.

Tablo 3.12 Ölçeklerin Annenin Eğitim Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	
PİKÖ-E	Okur-yazar değil	6	1,86	0,53	2,093	0,054
	Okur-yazar	8	2,59	0,98		
	İlkokul mezunu	54	2,17	0,60		
	Ortaokul mezunu	42	2,38	0,66		
	Lise mezunu	97	2,47	0,74		
	Üniversite mezunu	59	2,27	0,65		
	Yüksek lisans/Doktora mezunu	6	2,69	1,04		
	Total	272	2,35	0,70		
VAÖ	Okur-yazar değil	6	2,76	0,48	1,228	0,292
	Okur-yazar	8	2,06	0,61		
	İlkokul mezunu	54	2,32	0,62		
	Ortaokul mezunu	42	2,41	0,81		
	Lise mezunu	97	2,22	0,71		
	Üniversite mezunu	59	2,42	0,66		
	Yüksek lisans/Doktora mezunu	6	2,29	1,00		
	Total	272	2,32	0,70		
YTT	Okur-yazar değil	6	2,58	0,49	1,359	0,231
	Okur-yazar	8	2,82	1,20		
	İlkokul mezunu	54	2,39	0,52		
	Ortaokul mezunu	42	2,51	0,63		
	Lise mezunu	97	2,43	0,70		
	Üniversite mezunu	59	2,33	0,42		
	Yüksek lisans/Doktora mezunu	6	2,83	1,36		
	Total	272	2,43	0,64		

Buna göre; PİKÖ-E, VAÖ ve YTT anne eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Diğer bir ifade ile anneleri farklı eğitim seviyelerine sahip olan kişilerin PİKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.7 Ölçeklerin Babanın Eğitim Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

PIKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin babanın eğitim durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek için yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.13'te verilmiştir.

Tablo 3.13 Ölçeklerin Babanın Eğitim Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	
PIKÖ-E	Okur-yazar değil	1	1,85	-	0,332	0,920
	Okur-yazar	4	2,13	0,59		
	İlkokul mezunu	37	2,32	0,68		
	Ortaokul mezunu	36	2,36	0,62		
	Lise mezunu	85	2,39	0,77		
	Üniversite mezunu	91	2,32	0,69		
	Yüksek lisans/Doktora mezunu	15	2,22	0,61		
	Total	269	2,34	0,69		
VAÖ	Okur-yazar değil	1	1,83	-	0,585	0,742
	Okur-yazar	4	2,16	0,78		
	İlkokul mezunu	37	2,32	0,70		
	Ortaokul mezunu	36	2,21	0,65		
	Lise mezunu	85	2,29	0,68		
	Üniversite mezunu	91	2,40	0,73		
	Yüksek lisans/Doktora mezunu	15	2,20	0,75		
	Total	269	2,31	0,70		
YTT	Okur-yazar değil	1	2,63	-	0,892	0,501
	Okur-yazar	4	2,17	0,62		
	İlkokul mezunu	37	2,48	0,64		
	Ortaokul mezunu	36	2,40	0,73		
	Lise mezunu	85	2,36	0,58		
	Üniversite mezunu	91	2,53	0,66		
	Yüksek lisans/Doktora mezunu	15	2,24	0,53		
	Total	269	2,43	0,64		

Buna göre; PIKÖ-E, VAÖ ve YTT babanın eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Diğer bir ifade ile babaları farklı eğitim seviyelerine sahip olan kişilerin PIKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.8 Ölçeklerin Annenin Mesleğine Göre Değişiminin İncelenmesi

PIKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin annenin mesleğine göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Tablo 3.14'te verilmiştir.

Tablo 3.14 Ölçeklerin Annenin Mesleğine Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
PİKÖ-E	Ev hanımı	154	2,29	0,69	0,880	0,495
	İşçi	17	2,32	0,52		
	Memur	27	2,52	0,81		
	Serbest çalışıyor	29	2,31	0,67		
	Emekli	16	2,51	0,51		
	Diğer	25	2,48	0,88		
	Total	268	2,35	0,70		
VAÖ	Ev hanımı	154	2,29	0,72	1,214	0,303
	İşçi	17	2,32	0,51		
	Memur	27	2,24	0,61		
	Serbest çalışıyor	29	2,62	0,75		
	Emekli	16	2,39	0,76		
	Diğer	25	2,28	0,66		
	Total	268	2,33	0,70		
YTT	Ev hanımı	154	2,43	0,64	0,995	0,422
	İşçi	17	2,23	0,60		
	Memur	27	2,37	0,59		
	Serbest çalışıyor	29	2,56	0,62		
	Emekli	16	2,65	0,62		
	Diğer	25	2,47	0,74		
	Total	268	2,44	0,64		

Buna göre; PİKÖ-E, VAÖ ve YTT annenin mesleğine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Diğer bir ifade ile anneleri farklı mesleklerden olan kişilerin PİKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.9 Ölçeklerin Babanın Mesleğine Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ölçeği ve YTT'nin baba mesleğine göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını saptamak amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Tablo 3.15'te verilmiştir.

Tablo 3.15 Ölçeklerin Babanın Mesleğine Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
PİKÖ-E	İşsiz	1	1,59	-	1,440	0,210
	İşçi	46	2,44	0,84		
	Memur	30	2,09	0,46		
	Serbest çalışıyor	88	2,37	0,72		
	Emekli	37	2,44	0,71		
	Diğer	69	2,30	0,63		
	Total	271	2,34	0,70		
VAÖ	İşsiz	1	2,13	-	0,353	0,880
	İşçi	46	2,27	0,65		
	Memur	30	2,36	0,57		
	Serbest çalışıyor	88	2,34	0,76		
	Emekli	37	2,20	0,67		
	Diğer	69	2,37	0,74		
	Total	271	2,32	0,70		
YTT	İşsiz	1	2,23	-	0,249	0,940
	İşçi	46	2,41	0,70		
	Memur	30	2,38	0,43		
	Serbest çalışıyor	88	2,44	0,65		
	Emekli	37	2,53	0,70		
	Diğer	69	2,43	0,65		
	Total	271	2,44	0,64		

Buna göre; PİKÖ-E, VAÖ ve YTT babanın mesleğine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Diğer bir ifade ile babaları farklı mesleklerden olan kişilerin PİKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.10 Ölçeklerin Kardeş Sayısına Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin katılımcıların kaç kardeş olduklarına göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek için yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Tablo 3.16'da verilmiştir.

Tablo 3.16 Ölçeklerin Kardeş Sayısına Göre Değişiminin İncelenmesi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	
PİKÖ-E	Tek çocuk	50	2,42	0,81	1,068	0,363
	2 kardeş	150	2,29	0,60		
	3 kardeş	49	2,37	0,72		
	4 kardeş ve fazlası	24	2,54	0,96		
	Total	273	2,35	0,70		
VAÖ	Tek çocuk	50	2,30	0,53	0,446	0,721
	2 kardeş	150	2,28	0,70		
	3 kardeş	49	2,41	0,72		
	4 kardeş ve fazlası	24	2,37	0,91		
	Total	273	2,32	0,70		
YTT	Tek çocuk	50	2,46	0,65	1,472	0,222
	2 kardeş	150	2,39	0,59		
	3 kardeş	49	2,45	0,67		
	4 kardeş ve fazlası	24	2,68	0,84		
	Total	273	2,44	0,64		

Buna göre; PİKÖ-E, VAÖ ve YTT katılımcıların kaç kardeş olduklarına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Diğer bir ifade ile farklı sayıda kardeşe sahip olan kişilerin PİKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.11 Ölçeklerin Doğum Sırasına Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin doğum sırasına göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını saptamak amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Tablo 3.17'de verilmiştir.

Tablo 3.17 Ölçeklerin Doğum Sırasına Göre Değişiminin İncelenmesi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	
PIKÖ-E	1	135	2,36	0,70		
	2	99	2,28	0,61		
	3	27	2,53	0,89		
	4	6	2,01	1,05		
	5	2	3,19	0,79	1,274	0,263
	6	2	1,94	0,65		
	8	1	2,89	-		
	9	1	1,85	-		
	Total	273	2,35	0,70		
	VAÖ	1	135	2,31	0,63	
2		99	2,33	0,74		
3		27	2,28	0,74		
4		6	2,31	0,98		
5		2	2,14	0,20	0,574	0,777
6		2	2,99	0,58		
8		1	1,51	-		
9		1	1,83	-		
Total		273	2,31	0,69		
YTT		1	135	2,41	0,62	
	2	99	2,45	0,61		
	3	27	2,49	0,85		
	4	6	2,88	0,77		
	5	2	1,95	0,25	0,703	0,670
	6	2	2,51	0,87		
	8	1	2,05	-		
	9	1	2,63	-		
	Total	273	2,44	0,64		

Buna göre; PİKÖ-E, VAÖ ve YTT doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Diğer bir ifade ile doğum sırası farklı olan kişilerin PİKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.12 Ölçeklerin Ailenin Ortalama Aylık Gelir Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin ailenin ortalama aylık gelir durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.18'de verilmiştir.

Tablo 3.18 Ölçeklerin Ailenin Ortalama Aylık Gelir Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	
PİKÖ-E	1300 TL veya daha düşük	20	2,39	0,65	0,657	0,579
	1301-3000 TL	100	2,36	0,76		
	3001-4500 TL	69	2,26	0,63		
	4501 TL'den yüksek	64	2,43	0,71		
	Total	253	2,35	0,70		
VAÖ	1300 TL veya daha düşük	20	2,62	0,77	1,442	0,231
	1301-3000 TL	100	2,34	0,68		
	3001-4500 TL	69	2,27	0,73		
	4501 TL'den yüksek	64	2,27	0,70		
	Total	253	2,32	0,71		
YTT	1300 TL veya daha düşük	20	2,73	0,68	2,188	0,090
	1301-3000 TL	100	2,41	0,61		
	3001-4500 TL	69	2,34	0,56		
	4501 TL'den yüksek	64	2,50	0,73		
	Total	253	2,44	0,64		

Buna göre; PİKÖ-E, VAÖ ve YTT ailenin ortalama aylık gelir seviyesine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Diğer bir ifade ile aileleri farklı gelir seviyelerine sahip olan kişilerin PİKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.13 Ölçeklerin İnternet Kullanım Zamanına Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin internet kullanım zamanına göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını saptamak amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.19'da verilmiştir.

Tablo 3.19 Ölçeklerin İnternet Kullanım Zamanına Göre Değişiminin İncelenmesi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	
PİKÖ-E	1 yıldan az	4	2,08	0,66	1,770	0,153
	1-3 yıl arası	21	2,16	0,66		
	4-6 yıl arası	103	2,46	0,76		
	7 yıl ve üzeri	144	2,30	0,66		
	Total	272	2,35	0,70		
VAÖ	1 yıldan az	4	2,87	0,50	1,680	0,172
	1-3 yıl arası	21	2,43	0,69		
	4-6 yıl arası	103	2,36	0,73		
	7 yıl ve üzeri	144	2,25	0,65		
	Total	272	2,31	0,69		
YTT	1 yıldan az	4	2,89	0,49	0,773	0,510
	1-3 yıl arası	21	2,50	0,73		
	4-6 yıl arası	103	2,43	0,60		
	7 yıl ve üzeri	144	2,42	0,66		
	Total	272	2,44	0,64		

Buna göre; PİKÖ-E, VAÖ ve YTT internet kullanım süresine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Diğer bir ifade ile farklı sürede internet kullanan kişilerin PİKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.14 Ölçeklerin Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin internet kullanım süresine göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek için yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.20'de verilmiştir.

Tablo 3.20 Ölçeklerin Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Değişiminin İncelenmesi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	
PİKÖ-E	1 saatten az	15	1,82	0,63	7,743	0,000*
	1-2 saat	74	2,11	0,61		
	3-4 saat	107	2,37	0,62		
	5-6 saat	44	2,56	0,79		
	7-8 saat	18	2,62	0,65		
	9 saat ve üzeri	16	2,93	0,84		
	Total	274	2,35	0,70		
VAÖ	1 saatten az	15	2,56	0,48	0,760	0,579
	1-2 saat	74	2,26	0,72		
	3-4 saat	107	2,29	0,65		
	5-6 saat	44	2,41	0,60		
	7-8 saat	18	2,28	0,87		
	9 saat ve üzeri	16	2,43	1,10		
	Total	274	2,32	0,70		
YTT	1 saatten az	15	2,35	0,37	0,511	0,768
	1-2 saat	74	2,49	0,72		
	3-4 saat	107	2,38	0,51		
	5-6 saat	44	2,43	0,66		
	7-8 saat	18	2,56	0,91		
	9 saat ve üzeri	16	2,52	0,84		
	Total	274	2,44	0,64		

* $p < ,05$

Buna göre; VAÖ ve YTT günlük internet kullanım süresine göre anlamlı düzeyde bir farklılık göstermezken ($p > ,05$); PİKÖ-E günlük internet kullanım saatine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($p < ,05$). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını saptamak amacıyla yapılan Tukey testinin sonuçlarına göre; interneti 1 saatten az kullananlar ile 1-2 saat arasında kullananların ortalamaları, diğer gruplardan anlamlı derecede daha düşük çıkmıştır.

3.1.15 Ölçeklerin İnternet Kullanım Süresi Konusunda Uyarı Alma Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin internet kullanma süresi konusunda uyarı alma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını saptamak amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Tablo 3.21'de verilmiştir.

Tablo 3.21 Ölçeklerin İnternet Kullanım Süresi Konusunda Uyarı Alma Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
PİKÖ-E	Hiç	57	2,06	0,63	11,201	0,000*
	Nadiren	76	2,18	0,56		
	Ara sıra	83	2,38	0,67		
	Sık sık	41	2,74	0,72		
	Her zaman	17	2,95	0,88		
	Total	274	2,35	0,70		
VAÖ	Hiç	57	2,37	0,76	2,594	0,037
	Nadiren	76	2,41	0,59		
	Ara sıra	83	2,18	0,64		
	Sık sık	41	2,23	0,71		
	Her zaman	17	2,69	1,03		
	Total	274	2,32	0,70		
YTT	Hiç	57	2,53	0,65	1,327	0,260
	Nadiren	76	2,45	0,61		
	Ara sıra	83	2,33	0,65		
	Sık sık	41	2,42	0,65		
	Her zaman	17	2,63	0,68		
	Total	274	2,44	0,64		

* $p < ,05$

Buna göre PİKÖ-E; internet kullanım süresi konusunda uyarı alma durumuna göre anlamlı düzeyde bir farklılık gösterirken ($p < ,05$); diğer ölçekler ise anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p > ,05$). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan Tukey testine göre; sık sık ve her zaman uyarı alan bireylerin PİKÖ-E ortalamaları, diğer gruplardan anlamlı derecede daha yüksek çıkmıştır. Diğer gruplar arasında ise anlamlı düzeyde farklılık bulunmamaktadır.

3.1.16 Ölçeklerin Evde İnternet Bağlantısı Olma Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin evde internet olma durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Bağımsız Gruplarda T-Testi Analizi sonuçları Tablo 3.22'de verilmiştir.

Tablo 3.22 Ölçeklerin Evde İnternet Bağlantısı Olma Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
PİKÖ-E	Evet	248	2,34	0,69	-0,636	0,525
	Hayır	26	2,43	0,82		
VAÖ	Evet	248	2,30	0,69	-1,958	0,051
	Hayır	26	2,58	0,77		
YTT	Evet	248	2,42	0,64	-1,174	0,241
	Hayır	26	2,58	0,65		

Buna göre; PİKÖ-E, VAÖ ve YTT evde internet bağlantısı olma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p>,05$). Diğer bir ifade ile evinde internet bağlantısı olan ve olmayan kişilerin PİKÖ-E, VAÖ ve YTT düzeyleri benzer seviyededir.

3.1.17 Ölçeklerin İnternet Kullanım Amacına Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin internet kullanım amacına göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Tablo 3.23'te verilmiştir.

Tablo 3.23 Ölçeklerin İnternet Kullanım Amacına Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
PİKÖ-E	Ödev/Araştırma	15	2,00	0,72	1,281	0,272
	Film/Müzik/Tv	51	2,29	0,70		
	Sohbet/Chat	69	2,33	0,71		
	Oyun	44	2,46	0,62		
	Sosyal medya	90	2,39	0,70		
	Diğer	4	2,69	1,34		
	Total	273	2,35	0,70		
VAÖ	Ödev/Araştırma	15	2,28	0,58	3,983	0,002*
	Film/Müzik/Tv	51	2,37	0,80		
	Sohbet/Chat	69	2,35	0,56		
	Oyun	44	1,92	0,55		
	Sosyal medya	90	2,47	0,72		
	Diğer	4	2,38	1,59		
	Total	273	2,32	0,70		
YTT	Ödev/Araştırma	15	2,38	0,47	2,738	0,020*
	Film/Müzik/Tv	51	2,60	0,75		
	Sohbet/Chat	69	2,55	0,65		
	Oyun	44	2,22	0,67		
	Sosyal medya	90	2,38	0,54		
	Diğer	4	2,02	0,36		
	Total	273	2,43	0,64		

* $p<,05$

Buna göre PİKÖ-E; internet kullanım amacına göre anlamlı düzeyde bir farklılık göstermezken ($p>,05$); VAÖ ve YTT internet kullanım amacına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($p<,05$). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını saptamak amacıyla yapılan Tukey testinin sonuçlarına göre:

VAÖ için; oyun oynamak amacıyla interneti kullananların ortalaması, film/müzik/televizyon, sohbet ve sosyal medya amacıyla interneti kullananların VAÖ düzeyinden anlamlı derecede farklı ve düşüktür. Diğer gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

YTT için; oyun oynamak amacıyla interneti kullananların ortalaması, film/müzik/televizyon ve sohbet amacıyla interneti kullananların YTT düzeyinden anlamlı derecede farklı ve düşüktür. Diğer gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamaktadır.

3.1.18 Ölçeklerin İnternet Kullanımının Sınırlanması Karşısında Hissedilen Duyguya Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin internet kullanımının sınırlanması durumunda hissedilen duyguya göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını saptamak amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Tablo 3.24'te verilmiştir.

Tablo 3.24 Ölçeklerin İnternet Kullanımının Sınırlanması Karşısında Hissedilen Duyguya Göre Değişiminin İncelenmesi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	
PIKÖ-E	Öfke	115	2,46	0,72	2,536	0,041*
	Üzüntü	91	2,24	0,59		
	Korku	3	3,10	1,32		
	Kaygı	27	2,45	0,85		
	Utanç	20	2,19	0,63		
	Total	256	2,36	0,70		
VAÖ	Öfke	115	2,33	0,68	0,384	0,820
	Üzüntü	91	2,35	0,66		
	Korku	3	2,43	1,97		
	Kaygı	27	2,43	0,85		
	Utanç	20	2,18	0,47		
	Total	256	2,34	0,70		
YTT	Öfke	115	2,45	0,68	1,357	0,249
	Üzüntü	91	2,45	0,62		
	Korku	3	2,09	0,41		
	Kaygı	27	2,64	0,71		
	Utanç	20	2,23	0,52		
	Total	256	2,45	0,65		

* $p < ,05$

Buna göre PİKÖ-E; internet kullanımının sınırlanması durumunda hissedilen duyguya göre anlamlı düzeyde bir farklılık gösterirken ($p < ,05$); diğer ölçekler internet kullanımının sınırlanması durumunda hissedilen duyguya göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p > ,05$). Anlamlı farklılık gösteren PİKÖ-E için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla yapılan Tukey testine göre; öfke ve üzüntü duyan katılımcıların ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark bulunmaktadır; öfke duyanların problemlili internet kullanımı düzeyleri, üzüntü duyanlardan anlamlı derecede farklı ve yüksektir. Bunlara ek olarak; korku duyanların problemlili internet kullanımı düzeyleri, üzüntü ve utanç duyanların problemlili internet kullanımı düzeylerinden anlamlı düzeyde farklı ve daha yüksektir.

3.1.19 Ölçeklerin İnternet Kullanımının Sınırlanması Karşısında Sergilenen Davranışa Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin internet kullanımının sınırlanması durumunda sergiledikleri davranışa göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek için yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Tablo 3.25'te verilmiştir.

Tablo 3.25 Ölçeklerin İnternet Kullanımının Sınırlanması Karşısında Sergilenen Davranışa Göre Değişiminin İncelenmesi

	N	Ortalama	Std. Sapma	F	p	
PİKÖ-E	Bağırırım	50	2,63	0,79	13,413	0,000*
	Kırıp dökerim	7	2,78	0,62		
	Ortamı terk ederim	46	2,71	0,84		
	Sessiz kalırım	160	2,15	0,56		
	Total	263	2,36	0,71		
VAÖ	Bağırırım	50	2,40	0,75	0,469	0,704
	Kırıp dökerim	7	2,54	1,06		
	Ortamı terk ederim	46	2,30	0,69		
	Sessiz kalırım	160	2,31	0,67		
	Total	263	2,33	0,70		
YTT	Bağırırım	50	2,57	0,68	2,032	0,110
	Kırıp dökerim	7	2,83	0,63		
	Ortamı terk ederim	46	2,44	0,70		
	Sessiz kalırım	160	2,38	0,62		
	Total	263	2,44	0,65		

* $p < ,05$

Buna göre PİKÖ-E; internet kullanımının sınırlanması durumunda sergilenen davranışa göre anlamlı düzeyde bir farklılık gösterirken ($p < ,05$); diğer ölçekler internet kullanımının sınırlanması durumunda sergilenen davranışa göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p > ,05$). Anlamlı seviyede farklılık gösteren PİKÖ-E için, farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını saptamak amacıyla yapılan Tukey testine göre; internet kullanımı kısıtlandığında sessiz kalanların problemlili internet kullanımı düzeyleri; bağırınların, kırıp dökenlerin ve ortamı terk edenlerin problemlili internet kullanımı düzeylerinden anlamlı derecede farklı ve daha düşüktür. Diğer gruplar arasında ise anlamlı düzeyde farklılık bulunmamaktadır.

3.1.20 Ölçeklerin Arkadaşların İnternet Kullanımına Yönelme Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin arkadaşların internet kullanmaya yönelme durumuna göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını saptamak için yapılan Bağımsız Gruplarda T-Testi Analizi sonuçları Tablo 3.26'da verilmiştir.

Tablo 3.26 Ölçeklerin Arkadaşların İnternet Kullanımına Yöneltilme Durumuna Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
PİKÖ-E	Evet	214	2,42	0,71	3,305	0,001*
	Hayır	60	2,09	0,63		
VAÖ	Evet	214	2,32	0,69	0,080	0,937
	Hayır	60	2,32	0,74		
YTT	Evet	214	2,48	0,67	1,981	0,049
	Hayır	60	2,29	0,52		

* $p < ,05$

PİKÖ-E, kişilerin arkadaşlarının internet kullanımına yöneltilme durumuna göre anlamlı düzeyde bir farklılık gösterirken ($p < ,05$); diğer ölçekler anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p > ,05$). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan Tukey testinin sonucuna göre; arkadaşları tarafından internet kullanımına yöneltilen kişilerin PİKÖ-E ortalamaları, arkadaşları tarafından internet kullanımına yöneltilmeyen kişilerden anlamlı derecede daha yüksektir.

3.1.21 Ölçeklerin Arkadaşların İnternet Kullanımına Yöneltilme Biçimine Göre Değişiminin İncelenmesi

PİKÖ-E, VAÖ ve YTT'nin arkadaşların internet kullanmaya yöneltilme biçimine göre ortalamaları ve bu ortalamalar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacıyla yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 3.27'de verilmiştir.

Tablo 3.27 Ölçeklerin Arkadaşların İnternet Kullanımına Yöneltilme Biçimine Göre Değişiminin İncelenmesi

		N	Ortalama	Std. Sapma	F	p
PIKÖ-E	Link göndererek	7	2,25	0,78	0,304	0,822
	Sık sık mesaj atarak	160	2,44	0,73		
	Caps göndererek	11	2,28	0,59		
	Oyunlardan bahsederek	37	2,44	0,60		
	Total	215	2,42	0,70		
VAÖ	Link göndererek	7	2,10	0,45	5,353	0,001*
	Sık sık mesaj atarak	160	2,43	0,70		
	Caps göndererek	11	2,13	0,44		
	Oyunlardan bahsederek	37	1,97	0,59		
	Total	215	2,32	0,69		
YTT	Link göndererek	7	2,46	0,43	1,063	0,366
	Sık sık mesaj atarak	160	2,52	0,65		
	Caps göndererek	11	2,53	0,78		
	Oyunlardan bahsederek	37	2,30	0,73		
	Total	215	2,48	0,66		

* $p < ,05$

VAÖ arkadaşların internet kullanmaya yöneltilme biçimine göre anlamlı düzeyde bir farklılık gösterirken ($p < ,05$); diğer ölçekler anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir ($p > ,05$). VAÖ için farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek amacıyla yapılan Tukey testine göre; arkadaşları tarafından sık sık mesaj atarak internet kullanımına yöneltilen bireylerin; VAÖ ortalamaları diğer gruplardan anlamlı derecede yüksekken, arkadaşları tarafından oyunlardan bahsederek internet kullanımına yöneltilen bireylerin ortalamaları diğer gruplardan anlamlı derecede düşüktür. Diğer gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmamaktadır.

3.1.22 Ölçekler Arası İlişkiler

Ölçekler arası ilişkilerin belirlenmesi amacıyla İki Değişkenli Pearson Korelasyon Analizi yapılmış ve korelasyon katsayısı elde edilmiştir. Elde edilen İki Değişkenli Pearson Korelasyon Analizi Tablo 3.28’de verilmiştir.

Tablo 3.28 PIKÖ-E, VAÖ ve YTT Arasında Yapılan İki Değişkenli Pearson Korelasyon Katsayıları

		1	2	3
PIKÖ-E	r	1		
VAÖ	r	,108	1	
YTT	r	,233**	,251**	1

** $p < ,01$

Buna göre; PİKÖ-E'nun, VAÖ ile anlamlı düzeyde bir ilişkisi bulunmazken; YTT ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisi ($r=,233$; $p<,01$) bulunmaktadır. Bunlara ek olarak; VAÖ ile YTT arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki ($r=,251$; $p<,01$) bulunmaktadır.

3.1.23 Regresyon Modelleri

VAÖ'nin bağımlı, PİKÖ-E'nun bağımsız değişken olduğu; YTT'nin bağımlı, VAÖ'nin bağımsız değişken olduğu ve YTT'nin bağımlı, PİKÖ-E'nun bağımsız değişken olarak alındığı üç adet regresyon modeli oluşturulmuş ve bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkisi incelenmiş ve Tablo 3.29'da verilmiştir.

Tablo 3.29 PİKÖ-E, VAÖ ve YTT Arasında Yapılan Regresyon Analizleri

Model	Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	Katsayı	<i>p</i>
$R^2= 0,012$; $F= 3,182$; $p=0,076$	VAÖ	Sabit terim PİKÖ-E	2,070 0,108	0,000 0,076
$R^2= 0,059$; $F= 18,211$; $p=0,000$	YTT	Sabit terim VAÖ	1,905 0,251	0,000 0,000
$R^2= 0,054$; $F= 15,549$; $p=0,000$	YTT	Sabit terim PİKÖ-E	1,939 0,233	0,000 0,000

Buna göre; VAÖ'nin bağımlı, PİKÖ-E'nun bağımsız değişken olarak alındığı regresyon modeli anlamlı bulunmamıştır ($p>,05$). Diğer bir ifade ile PİKÖ-E'nun, VAÖ üzerinde anlamlı düzeyde bir etkisi bulunmamaktadır.

YTT'nin bağımlı, VAÖ'nin bağımsız değişken olarak alındığı ikinci regresyon modelinde ise; model anlamlı bulunmuştur ($p<,05$). Bağımsız değişkenin, bağımlı değişkeni açıklama oranı (R^2) ise %5,9 olmakla birlikte, bu oran çok düşüktür. Bu düzey, bağımlı değişkenleri açıklayan başka değişkenlerin de var olduğunu ve modele dahil edilmesi gerektiğini göstermektedir. Model içerisinde bağımsız değişken olarak yer alan VAÖ katsayısı anlamlı bulunmuştur ($p<,05$). Bu durumda model denklemi aşağıdaki şekildedir.

$$YTT = 1,905 + 0,251*(VAÖ)$$

YTT'nin bağımlı, PİKÖ-E'nun bağımsız değişken olarak alındığı üçüncü regresyon modelinde ise; model anlamlı bulunmuştur ($p<,05$). Bağımsız değişkenin, bağımlı değişkeni açıklama oranı (R^2) ise %5,4 olmakla beraber, bu oran çok düşüktür. Bu düzey, bağımlı değişkenleri açıklayan başka değişkenlerin de var

olduğunu ve modele dahil edilmesi gerektiğini göstermektedir. Model içerisinde bağımsız değişken olarak yer alan PİKÖ-E katsayısı anlamlı bulunmuştur ($p < ,05$). Bu durumda model denklemini aşağıdaki şekildedir.

$$YTT = 1,939 + 0,233*(PİKÖ-E)$$

BÖLÜM 4

TARTIŞMA VE SONUÇ

Yapılan araştırmada; lise öğrencilerinin internet kullanımlarının beden algıları ve yeme tutumlarıyla ilişkisi olup olmadığı incelenmiştir. Bu bölümde çalışma sonucunda elde edilen verilerin sonuçları literatüre göre değerlendirilerek, yorumlanmıştır. Gelecekte yürütülecek olan çalışmalara yol göstermek için; yapılan çalışmanın sınırlılıklardan söz edilmiş ve çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

4.1 Araştırma Bulgularının Değerlendirilmesi

Gerçekleştirdiğimiz çalışmada; PİKÖ-E cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir. Katılımcıların interneti kullanma amaçları ve cinsiyet özellikleri incelendiğinde; sosyal medya kullanımı %33 (%20,7 erkek - %41,4 kız); sohbet amaçlı kullanım %25,3 (%19,8 erkek - %29 kız); film, müzik ve televizyon ise %18,7'dir (%15,3 erkek - %21 kız). Oyun amaçlı kullanım oranı %16,1 (%37,2 erkek - %1,2 kız); ödev ve araştırma amacıyla kullanım oranı %5,5 (%2,7 erkek - %7,4 kız); diğer amaçlarla kullanım oranı ise %1,5'tir (%3,6 erkek - %0 kız).

Literatürde konu ile ilgili çeşitli araştırmalar mevcuttur. Yılmaz ve arkadaşları (2014) tarafından yürütülen araştırmada; lise öğrencilerinin %66'sının orta düzeyde, %16,3'ünün ise yüksek düzeyde internet bağımlısı oldukları saptanmıştır. Öğrencilerin cinsiyet özellikleri göz önünde bulundurulduğunda ise; internet kullanım oranlarının erkeklerde kızlara göre daha yüksek olduğu ve iki cinsiyetin kullanım amaçlarının da farklılık gösterdiği bildirilmektedir. Gerçekleştirilen diğer bir araştırmaya göre; erkek öğrenciler, kız öğrencilere oranla internette sohbet etmeye ve oyun oynamaya daha fazla zaman harcamaktadırlar (Chisholm, 2006). Mazman ve Usluel (2011), cinsiyet değişkeni göz önünde bulundurulduğunda; sosyal medyada kadınların erkeklere oranla daha çok tanıdıkları insanlarla iletişime geçmeyi tercih ettiklerini ifade ederken; erkeklerin ise kadınlara oranla daha çok yeni kişilerle

tanımayı ve ortak fikirlere sahip insanları tanımayı hedeflediklerini bildirmektedir. Gürcan'ın (2010) problemlili internet kullanımı ile ilgili yaptığı araştırmada; 710 lise öğrencisi ile çalışılmıştır. Cinsiyet özellikleri incelendiğinde; erkeklerin kız öğrencilere oranla problemlili internet kullanımı seviyelerinin, internette aşırı zaman harcama oranlarının ve internetten negatif yönde etkilenme düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilmiştir. Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde yapılan bir araştırmaya; yaşları 12 ve 17 arasında değişen 686 ilköğretim ve lise öğrencisinin katılımı gerçekleşmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; erkek öğrencilerin ve sosyoekonomik düzeyi yüksek olan öğrencilerin internet kullanım oranları daha yüksektir. Ayrıca öğrencilerin interneti daha çok eğlenmek ve sosyal etkileşimde bulunmak amacıyla kullandıkları tespit edilmiştir (Bayraktar, 2001).

Bizim araştırmamızda; problemlili internet kullanımının cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılık göstermemesi, önceki araştırmalar ile tutarlı değildir. Araştırmaya kız öğrencilerin ve erkek öğrencilerin tamamen eşit oranlarda katılım sağlamamaları, her geçen gün yaygınlaşan internet kullanımının günlük yaşamdaki alanlarda (örn. iletişim, sosyal, oyun, bilgi arama, akademik amaçlı kullanımlar) gereklilik haline gelmesi ve çeşitli mobil teknolojik cihazlar ve uygulamalar ile her daim ve her yerde erişilebilir olması bu duruma neden olmuş olabilir. İnternet kullanım amaçları incelendiğinde ise; çalışmamız önceki çalışmalar ile desteklenmektedir. Bizim araştırmamızda sosyal amaçlı ve eğlenme amacıyla internet kullanımı oranlarının yüksek olduğu tespit edilmiştir; bu da literatürdeki araştırmalar ile tutarlıdır.

Gerçekleştirdiğimiz çalışmada; VAÖ ve YTT cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Kızların VAÖ puanları, erkeklerden anlamlı derecede daha yüksek çıkmıştır. Aynı zamanda kızların YTT puanları da erkeklerden anlamlı derecede daha yüksektir. Öte yandan katılımcıların interneti kullanım amaçları göz önünde bulundurulduğunda; VAÖ için, oyun oynamak amacıyla interneti kullananların ortalaması; film/müzik/televizyon, sohbet ve sosyal medya amacıyla interneti kullananlardan anlamlı derecede düşükken; benzer şekilde YTT için de oyun oynamak amacıyla interneti kullananların ortalaması; film/müzik/televizyon ve sohbet amacıyla interneti kullananlardan anlamlı derecede düşük çıkmıştır. Bu bağlamda oyun oynama amaçlı kullanım oranının çoğunluğunu erkeklerin oluşturması, ölçek puanlarının düşük olmasını açıklayabilir.

Literatürde konu ile ilgili birtakım araştırmalar bulunmaktadır. Acar'a (2010) göre; yaş değişkeninin etkisi olmadan, kadınlar erkeklere oranla vücutlarıyla daha fazla ilgilenmektedirler. Beden algısı neredeyse tüm kadınlarda çok genç yaşlarda başlayarak, hayat boyu sürmektedir. Örsel ve arkadaşlarına (2004) göre; genç kızların çoğunda; kabul gören ideal vücut ölçülerine uyum sağlamak ile ilgili ciddi uğraşlar gözlemlenmektedir. Nitekim bu durum, diyet uygulamaları ve yeme bozuklukları problemlerine yol açabilmektedir. Ergenlerde diyet uygulamaları ve sağlıksız beden ağırlığı denetimi davranışlarını incelemek amacıyla, 10 yıl süresince 3 proje ile gerçekleştirilen bir izlem çalışmasında; ortaokul ve lisede öğrenimine devam eden 1902 ergen katılımcı ile çalışılmıştır. Araştırma sonucunda 10 yıl sürecinde; BKİ'nin yükseliş gösterdiği saptanırken, ergen kızlarda diyet için ilaç kullanımı, erkeklerde besinlerin yerine geçen ürün kullanımı olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca hem kızlar hem erkekler oldukça az yediklerini ve öğün atlama davranışları olduğunu bildirmiştir (Neumark-Sztainer ve ark., 2012). Gerçekleştirilen diğer bir araştırmaya; yaşları 11 ve 18 arasında değişen 269 kız, 286 erkek öğrencinin katılımı sağlanmıştır. Araştırma sonucunda; ergenlik dönemindeki erkeklerin, kızlara oranla kendi bedenlerinden daha memnun oldukları ortaya konulmuştur (ok, 1990). Yapılan diğer bir çalışmada; kadınların neredeyse %30'unun yaşamlarında en az bir kere yeme tutumunda bozukluk epizodu olduğu tespit edilmiştir (Abraham ve Llewellyn-Jones, 1997). Stice ve arkadaşlarına (2013) göre; ergenlik dönemindeki genç kızların %13'ü hayatlarında gelecek 10 yıl içerisinde yeme bozukluklarından birine yakalanma riskine sahiptir. Yeme bozuklarının risk oranını tespit edebilmek amacıyla İzmir ve arkadaşları (1994) tarafından gerçekleştiren araştırmaya lisede öğrenim görmekte olan 206 kız öğrenci katılmıştır; risk oranının %9,9 olduğu ifade edilmiştir. Demir (2006) tarafından İstanbul'da gerçekleştirilen araştırmaya 1978 (1022 kız - 956 erkek) lise öğrencisi katılmıştır. Yaşları 14 ve 19 arasında değişen grupta %2,52 oranında BN, %2 oranında AN olduğu saptanmıştır.

Bizim araştırmamızda kızların VAÖ ve YTT puanlarının erkeklere göre anlamlı derecede yüksek çıkması; literatürde yer alan, beden algısı ve yeme tutumu arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan önceki araştırmalar ile tutarlıdır. Kızların bedenlerine yönelik kaygıları; toplumlar tarafından oluşturulan kadına yönelik ideal vücut ölçüleri, güzellik algıları ve diğerleri tarafından beğenilme arzularının etkisiyle artabilir; bozulmuş yeme tutum ve davranışlarının sergilenmesine sebep olabilir.

Kızların erkeklere oranla daha yüksek ölçek puanlarına sahip olması bu faktörler ile açıklanabilir.

Gerçekleştirdiğimiz çalışmada; PİKÖ-E, kişilerin arkadaşlarının internet kullanımına yöneltme durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Arkadaşları tarafından internet kullanımına yöneltilen kişilerin PİKÖ-E ortalamaları, arkadaşları tarafından internet kullanımına yöneltmeyen kişilerden anlamlı derecede yüksektir.

Literatür incelendiğinde; bu konuyla ilgili birtakım araştırmaların var olduğu tespit edilmiştir. Ankara’da, yaşları 14 ve 18 arasında değişen, 697 lise öğrencisiyle gerçekleştirilen bir araştırmada; akran ilişkilerinin problemleri internet kullanımını yordayan önemli bir değişken olduğu ifade edilmektedir (Zorbaz ve Tuzgöl-Dost, 2014). Yapılan bir araştırma; problemleri internet kullanımı ile akran baskısı arasında pozitif yönlü bir korelasyon olduğunu göstermektedir (Esen, 2007). Lenhart ve arkadaşları (2001) tarafından gerçekleştirilen araştırmada; internet ortamında arkadaşlarıyla ilişkilerini geliştiren ergenlerin oranının %48, internet ortamında harcadıkları vaktin, arkadaşlarıyla geçirdikleri süreden daha fazla olduğunu belirtenlerin oranının ise %62 olduğunu bildirilmiştir. Gerçekleştirilen diğer bir araştırmaya göre; internette zaman harcamak; ergenlerin akran ilişkilerini ve sosyal ilişkilerini devam ettirebilmeleri için yerine getirilmesi gereken bir zorunluluk haline gelmiştir. İnternet kullanımı ergenler arasında; bir arkadaş grubuna girebilmek ve gruptaki statülerinin artması açısından oldukça önem teşkil etmektedir. Bu dönemdeki gençlerin; arkadaşlarıyla internet ortamında görüşmemeleri halinde, dahil oldukları grup tarafından dışlandıkları ifade edilmektedir (Boyd, 2008).

Bizim araştırmamız ile literatürdeki araştırmaların, problemleri internet kullanımı ve akran faktörü bakımından tutarlı olduğu görülmektedir. Hemcins ve karşı cinslerinden yaşlıları ile kişilerarası ilişkilerini geliştiren ve sosyal üretkenlik kazanan ergenler; bu dönemde akranlarının görüşlerini oldukça önemseyebilirler; onaylanma istekleri, arkadaş ortamına dahil olma çabaları, ortamdaki konum ve saygınlıkları için çeşitli alanlarda çaba sarf edebilirler. Bu açıdan gençlerin akranları ile sürekli iletişim halinde olabilmelerine, gündem ve yorumları takip edebilmelerine yönelik internet kullanımları artabilir ve sonucunda sağlıklı kullanımlar ortaya çıkabilir.

Gerçekleştirdiğimiz araştırmada; arkadaşların internet kullanımına yöneltme durumu ile VAÖ ve YTT arasında anlamlı düzeyde farklılık görülmediği tespit edilmiştir.

Literatürde bu konuya ilişkin çeşitli araştırmalar mevcuttur. Hetherington'a (2000) göre; batıda yetişen genç kızların ve kadınların büyük çoğunluğu ailelerinin ve akranlarının kabul ettikleri estetik algıları, kitle iletişim araçlarının (örn. internet, televizyon, telefon, radyo) etkisiyle zayıflığın pekiştirilmesi ve sağlık alanında çalışan uzmanların düşük kiloyu önermesi gibi pek çok etkenle daha zayıf bir bedene sahip olabilmek için kendilerini aç bırakmaktadır. Yapılan bir araştırmada; ergen gençlerin diyet uygulamalarına karar verme süreçlerinde %63,8 oranında medya ve magazin faktörlerinden, %44,8 arkadaş çevresinden, %32,1 oranında ise ebeveynlerinden etkilenmekte oldukları saptanmıştır (Demir, 2006). Kim'e (2001) göre; çeşitli kitle iletişim araçları tarafından bireylerin dengesiz beslenmelerine yol açan, aç kalmalarına yönelik hazırlanan zayıflama önerileri ve diyet uygulamaları ergenlerin büyüme ve gelişimlerini, akademik başarılarını ve sağlık durumlarını olumsuz yönde etkileyerek, ileride tedavisi zor hastalıklara neden olabilmektedir.

Bizim araştırmamız ve literatürdeki araştırmaların; akran faktörü açısından, beden algısı ve yeme tutumu ile tutarlı olmadığı görülmektedir.

Gerçekleştirdiğimiz çalışmada; PİKÖ-E'nin, YTT ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkisi bulunduğu tespit edilmiştir.

Literatür incelendiğinde araştırmamız; problemlili internet kullanımı ve yeme tutumu arasında ilişki olduğunu gösteren çeşitli araştırmalar ile desteklenmektedir. Mathy ve Cooper (2003); aşırı internet kullanımı olan bireylerde yeme, kumar, alkol, ve seks ile ilgili davranışsal problemler görüldüğünü bildirmektedir. Odacı ve Çelik (2012); problemlili internet kullanımı olan kişilerin, zihinsel açıdan devamlı olarak meşgul olduklarını ve çoğunlukla davranışlarının farkında olmadıklarını ifade etmektedir. Bu nedenden ötürü; kişilerin internette zaman harcarken, fark etmeden temel ihtiyaçlarını aksatabildiklerini, beslenme öğünlerini atlayabildiklerini ya da çoğunlukla sağlıksız alışkanlıklar tüketerek kiloyla ilgili sorunlar yaşayabildiklerini bildirmektedir. Tüm bunların sonucunda; kişilerin kilo verebilmek amacıyla oldukça az yeme ya da yediklerini çıkarma gibi zararlı davranışlar sergileyebildikleri ifade edilmektedir. Sözü edilen araştırmacıların; 661 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirdikleri araştırma ile; öğrencilerin problemlili internet kullanımları ve yeme tutumları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konulmaktadır. Daha açıklayıcı olmak gerekirse; öğrencilerin problemlili internet kullanımları arttıkça, olumsuz yeme tutumları da artmaktadır. Çin'de yapılan bir araştırmada; internet bağımlısı olan ve internet bağımlısı olmayan, yaşları 12 ve 25 arasında değişen

1199 lise ve üniversite öğrencisiyle çalışılmıştır. Veri toplama araçları olarak; YTT ve Yeme Bozuklukları Envanteri kullanılmıştır. Uygulanan ölçeklerden elde edilen puanlar değerlendirildiğinde; 54 kişiyle katılımcıların %4,5'i Young'ın (1998) internet bağımlılığı kriterlerini karşılamaktadır. Cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde ise; 767 kız öğrenciden 22'sinin (%2,9), 432 erkek öğrenciden 32'sinin (%7,4) internet bağımlısı oldukları saptanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; internet bağımlısı olan grubun puanlarının, bağımlı olmayan gruba oranla belirgin seviyede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tao ve Liu, 2009). Tao (2013) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada; internet bağımlılığı ve BN arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. 2036 Çinli üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen çalışmanın sonuçlarına göre; internet bağımlısı olan gençlerin yeme bozuklukları ölçeği puanları, bağımlı olmayan gruba oranla anlamlı derecede yüksek çıkmıştır. Bağımlı olan grup, bağımlı olmayan gruba göre daha yüksek oranda kiloyla ilgili endişe, kilo değişimine yönelik istek ve TYB olduğunu bildirmiştir. Aynı zamanda bu çalışmayla, internet bağımlılığı ve BN arasında komorbidite olduğu kanıtlanmıştır. Alpaslan ve arkadaşları (2015) tarafından Afyon'da gerçekleştirilen, internet bağımlılığı ve yeme tutumu bozuklukları arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan araştırmada; yaşları 14 ve 20 arasında değişen, 584 lise öğrencisiyle çalışılmıştır. Katılımcılara Yeme Tutumu Testi-26 (EAT-26) ve İnternet Bağımlılığı Testi (IAT) uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; katılımcıların %15,2'sinin yeme tutumlarında bozukluklar olduğu, %10,1'inin internet bağımlısı oldukları tespit edilmiştir. Öte yandan; İnternet Bağımlılığı Testi ve Yeme Tutumu Testi-26 arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. İnternet bağımlısı olan ve bağımlı olmayan grup arasında, BKİ puanları açısından anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. Yeme tutumu bozukluklarının varlığı; erkek cinsiyet ve yüksek BKİ'nin internet bağımlılığının güçlü yordayıcıları olduğu ortaya konulmuştur.

Bizim araştırmamız ve literatürdeki araştırmaların; problemlili internet kullanımı ve yeme tutumu arasındaki ilişki açısından tutarlı olduğu görülmektedir. İnternet kullanımları yüksek oranlarda olan ergenlik çağındaki gençlerin, internet ortamında harcadıkları uzun zamanın etkisiyle yemek öğünlerini atlamaları veya internetin başında kolaylıkla ve hızla tüketebilecekleri sağlıksız atıştırmalıkları ve fast-food türündeki yiyecekleri tercih etmeleri bu duruma neden olmuş olabilir. Öte yandan; bu dönemde kimlik arayışında olan gençlerin internetteki sosyal medya uygulamalarına, çeşitli görsellere ve magazin öğelerine maruz kalmalarının etkisiyle gördüklerine

özenmeleri ve yeme tutumlarında bozulmaların meydana gelmesi olası hale gelebilir. Aynı zamanda sahip olmayı arzuladıkları bedene ulaşabilmek için yeme davranışlarında bozulmalar olabilir; yemekte kısıtlamalar, kendini kusturma, ilaç kullanımı ve diyet uygulamaları gibi riskli davranışlar sergileyebilirler.

Gerçekleştirdiğimiz çalışmada, VAÖ ile YTT arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanırken; PİKÖ-E ile VAÖ arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı saptanmıştır.

Literatürde beden algısı ve yeme tutumu arasında ilişki olduğunu gösteren çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Güzel görünme arzusu nedeniyle, özellikle ergenlerde yeme bozukluklarının gelişebildiği bildirilmektedir; beden algısında memnuniyetsizliğin, yeme bozukluklarına yol açtığı ifade edilmektedir (Berry ve Howe, 2000; Thompson ve ark., 2006). Senra ve arkadaşları (2007), beden memnuniyetsizliğinin yeme bozukluklarının gelişmesinde önemli bir etken olduğunu bildirmektedir. Eker (2006), insanların; modern toplumlar tarafından daha iyi olarak sunulan zayıf beden görüntüsüne uyum sağlamaya çalıştıklarını, beden algılarının etkilendiğini ve yeme alışkanlıklarının değiştiğini ifade etmektedir. Nitekim, kişilerin beden görüntülerini değiştirmek amacıyla sağlıksız şekillerde ve daha düşük miktarlarda beslendiklerini bildirmektedir. Kocabaşoğlu (2001) beden ağırlıklarından tatmin olmayan kişilerde, yeme bozukluklarının görülme sıklığının daha yüksek olduğunu bildirmektedir. Yapılan diğer bir çalışmada; gerçek beden ağırlığı ve yeme bozuklukları arasında bir ilişki saptanmazken, kendilerini şişman olarak algılayan kişilerde yeme bozukluklarının görüldüğü ve ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Mukai ve ark., 1994). Kişilerin dış görünüşleri ve kilolarına yönelik hissettikleri yoğun kaygılar; anksiyete bozuklukları, depresyon ve kompulsif yeme gibi problemlere yol açarak, kişilerin işlevselliklerinde önemli bozulmalara neden olabilmektedir. Bu bağlamda beden algısındaki memnuniyetsizlik ve kompulsif yeme arasında güçlü bir nedensellik olduğu ifade edilmektedir (Nicoli ve Junior, 2011). Bu nedenden ötürü; yeme bozuklukları incelenirken, bireylerin anormal yeme tutum ve davranışları, kişilerin kendi bedenlerini nasıl algıladıkları önem teşkil eden bir konu olarak göze çarpmaktadır. Sadock ve Sadock'a (2002) göre; AN hastalarının beden ağırlıkları normal sınırın fazlasıyla altında olmasının yanı sıra; kilo alma durumunun yarattığı aşırı korku kişinin yemek yeme davranışını engellemektedir. BN hastaları da benzer şekilde kilo almaktan yoğun korku duymakta, normal kiloda olsalar dahi kilolu olduklarına inanmakta ve beden algılarıyla ilgili hatalı

değerlendirmeler yapmaktadırlar (Davison ve Neale, 2002). Shafran ve arkadaşlarına (2003) göre; tekrarlayan beden denetleme ve kaçınma davranışları, yeme bozukluklarında sıkça gözlemlenen vücut görünümü ve ağırlığına dair aşırı değerlendirmelerin davranış boyutundaki göstergeleridir. AN ve BN hastalarının kontrol etme ve kaçınma davranışları ile vücutlarının görüntüleri ve ağırlıklarına yönelik aşırı değerlendirme düzeyleri arasında pozitif yönde bir korelasyon bulunmaktadır. Vücut ağırlığını kontrol etme davranışları; kilo alımı, kilo kaybı veya sabit kiloyu koruma durumlarından bağımsız şekilde bir denetleme aracı olarak kullanılan diyet uygulamalarının motivasyonunu sağlamaktadır. Gerçekleştirilen diğer bir araştırmaya göre; kız öğrencilerin bozulmuş yeme davranışları ve hatalı diyet uygulamalarının; beden algısında memnuniyetsizlik, yoğun egzersiz yapma, yüksek anksiyete seviyesi ve sosyal izolasyon gibi etkenlerle yeme bozukluklarının gelişmesinde önemli bir rol oynadığı bildirilmektedir (Levitt, 2004). Örsel ve arkadaşları (2004) tarafından yürütülen, ergenler arasında diyet yapan ve yapmayanların; beden algıları, beden kitle indeksleri ve benlik algıları arasındaki ilişkiyi incelemeyi hedefleyen çalışmada; yaşları 15 ve 17 arasında değişen 531 lise öğrencisinin katılımı gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; kız öğrencilerin daha yüksek oranda (%43) zayıf olma ideali ile diyet yaptıkları saptanırken; erkek öğrencilerin (%18,3) daha zayıf veya daha kilolu olmak amacıyla diyet uygulamalarına başvurdukları ortaya konulmuştur. Diyet yapan gruptakilerin, diyet yapmayan gruptakilere oranla beden algıları ve benlik algılarının daha düşük olduğu ifade edilmiştir. Yapılan bir diğer çalışmaya; 155 gencin katılımı gerçekleştirilmiştir. Normal beden ağırlığına sahip olan kızların, %50'sinin kilo vermek istedikleri bildirilmiştir (Sharon ve Sohailla, 2004). Lise öğrencilerinde beden ağırlıklarını kontrol altında tutma ve yeme alışkanlıklarını incelemeyi amaçlayan bir araştırmaya göre; öğrencilerin %38,3'ünde düzenli öğle öğünü, %34'ünde düzenli kahvaltı, %6,5'inde ise düzenli akşam öğünü yeme alışkanlıkları olmadığı saptanmıştır. Öte yandan, öğrencilerden %6,5'i diyet yaptığını, %59,1'i ise abur cubur tükettiğini ifade etmiştir (Özmen ve ark., 2007). Yaşları 12 ve 18 arasında değişen ergenlerin beden algıları, yeme tutumları, beden ağırlıklarının denetimi ve duygusal durumları arasındaki ilişkinin incelendiği başka bir araştırmada; BKİ 23 ve üzerinde olan ergenlerin yemek yedikten sonra suçlu hissetmelerinin yanı sıra; yine de sürekli yemek ile ilgili düşündükleri bildirilmektedir (Özgen ve ark., 2012). Başterzi ve arkadaşlarının (2003) yaptıkları bir araştırmada; estetik cerrahiye başvuran

hastalarda, beden algılarındaki bozulma ve yeme bozukluklarının bir arada görülme sıklığını tespit edebilmek amacıyla 98 katılımcı ile çalışılmıştır. Araştırma sonucunda; katılımcıların %10'unda yeme bozuklukları olduğu ifade edilmiştir. Urgesi ve arkadaşlarının (2012) gerçekleştirdikleri çalışmada; yeme bozuklukları olan grup ve kontrol grubu oluşturularak, kişilerin beden form farklılıklarının ayrımı karşılaştırılmıştır. Yeme bozuklukları olan grubun, kontrol grubuna oranla daha net yanıtlar verdikleri bildirilmiştir. Bedenlerine fazlasıyla odaklanan ve bedenlerine yönelik obsesif endişeler taşıyan bu hastaların, düzenli olarak vücutlarını incelemeleri bu durumun anlaşılmasına olanak sağlamaktadır.

Bizim araştırmamız ve literatürdeki araştırmaların beden algısı ve yeme tutumu açısından tutarlı olduğu görülmektedir. Ergenlik çağındaki gençlerin, alıştıkları fiziksel özelliklerinin ve beden bölümlerinin değişmesi ile birlikte bedenlerini kontrol altında tutma istekleri ortaya çıkabilir. Öte yandan; toplumlar tarafından oluşturulan, sahip olmak istedikleri ideal beden görüntüleri ve diğerleri tarafından beğenilme arzuları bu duruma neden olmuş olabilir. Tüm bunların etkisiyle; ergenlerin yeme tutumları bozulabilir ve bedenlerini istedikleri forma sokabilmek için yeme davranışlarında bozulmalar meydana gelebilir.

Rodgers ve arkadaşları (2013) tarafından internet bağımlılığı semptomları, bozulmuş yeme örüntüleri ve beden algısında kaçınma davranışı arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan çalışmaya; yaşları 18 ve 35 arasında değişen 392 Fransız genç katılmıştır. Erkek katılımcıların %11'inin, kadın katılımcıların ise %9,7'sinin internet bağımlısı oldukları tespit edilmiştir. Kadınlar arasında; beden algısında kaçınma davranışının ve bozulmuş yeme örüntülerinin, sosyal ve iletişim tabanlı web sitelerde (çoğunlukla Facebook ve Msn) zaman harcama durumuyla pozitif yönde bir ilişkiye sahip olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca; kadınlar arasında internette zaman harcama ve bozulmuş yeme örüntüleri arasında pozitif yönde bir ilişki bulunurken, internette zaman harcama ve beden algısında kaçınma davranışı arasında ilişki bulunamamıştır. Öte yandan; kadınların internet bağımlılığı puanları ile beden algısında kaçınma davranışı ve bozulmuş yeme örüntüleri arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Erkekler arasında ise; internette zaman harcama durumu ne beden algısında kaçınma davranışıyla ne de bozulmuş yeme örüntüleriyle ilişkili bulunmamıştır. Erkekler arasında internet bağımlılığı semptomlarının; beden algısında kaçınma davranışıyla pozitif yönde bir ilişkisi bulunurken, bozulmuş yeme örüntüleri ile ilişkisi olmadığı ortaya konulmuştur. Medya faktörünün etkisini

görebilmek için Tiggemann (2002) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada; ergenlerin internet kullanımları ile beden algıları arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; gençlerin internet ortamındaki görsellerin ve magazin öğelerinin etkisiyle; zayıflığı içselleştirdikleri, kendi vücutlarını diğerleriyle karşılaştırdıkları, kilolarından ötürü mutsuz oldukları ve zayıflamak için çaba sarf ettikleri ifade edilmektedir. Koronczai ve arkadaşları (2013) tarafından yaş ortalaması 21,5 olan, 649 (%58,5 erkek - %41,5 kadın) Macar katılımcıyla gerçekleştirilen bir çalışmada; beden algısında memnuniyetin, problemlili internet kullanımı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre; her iki cinsiyet arasında beden algısında memnuniyetin, problemlili internet kullanımı üzerinde negatif yönde doğrudan etkisi olduğu ortaya konulmuştur.

Odacı ve Çelik (2016) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmaya; Karadeniz Teknik Üniversitesi'nde birinci sınıflarda öğrenim görmeye devam eden 623 öğrenci (454 kadın - 169 erkek) ile çalışılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; internet bağımlılığı ile beden algısı arasında negatif yönlü bir korelasyon olduğu tespit edilmiştir.

Bizim araştırmamız ve literatürdeki araştırmaların; problemlili internet kullanımı ile beden algısı arasındaki ilişki açısından tutarlı olmadığı görülmektedir.

4.2 Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Araştırmamıza yönelik çeşitli sınırlılıkların varlığından söz edilebilir. Çalışmanın İstanbul'da gerçekleştirilmesi, belirli yaş ve eğitim düzeyindeki kişilere uygulanması, kısıtlı bir zaman diliminde gerçekleştirilmesi, öz-bildirim ölçekleri kullanılması ve sınırlı sayıda bir örneklem grubuna ulaşılabilmesi araştırmanın sınırlılıkları arasında gösterilebilir. Araştırmamız gönüllülük esasına dayandığı için, bazı değişkenlerin (cinsiyet, yaş gibi) temsili tamamen eşit oranlarda sağlanamamıştır.

Katılımcıların problemlili internet kullanımlarının; internet kullanımının sınırlandırılması durumunda hissedilen duygu ve sergilenen davranışa göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği saptanmıştır. Ancak, literatürde konuyla ilgili herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır; ileride internet kullanımının sınırlandırılması karşısında hissedilen duygu ve sergilenen davranışlar ile ilgili başka araştırmaların yapılması literatür için yararlı olabilir.

Araştırmanın değişkenlerine ilişkin yapılmış ayrı ayrı pek çok çalışma bulunmasına karşın; hepsinin bir arada bulunduğu bir çalışmaya rastlanmamıştır. Gelecekte bu konular ile ilgili gerçekleştirilecek olan araştırmaların; daha geniş bir örneklem grubuna, farklı yaş gruplarına, farklı eğitim düzeylerindeki kişilere uygulanması daha anlamlı sonuçların çıkması için katkı sağlayıcı olabilir.

4.3 Sonuç

Araştırmamızda lise ğrencilerinin internet kullanımlarının, yeme tutumları ve beden algıları ile ilişkisini inceledik. Araştırma sonuçlarına göre; problemlili internet kullanımı ile yeme tutumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde beden algısı ile yeme tutumu arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Öte yandan; problemlili internet kullanımı ile beden algısı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki bulunamamıştır.

KAYNAKLAR

Abraham, S. and Llewellyn-Jones, D. (1997). *Eating disorders the facts*. 4th Edition. New York: Oxford University Press, 29-33.

Acar, Ö. T. (2010). *Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi Yüksekokulu ve Mimarlık-Mühendislik Fakültesi Öğrencilerinde Beden Algısı ve İyilik Halinin Beden Kitle İndeksi ve Vücut Yağ Dağılımı ile İlgisi*. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi, Kocaeli.

Aktaş, A., Aştı, T. A., Bakanoğlu, E., & Çelebioğlu, M. (2010). Bir hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin beden imgesi algısının belirlenmesi. *İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 18(2), 63-71.

Alagül, Ö. (2004). *Farklı spor branşlarındaki sporcuların atılganlık ile beden algısı ilişkisi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Alpaslan, A. H., Koçak, U., Avcı, K., & Taş, H. U. (2015). The association between internet addiction and disordered eating attitudes among Turkish high school students. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 20(4), 441-448.

Altuğ, A., Elal, G., Slade, P., & Tekcan, A. (2000). The Eating Attitudes Test (EAT) in Turkish university students: relationship with sociodemographic, social and individual variables. *Eating and Eight Disorders*, 5(3), 46-50.

Amerikan Psikiyatri Birliği (2001). *Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması Elkitabı*, yeniden gözden geçirilmiş dördüncü baskı (DSM-IV-TR). (Çeviri ed.: E Köroğlu), *Hekimler Yayın Birliği*, Ankara, 43.

Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı*, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı (Çeviri ed.: E Köroğlu). *Hekimler Yayın Birliği*, Ankara, 173-179.

Amichai-Hamburger, Y. (2007). Internet and well-being. *Computers in Human Behavior*, 23, 893-897.

Ardıç, F. (1992). *Ankara'nın iki lisesindeki adölesanların üreme sağlığı konusunda bilgi ve tutumları üzerine bir inceleme*. Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı, Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Ankara.

Arkonaç, S. A. (2008). Sosyal psikolojide insanları anlamak: Deneysel ve eleştirel yaklaşımlar. Nobel Yayın Dağıtım.

Armstrong, L., Phillips, J. G., & Saling, L. L. (2000). Potential determinants of heavier Internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies*, 53(4), 537-550.

Aslan, D., Görtan, E., Hacım, A., Karaca, N., Şenol, E., Yıldırım, E. (2003). Ankara'da Eryaman Sağlık Ocağı bölgesinde bir lisenin ikinci sınıfında okuyan kız öğrencilerin beslenme durumlarının ve bazı antropometrik ölçümlerinin değerlendirmeleri. *Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(2), 55-62.

Aslan, D. (2004). Beden algısı ile ilgili sorunların yaratabileceği beslenme sorunları. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 13(9), 326-329.

Ata, R. N., Ludden, A. B., & Lally, M. M. (2007). The effects of gender and family, friend, and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(8), 1024-1037.

Attie, I., & Brooks-Gunn, J. (1989). Development of eating problems in adolescent girls: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 25(1), 70-79.

Bağ, B., Gençdoğan, B., Reis, N., ve Kılıç, D. (2005). The comparison of homosexual and heterosexual males as regards their depression, eating disorders and self-esteem ratios sample in Turkey. *Yeni Symposium*, 43(4), 179-184.

Baltacı, G., Ersoy, G., Karaağaoğlu, N., Derman, O., & Kanbur, N. (2008). Ergenlerde sağlıklı beslenme, hareketli yaşam. Ankara: Klasmat Matbaacılık, 3-33.

Baran, A. G., Demir, N. Ö., & Ulusoy, D. (2004). A sociological analysis on eating disorders among anorexia and bulimia nevrosia patients and primary school and university students as risk groups in Turkey III: Media. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 21(2), 31-42.

Barbarich, N. C. (2002). Lifetime prevalence of eating disorders among professionals in the field. *Eating Disorders*, 10(4), 305-312.

Barker, M., Robinson, S., Wilman, C., & Barker, D. J. P. (2000). Behaviour, body composition and diet in adolescent girls. *Appetite*, 35(2), 161-170.

Bas, M. F., Asci, H., Karabudak, E. ve Kızıltan, G. (2004). Türk adolesanlarda psikolojik durum ve yeme davranışı arasındaki ilişki. *Adolescence Fall*, 39(155), 593-599.

Başterzi, A. D., Tüzer, V., Alagöz, M. S., Uysal, A. C., & Göka, E. (2003). Estetik cerrahi hastalarında yeme tutumu ve beden algısı. *Yeni Sempozyum*, 41, 3-6.

Batıgün, A. D., & Utku, Ç. (2006). Bir grup gençte yeme tutumu ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21(57), 65-78.

Batıgün, A. D., & Kılıç, N. (2011). İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 1-10.

Bayraktar, F. (2001). *İnternet kullanımının ergen gelişimindeki rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 377-383.

Becker, A. E., Grinspoon, S. K., Klibanski, A., & Herzog, D. B. (1999). Eating disorders. *New England Journal of Medicine*, 340, 1092-1098.

Beekley, M. D., Byrne, R., Yavorek, T., Kidd, K., Wolff, J., & Johnson, M. (2009). Incidence, prevalence, and risk of eating disorder behaviors in military academy cadets. *Military Medicine*, 174(6), 637-641.

Berman, A. L., Jobes, D. A., & Silverman, M. M. (2006). Adolescent suicide: Assessment and intervention. American Psychological Association, 107-109.

Berry, T., & Howe, B. (2000). Risk factors for disordered eating in female university athletes. *Journal of Sport Behavior*, 23(3), 207-218.

Berson, I. R., & Berson, M. J. (2003). Digital Literacyfor. *Social Education*, 67(3), 164-167.

Birmingham, C. L., Su, J., Hlynsky, J. A., Goldner, E. M., & Gao, M. (2005). The mortality rate from anorexia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 38(2), 143-146.

Brownell & C.G.Fairburn, (Eds.). *Eating disorders and obesity: A comprehensive handbook*, New York: The Guilford Press, 78-82.

Boyd, D. M. (2008). *American teen sociality in networked publics*. Unpublished Doctoral Thesis, University of California, Berkeley.

Bozan, N. (2009). *Hollanda yeme davranışı ((DEBQ) anketinin Türk üniversite öğrencilerinde geçerlilik ve güvenilirliğinin sınanması*. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Beslenme ve Diyetetik Programı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

Calam, R., & Waller, G. (1998). Are eating and psychosocial characteristics in early teenage years useful predictors of eating characteristics in early adulthood? A 7-year longitudinal study. *International Journal of Eating Disorders*, 24(4), 351-362.

Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553-575.

Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic Internet use. *Journal of Communication*, 55(4), 721-736.

Caplan, S. E. (2006). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 10(2), 234-242.

Chen, Y. F., & Peng, S. S. (2008). University students' Internet use and its relationships with academic performance, interpersonal relationships, psychosocial adjustment, and self-evaluation. *CyberPsychology & Behavior*, 11(4), 467-469.

Chisholm, J. F. (2006). Cyberspace violence against girls and adolescent females. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1087(1), 74-89.

Chou, C., Condron, L., & Belland, J. C. (2005). A review of the research on Internet addiction. *Educational Psychology Review*, 17(4), 363-388.

Ceyhan, E., & Ceyhan, A. A., (2007). An Investigation of Problematic Internet Usage Behaviors on Turkish University Students. *The Proceedings of 7. International Educational Technology Conference*, 3-5 May 2007, Near East University-North Cyprus, 115-120.

Ceyhan, E. (2008). Ergen ruh sağlığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. *ocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(2), 109-116.

Ceyhan, A. A., & Ceyhan, E. (2009). Ergenlerde problemlı internet kullanım ölçeği (PIKÖ-E) geliştirme alışmaları. *X. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi sۆzlı bildiri, Adana*.

Ceyhan, E. (2010). Problemlı internet kullanım dۆzeyi ۆzerinde kimlik statüsünün, internet kullanım amacının ve cinsiyetin yordayıcılığı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 10(3), 1323-1355.

Ceyhan, A. A. (2011). Ergenlerin problemlı internet kullanım dۆzeylerinin yordayıcıları. *ocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 18(2), 85-94.

Ceyhan, E., Ceyhan, A. A., & Gۆrcan, A. (2007). Problemlı internet kullanımı öleğinin geerlik ve gۆvenirlik alışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(1), 387-416.

Coleman, J. C., & Hendry, L. (1999). *The Nature of Adolescence*, 3rd. Routledge Psychology Press.

Collishaw, S., Maughan, B., Goodman, R., & Pickles, A. (2004). Time trends in adolescent mental health. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(8), 1350-1362.

Colwell, J., & Kato, M. (2003). Investigation of the relationship between social isolation, self-esteem, aggression and computer game play in Japanese adolescents. *Asian Journal of Social Psychology*, 6(2), 149-158.

Cooper, Z., Fairburn, C., Hawker, D. M. (2007). Obezitenin Bilişsel Davranışçı Tedavisi. eviri ed: etin M, eviri: Sabancıoğlu F. Yılm Matbaası, İstanbul, 97-128.

Cuadrado, C., Carbajal, A., & Moreiras, O. (2006). Body perceptions and slimming attitudes reported by Spanish adolescents. *European Journal of Clinical Nutrition*, 54(1), 65-68.

Çok, F. (1990). Body image satisfaction in Turkish adolescents. *Adolescence*, 25(98), 409-422.

Çuhadaroğlu, F., Canat, S., Kılıç, E., Şenol, S., Rugancı, N., Öncü, B., Hoşgör, A.G., Işıklı, S., Avcı, A. (2004). Ergen ve Ruhsal Sorunlar. Durum Saptama Çalışması. Türkiye Bilimler Akademisi (TÜBA) Raporları, Ankara.

Çuhadaroğlu-Çetin, F. (2006). Ergenlikte Psikososyal Gelişim [Özet]. 1.Ulusal Adölesan Sağlığı Kongresi: 28 Kasım- 01 Aralık 2006- Ankara: Bildiriler:40-45.

Dacey J.S.& Travers, J.F. (1996). Human development. Third edition. Chicago: Benchmark Publishers.

Darby, A., Hay, P., Mond, J., Quirk, F., Buttner, P., & Kennedy, L. (2009). The rising prevalence of comorbid obesity and eating disorder behaviors from 1995 to 2005. *International Journal of Eating Disorders*, 42(2), 104-108.

Darcy, A. M., Doyle, A. C., Lock, J., Peebles, R., Doyle, P., & Le Grange, D. (2012). The Eating Disorders Examination in adolescent males with anorexia nervosa: how does it compare to adolescent females?. *International Journal of Eating Disorders*, 45(1), 110-114.

Davis, R. A., Flett, G. L., & Besser, A. (2002). Validation of a new scale for measuring problematic Internet use: Implications for pre-employment screening. *CyberPsychology & Behavior*, 5(4), 331-345.

Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in human behavior*, 17(2), 187-195.

Davis, R. A. (2002). What is internet addiction? Available at: www.victoriapoint.com/internetaddiction/articles.htm.

Davison, G. C., & Neale, J. M. (2002). Abnormal Psychology. 8th Edition. Psychology Learning and Teaching, 2(2), 162-163.

Davison, K. K., Markey, C. N., & Birch, L. L. (2003). A longitudinal examination of patterns in girls' weight concerns and body dissatisfaction from ages 5 to 9 years. *International Journal of Eating Disorders*, 33(3), 320-332.

Davison, G.C. & Neale, J.M. (2004). Yeme bozuklukları. Anormal Psikolojisi (Çeviri: İ Dağ), Türk Psikologlar Derneği Yayınları, 29, 213-233.

Demir, B. D. (2006). *Liseye devam eden kız öğrencilerin beslenme alışkanlıkları ve beden algısını etkileyen etmenler*. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme Bilimleri Programı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

Demirel, Y. (2005). Beden algısı ve ruh sağlığı, (<http://www.turk-forum.net>).

Demirezen, E., & Coşansu, G. (2005). Adölesan çağı öğrencilerde beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 14(8), 174-178.

Derman, O. (2000). Pubertal Jinekomasti. In: Kale G, Kutluk, T. (ed), *Katkı Pediatri Dergisi*, 21(6), 788-801.

Devecioğlu, Ö. (2008). Annelere Öğütler, İstanbul Tıp Kitabevi, 1. Baskı, 70-77.

Dinçel, E. (2006). *Ergenlik dönemi gelişimsel ödevleri ve psikolojik problemler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Dovey, T. (2010). Eating behavior. Berkshire, GBR: Open University Press.

Eker, E. (2006). *Edirne ili kentsel alanında yaşayan erişkinlerde beslenme durum değerlendirilmesi*. Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği, Uzmanlık Tezi, Edirne.

Ekşi, A. (1985). Gençlik Döneminde Uyum ve Davranış Sorunları (Gençlik Yılı Konferansları). İstanbul: Hilâl Matbaası, 25-38.

Ekşi, F., & Ümmet, D. (2013). Bir Kişilerarası İletişim Problemi Olarak İnternet Bağımlılığı ve Siber Zorbalık: Psikolojik Danışma Açısından Değerlendirilmesi. *Journal of Values Education*, 11(25).

Ergin, N. (1993). *İntihar girişimi olan ve olmayan ergenlerin kendini kabul ve depresyon düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.

Ergür, E. (1996). *Üniversite öğrencilerinde beden-benlik algısı ve ruh sağlığı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Erikson, E. H.(1968). Identity: Youth and crisis.

Ersöz, A. G. (2010). Tüketim toplumunda" sıfır beden" söylemi: neden ve sonuçları üzerine sosyolojik bir değerlendirme. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 27(2).

Esen, K. N. (2007). Akran baskısı ve algılanan sosyal destek değişkenlerine göre, ergenlerde internet bağımlılığının yordanması. I. Uluslararası Bağımlılık Kongresi, İstanbul, 1-9.

Fairburn, C. G., & Harrison, P. J. (2003). Eating disorders. *The Lancet*, 361(9355), 407-416.

Fairburn, C. G., Cooper, Z., & Shafran, R. (2003). Cognitive behaviour therapy for eating disorders: A "transdiagnostic" theory and treatment. *Behaviour Research and Therapy*, 41(5), 509-528.

Fairburn, C. G. (2008). *Cognitive behavior therapy and eating disorders*. New York: The Guilford Press.

Farley, F. H., & Cox, O. (1971). Stimulus-seeking motivation in adolescents as a function of age and sex. *Adolescence*, 6(22), 207.

French, S. A., Story, M., Downes, B., Resnick, M. D., & Blum, R. W. (1995). Frequent dieting among adolescents: psychosocial and health behavior correlates. *American Journal of Public Health*, 85(5), 695-701.

Fortson, B. L., Scotti, J. R., Chen, Y. C., Malone, J., & Del Ben, K. S. (2007). Internet use, abuse, and dependence among students at a southeastern regional university. *Journal of American College Health*, 56(2), 137-144.

Garner, D. M., & Garfinkel, P. E. (1979). The Eating Attitudes Test: An index of the symptoms of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 9(02), 273-279.

Garner, D. M., & Garfinkel, P. E. (1980). Socio-cultural factors in the development of anorexia nervosa. *Psychological Medicine*, 10(04), 647-656.

Gauvin, L., Steiger, H., & Brodeur, J. M. (2009). Eating- Disorder Symptoms and Syndromes in a Sample of Urban-Dwelling Canadian Women: Contributions Toward A Population Health Perspective. *International Journal of Eating Disorders*, 42(2), 158-165.

Gelder, M., Gath, D., Mayou, R. & Cowen, P. (1996). *Psychiatry and Medicine*, Oxford Textbook of Psychiatry. Third Edition, Oxford University Press.

Geller, J., Cockell, S. J., Hewitt, P. L., Goldner, E. M., & Flett, G. L. (2000). Inhibited Expression of Negative Emotions and İnterpersonal Orientation in Anorexia Nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 28(1), 8-19.

Ghaderi, A., & Scott, B. (2001). Prevalence, İncidence And Prospective Risk Factors For Eating Disorders. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 104(2), 122-130.

Gleaves, D. H., Lowe, M. R., Green, B. A., Cororve, M. B., & Williams, T. L. (2000). Do Anorexia and Bulimia Nervosa Occur on A Continuum? A Taxometric Analysis. *Behavior Therapy*, 31(2), 195-219.

Goldberg, I., (1996). Internet Addiction. Electronic Message Posted to Research Discussion List. Makale 11.08.2011 tarihinde <http://rider/suler/psyber/supportgh.html> adresinden indirildi.

Göksan, B. (2007). *Ergenlerde Beden İmajı ve Beden Dismorfik Bozukluğu*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği, İstanbul.

Griffiths, M. (1998). Internet addiction: Does it really exist. *Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal and transpersonal implications*, 16, 61-75.

Griffiths, M. (1999). Internet addiction: fact or fiction?. *The Psychologist*, 12(5), 246-251.

Grogan, S. (2007). *Body image: Understanding body dissatisfaction in men, women and children*. Routledge Psychology Press, 1-2.

Guasch, G. P. (1987). *Bedensel Değişimler Ve Yabancılık Duygusu*. Çeviri: Bekir Onur (Editör: Bekir Onur). *Ergenlik Psikolojisi*. Ankara: Hacettepe, Taş Kitapçılık, 141-146.

Güçlü, F. (2001). *İntihar Umutsuzluğun Tırmanışı*. Ankara: Sabev, 41.

Gürcan, N. (2010). *Ergenlerin problemleri internet kullanımları ile uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Hamburg, D. A., & Takanishi, R. (1989). Preparing for life: The critical transition of adolescence. *American Psychologist*, 44(5), 825.

Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: The Guilford Press.

Hawton, K. (1986). *Suicide and Attempted Suicide Among Children and Adolescents*. Newbury Park: Sage Publications, 39.

Herzog, D. B., & Eddy, K. T. (2007). Diagnosis, epidemiology, and clinical course of eating disorders. *Clinical Manual of Eating Disorders*, 1-29.

Hetherington, M. M. (2000). Eating disorders: diagnosis, etiology, and prevention. *Nutrition*, 16(7/8), 547-551.

Hoek, H. W., & Van Hoeken, D. (2003). Review of the prevalence and incidence of eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 34(4), 383-396.

Hovardaoğlu, S. (1993). Vücut algısı ölçeği. *Psikiyatri, Psikoloji, Psikofarmakoloji (3P) Dergisi*, 1(1), 26.

Hudson, J. I., Hiripi, E., Pope, H. G., & Kessler, R. C. (2007). The prevalence and correlates of eating disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Biological Psychiatry*, 61(3), 348-358.

Huenemann, R. L., Shapiro, L. R., Hampton, M. C., & Mitchell, B. W. (1966). A Longitudinal Study of Gross Body Composition and Body Conformation and Their Association with Food and Activity in a Teen-Age Population Views of Teen-Age Subjects on Body Conformation, Food and Activity. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 18(5), 325-338.

Internet World Stats. 2016; <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>.

Işık, B. (2009). *Uludağ Üniversitesi Öğrencilerinde Yeme Bozukluklarının Araştırılması*. Yayınlanmış Tıpta Uzmanlık Tezi. Uludağ Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Bursa.

İzmir, M., Erman, H., & Canat, S. (1994). Ankara'da üç değişik okulda uygulanan yeme tutumu testi sonuçlarının değerlendirilmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 1, 70-4.

Jackson, D. B., & Saunders, R. B. (1993). *Child Healty Nursing; A Comprehensive Approach to the Care of Children and Their Families*, Lippincott Williams & Wilkins, Philadelphia.

Kalafat, T., & Kıncal, R. Y. (2010). Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (23).

Kaltiala-Heino, R., Lintonen, T., & Rimpelä, A. (2004). Internet addiction? Potentially problematic use of the Internet in a population of 12–18 year-old adolescents. *Addiction Research & Theory*, 12(1), 89-96.

Kanbur, Ö. N. (2006). Adolesana yaklaşım. *Türkiye Klinikleri Pediatrik Bilimler Dergisi*, 2(7), 9-10.

Kara, B., Hatun, Ş., Aydoğan, M., Babaoğlu, K., & Gökalp, A. S. (2003). Kocaeli ilindeki lise öğrencilerinde sağlık açısından riskli davranışların değerlendirilmesi. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 46(1), 30-7.

Karakoyun, M., & Yağcı, R. V. (2013). Adolesan Dönemde Sağlıklı Beslenme ve Obezite. *Turkiye Klinikleri Journal of Family Medicine Special Topics*, 4(1), 31-51.

Karlier-Soydaş, D. (2011). *Ergenlerde ebeveyn izlemesi, sanal zorbalık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin cinsiyete göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kaya, N. (2002). Neden İntihar Ediyorlar. *Karizma Dergisi*, 12, 75-80.

Kelleci, M., Güler, N., Sezer, H., & Gölbaşı, Z. (2009). Relationships gender and psychiatric symptoms with duration of internet use among high school students. *Türk Silahlı Kuvvetleri, Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 8(3), 223-230.

Kerber, C. S. (2005). Problem and pathological gambling among college athletes. *Annals of Clinical Psychiatry*, 17(4), 243-247.

Kılınç, F. N., & Çağdaş, D. (2012). Sağlık meslek lisesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarının beslenme bilgi düzeylerinin ve vücut bileşimlerinin değerlendirilmesi. *Türk Pediatri Arşivi*, 47(3), 181-188.

Kim, Y. H. (2001). Korean adolescents' health risk behaviors and their relationships with the selected psychological constructs. *Journal of Adolescent Health*, 29(4), 298-306.

Kim, Y. H. (2003). Correlation of mental health problems with psychological constructs in adolescence: Final results from a 2-year study. *International Journal of Nursing Studies*, 40(2), 115-124.

Kim, K., Ryu, E., Chon, M. Y., Yeun, E. J., Choi, S. Y., Seo, J. S., & Nam, B. W. (2006). Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: a questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 43(2), 185-192.

Kjelsås, E., Bjørnstrøm, C., & Gøtestam, K. G. (2004). Prevalence of eating disorders in female and male adolescents (14–15 years). *Eating Behaviors*, 5(1), 13-25.

Kocabaşoğlu, N. (2001). Yeme bozuklukları. *Yeni Symposium Dergisi*, 39, 95-9.

Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(17), 231-256.

Koronczai, B., Kökönyei, G., Urbán, R., Kun, B., Pápay, O., Nagygyörgy, K., Griffiths, M.D., & Demetrovics, Z. (2013). The mediating effect of self-esteem, depression and anxiety between satisfaction with body appearance and problematic internet use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 39(4), 259-265.

Köknel, Ö. (1981). Cumhuriyet gençliği ve sorunları. Ankara: Cem Yayınevi.

Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukophadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being?. *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031.

Kubey, R. (2002). How media education promotes critical thinking, democracy, health, and aesthetic appreciation. *Thinking Critically About Media: Schools and Families in Partnership*, 1-6.

Kugu, N., Akyuz, G., Dogan, O., Ersan, E., & Izcic, F. (2006). The prevalence of eating disorders among university students and the relationship with some individual characteristics. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 40(2), 129-135.

Kulaksızoğlu, A. (2008). Ergenlik psikolojisi. Remzi Kitabevi.

Kundakçı, A. H. (2005). *Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumları, Benlik Algıları, Vücut Algısı ve Stres Belirtileri Açısından Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kurtaran, G.T. (2008). *İnternet bağımlılığını yordayan değişkenlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Küçük, N. (2007). *Talasemi Majörlü Adölesanlarda Beden İmajının Benlik Saygısına Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Küey, G.A. (2008). Yeme Bozuklukları, Adolesan Sağlığı II Sempozyumu, 81-83.

Lam, C. B., & McHale, S. M. (2012). Developmental patterns and family predictors of adolescent weight concerns: A replication and extension. *International Journal of Eating Disorders*, 45(4), 524-530.

Le Grange, D., & Lock, J. (Eds.). (2011). *Eating disorders in children and adolescents: a clinical handbook*. New York: The Guilford Press.

Lenhart, A., Rainie, L. & Lewis, O. (2001). *Teenage life online: the rise of the instant-message generation and the internet's impact on friendship and family relations*, Washington, DC: Pew Internet and American Life Project.

Leşkeri, N. (1989). *Yuvaya devam eden 3-6 yaş grubu çocukların beslenme durumları ve bu durumu etkileyen faktörler*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Çocuk Sağlığı Enstitüsü, İstanbul.

Levine, M. P., Smolak, L., Moodey, A. F., Shuman, M. D., & Hessen, L. D. (1994). Normative developmental challenges and dieting and eating disturbances in middle school girls. *International Journal of Eating Disorders*, 15(1), 11-20.

Levine MP, Smolak L, Hayeden H. (2001). The relation of sociocultural factors to eating attitudes and behaviors among middle school girls. *International Journal of Eating Disorders*, 29(2), 216-231.

Levitt, D. H. (2004). Drive for thinness and fear of fat among college women: Implications for practice and assessment. *Journal of College Counseling*, 7(2), 109-118.

Lin, S. S., & Tsai, C. C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18(4), 411-426.

Lowe, M. R., Gleaves, D. H., DiSimone-Weiss, R. T., Furgueson, C., Gayda, C. A., Kolsky, P. A., McKinney, S., Neal-Walden, T., Nelsen, L.A. (1996). Restraint, dieting, and the continuum model of bulimia nervosa. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(4), 508.

Madden, M. & Zickuhr, K. (2011). 65% of online adults use social networking sites, Pew Internet & American Life Project, Washington, DC. 13.11.2015 tarihinde <http://pewinternet.org/Reports/2011/Social-Networking-Sites.aspx> adresinden indirildi.

Makino, M., Tsuboi, K., & Dennerstein, L. (2004). Prevalence of eating disorders: a comparison of Western and non-Western countries. *Medscape General Medicine*, 6(3).

Malkemus, L. A., Shipman, L. M., & Thomas, C. J. (2008). The Relationship Between Body Mass Index And Self-Esteem In Female College Students Undergraduate. *Research Journal for the Human Sciences*, 7.

Mangweth, B., Pope Jr, H. G., Hudson, J. I., Olivardia, R., Kinzl, J., & Biebl, W. (1997). Eating disorders in Austrian men: An intracultural and crosscultural comparison study. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 66(4), 214-221.

Mathy, R. M., & Cooper, A. (2003). The duration and frequency of Internet use in a nonclinical sample: Suicidality, behavioral problems, and treatment histories. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 40(1-2), 125-135.

Mayes, L. C., & Cohen, D. J. (2006). Çocuğunuzu anlama rehberi (1. bs.).İstanbul: Beyaz Balina Yayınları, 525.

Mazman, S. G., & Usluel, Y. K. (2011). Gender differences in using social networks. *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10(2), 133-139.

McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2003). Sociocultural influences on body image and body changes among adolescent boys and girls. *The Journal of Social Psychology*, 143(1), 5-26.

McGrath, M. H., & Mukerji, S. (2000). Plastic surgery and the teenage patient. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 13(3), 105-118.

MEB (2004). Sağlıklı beslenme risk grupları, beslenme sorunları ve çözüm yolları. Beslenme ve gıda alanında işgücü yetiştirme projesi. Kız Teknik Öğretim Genel Müdürlüğü, Ankara.

Miller, C. T., & Downey, K. T. (1999). A meta-analysis of heavyweight and self-esteem. *Personality and Social Psychology Review*, 3(1), 68-84.

Mintz, L. B., & Betz, N. E. (1988). Prevalence and correlates of eating disordered behaviors among undergraduate women. *Journal of Counseling Psychology*, 35(4), 463-471.

Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16(1), 13-29.

Morrison, T. G., Kalin, R., & Morrison, M. A. (2004). Body-image evaluation and body-image investment among adolescents: A test of sociocultural and social comparison theories. *Adolescence*, 39(155), 571-587.

Mukai, T., Crago, M., & Shisslak, C. M. (1994). Eating attitudes and weight preoccupation among female high school students in Japan. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 35(4), 677-688.

Nakilcioğlu, İ. H. (2007). İletişimden Bilişime: İnternet Kùltüründen Kesitler. *Akademik Bilişim*.

Neumark-Sztainer, D., Wall, M., Story, M., & Standish, A. R. (2012). Dieting and unhealthy weight control behaviors during adolescence: associations with 10-year changes in body mass index. *Journal of Adolescent Health*, 50(1), 80-86.

Nicoli, M. G., & Junior, R. D. L. (2011). Binge eating disorder and body image perception among university students. *Eating Behaviors*, 12(4), 284-288.

Niemz, K., Griffiths, M., & Banyard, P. (2005). Prevalence of pathological Internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *CyberPsychology & Behavior*, 8(6), 562-570.

Odacı, H., & Çelik, Ç. B. (2012). Relationship Between University Students' Problematic Internet Use and Their Academic Self-Efficacy, Academic Procrastination and Eating Attitudes. *Education Sciences*, 7(1), 389-403.

Odacı, H., & Çelik, Ç. B. (2016). Does internet dependence affect young people's psycho-social status? Intrafamilial and social relations, impulse control, coping ability and body image. *Computers in Human Behavior*, 57, 343-347.

Oğuz, G. Y. (2005). Bir gùzellik miti olarak incelik ve kadınlarla ilgili beden imgesinin televizyonda sunumu. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakùltesi Akademik Dergisi*, 4(1), 31-37.

Okumuş, E. (2009). Bedene Mùdahalenin Sosyolojisi. *Şarkiyat İlmi Araştırmalar Dergisi*, 1(2), 1-15.

Olivardia, R., Pope Jr, H. G., Borowiecki III, J. J., & Cohane, G. H. (2004). Biceps and Body Image: The Relationship Between Muscularity and Self-Esteem, Depression, and Eating Disorder Symptoms. *Psychology of Men & Masculinity*, 5(2), 112-120.

Ögel, K. (2012). İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak. İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları, 106.

Örsel, S., Işık Canpolat, B., Akdemir, A., & Özbay, M. H. (2004). Diyet Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Kendilik Algısı, Beden İmajı ve Beden Kitle İndeksi Açısından Karşılaştırılması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 15(1), 5-15.

Özaltın, G. (2003). Beden İmgesi Değişimine Yaklaşımlar. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 13(51), 4-14.

Özbay, H. ve Öztürk, E. (1992). Gençlik. İstanbul: İletişim Yayıncılık A.Ş.

Özcan, N. K., & Buzlu, S. (2007). Internet use and its relation with the psychosocial situation for a sample of university students. *CyberPsychology & Behavior*, 10(6), 767-772.

Özgen, L., Kınacı, L., & Arlı, M. (2012). Eating attitudes and behaviors of adolescents. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, 45, 229-47.

Özgüven, H. D., Soykan, Ç., Haran, S., & Gençöz, T. (2003). İntihar Girişiminde Depresyon ve Kaygı Belirtileri ile Problem Çözme Becerileri ve Algılanan Sosyal Desteğin Önemi. *Türk Psikoloji Dergisi*.

Özmen, D., Çetinkaya, A. Ç., Ergin, D., Şen, N., & Erbay, P. D. (2007). Lise öğrencilerinin yeme alışkanlıkları ve beden ağırlığını denetleme davranışları. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 6(2), 98-105.

Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y., & Kalyoncu, Ö. A. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 36-41.

Perosa, L. M., & Perosa, S. L. (2004). The continuum versus categorical debate on eating disorders: Implications for counselors. *Journal of Counseling and Development: JCD*, 82(2), 203-206.

Petrie, T. A., Greenleaf, C., Reel, J., & Carter, J. (2008). Prevalence of eating disorders and disordered eating behaviors among male collegiate athletes. *Psychology of Men & Masculinity, 9*(4), 267-277.

Petrillo, J. A., & Meyers, P. F. (2002). Adolescent dietary practices: a consumer health perspective. *The Clearing House, 75*(6), 293-296.

Pike, K. M., & Rodin, J. (1991). Mothers, daughters, and disordered eating. *Journal of Abnormal Psychology, 100*(2), 198.

Powers, R., Matano, R. (2008). "Madde Kullanımı Ve Suistimali", (Editör: Hans Steiner), Ergen Terapisi İçinde, İstanbul: Prestij Yayınları.

Qian, J., Hu, Q., Wan, Y., Li, T., Wu, M., Ren, Z., & Yu, D. (2013). Prevalence of eating disorders in the general population: a systematic review. *Shanghai Archives of Psychiatry, 25*(4), 212-223.

Rieves, L., & Cash, T. F. (1996). Social developmental factors and women's body-image attitudes. *Journal of Social Behavior and Personality, 11*(1), 63-78.

Rodgers, R. F., Melioli, T., Laconi, S., Bui, E., & Chabrol, H. (2013). Internet addiction symptoms, disordered eating, and body image avoidance. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 16*(1), 56-60.

Rosen, D. S. (2010). Identification and management of eating disorders in children and adolescents. *Pediatrics, 126*(6), 1240-1253.

Rosenblum, G. D., & Lewis, M. (1999). The relations among body image, physical attractiveness, and body mass in adolescence. *Child Development, 70*(1), 50-64.

Russell, S., & Ryder, S. (2001). Bridge (Building the relationship between body image and disordered eating graph and explanation): A tool for parents and professionals. *Eating Disorders, 9*(1), 1-14.

Sadock, B.J., & Sadock, V.A. (2007). Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry, 8th Edition, (Çeviri ed.: H Aydın, A Bozkurt) Güneş Kitabevi, Ankara, 2002-2022.

Saka, N. (2011). Gencin Bedensel Gelişimi ve Ergenlik Sorunları. (Çeviri ed.: Ekşi A). *Ben Hasta Değilim*, Nobel Tıp Kitapları, İstanbul, 109-112.

Sánchez-Carracedo, D., Neumark-Sztainer, D., & López-Guimera, G. (2012). Integrated prevention of obesity and eating disorders: barriers, developments and opportunities. *Public Health Nutrition*, 15(12), 2295-2309.

Savaşır, I., Erol, N. (1989). Yeme tutum testi: Anoreksiya nervoza belirtileri indeksi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7, 19-25.

Scarano, G. M., & Kalodner-Martin, C. R. (1994). A description of the continuum of eating disorders: Implications for intervention and research. *Journal of Counseling and Development: JCD*, 72(4), 356-361.

Schilder, P. (1950). The image and appearance of the human body, International Universities Press, New York.

Schmitz, J. M. (2005). The interface between impulse-control disorders and addictions: Are pleasure pathway responses shared neurobiological substrates?. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 12(2-3), 149-168.

Secord, P. F., & Jourard, S. M. (1953). The appraisal of body-cathexis: body-cathexis and the self. *Journal of Consulting Psychology*, 17(5), 343-347.

Senra, C., Sánchez-Cao, E., Seoane, G., & Leung, F. Y. (2007). Evolution of self-concept deficits in patients with eating disorders: the role of family concern about weight and appearance. *European Eating Disorders Review*, 15(2), 131-138.

Shafran, R., Fairburn, C. G., Robinson, P., & Lask, B. (2004). Body checking and its avoidance in eating disorders. *International Journal of Eating Disorders*, 35(1), 93-101.

Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., Khosla, U. M., & McElroy, S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorders*, 57(1), 267-272.

Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207-216.

Sharon, H. T., & Sohailla, D. A. (2004). Preliminary survey of dieting, body dissatisfaction, and eating problems among high school cheerleaders. *The Journal of School Health, 74*(3), 85-91.

Siyez, D. M. (2005). Ergenlik döneminde intiharın önlenmesi: Bir gözden geçirme. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 12*(2), 92-101.

Siyez, D. M., & Aysan, F. (2007). Ergenlerde görülen problem davranışların psiko-sosyal risk faktörleri ve koruyucu faktörler açısından yordanması. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 20*(1), 145-171.

Siyez, D. M. (2009). Ergenlerde problem davranışlar. Pegem Akademi Yayınları, Ankara, 22-91.

Skrzypek, S., Wehmeier, P. M., & Remschmidt, H. (2001). Body image assessment using body size estimation in recent studies on anorexia nervosa. A brief review. *European Child & Adolescent Psychiatry, 10*(4), 215-221.

Smeets, E., Jansen, A., & Roefs, A. (2011). Bias for the (un) attractive self: on the role of attention in causing body (dis) satisfaction. *Health Psychology, 30*(3), 360-367.

Solorio, M. R., Stevens, N. G. (1997). Health care of the adolescent. Taylor RB (Ed). Family medicine principles & practice. 5th ed. New York: Springer, 207-18.

Souto, C. M. R. M., & Garcia, T. R. (2002). Construction and validation of a body image rating scale: A preliminary study. *International Journal of Nursing Terminologies and Classifications, 13*(4), 117-126.

Steinberg, L. (2007). Ergenlik(Adolescence), 44-46.

Stice, E., Chase, A., Stormer, S., & Appel, A. (2001). A randomized trial of a dissonance- based eating disorder prevention program. *International Journal of Eating Disorders, 29*(3), 247-262.

Stice, E., & Whitenton, K. (2002). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent girls: a longitudinal investigation. *Developmental Psychology, 38*(5), 669.

Stice, E., Marti, C. N., & Rohde, P. (2013). Prevalence, incidence, impairment, and course of the proposed DSM-5 eating disorder diagnoses in an 8-year prospective community study of young women. *Journal of Abnormal Psychology, 122*(2), 445-457.

Strauman, T. J., Vookles, J., Berenstein, V., Chaiken, S., & Higgins, E. T. (1991). Self-discrepancies and vulnerability to body dissatisfaction and disordered eating. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*(6), 946-956.

Striegel-Moore, R. H., & Smolak, L. E. (2001). Eating disorders: Innovative directions in research and practice. American Psychological Association.

Stone, B. (2009). Breakfast can wait: The day's first stop is online. *New York Times*.

Subrahmanyam, K., & Lin, G. (2007). Adolescents on the net: Internet use and well-being. *Adolescence, 42*(168), 659-677.

Suhail, K., & Bargees, Z. (2006). Effects of excessive Internet use on undergraduate students in Pakistan. *CyberPsychology & Behavior, 9*(3), 297-307.

Surlu, B., & Özcebe, H. (2002). Ergen ve çevre. *Sağlık ve Toplum Dergisi, 12*(1), 14-21.

Şenol, S., İşeri, E., Şener, Ş., Güney, E. (2011) "Çocuklarda ve Ergenlerde, Depresyon" (Editör: Aysel Ekşi) Ben Hasta Değilim İstanbul: Nobel Tıp Kitapları, 238-251.

Tanner, J. M. (1989). The organisation of the growth process. Foetus into man: Physical growth from conception to maturity, 2nd edn. Castlemead Publications, Ware, England, 165-177.

Tao, Z. L., & Liu, Y. (2009). Is there a relationship between Internet dependence and eating disorders? A comparison study of Internet dependents and non-Internet dependents. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, 14*(2-3), 77-83.

Tao, Z. (2013). The relationship between Internet addiction and bulimia in a sample of Chinese college students: depression as partial mediator between Internet addiction and bulimia. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity, 18*(3), 233-243.

Taşğın, E., & Çetin, F. Ç. (2006). Ergenlerde Major Depresyon: Risk Etkenleri, Koruyucu Etkenler ve Dayanıklılık. *Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Dergisi*, 13(2), 87-94.

Temel, M. (2005). Beden İmajını Etkileyen Faktörler ve Beden İmajı Doyumu. *Sendrom Dergisi*, 62-65.

Templeton, A. R. (2005). Haplotype trees and modern human origins. *American Journal of Physical Anthropology*, 128(S41), 33-59.

Thompson, J.K., Coovert, M.D., Richards, J.K., Jhonson, S., Cattarin, J. (2006). Development of body image, eating disturbance and general psychological functioning in female adolescents: Covariance structure modeling and longitudinal investigations. *International Journal of Eating Disorders*, 18(3), 221-236.

Tiggemann, M. (2002). "Media Influences on Body Image Development", Body Image: A Handbook of Theory, Research and Clinical Practice, ed. T.F. Cash, T. Pruzinsky, The Guilford Press, New York.

Tong, J., Miao, S., Wang, J., Yang, F., Lai, H., Zhang, C., Zhang, Y., & Hsu, L. G. (2014). A two-stage epidemiologic study on prevalence of eating disorders in female university students in Wuhan, China. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 49, 499-505.

Treasure, J. (2004). Eating Disorders. *Medicine*, 63-66.

Tremblay, L., Lovsin, T., Zecevic, C., & Larivière, M. (2011). Perceptions of self in 3–5-year-old children: A preliminary investigation into the early emergence of body dissatisfaction. *Body Image*, 8(3), 287-292.

Tsai, C. C., & Lin, S. S. (2003). Internet addiction of adolescents in Taiwan: An interview study. *CyberPsychology & Behavior*, 6(6), 649-652.

Toker, D. E., & Hocaoglu, Ç. (2009). Yeme bozuklukları ve aile yapısı: Bir gözden geçirme. *Düşünen Adam*, 22(1-4), 36-42.

Türkiye İstatistik Kurumu. (TÜİK). Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması. Haber Bülteni, Sayı 186, <http://www.tuik.gov.tr> adresinden 03.07.2009 tarihinde alınmıştır.

Türkiye İstatistik Kurumu. (TÜİK). Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028 adresinden 28.01.2016 tarihinde alınmıştır.

Türk, M., Gürsoy, T. Ş., & Ergin, I. (2007). Kentsel bölgede lise birinci sınıf öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları. *Genel Tıp Dergisi*, 17(2), 81-7.

Ulusoy, D., Demir, N. Ö., & Baran, A. G. (2005). Ergenlik döneminde intihar algısı: lise son sınıf gençliği örneği. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 22(1), 259-270.

Urgesi, C., Fornasari, L., Perini, L., Canalaz, F., Cremaschi, S., Faleschini, L., Balestrieri, M., Fabbro, F., Aglioti, S. M., & Brambilla, P. (2012). Visual discrimination of body form and body action in adolescent patients with anorexia nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 5(4), 501-511.

Ünüvar, U. (2006). *Sünnetsiz ve Sünnetli Yetişkinlerin Beden Algıları ve Benlik Saygıları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Vardar, E., & Erzenin, M. (2011). Ergenlerde Yeme Bozukluklarının Yaygınlığı ve Psikiyatrik Eş Tanıları İki Aşamalı Toplum Merkezli Bir Çalışma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22, 1-8.

Wilfley, D.E., & Rodin, J. (1995). Cultural influences on eating disorders. In K.D.

Williamson, D. A., Womble, L. G., Smeets, M. A., Netemeyer, R. G., Thaw, J. M., Kutlesic, V., & Gleaves, D. H. (2002). Latent structure of eating disorder symptoms: A factor analytic and taxometric investigation. *American Journal of Psychiatry*, 159(3), 412-418.

World Health Organization. (2002). Obesity: Preventing And Managing The Global Epidemic-Report of A Consultation. *World Health Organization*, 89(4), 253.

Yağcı, R., Vural, S., Aydoğdu, M.A. (2000) Sağlıklı Büyük Çocuk Beslenmesi. *Sendrom Tıp Dergisi*, 12(8), 66-75.

Yang, S. C., & Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23(1), 79-96.

Yaşar, A., Ilıca, B., Rakıcıoğlu, N. (1999) Ankara’da devlete ait ve özel ilköğretim okullarında eğitim gören çocukların beslenme durumlarına ilişkin bir araştırma. *Beslenme ve Diyet Dergisi*, 28(12), 21-28.

Yellowlees, P. M., & Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction?. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1447-1453.

Yılmaz, E., Şahin, Y. L., Haseski, H. İ. ve Erol, O. (2014). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi: Balıkesir ili örneği. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 4, 133-144.

Young, K. S., & Rogers, R. C. (1998). The relationship between depression and Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 1(1), 25-28.

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.

Young, K. S. (2004). Internet addiction a new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402-415.

Young, K. S. (2005). Surfing not studying: Dealing with internet addiction on campus. http://www.netaddiction.com/articles/surfing_not_studying.htm adresinden 11. 08. 2011 tarihinde indirildi.

Yücel, B., Akdemir, A., Gürdal Küey, A., Maner, F., & Vardar, E. (2013). Yeme Bozuklukları ve Obezite-Tanı ve Tedavi Kitabı, Ankara: TPD Yayınları.

Yüksekkaya, S. (1995). *Üniversite öğrencilerinde benlik saygısının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.

Ziyalar, A. (1980). Sosyal Psikiyatri. Yüce Yayınları, 259-265.

Zorbaz, O., & Tuzgöl-Dost, M. (2014). Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(1), 298-310.

EKLER

EK A

ARAŞTIRMA PROJESİ VELİ ONAY FORMU

Sayın Veli,

Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi Buse Yılmaz tarafından yürütülen ve Yrd. Doç. Dr. Vicdan Yücel danışmanlığında bulunan "Bir Grup Lise Öğrencisinin İnternet Kullanımlarının Beden Algıları ve Yeme Tutumları ile İlişkisi" başlıklı araştırma projesini sürdürmekteyiz. Bu araştırmanın amacı; lise öğrencilerinin internet kullanım sıklığını ve problemleri internet kullanımı davranışlarını araştırmak, öğrencilerin sosyodemografik değişkenleri yanı sıra beden algıları ve yeme tutumları ile ilişkili olup olmadığını belirlemektir. Bu amaçla çocuğunuzun bazı ölçekleri doldurmasına ihtiyaç duymaktayız. Katılmasına izin verdiğiniz takdirde, ölçekler öğrencinin uygun saatlerinde uygulanacaktır. Araştırma sonuçlarında sizin ve çocuğunuzun kimlik bilgileri, çocuğunuzun ölçeklere verdiği yanıtlar kesinlikle gizli tutulacak ve sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır. Araştırmayla ilgili sorularınızı aşağıdaki e-posta adresini kullanarak yöneltebilirsiniz. Saygılarımızla...

Araştırmacı: Psk. Buse Yılmaz

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

Adres/ Tel: Işık Üniversitesi, Büyükdere Caddesi, No:106 34398 Maslak/ İstanbul
0 (212) 286 49 11

E-posta: buse-yilmaz@msn.com

İmza:

Lütfen çocuğunuzun isim ve soyismini aşağıda boş bırakılan alana yazınız ve izin verdiğinizde dair gerekli olan imzayı atınız.

Bu araştırmaya çocuğum'nın katılımcı olmasına izin veriyorum.

Veli Adı Soyadı:

İmza:

Tarih: ___/___/___

EK B
BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

Tarih: ___/___/___

Katılımcı İçin Bilgiler:

Bu çalışmanın amacı; lise öğrencilerinin internet kullanım sıklığını ve problemleri internet kullanımı davranışlarını araştırmak, öğrencilerin sosyodemografik değişkenleri yanı sıra beden algıları ve yeme tutumları ile ilişkili olup olmadığını belirlemektir.

Araştırma için sizden yapmanızı istediğimiz, size ilettiğimiz formlardaki her soruyu tek tek okuyarak, size en uygun olan yanıtları vermenizdir. Anlamadığınız sorularda yardım isteyebilirsiniz. Araştırmaya katılmanız halinde kişisel bilgilerinizin gizliliğine saygı gösterilecek, araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında da özenle korunacaktır.

Bu yazıyı okuduktan sonra araştırmamıza gönüllü olarak katılmak istiyorsanız, aşağıda yer alan onay bölümünü doldurunuz ve imzalayınız.

Katılımcının Beyanı:

Işık Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi Buse Yılmaz tarafından yürütülen ve Yrd. Doç. Dr. Vicdan Yücel danışmanlığında bulunan bu çalışma hakkında verilen yukarıdaki bilgileri okudum. Yapılan tüm açıklamaları ayrıntıları ile anlamış bulunuyorum. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin özen gösterilerek korunacağı konusunda bana yeterli güven sağlandı.

Bu koşullarla söz konusu araştırmaya kendi isteğim doğrultusunda katılmayı kabul ediyorum.

Tarih: ___/___/___

Katılımcı:

Adı Soyadı:

Adres / Tel:

İmza:

Tank:

Adı Soyadı:

Adres / Tel:

İmza:

Araştırmacı:

Psk. Buse Yılmaz

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

Adres/ Tel: Işık Üniversitesi, Büyükdere Caddesi, No:106 34398 Maslak/ İstanbul

0 (212) 286 49 11

İmza:

EK C

SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ VE VERİ FORMU

Adınız Soyadınız:

1. Cinsiyetiniz: Erkek Kadın

2. Yaşınız:

3. Boyunuz:

4. Kilonuz:

5. Sınıfınız: 1. sınıf 4. sınıf

6. Anneniz: Hayatta Hayatta değil / Öz Üvey

7. Babanız : Hayatta Hayatta değil / Öz Üvey

8. Eğer anne ve babanız hayatta ise: Birlikte yaşıyor Ayrı yaşıyor Boşanmış

9. Anne: Okur-Yazar değil Okur-Yazar İlkokul Mezun Ortaokul Mezun

Lise Mezun Üniversite Mezun Yüksek Lisans-Doktora

10. Annenizin işi: Ev Hanımı İşçi Memur

Serbest çalışıyor (avukat, mühendis vb.) Emekli Diğer

11. Baba: Okur-Yazar değil Okur-Yazar İlkokul Mezun Ortaokul Mezun

Lise Mezun Üniversite Mezun Yüksek Lisans-Doktora

12. Babanızın işi: İşsiz İşçi Memur

Serbest çalışıyor (avukat, mühendis vb.) Emekli Diğer

13. Kaç kardeşiniz?

Tek çocuk 2 kardeş 3 kardeş 4 kardeş ve fazlası

14. Ailenizin kaçınıcı çocuğusunuz?: ____

15. Ailenizin ortalama aylık geliri ne kadar?

1300 TL veya daha düşük 1301-3000 TL

3001-4500 TL 4501 TL'den yüksek

16. Ne kadar süredir internet kullanıyorsunuz?

1 yıldan az 1 - 3 yıl arası 4 - 6 yıl arası 7 yıl ve üstü

17. Bir gün içerisinde ortalama internet kullanım süreniz ne kadar?

1 saatten az 1 - 2 saat 3 - 4 saat 5 - 6 saat 7 - 8 saat 9 saat ve üstü

18. Evinizde internet var mı?

Evet Hayır

19. İnternete daha çok nereden bağlanıyorsunuz?

Ev Okul İnternet Kafe Cep Telefonu Arkadaşlar Diğer

20. İnterneti daha çok hangi sebeple kullanıyorsunuz?

Ödev-Araştırma Film- Müzik-TV Sohbet- Chat Oyun

Sosyal Medya E-mail Diğer

21. İnternet kullanma süreniz konusunda uyarı aldığınız oluyor mu?

Hiç Nadiren Ara sıra Sık sık Her zaman

22. İnternet kullanımınızın sınırlanması karşısında hissettiğiniz temel duygu nedir?

Öfke Üzüntü Korku Kaygı Utanç

23. İnternet kullanımınızın sınırlanması karşısında sergilediğiniz davranış nedir?

Bağırırım Kırıp dökerim Ortamı terkederim Sessiz kalırım

24. Arkadaşlarınız sizi internet kullanımına yönlendiriyor mu?

Evet Hayır

25. Cevabınız evet ise; nasıl etkiliyorlar?

Link göndererek Sık sık mesaj atarak

Caps göndererek Oyunlardan bahsederek

EK D

PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ÖLÇEĞİ - ERGEN FORMU

Bu anket, bireylerin internet kullanım davranışlarını betimlemek için hazırlanmıştır. Sizden istenen, internet kullanırken genellikle gösterdiğiniz davranışları dikkate alarak, aşağıdaki ifadelerden her birinin size uygunluk derecesini belirlemenizdir. Bu amaçla, ilk önce her bir ifadeyi okuyunuz ve daha sonra her bir ifadenin karşısındaki seçeneklerinden kendi durumunuza uygun olan bir seçeneği belirleyiniz. Lütfen, hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Yanıtlarken kendi internet kullanım davranışlarınızı olduğu gibi yansıtmayınız, sonuçların daha sağlıklı değerlendirilmesine katkıda bulunacaktır.

	Tamamen Uygun = 5	Oldukça Uygun = 4	Biraz Uygun = 3	Nadiren Uygun = 2	Hiç Uygun Değil = 1
1.İnternet bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime “birkaç dakika daha” diyorum.	5	4	3	2	1
2.İnternette geçirdiğim zaman çoğunlukla uyku süremi azaltıyor.	5	4	3	2	1
3.İnternet ortamında elde ettiğim saygıyı günlük yaşamımda bulamıyorum.	5	4	3	2	1
4.İnternette, diğer ortamlara göre daha kolay ilişki kuruyorum.	5	4	3	2	1
5.İnternette ismimi gizlemek beni daha özgür kılıyor.	5	4	3	2	1
6.Çok istememe rağmen interneti uzun süre kullanmaktan bir türlü vazgeçemiyorum.	5	4	3	2	1
7.İnternete gerekmedikçe girmekten kaçınıyorum.	5	4	3	2	1
8.Yalnızlığımı internetle paylaşıyorum.	5	4	3	2	1
9.Birisi internette ne yaptığımı sorduğunda savunmacı ve gizleyici oluyorum.	5	4	3	2	1
10.Planladığımın dışında fazladan bir dakika bile interneti kullanmıyorum.	5	4	3	2	1
11.İnternette bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum.	5	4	3	2	1
12.İnternette, kontrol benden çıkıyor.	5	4	3	2	1
13.İnternet yüzünden yemek yemeyi unuttuğum zamanlar oluyor.	5	4	3	2	1
14.İnternette daha fazla vakit geçirmek için günlük işlerimi ihmal ediyorum.	5	4	3	2	1
15.Sosyal aktiviteler için para harcamaktansa, internete erişmek için harcamayı tercih ediyorum.	5	4	3	2	1
16.Sürekli ziyaret ettiğim internet sitelerini bir gün dahi girememeye tahammül edemiyorum.	5	4	3	2	1
17.İnternet kullandığım süre boyunca her şeyi unutuyorum.	5	4	3	2	1
18.Yapmam gereken işler çoğaldıkça, internet kullanma isteğim de o ölçüde artıyor.	5	4	3	2	1
19.İnternet, yapmam gerekenleri ertelemek için vazgeçilmez bir araçtır.	5	4	3	2	1
20.İnternet kullanımım, benim için önemli kişilerle olan ilişkilerimde problem yaşamama neden oluyor.	5	4	3	2	1
21.İnternet kullanırken başkalarının beni meşgul etmesine öfkeleniyorum.	5	4	3	2	1
22.İnterneti kullanmasam bile sürekli aklımda.	5	4	3	2	1
23.İnternet kullanmayı bırakmadığım için randevularıma veya derslerime geç kalıyorum.	5	4	3	2	1
24.Sabahları uyandığımda bir an önce internete bağlanmak istiyorum.	5	4	3	2	1
25.İnternet kullanırken zamanın nasıl geçtiğini hiç anlayamıyorum.	5	4	3	2	1
26.İnternet beni kendisine esir ediyor.	5	4	3	2	1
27.İnternet yoluyla iletişim kurmayı, yüz yüze iletişim kurmaya tercih ediyorum.	5	4	3	2	1

EK E

VÜCUT ALGISI ÖLÇEĞİ

Aşağıda çeşitli vücut özellikleri ve beğenip beğenmeme ifadeleri bulunmaktadır. Yapmanız gereken; bir vücut özelliğiniz hakkındaki duygularınızı bu ifadelere göre değerlendirmektir. Herhangi bir vücut özelliğinizi genel olarak beğenip beğenmediğinize göre duygularınızı değerlendiriniz.

	<i>Çok beğeniyorum = 1</i>	<i>Oldukça beğeniyorum = 2</i>	<i>Kararsızım = 3</i>	<i>Pek beğenmiyorum = 4</i>	<i>Hiç beğenmiyorum = 5</i>	
1.	Saçlarım	1	2	3	4	5
2.	Yüzümün rengi	1	2	3	4	5
3.	İştahım	1	2	3	4	5
4.	Ellerim	1	2	3	4	5
5.	Vücudumdaki kıl dağılımı	1	2	3	4	5
6.	Burnum	1	2	3	4	5
7.	Fiziksel gücüm	1	2	3	4	5
8.	İdrar-dışkı düzenim	1	2	3	4	5
9.	Kas kuvvetim	1	2	3	4	5
10.	Belim	1	2	3	4	5
11.	Enerji düzeyim	1	2	3	4	5
12.	Sırtım	1	2	3	4	5
13.	Kulaklarım	1	2	3	4	5
14.	Yaşım	1	2	3	4	5
15.	Çenem	1	2	3	4	5
16.	Vücut yapım	1	2	3	4	5
17.	Profilim	1	2	3	4	5
18.	Boyum	1	2	3	4	5
19.	Duyularımın keskinliği	1	2	3	4	5
20.	Ağrıya dayanıklılığım	1	2	3	4	5
21.	Omuzlarımın genişliği	1	2	3	4	5
22.	Kollarım	1	2	3	4	5
23.	Göğüslerim	1	2	3	4	5
24.	Gözlerimin rengi	1	2	3	4	5
25.	Sindirim sistemim	1	2	3	4	5
26.	Kalçalarım	1	2	3	4	5
27.	Hastalığa direncim	1	2	3	4	5
28.	Bacaklarım	1	2	3	4	5
29.	Dişlerimin şekli	1	2	3	4	5
30.	Cinsel gücüm	1	2	3	4	5
31.	Ayaklarım	1	2	3	4	5
32.	Uyku düzenim	1	2	3	4	5
33.	Sesim	1	2	3	4	5
34.	Sağlığım	1	2	3	4	5
35.	Cinsel faaliyetlerim	1	2	3	4	5
36.	Dizlerim	1	2	3	4	5
37.	Vücudumun duruş şekli	1	2	3	4	5
38.	Yüzümün şekli	1	2	3	4	5
39.	Kilom	1	2	3	4	5
40.	Cinsel organlarım	1	2	3	4	5

EK F
YEME TUTUMU TESTİ

Bu anket sizin yeme alışkanlıklarınızla ilgilidir. Lütfen, her bir soruyu dikkatlice okuyunuz ve size uygun gelen şıkkı işaretleyiniz.

	<i>Daima = 6</i>	<i>Çok sık = 5</i>	<i>Sık sık = 4</i>	<i>Bazen = 3</i>	<i>Nadiren = 2</i>	<i>Hiçbir zaman = 1</i>
1. Başkaları ile birlikte yemek yemekten hoşlanırım.	6	5	4	3	2	1
2. Başkaları için yemek pişiririm ama pişirdiğim yemeği yemem.	6	5	4	3	2	1
3. Yemekten önce sıkıntılı olurum.	6	5	4	3	2	1
4. Şişmanlamaktan ödüm kopar.	6	5	4	3	2	1
5. Acıktığımda yemek yememeye çalışırım.	6	5	4	3	2	1
6. Aklım fikrim yemektir.	6	5	4	3	2	1
7. Yemek yemeyi durduramadığım zamanlar olur.	6	5	4	3	2	1
8. Yiyeceğimi küçük küçük parçalara bölerim.	6	5	4	3	2	1
9. Yediğim yiyeceğin kalorisini bilirim.	6	5	4	3	2	1
10. Ekmek, patates, pirinç gibi yüksek kalorili yiyeceklerden kaçırım.	6	5	4	3	2	1
11. Yemeklerden sonra şişkinlik hissederim.	6	5	4	3	2	1
12. Ailem fazla yememi bekler.	6	5	4	3	2	1
13. Yemek yedikten sonra kusarım.	6	5	4	3	2	1
14. Yemek yedikten sonra aşırı suçluluk duyarım.	6	5	4	3	2	1
15. Tek düşüncem daha zayıf olmaktır.	6	5	4	3	2	1
16. Aldığım kalorileri yakmak için yorulana dek egzersiz yaparım.	6	5	4	3	2	1
17. Günde birkaç kere tartılırım.	6	5	4	3	2	1
18. Vücudumu saran dar elbiselerden hoşlanırım.	6	5	4	3	2	1
19. Et yemekten hoşlanırım.	6	5	4	3	2	1
20. Sabahları erken uyanırım.	6	5	4	3	2	1
21. Günlerce aynı yemeği yerim.	6	5	4	3	2	1
22. Egzersiz yaptığımda harcadığım kalorileri hesaplarım.	6	5	4	3	2	1
23. Adetlerim düzenlidir.	6	5	4	3	2	1
24. Başkaları çok zayıf olduğumu düşünür.	6	5	4	3	2	1
25. Şişmanlayacağım (vücudumun yağ toplayacağı) düşüncesi zihnimi meşgul eder.	6	5	4	3	2	1
26. Yemeklerimi yemek, başkalarıminkinden daha uzun sürer.	6	5	4	3	2	1
27. Lokantada yemek yemeyi severim.	6	5	4	3	2	1
28. Müshil kullanırım.	6	5	4	3	2	1
29. Şekerli yiyeceklerden kaçırım.	6	5	4	3	2	1
30. Diyet (perhiz) yemekleri yerim.	6	5	4	3	2	1
31. Yaşamımı yiyeceğin kontrol ettiğini düşünürüm.	6	5	4	3	2	1
32. Yiyecek konusunda kendimi denetleyebilirim.	6	5	4	3	2	1
33. Yemek konusunda başkalarının bana baskı yaptığını hissederim.	6	5	4	3	2	1
34. Yiyeceklerle ilgili düşünceler çok zamanımı alır.	6	5	4	3	2	1
35. Kabızlıktan yakınırım.	6	5	4	3	2	1
36. Tatlı yedikten sonra rahatsız olurum.	6	5	4	3	2	1
37. Diyet (perhiz) yaparım.	6	5	4	3	2	1
38. Midemin boş olmasından hoşlanırım.	6	5	4	3	2	1
39. Şekerli, yağlı yiyecekleri denemekten hoşlanırım.	6	5	4	3	2	1
40. Yemeklerden sonra içimden kusmak gelir.	6	5	4	3	2	1

ÖZGEÇMİŞ

Buse Yılmaz 28 Ocak 1993 tarihinde Samsun'da doğdu. 2015 yılında Işık Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi İngilizce Psikoloji bölümünden onur derecesiyle mezun oldu. Aynı yıl, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Programı'nda yüksek lisans yapmaya hak kazandı. Weschler Yetişkinler için Zeka Ölçeği (WAIS), Bender Gestalt Görsel Motor Algılama Testi, Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI), Rorschach Exner eğitimleri bulunmaktadır. Psikolojik Travma ve Travmaya Müdahale Eğitimi katılım belgesine sahiptir. Neuro Linguistic Programming (NLP) İleri Seviye Öğrenme ve Öğretme Teknolojileri Eğitimi, Travma Psikolojisi ve Testleri Eğitimi, Psikoterapide Genogram Kullanımı Eğitimi, Temel İş Sağlığı ve Güvenliği Eğitimi, Summer Work&Travel USA Program sertifikaları bulunmaktadır. Bakırköy Mazhar Osman Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, Erenköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi, Fransız Lape Psikiyatri Hastanesi ve Beşiktaş Sait Çiftçi Devlet Hastanesi'nde gönüllü olarak staj yapmıştır. Araştırma alanları anksiyete bozuklukları, psikopatoloji, bağımlılık ve yeme bozukluklarıdır. İlgi alanları arasında; anksiyete bozuklukları, duygudurum bozuklukları, travma sonrası stres bozukluğu, beslenme ve yeme bozuklukları, kişilik bozuklukları, beden dismorfik bozukluğu, evlilik ve aile terapisi, Bütüncül Psikoterapi, Bilişsel Davranışçı Terapi, Psikoanalitik Terapi ve Varoluşçu Psikoterapi bulunmaktadır.