

Adolesanlarda İnternet Bağımlılığının Aile İçi Uyuma ve Okul Başarısına Etkileri

The Effects of Internet Addiction on Family Relations and School Success in Adolescents

Görkem Çalık[®], Çağdaş Emin Maç[®], Güzin Zeren Öztürk[®]

Atf/Cite as: Çalık G, Maç ÇE, Öztürk GZ. Adolesanlarda internet bağımlılığının aile içi uyuma ve okul başarısına etkileri. Türk Aile Hek Derg. 2021;25(4):120-127.

ÖZ

Amaç: On dört-on dokuz yaş arası lise dönemi adolesan gençlerin internet bağımlısı olup olmadıklarının tespit edilmesi, internet bağımlılığının aile uyumuna ve okul başarısına etkilerinin araştırılmasıdır.

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

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

Katılımcıların 100'ü kız, 83'ü erkekti. İnternet bağımlılığı toplam puanları kız ve erkekler arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermemiştir. Okul başarı puanları erkeklere kıyasla kızlarda daha yüksek bulunmuştur. Fen lisesinde öğrenim gören öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeği puanlarının diğer liselerdeki öğrencilere göre daha yüksek olduğunu saptadık.

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

İnternet bağımlılık ölçeği toplam puanları ile aile uyum ölçeği puanları arasında istatistikçe anlamlı negatif bir ilişki saptanmışken ($r=-0,217$ $p=0,003$), okul not ortalamaları ile internet bağımlılığı ölçek puanları ($r=-0,039$ $p=0,596$) arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.

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

Anahtar kelimeler: İnternet, aile uyumu, adolesan

ABSTRACT

Objective: This study aimed to determine whether high school adolescents between the ages of 14-19 are internet addicts. It also investigates the effects of internet addiction on family harmony and school success.

Methods: Our study was conducted between 30 June 2020 - 1 August 2020 in İstanbul Bağcılar Barbaros Family Health Centre. Firstly, in our study, high school adolescents were asked 29 questions about their socio-demographic status. Then, the Young Internet Addiction Scale consisting of 20 questions and the 5-Question Family Harmony Scale created by Kavikondala et al. were applied. School success was measured verbally via learning the school year-end grade averages.

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

Telif hakkı © 2021 Türkiye Aile Hekimleri Uzmanlık Derneği.

Bu dergide yayımlanan bütün makaleler Creative Commons 4.0 Uluslararası Lisansı (CC-BY) ile lisanslanmıştır.

Copyright © 2021 Turkish Association of Family Physicians.

Licensed by Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY)

Received/Geliş: 10.07.2021

Accepted/Kabul: 12.11.2021

Publication date: 29.12.2021

Corresponding Author:

Ç. E. Maç

ORCID: 0000-0003-3422-083X

Sinop Uzungürgen Aile Sağlığı

Merkezi, Sinop, Türkiye

✉ cagdaseminmac@gmail.com

G. Çalık

ORCID: 0000-0003-1421-4811

İstanbul Bağcılar Barbaros Aile

Sağlığı Merkezi, İstanbul, Türkiye

G. Z. Öztürk

ORCID: 0000-0001-7730-2929

Seyrantepe Etfal Eğitim ve Araştırma

Hastanesi, Aile Hekimliği Kliniği,

İstanbul, Türkiye

We found a statistically significant negative correlation between total internet addiction and family harmony scores ($r=-0,217$ $p=0,003$). We did not find a correlation between school success and internet addiction scores ($r=-0,039$ $p=0,596$).

Conclusion: Our study found a statistically significant negative correlation between internet addiction total scores and family harmony scores. Still, we did not find a correlation between school success and internet addiction scores.

Keywords: Internet, family, adolescent

GİRİŞ

Tanım olarak internet; dünyadaki milyonlarca bilgisayar ağının birbirleriyle ortak bir protokol çerçevesinde iletişim kurabilmesini ve bilgi kaynaklarını paylaşmalarını sağlayan bilgisayar ağlarıdır.^[1] Günümüzde internet yaşamın değişmez bir parçası hâline gelmiştir. Günlük yaşamımızı kolaylaştırmanın yanında birçok iş sektörünün de temelini oluşturan internet bazı sorunları da beraberinde getirebilmektedir. İnternet kullanımıyla ilgili en önemli sorunlardan biri “internet bağımlılığı”dır.

İnternet bağımlılığı Young tarafından “internet kullanmayı kontrol edememe ve bu kontrolsüzlükten kaynaklanan, yaşamının birçok alanında özellikle de kişiler arası ilişkiler ve iş yaşamında ciddi derecede sorunlar yaşamasına neden olan bir hastalık” olarak tanımlanmıştır.^[2] Bazı çalışmalar internet bağımlılığının depresyon, anksiyete bozukluğu, obsesif kompulsif kişilik bozukluğu, aleksitimi, düşük benlik saygısı ve dürtü kontrol bozuklukları gibi psikiyatrik rahatsızlıklarla ilişkili olduğunu göstermiştir.^[3]

Günümüzde internet kullanım oranları yaşlılar arasında da artmaktaysa da asıl çoğunluğu adölesan bireyler oluşturmaktadır.^[4] On-on dokuz yaşlar arasındaki bu dönemde hem biyolojik hem de psikolojik olarak önemli değişimler yaşanır. Bu dönemde bedensel hızlı değişimin, hormonların ve çevresel faktörlerin etkileriyle ruhsal bozukluk gelişme riski artmıştır.^[5] Ayrıca adölesan dönemde yaşlıları ile sorunların yaşanması, bağımsızlık arzusu ve aile içi çatışmaların artması kişinin kendisini gerçek yaşamdan ve yaşamın zorluklarından soyutlayarak daha kolay iletişim kurabileceği, sohbet edeceği, rahatça isteklerini dile getirebileceği internet ortamına kaymasına neden olabilir.^[6,7]

İnternet bağımlılığı kişinin yaşamındaki diğer işleri ve olayları geri plana atmasına; giderek arkadaş çevresinden, okul yaşamından, iş yaşamından ve hatta diğer aile bireylerinden uzaklaşmasına neden olur. İnternette normalden fazla zaman geçirmek görev ve sorumlulukları ihmal etmenin yanında uyku düzen bozukluklarına da neden olur. Özellikle adölesanlarda okulda devamsızlık yapmak, okula gitmek istememe,

geç vakitlere kadar internette olma yüzünden ödevlerini aksatma, ders kaçırma ve uykusuz kaldıklarından derslerine odaklanamama gibi sorunlar görülmeye başlar.^[3,8] Bu durum okul başarısının düşmesine ve aile içi çatışmaların artmasına neden olacaktır. Okul başarısı için aile uyumunun önemi de büyüktür. Çocukların okullarda aldıkları eğitim ve kazandıkları becerilerin ev ortamında da pekiştirilmesi gerekmektedir. Aile yaşamındaki uyumsuzluklar çocukların kişisel gelişimlerini, sosyal yaşamlarını ve okul başarılarını olumsuz etkilemektedir. Araştırmalar huzurlu bir ev ortamında yetişmeyen, aile içi ilişkilerinde sorunlar yaşayan öğrencilerin okul başarılarının uyumlu ailelerde yetişen öğrencilere göre düşük olduğunu göstermektedir.^[9]

Pandemi döneminde kısıtlamalar nedeniyle uzaktan eğitimin başlaması internette geçirilen zamanı arttırmıştır, dışarıya çıkamama sosyalleşmeyi azaltmış ve evde geçirilen vakti arttırmıştır. Bunun sonucu hem bağımlılık hem aile bağlarını etkileyebilir.

Biz bu çalışmamızda, pandemi döneminde 14-19 yaş arası lise dönemi adölesanların internet bağımlılığının, aile uyumu ve okul başarısı ile olan ilişkisini değerlendirmeyi amaçladık

GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırmanın evreni ve örneklem

Çalışmamız tek merkezli, kesitsel ve analitik bir klinik çalışma niteliğindedir. Çalışma 01/07/2020-01/08/2020 tarihleri arasında İstanbul Bağcılar Barbaros ASM’de 34.05.044 No.lu aile hekimliği biriminde kayıtlı olan, çalışmaya katılmayı kabul eden ve dâhil edilme kriterlerine uyan adölesanlara yapılmıştır. Nüfusa bağlı o yaş gurubundaki birey sayısı 345 olup, %95 power 0,05 alfa anlamlılık seviyesinde toplam örneklem büyüklüğü 183 olarak belirlenmiştir. Adölesanlar telefonla aranarak anne veya babalarıyla birlikte ASM’ye çağırıldı. Onayları alındıktan sonra anketler isim yazılmadan yüz yüze olarak uygulayıcı tarafından dolduruldu. Örgün eğitim veren bir liseye gitmeyenler, çalışmaya katılmayı kabul etmeyenler, ebeveyn izni alınamayanlar, bilinen nörolojik hastalığı/gelişimsel geriliği olanlar ile bilinen psikiyatrik tanısı olanlar çalışmaya dâhil edilmemiştir.

Çalışmamız için Sağlık Bilimleri Üniversitesi Şişli Hamidiye Etfal Sağlık Uygulama Merkezi Etik Kurulu Başkanlığı'ndan 25/02/2020 tarihli 1455 karar No. ile etik kurul onamı alındı. İstanbul İl Sağlık Müdürlüğü Sağlık Hizmetleri Başkanlığı Araştırma, Basılı Yayım, Duyuru İçeriği Değerlendirme Komisyonu 30/06/2020 tarih ve 2020/20 sayılı kararınca uygundur onamı alınarak Barbaros ASM'de çalışmamız uygulandı.

Veri Toplama Araçları

On dört-on dokuz yaşlar arasındaki adolesanlara 29 sorudan oluşan sosyodemografik durumlarıyla ilgili sorular soruldu. Ardından 20 sorudan oluşan Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği (YİBÖ) ve Kavikondala ile ark. tarafından oluşturulan 5 soruluk Aile Uyum Ölçeği (AUÖ) uygulandı. Yüzlük sistem üzerinden değerlendirilen okul yıl sonu karne notu ortalamaları okul başarısı olarak not edildi.

Young internet bağımlılığı ölçeği (YİBÖ)

İnternet Bağımlılığı Ölçeği Young tarafından, DSM-IV'te yer alan "Patolojik Kumar Oynama Ölçütleri"nden yola çıkarak oluşturulmuştur. Zamanla geliştirilerek internet bağımlılığını değerlendirmek için kullanılabilen 20 soruluk, altılı likert tipinde bir ölçeğe çevrilmiştir. Her soruda "hiçbir zaman", "nadiren", "arada sırada", "çoğunlukla", "çok sık" ve "devamlı" seçeneklerinden birinin işaretlenmesi istenmektedir. Puanlama sırasıyla 0, 1, 2, 3, 4, 5 şeklinde yapılmaktadır. Ölçekten toplamda 80 puan ve üzeri almak "internet bağımlısı" olarak tanımlanmaktadır. Elli-yetmiş dokuz arası puan alanlar muhtemel bağımlı, 49 ve altında puan alanlar ortalama internet kullanıcısı olarak tanımlanmaktadır. İnternet bağımlılığı ölçeği Bayraktar tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Standardize edilmiş Alpha değeri 0,91; Spearman-Brown değeri 0,87'dir. Bu verileri ölçeğin güvenilir olduğunu düşündürmektedir.^[10]

Aile uyumu ölçeği (AUÖ)

Aile Uyum Ölçeği toplumun refahında pozitif aile ilişkilerinin rolünü ortaya koymak ve bu doğrultuda aile uyumunu ölçmek amacıyla Kavikondala ve çalışma ark. (2015) tarafından Türk toplumu gibi genel olarak toplulukçu kültür yapısını benimsemiş Çin toplumunu esas alarak geliştirilmiş bir ölçüm aracıdır. Bu çalışmamızda, Duman Kula ve ark. tarafından Türkçeye uyarlanması yapılan Aile Uyum Ölçeği 5 maddelik kısa formunu kullandık. Ölçeğin Türkçe Formunun puanlanması 5'li (1= Kesinlikle katılmıyorum, 5= Kesinlikle Katılıyorum) bir derecelendirme sistemine göre yapılmaktadır. Ölçek sonucunda toplam puan

aralığı 5 ile 25 arasında değişiklik göstermektedir.^[11] Ölçekte alınan puanlar yükseldikçe aile uyumu yükselmektedir. AUÖ'nin orijinal hâlinin geliştirilme sürecinde yapı geçerliliğini ortaya koymak amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi sonucunda ölçeğin kısa formunun tek faktörlü olduğu ve iyi uyum gösterdiği belirlenmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı ise 0,92 olarak bulunmuştur.

İstatistiksel Analiz

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

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

Çalışmanın kısıtlılıkları

Çalışmamız uzaktan eğitim süreci bittikten hemen sonra yapılmıştır. Öğrencilerin okul başarısı ile internet kullanımı arasındaki ilişki ailelerinin bu süreç içinde yaptığı bilgisayar, telefon ve internet bağlantısı yatırımlarından etkilenmiş olabilir.

BULGULAR

Çalışmamıza katılan 14-19 yaş aralığındaki 183 lise öğrencisinin yaş ortalaması 16,3'tü. Öğrencilerin 100'ü kız (%54,6) idi. Katılımcıların %65,0'ı (n=119) evde kendilerine ait odaya sahiptiler. Katılımcıların %44,3'ünün (n=81) Anadolu lisesinde, %8,7'sinin (n=16) Anadolu imam hatip lisesinde, %4,9'unun (n=9) fen lisesinde, %39,9'unun (n=73) mesleki ve teknik Anadolu lisesinde, %2,2'sinin (n=4) diğer liselerde eğitim gördüğü saptanmıştır. Çalışmamızda, katılımcıların %98,9'u (n=181) ailesi ile birlikte yaşıyordu ve evde minimum 2 kişi, maximum 10 kişi olarak ortalama 4,6 kişi (SS=1,25) birlikte yaşadıkları belirlenmiştir. Öğrencilerin anne eğitim düzeyi incelendiğinde, %72,1'inin (n=132) lise altı mezunu iken, babaların %64,5'inin (n=118) lise altı mezunu olduğu saptanmıştır. Katılımcılar ailelerinin ekonomik

düzeylerinin %4,4'ünün (n=8) düşük, %86,9'unun (n=159) orta düzeyde, %8,7'sinin (n=16) yüksek düzeyde olduğu bildirmiştir. Katılımcıların %67,2'sinin (n=123) annesinin çalışmadığı, %30,1'inin (n=55) annesinin çalıştığı ve %2,7'sinin (n=5) annesinin vefat ettiği belirtilmiştir. Katılımcıların %9,3'ü (n=17) sigara kullandığını, %2,2'si (n=4) sigarayı bıraktığını, %4,9'u (n=9) da alkol kullandığını belirtmiştir. Düzenli bir uykuya sahip olmayan öğrencilerin oranı %42,1'di (n=77).

Evinde sürekli kullanabileceği interneti olan katılımcı oranı %89,1'di (n=163). Katılımcıların %91,2'si (n=167) cep telefonu ile internete ulaşabildiğini belirtmiştir. Günlük akıllı telefonda internet kullanım süresine baktığımızda çoğunluğun (%49,2; n=90) kullanım süresi 1-3 saat arasındaydı. Günlük toplam bilgisayar kullanımında ise 1 saatten az kullananlar çoğunlukta idi (n=118; %64,5). İnternet kullanım geçmişlerine baktığımızda 5 yıldan fazla zamandır internet kullananlar çoğunlukta idi (%49,2; n=90).

Katılımcıların internet bağımlılık durumları incelendiğinde, %85,8'inin (n=157) normal internet kullanıcısı, %13,1'inin (n=24) olası bağımlı ve %1,1'inin (n=2) internet bağımlısı olduğunu belirledik. Bağımlılık durumunun puanlama ve sınıflaması Tablo 4'te ayrıntılı olarak verilmiştir. Sorunlu internet kullanıcılarının yüzdesini olası bağımlı ve bağımlı olarak değerlendirdiğimiz katılımcıların toplamı şeklinde değerlendirip %14,2 (n=26) olarak saptadık.

Çalışmaya katılanların toplam YİBÖ puanları ortalaması 30,19 (min:3,00; max:93,00) olup, sosyodemografik veriler ile YİBÖ puanları ilişkisi Tablo 1'de ayrıntılı olarak verilmiştir. Buna göre YİBÖ ile uyku düzeni, okul türü ve baba eğitim düzeyi ilişkili bulunmuştur. Fen lisesinde okuyan ve babaları lise ve altı eğitilmiş olanlar yüksek YİBÖ ortalamasına sahipken, uykusu düzenli olanlar düşük puan almıştı.

Katılımcıların internet, akıllı telefon ve bilgisayar varlığı ile YİBÖ ortalama puanları arasındaki ilişki Tablo 2'de ayrıntılı olarak verilmiştir. Buna göre akıllı telefonu

Tablo 1. Sosyodemografik veriler ile YİBÖ puanları ilişkisi.

		n	%	YİBÖ Ortalama Puanları	P
Cinsiyet	Kız	100	54,6	30,2	0,879
	Erkek	83	45,4	30,2	
Uyku Düzeni	Düzenli	106	57,9	26,94	0,031
	Düzensiz	77	42,1	34,66	
Sigara Kullanım Durumu	Kullanıyor	17	9,3	34,11	0,496
	Kullanmıyor	162	88,5	29,80	
	Bıraktım	4	2,2	29,00	
Alkol Kullanım Durumu	Kullanıyor	9	4,9	37,22	0,151
	Kullanmıyor	174	95,0	29,82	
Okul Türü	Anadolu Lisesi	81	44,3	29,87	0,037
	Anadolu İmam Hatip Lisesi	16	8,7	26,68	
	Fen Lisesi	9	4,9	41,44	
	Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi	73	39,9	30,73	
	Diğer	4	2,2	15,25	
Kendine Ait Oda Varlığı	Var	119	65,0	30,14	0,850
	Yok	64	34,9	30,28	
Anne Eğitim Düzeyi	Okur-Yazar Değil	16	8,7	28,50	0,707
	Lise Altı	132	72,1	30,76	
	Lise ve Üstü	35	19,1	28,80	
Baba Eğitim Düzeyi	Okur-Yazar Değil	10	5,5	22,00	0,043
	Lise Altı	118	64,5	33,02	
	Lise ve Üstü	55	30,1	25,60	
Sosyo-Ekonomik Düzey	Düşük	8	4,3	30,25	0,776
	Orta	159	86,8	30,44	
	Yüksek	16	8,7	27,68	
Anne Çalışma Durumu	Vefat/Yok	5	2,7	24,0	0,776
	Çalışıyor	55	30,0	29,7	
	Çalışmıyor	123	67,2	30,6	

Tablo 2. Katılımcıların internet, akıllı telefon ve bilgisayar varlığı ile YİBÖ ortalama puanları arasındaki ilişki.

		n	%	YİBÖ Ortalama Puanları	P
Evde Sürekli Kullanabileceği İnternet Var mı?	Evet	163	89,1	30,84	0,165
	Hayır	20	10,9	24,85	
Akıllı Telefonunuz Var mı?	Evet	167	91,2	30,91	0,032
	Hayır	16	8,7	22,68	
Günlük Akıllı Telefon Kullanma Süreniz Kaç Saat?	< 1 saat	19	10,3	17,26	0,001
	1-3 saat	90	49,2	25,50	
	≥ 3 saat	74	40,4	39,21	
Bilgisayarınız Var mı?	Evet	171	93,4	30,81	0,064
	Hayır	12	6,5	21,33	
Günlük Bilgisayar Kullanım Süreniz Kaç Saat?	< 1 saat	118	64,5	28,00	0,001
	1-3 saat	35	19,1	27,74	
	> 3 saat	30	16,3	41,63	
Ne Kadar Zamandır İnternet Kullanıyorsunuz?	<1 Yıl	10	5,4	18,70	0,001
	1-2 Yıl	25	13,6	20,72	
	3-4 Yıl	58	31,6	29,37	
	> 5 Yıl	90	49,2	34,62	

olanlar; günlük akıllı telefon ve bilgisayar kullanımları 3 saat ve üzerinde olanlar ile 5 yıl ve üzerinde internet kullananların YİBÖ ortalama puanları anlamlı olarak daha yüksek saptanmıştır.

Çalışmaya katılanların toplam AUÖ puanları ortalaması 20,60 iken, okul başarı ortalaması 70,80'di. Bu değerler Tablo 3'te ayrıntılı şekilde verilmiştir. AUÖ ve okul başarısının sosyodemografik veriler, internet varlığı, akıllı telefon ve bilgisayar varlığı ile olan ilişkilerine bakıldığında, AUÖ puanları kız ve erkekler arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık göstermemişken, okul başarısında kızların puanları anlamlı olarak yüksekti ($p=0,029$). Uyku düzenine sahip olduğunu söyleyenlerin AUÖ puanları daha yüksek bulunmuştur ($Z=-3,281$; $p=0,001$). Evde kendimize ait bir odamız var diyen katılımcıların AUÖ puanları ($Z=-1,990$; $p=0,049$) ve okul başarı puanları ($Z=-2,310$; $p=0,021$) daha yüksekti. Günlük akıllı telefonda internet kullanım süresi 1 saatten az olanlarda AUÖ puanları daha yüksek bulunmuştur ($p=0,012$).

Çalışmamızda, katılımcılara uygulanan ölçeklerden elde edilen toplam puanlar ve bildirilen okul not ortalamaları arasındaki ilişkiler spearman korelasyon analizi ile karşılaştırılmış ve YİBÖ toplam puanları ile AUÖ puanları arasında istatistikçe anlamlı negatif bir ilişki saptanmıştır ($r=-0,217$; $p=0,003$). Okul not ortalamaları ile aile uyumu ($r=0,084$; $p=0,261$) ve internet bağımlılığı ölçeği puanları ($r=-0,039$; $p=0,596$) arasında bir ilişki tespit edilememiştir.

Tablo 3. YİBÖ, AUÖ ve okul başarı puanları değerleri.

	Min	Max	Ortalama
Young İnternet Bağımlılık Ölçeği	3,00	93,00	30,19
Aile Uyum Ölçeği	5,00	25,00	20,60
Okul Başarı Puanları	36,00	97,00	70,8

Tablo 4. YİBÖ puanlaması dağılımı.

	Ölçek değer aralığı	n	%
Normal	< 50	157	85,8
Muhtemel Bağımlı	50-79	24	13,1
Bağımlı	≥ 80	2	1,1

TARTIŞMA

Dünyada internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalara baktığımızda, genel olarak internet bağımlılık oranları %0,3'ten %38 gibi değerlere kadar, uygulanan ölçeğe göre değişken sonuçlar ile karşımıza çıkmaktadır.^[3] Çalışmamızda, katılımcıların %1,1'inin (n=2) 80 ve üzeri puan alan internet bağımlısı olduğunu belirledik. Sorunlu internet kullanıcılarının yüzdesini olası bağımlı ve bağımlı olarak değerlendirdiğimiz katılımcıların toplamı olarak %14,2 (n=26) olarak saptadık.

Nijerya'da yapılan bir çalışmada, bağımlı ve risk grubunda olan adolesan oranları sırasıyla %3,3 ve %20,3 olarak bulunmuştur.^[12] Yine Kore'de yapılan bir çalışmada da, bağımlı ve risk grubu oranları sırasıyla %4,3 ve %30 olarak tespit edilmiştir.^[13] Literatürde çalışmamızla benzer oranlarla sonuçlanan çalışmalar da mevcuttur. Bayhan ve ark. çalışmaları ile Kılıç ve

ark. çalışmalarında, internet bağımlılığı ve risk grubu oranları sırasıyla %2'ye %12 ve %1,3'e %16,9 olarak tespit edilmiştir ve bu oranlar çalışmamıza oldukça yakındır.^[7,14]

Çalışmalardaki farklılıkların araştırma yapılan bölgenin teknolojik altyapıları ve insanların teknolojiye ulaşım olanakları, insanların alım güçleri arasındaki farklılıklar, çalışmaların metodolojik farklılıkları ve örneklem sayımızın azlığından kaynaklanıyor olabilir.

İnternet bağımlılığının cinsiyet ile ilişkisine baktığımız zaman, farklı çalışmalarda farklı sonuçlar alındığını görmekteyiz. İtalya ve Kore'de yapılan bir çalışmada, internet bağımlılığında cinsiyetler arasında anlamlı fark tespit edilememişken, Norveç, Yunanistan ve Türkiye'de yapılan bazı çalışmalarda, internet bağımlılığının erkeklerde anlamlı olarak yüksek olduğu görülmüştür.^[13,15-18] Çalışmamızda, cinsiyetler arasında anlamlı bir fark tespit etmedik. Erkeklerin kızlara göre teknolojiye daha meraklı ve özellikle de internette veya bilgisayarda oyun oynamaya daha yatkın olmaları, internet kafe kullanımlarının daha yaygın olması internet bağımlılık oranlarının daha yüksek olacağını düşündürmektedir. Ancak, günümüzde akıllı telefonların yaygınlaşması ve internetin kolay ulaşılabilir hâle gelmesi ile birlikte internet kullanımında cinsiyet eşitliği sağlanmış olabilir. Akıllı telefonların hemen her an el altında olması internet erişimini çok daha hızlı ve kolay bir hâle getirmektedir. Bu hız ve kolaylık her ne kadar olumlu kavramlar olsa da beraberinde bağımlılık riskini de arttırmaktadır. Altıntaş ve ark. da çalışmalarında, akıllı telefonu olan katılımcılarda internet bağımlılığının anlamlı oranda yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.^[19] Bizim de çalışmamızda YİBÖ puanları akıllı telefonu olanlarda anlamlı olarak yüksek bulunmuştur.

Anne eğitim düzeyi ile YİBÖ, AUÖ puanları ve okul not ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık saptamadık. Baba eğitim düzeyi lise ve üstü olanlarda okul başarıları anlamlı derecede yüksek iken, lise ve altı olanlarda YİBÖ puanları anlamlı olarak yüksekti. Literatürde farklı çalışmaların farklı sonuçlar verdiğini görmekteyiz. Fariz ve ark. ile Altıntaş ve ark. çalışmalarında, internet bağımlılığı ile anne ve baba eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki saptamamışlardır.^[19,20] Arslan Argun ve ark. çalışmalarında, anne ve baba eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin okul başarılarının arttığını tespit etmişlerdir.^[21] Ural ve ark. ise çalışmalarında, anne ve baba eğitim düzeyinin öğrencilerin okul başarıları üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını saptamışlardır.^[22] Annelerin çocukların büyümesi ve gelişimindeki önemi

tartışılmaz. Çalışmamızdaki bu sonuç, babanın da en az anne kadar önemli olduğunu, özellikle anneleri çalışmayan çocuklarda rol model olarak babanın öne çıktığının bir göstergesi olabilir.

Evde kendimize ait bir odamız var diyen katılımcıların AUÖ puanları ve okul başarı puanları daha yüksek iken, YİBÖ puanları ile kişisel oda varlığı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Özdemir ve ark. ile Altıntaş ve ark. çalışmalarında, bizimle benzer şekilde kişisel oda varlığı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki tespit etmemişlerdir.^[19,23] Çalışmamızda, evde yaşayan ortalama kişi sayısının yüksek olması (ort: 4,6) kendisine ait odası olan öğrencilerin hem ders çalışırken gürültülü ortamdan hem de kardeşleriyle çatışmalardan uzaklaşabildiğinden okul başarıları ve aile ilişkileri üzerine olumlu etkide bulunmuş olabilir.

Çalışmamızda katılımcılara uyku düzenlerinin olup olmadığı sorulmuş, alınan yanıtlara göre uykularının düzenli olduğunu söyleyenlerin AUÖ puanları daha yüksek bulunmuştur. Uyku düzeni olmadığını söyleyenlerde de YİBÖ puanları anlamlı olarak daha yüksek olarak belirlenmiştir. İkinci ve ark. çalışmalarında, benzer şekilde internet bağımlılık puanları yüksek olan adölesanlarda uyku sorunlarının anlamlı olarak daha fazla görüldüğünü tespit etmişlerdir.^[24] Yine Belçika'da yapılan bir çalışmada, aşırı internet kullanımının hafta içi yatma gecikmeleri, uyanma saatlerinde gecikme ve yorgunluk ile ilişkili olduğu bildirilmiştir.^[25] Uyku düzensizliğinin en önemli nedenlerinden biri aile sorunlarıdır. Aileleri öğrenciler için gerekli ortamı sağlayamadığında; öğrenci bulunduğu durumdan rahatsız olmaya, kaygı duymaya başlar ve öğrencide bilişsel bazı sorunlar oluşabilir. Bu nedenlerle öğrencilerin uyku düzenlerinde bozulmalar meydana gelebilir.^[26]

Literatürdeki çalışmalara göre günlük ve haftalık internet kullanım süreleri ile internet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki mevcuttur.^[27,28] Anlayışlı ve Serin çalışmalarında, internet bağımlılık düzeylerinin günlük internete giriş süresi 5 saatten fazla olanlarda, 3 saatin altında olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bulmuşlardır.^[29] Fakat internet kullanım süresinin artması her zaman internet bağımlılığının bir sonucu değil bazen nedeni de olabilir.^[30,31] Çalışmamızda, günlük akıllı telefon ve bilgisayar kullanım süreleri ayrı ayrı sorulmuş ve iki soruda da günlük 3 saatten fazla akıllı telefon veya bilgisayar kullananların beklendiği üzere internet bağımlılık ölççeği puanları anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Günlük bilgisayar kullanım süresinde

de çoğunluğun (%64,5; n=118) günde 1 saatten az kullandığını tespit ettik. Çalışmamızın uzaktan eğitim süreci sonrasında yapılması ve bilgisayarda yapılabilen çoğu işlemin artık akıllı telefonlar aracılığı ile de yapılabilir olması bu süreyi etkilemiş olabilir. Çalışmamızda ayrıca, “Ne zamandır internet kullanıyorsunuz?” sorusuna 5 yıldan fazla kullandığını belirtenlerin internet bağımlılık puanları diğerlerine göre anlamlı olarak yüksek çıkmıştır. Bu sonuçlar, bizlere günlük internet kullanım süresi ne kadar uzun ve internet ile tanışma yaşı ne kadar düşük ise sorunlu internet kullanımının ortaya çıkma olasılığının o derece arttığını düşündürmektedir.

İnternet bağımlılığı ile aile uyumu ilişkisine göz attığımızda, YİBÖ toplam puanları ile AUÖ puanları arasında istatistikçe anlamlı negatif bir ilişki saptadık. Literatürde kullandığımız aile uyumu ölçeği kullanılarak internet bağımlılığı ile olan ilişkisini araştıran yayınlara rastlamadık. Aile uyumunu ölçen farklı ölçekler ile yapılan çalışmalarda ise internet bağımlılığı ile aile uyumu arasında bulgumuzla örtüşen negatif ilişkiler bulunduğunu gördük.^[32,33] Aile uyumu kişinin yaşam memnuniyeti, mutlu hissetmesi ve yaşam doyumları ile doğrudan etkileşim içindedir.^[10] Mutsuzluk ve depresyon gibi bu durumların tersi ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki daha önce bazı çalışmalar içinde yer almış ve internet bağımlılığı arttıkça depresyon durumunun arttığı belirlenmiştir.^[29]

Çalışmamızda, akıllı telefonda internet kullanım süresi günlük 1 saatten az olanların AUÖ puanlarının diğer guruplardan anlamlı olarak daha yüksek olduğunu saptadık (p=0,012). Mesch, & Talmud adolesanlık döneminde internet ortamında geçirilen vaktin artması ile aileye ayrılan zamanın azaldığı ve bu nedenle de ailede çatışmalar oluştuğunu tespit etmişlerdir.^[34]

Sorunlu internet kullanıcılarının (n=26) not ortalamalarının, normal internet kullanıcısı (n=156) grubun not ortalamalarından daha düşük olduğunu saptadık, ancak bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildi. 2018 yılında İstanbul’da ve 2013 yılında Bursa’da yapılan çalışmalarda da benzer şekilde öğrencilerin akademik başarılarının internet kullanımıyla ters orantılı olduğu görülmüştür.^[35,36] Özellikle Covid-19 pandemi sürecinde olmak üzere günümüzde çok yaygınlaşan çevrimiçi derslerin, çevrimiçi soru çözümlerinin ve sınav hazırlıklarının artık internet üzerinden yapılabilir olması da ailelerin evlerine bilgisayar ve internet almalarına neden olmuştur.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Çalışmamızda, internet bağımlılığı ile uyku düzeni, okuduğu okulun tipi, akıllı telefon varlığı, akıllı telefon kullanım süresi, bilgisayar kullanım süresi, internetle tanışma zamanı ve babanın eğitim düzeyi arasında ilişki tespit edilmiştir. Aile uyumu ile internet bağımlılığı arasında negatif ilişki mevcuttur. Okul başarısı ile internet bağımlılığı arasında ise ilişki saptanmamıştır.

Adelolan döneminde internet bağımlılığını önlemenin yolunun aile ve adolesan eğitiminden geçtiğini düşünmekteyiz. Gelecek sağlıklı nesiller için eğitim müfredatına bu konuların eklenmesi ve aile eğitimlerinin hazırlanmasının önemi büyüktür.

Etik Kurul Onayı: Sağlık Bilimleri Üniversitesi Şişli Hamidiye Etfal Sağlık Uygulama Merkezi Etik Kurulu’ndan onay alındı (25.02.2020/1455).

Çıkar Çatışması: Yoktur.

Finansal Destek: Yoktur.

Hasta Onamı: Alındı.

Ethics Committee Approval: Health Sciences University Şişli Hamidiye Etfal Health Practice Center Ethics Committee approval was obtained (25.02.2020/1455).

Conflict of Interest: None.

Funding: None.

Informed Consent: Receipt.

KAYNAKÇA

1. Yıldız A. Endüstri 4.0 ve akıllı fabrikalar. Sakarya Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi. 2018;22(2):546-556.
2. Arısoy Ö. İnternet bağımlılığı ve tedavisi/İnternet addiction and its treatment. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar. 2009;1(1):55-67.
3. Bozkurt H, Şahin S, Zoroğlu S. İnternet bağımlılığı: Güncel bir gözden geçirme. Çağdaş Tıp Dergisi. 2016;6(3):235-247.
4. Carli V, Durkee T, Wasserman D, Hadlaczky G, Despalins R, Kramarz E, et al. The association between pathological internet use and comorbid psychopathology: A systematic review [Internet]. Vol. 46, Psychopathology. Psychopathology; 2012 [cited 2021 Jun 21]. p. 1-13. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22854219/>
5. Kökoğlu B, Ünlüoğlu İ. Adolesan Dönemi ve Psikiyatrik Bozukluklar. Türkiye Klin Fam Med-Spec Top. 2018;9(5):61-4.
6. Tsai CC, Lin SSJ. İnternet Addiction of Adolescents in Taiwan: An Interview Study. Cyberpsychology Behav [Internet]. 2003 Dec 5 [cited 2021 Jun 24];6(6):649-52. Available from: <https://www.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/109493103322725432>

7. Bayhan V. Lise öğrencilerinde internet kullanma alışkanlığı ve internet bağımlılığı (Malatya uygulaması). Akademik Bilişim'11-XIII. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, İnönü Üniversitesi, Malatya, 2-4 Şubat 2011; 237: 244.
8. Young K. Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations [Internet]. Vol. 39, Journal of Contemporary Psychotherapy. Springer; 2009 [cited 2021 Jun 25]. p. 241-6. Available from: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10879-009-9120-x>
9. Dam H. Öğrencinin okul başarısında aile faktörü. Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi. 2008;7(14):75-99.
10. Korkmaz N, Hızlı Sayar G, Ünübol H, Tarhan N. İnternet bağımlılığı olan ve olmayan üniversite öğrencilerinin zihin kuramı yönünden karşılaştırılması. Current Addiction Research. 2018;2(1):17-21.
11. Duman Kula M, Eksi H, Demirci İ. Aile Uyum Ölçeği'nin Türkçe Formunun Psikometrik Özellikleri. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sos Bilim Derg. 2018;19(1):97-106.
12. Adiele I, Olatokun W. Prevalence and determinants of Internet addiction among adolescents. Comput Human Behav. 2014;31(1):100-10.
13. Jang KS, Hwang SY, Choi JY. Internet addiction and psychiatric symptoms among Korean adolescents. J Sch Health. 2008;78(3):165-71.
14. Kilic M, Avci D, Uzuncakmak T. Internet Addiction in High School Students in Turkey and Multivariate Analyses of the Underlying Factors. J Addict Nurs. 2016;27(1):39-46.
15. Bernardi S, Pallanti S. Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. Compr Psychiatry. 2009;50(6):510-6.
16. Johansson A, Götestam KG. Internet addiction: characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12-18 years). Scand J Psychol. 2004;45(3):223-9.
17. Stavropoulos V, Alexandraki K, Motti-Stefanidi F. Recognizing internet addiction: Prevalence and relationship to academic achievement in adolescents enrolled in urban and rural Greek high schools. J Adolesc. 2013;36(3):565-76.
18. Yılmaz E, Levent Şahin Y, Haseski Hİ, Erol O. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: Balıkesir İli Örneği. Eğitim Bilim Araştırmaları Derg. 2014; 4(1):133-44.
19. Altıntaş S, Öztapak M. Ortaokul Öğrencilerinin Problemli İnternet Kullanımları ile Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori ve Uygulama. 2016;7(13):109-128.
20. Fariz S, Sarıcı Bulut S. Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Kastamonu Eğitim Derg. 2019;27(5):1977-90.
21. Aslanargun E, Bozkurt S, Sarıoğlu S. Sosyoekonomik değişkenlerin öğrencilerin akademik başarıları üzerine etkileri. Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 2016;9(27/3):201-234.
22. Ural A, Çınar FN. Anne ve Babanın Eğitim Düzeyinin Öğrencinin Matematik Başarısına Etkisi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi. 2016;3(4):42-57.
23. Özdemir S, Küçük F, Balcı S, Türköz A. 11-18 Yaş Arasındaki Adölesanların İnternet Bağımlılık Düzeyleri. Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi. 2020;9(2):83-92.
24. İkinci Ö, Çelik T, Savaş N, Toros F. Ergenlerde İnternet kullanımı ile uyku problemleri arasındaki ilişki. Noropsikiyatri Ars. 2014;51(2):122-8.
25. Van Den Bulck J. Television viewing, computer game playing, and internet use and self-reported time to bed and time out of bed in secondary-school children. Sleep. 2004;27(1):101-4.
26. Şenol V, Soyuer F, Akça Pekşen R, Ergün M. Adölesanlarda uyku kalitesi ve etkileyen faktörler. Kocatepe Tıp Dergisi. 2012;13(2):93-104.
27. Young KS. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. Cyberpsychology Behav. 1998;1(3):237-44.
28. Sırakaya M, Seferoğlu SS. Öğretmen adaylarının problemli internet kullanımlarının incelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2013;28(1):356-368.
29. Anlayışlı C, Serin NB. Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresyonun cinsiyet, akademik başarı ve internete giriş süreleri açısından incelenmesi. Folklor/ Edebiyat. 2019;25(97):730-743.
30. Cao H, Sun Y, Wan Y, Hao J, Tao F. Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. BMC Public Health. 2011;11(1):1-8.
31. Demir İ, Özköklü Peker D, Turgut Aygün B. Ergenlerin problemli internet kullanımının yordanmasında denetim odağı ve yaşam doyumunun rolü. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2015;11(3):720-31.
32. Wang CW, Chan CLW, Mak KK, Ho SY, Wong PWC, Ho RTH. Prevalence and correlates of video and internet gaming addiction among Hong Kong adolescents: A pilot study. Sci World J. 2014;2014:874648.
33. Schneider LA, King DL, Delfabbro PH. Family factors in adolescent problematic Internet gaming: A systematic review. Journal of Behavioral Addictions. 2017;6(3):321-333.
34. Mesch GS, Talmud I. Online friendship formation, communication channels, and social closeness. International Journal of Internet Science. 2006;1(1):29-44.
35. Yavuz O. Ergenlik Döneminde İnternet Bağımlılığının Okul Başarısı Üzerinde Etkileri. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Derg. 2018;8(15):1056-80.
36. Eldeleklioğlu J, Vural-Batık M. Akademik başarı, internette kalınan süre, yalnızlık ve utangaçlığın internet bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkileri. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2013;28(1):141-152.