



T.C.

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE DİKKAT  
SÜREÇLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN  
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN: **Burak TETİK**

TEZ DANIŞMANI: **Yard. Doç. Dr. Pınar KURT**

İSTANBUL 2015

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “ İnternet Bağımlılığı ve Dikkat Süreçleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

08.10.2015



**Burak TETİK**

T.C.  
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ  
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

29/09/2015

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim dalı yüksek lisans öğrencilerinden **135101110** numaralı **Burak TETİK** "İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim - Öğretim ve Sınav Yönetmeliği"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "**İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE DİKKAT SÜREÇLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 02/09/2015 tarih ve 2015/16 sayılı toplantısında seçilen ve Sefaköy Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin 48. maddesi gereğince (45.) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında ~~oyçokluğu/oybirliği~~ ile **Kabul/Red veya Düzeltme** kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

DANIŞMAN  
YRD.DOÇ.DR. PINAR KURT

ÜYE  
YRD.DOÇ.DR.BAHAR KÖSE KARACA

ÜYE  
YRD.DOÇ.DR. AHMET SÜREYYA KOÇTÜRK

## ONAY

Tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

08.10.2015



**Burak TETİK**

## ÖZET

### İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE DİKKAT SÜREÇLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

**Burak Tetik**

**Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı**

**Danışman: Yrd. Doç. Dr. Pınar KURT**

**Eylül, 2015 - 67 sayfa**

Bu araştırmada internet kullanan kişilerin, kullanım sürelerinin ve bağımlılık düzeylerinin dikkat süreçleri üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Çalışmaya İstanbul'da çeşitli üniversitelerde öğrenim gören 59'u kadın, 47'si erkek olmak üzere toplam 106 öğrenci katılmıştır. Araştırmada yer alan katılımcıların internet kullanım tutumlarını ve internet bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla İnternet Bağımlılığı Ölçeği uygulanmıştır. Dikkat süreçleri, Stroop Testi ve Sayı Menzili Testi ile değerlendirilmiştir. Veriler IBM SPSS Statistics 21 paket programında analiz edilmiş ve bağımsız örneklem t-testi ve Pearson korelasyon analizinden faydalanılmıştır. Cinsiyet değişkeni açısından sonuçlarda, erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla sosyal izolasyon düzeylerinin daha yüksek olduğu; erkek katılımcılarda sosyal izolasyon düzeyi yükseldikçe sürdürülen dikkat becerisinde düşüş olduğu gözlenmiştir. Eğitim değişkenine göre çıkan sonuçlarda, ortaöğretim (0-12yıl) mezunlarında işlevsellikte bozulma düzeyi yükseldikçe, stroop testinde daha fazla hata yaptıkları ve sürdürülen dikkat becerisinde düşüş yaşadıkları görülmüştür. Tüm katılımcılar ele alınarak sonuçlara bakıldığında ise katılımcılardan işlevsellikte bozulma düzeyi yüksek olanların, ileri sayı menzili testinde yaptıkları hataların arttığı görülmüştür ve işitsel dikkat, konsantrasyon ve kısa süreli bellek becerilerinde düşüş yaşadıkları gözlenmiştir. Bununla

birlikte internet bağımlılığı düzeyi yüksek olan katılımcıların dikkatlerini sürdürme becerilerinde ve dikkat süreçlerinde bozulma yaşadıkları tespit edilmiştir. Bir diğer önemli sonuç ise, katılımcıların internet kullanım süreleri arttıkça internet bağımlılık oranlarının da artış gösterdiği'dir.

**Anahtar Kelimeler:** İnternet, İnternet Kullanımı, İnternet Bağımlılığı, Dikkat, Dikkat Süreçleri.

## **ABSTRACT**

### **THE EVALUATION OF THE RELATIONSHIP INTERNET ADDICTION AND ATTENTION PROCESS**

**Burak Tetik**

**Master Thesis, Department of Psychology**

**Supervisor: Yard. Doç. Dr. Pınar Kurt**

**September, 2015 – 67 pages**

This study evaluates the addiction levels and time of internet use, among internet users. 106 students (59 female and 47 male) who study university in İstanbul were included in the study. “ Internet addiction scale ” was used to determine the level of internet addiction and behaviors on internet use. For statistical analyses SPSS 21.0 software for Windows (IBM) was used. Independent sample t test and Pearson correlation analyses were performed. Social isolation level was found to significantly higher in male participants. Attention ability was found to decrease with the increasing level of social isolation. According to education – related analyses, more mistakes and decreased ability in continuous attention ability in stroop test were found to be related with performance impairment in secondary school graduates ( 0 – 12 years). High performance impairment levels were found to use related with more mistakes in advanced number range test and impaired short time memory functions, verbal attention and concentration. Increased time of internet useage was found to be related with higher range of internet addiction.

**Keywords:** Internet, internet useage, internet addiction, attention, attention process.

## ÖNSÖZ

Tez çalışmam süresince devamlı olarak benden desteğini, tecrübesini ve bilgilerini esirgemeyen tez danışmanım, Yard. Doç. Dr. Pınar Kurt'a;

Tez araştırmamın başından sonuna kadar manevi desteklerini bir kez bile bırakmayan annem Şennur Tetik ve babam Yaşar Tetik'e;

Yaptığım çalışma boyunca her gerektiğinde, çekinmeden bana yardım eden 15 yıllık dostum Utku Arabacı'ya ve lisans yıllarımdan beri bana her konuda destek olan ve her yardım gerektiğinde hiçbir zaman beni kırmayan canım arkadaşım Buse Çakmak'a teşekkürlerimi bir borç bilirim.

Desteğiniz için hepinize minnettarım.

BURAK TETİK

Eylül, 2015



## İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	IV
ABSTRACT.....	VI
ÖNSÖZ.....	VIII
KISALTMALAR LİSTESİ.....	XI
TABLolar LİSTESİ.....	XII
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	XIII
EKLER LİSTESİ.....	XIV

<b>GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
-------------------	----------

### **I.BÖLÜM İNTERNET VE İNTERNET KULLANIMI**

<b>1.1. İnternetin Tanımı ve İnsan Hayatındaki Önemi.....</b>	<b>3</b>
<b>1.2. Dünyada İnternet Kullanımı.....</b>	<b>4</b>
<b>1.3. Türkiye’de İnternet Kullanımı .....</b>	<b>7</b>
<b>1.4. İnternet Bağımlılığı ve Oluşturduğu Sorunlar .....</b>	<b>9</b>

### **II. BÖLÜM DİKKAT SÜREÇLERİ .....** **13** |

<b>2.1. Dikkatin Tanımı .....</b>	<b>13</b>
<b>2.2. Dikkat Süreçleri: Dikkatin Yapısı ve Dikkati Sürdürebilme .....</b>	<b>14</b>
<b>2.3. Dikkat Süreçlerinde Bozulma .....</b>	<b>16</b>
<b>2.4. Dikkat Süreçlerini Değerlendiren Testler .....</b>	<b>17</b>
<b>2.5. İnternet ve Dikkat .....</b>	<b>17</b>

### **III. BÖLÜM YÖNTEM.....** **19** |

<b>3.1. Araştırmanın Konusu ve Amacı.....</b>	<b>19</b>
---	-----------

3.2. Araştırmanın Önemi.....	19
3.3. Araştırmanın Hipotezleri .....	20
3.4. Araştırmanın Yöntemi .....	20
3.4.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği (Günüç, 2009) .....	21
3.4.2. Stroop Testi (Golden, 1978).....	21
3.4.3. Sayı Menzili Testi (Wechsler, 1987).....	23
3.4.4. Sosyodemografik Veri Formu .....	24
<b>IV. BÖLÜM BULGULAR .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.25</b>
4.1. Olgusal Durum.....	25
4.1.1. Yaş, Cinsiyet ve Eğitim .....	25
4.1.2. Medeni Durum .....	26
4.1.3. Çalışma Durumu.....	26
4.1.4. Gelir Düzeyi .....	27
4.1.5. Kimlerle Yaşamakta .....	27
4.2. İnternet Kullanım Süresi .....	28
4.2.1. İnternete Bağlanılan Araçlar .....	29
4.2.2. İnternete Bağlanma Amacı.....	30
4.2.3. İnternete Bağlanılan Yerler .....	31
4.3. Bulguların ve Sonuçların Yorumlanması.....	31
<b>V. BÖLÜM TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....</b>	<b>38</b>
5.1. Tartışma .....	39
5.2. Öneriler .....	44
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>43</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>57</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>64</b>

## KISALTMALAR LİSTESİ

<b>ABD</b>	<b>: Amerika Birleşik Devletleri</b>
<b>ODTÜ</b>	<b>: Ortadoğu Teknik Üniversitesi</b>
<b>TÜİK</b>	<b>: Türkiye İstatistik Kurumu</b>
<b>PET</b>	<b>: Positron Emission Tomography</b>
<b>fMRG</b>	<b>: Fonksiyonel Manyetik Rezonans Görüntüleme</b>
<b>ARAS</b>	<b>: Ascending Reticular Activating System</b>
<b>OKB</b>	<b>: Obsesif Kompulsif Bozukluk</b>
<b>İBÖ</b>	<b>: İnternet Bağımlılık Ölçeği</b>
<b>TL</b>	<b>: Türk Lirası</b>
<b>K. Amerika</b>	<b>: Kuzey Amerika</b>
<b>G. Amerika</b>	<b>: Güney Amerika</b>
<b>akt</b>	<b>: Aktaran</b>

## TABLolar LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Dünya’da İnternet Kullanımı İstatistikleri.....	6
<b>Tablo 2.</b> Araştırmaya Katılan Kişilerin Yaş, Cinsiyet ve Eğitim Durumlar....	26
<b>Tablo 3.</b> Araştırmaya Katılan Kişilerin Medeni Durumları.....	27
<b>Tablo 4.</b> Araştırmaya Katılan Kişilerin Çalışma Durumları.....	27
<b>Tablo 5.</b> Araştırmaya Katılan Kişilerin Gelir Düzeyleri.....	28
<b>Tablo 6.</b> Araştırmaya Katılan Kişiler Kimlerle Yaşamaktalar.....	28
<b>Tablo 7.</b> Araştırmaya Katılan Kişilerin İnternet Kullanım Süreleri.....	29
<b>Tablo 8.</b> Katılımcıların İnterneti Kullandıkları Araçların Karşılaştırılması.....	30
<b>Tablo 9.</b> Katılımcıların İnterneti Kullanım Amaçlarının Karşılaştırılması.....	31
<b>Tablo 10.</b> Katılımcıların İnterneti Kullandıkları Yerlerin Karşılaştırılması....	32
<b>Tablo 11.</b> Cinsiyet Değişkeni Açısından İBÖ Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanların, Stroop Testi Spontan Düzeltme Oranları ile Karşılaştırılması.....	33
<b>Tablo 12.</b> Cinsiyet Değişkeni Açısından Tüm Faktörlerin Korelasyon Oran Tablosu.....	33
<b>Tablo 13.</b> Katılımcıların İBÖ’den Aldıkları Toplam Bağımlılık Puanları ile İnternet Kullanım Sürelerinden Elde Edilen Puanların Karşılaştırılması.....	35
<b>Tablo 14.</b> Erkek Katılımcılarda İBÖ Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanların, Stroop Testi Hata Oranları ile Karşılaştırılması.....	36
<b>Tablo 15.</b> Ortaöğretim Düzeyinde Eğitim Görmüş Olan Katılımcıların İBÖ Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanların, Stroop Testi Hata Oranları ile Karşılaştırılması.....	37
<b>Tablo 16.</b> Tüm Katılımcılara Göre İBÖ Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların, İleri Sayı Menzili Testi Puanları ile Karşılaştırılması.....	38

## ŞEKİLLER LİSTESİ

<b>Şekil 1.</b> Türkiye İstatistik Kurumu Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı 2007-2014 (TÜİK 2014).....	8
---	---

## EKLER LİSTESİ

<b>Ek-1.</b> Sosyodemografik Veri Forum.....	58
<b>Ek-2.</b> İnternet Bağımlılık Ölçeği.....	61
<b>Ek-3.</b> Stroop Testi.....	62
<b>Ek-4.</b> Sayı Menzili Testi.....	64

# GİRİŞ

İletişim, insanlar için en önemli unsurlardan birisidir. Günümüzde iletişim denince akla ilk olarak internet gelmektedir. Eski zamanlarda kullanılan mektup, telefon gibi haberleşme araçlarının yerini internetin de dâhil olduğu elektronik haberleşme araçları almaya başlamıştır (Dursun, 2004). Bununla birlikte yaşadığımız yüzyılda neredeyse her eve girmeyi başarmış olan internet, her yaştan, her sosyokültürel yapıdan insana hitap edebilmektedir. Bunun en büyük nedenlerden birisi de internetin kolay ulaşılabilen bir iletişim aracı olmasıdır.

İnternetin popüler ve kolay ulaşılabilen bir iletişim aracı haline gelmesinde önemli bir etken, bilgi teknolojilerinin büyük bir oranda gelişme gösteriyor olmasıdır. Tüm bu teknolojilerin hızlı gelişimi, bununla birlikte artan bilgisayar ve internet kullanım süreleri bilgiye ulaşma sürecini hem kolaylaştırmış hem de hızlandırmıştır (Rüzgar, b.t.).

Peki, bu artan internet kullanım süreleriyle birlikte ortaya ne gibi problemler çıkmaktadır? Hayatımızın bir parçası haline gelmiş olan teknoloji ve internet, insanlarda ne gibi etkiler bırakıyor? İnternet kullanım süresi ve bunun sonucunda gelişen internet bağımlılığı kişilerdeki dikkati sürdürme becerisini ve dikkat süreçlerini etkilemekte mi? Kişiler interneti ne amaçla kullanıyorlar? gibi sorular bu yapılan çalışmaya dahil edilmiştir.

Alanyazın taraması yapıldığında internet kullanımı ve internet bağımlılığı ile yalnızlık, saldırganlık, asosyallık, öfke vb. kavramlar arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir (Bayraktutan, 2005; Günüç, 2009). Fakat alanyazında internet bağımlılığı ile dikkat süreçleri arasındaki ilişkiye bakılmadığı saptanmıştır. Bu çalışma ise Türkiye’de ve dünyada internet kullanımı, bu internet kullanımı süresinin ve oluşan internet bağımlılığının, kişilerdeki dikkat süreçlerine etkisi, internetin insan hayatına etkisi gibi konuları kapsamaktadır.

Bu araştırma için İstanbul ilinde iki vakıf üniversitesi ve bir dersane olmak üzere lise, üniversite ve yüksek lisans düzeyindeki 106 kişinin görüş ve

düşüncelerine anket ve test uygulaması yöntemiyle başvurulmuştur. Bu çalışmada kişilerden ilgili ölçekler aracılığıyla internet kullanım süreleri ve sıklığı, interneti hangi amaçla ve araçla kullandıkları, dikkat süreçleri ve bağımlılık durumlarına ilişkin veri toplanması amaçlanmıştır. Bununla birlikte kişilerin dikkat ve algı düzeylerinin ne durumda olduğu ve internet kullanımının dikkat ve dikkat süreçlerini etkileyip etkilemediğinin sonucu öğrenilmek istenmiştir.

Beş bölümden oluşmuş olan bu çalışmanın ilk bölümünde internet kavramının tanımı ve insanlık için önemi, internetin ülkemizde ve tüm Dünya'da kullanımı, internet bağımlılığı ve internet kullanımının oluşturabileceği faydalar veya zararlar üzerinde durulmuştur. Çalışmanın ikinci bölümünde ise dikkat ve dikkat süreçleri kavramları ele alınmıştır. Üçüncü bölümde ise yapılan bu araştırmanın konusu, önemi, amacı, evreni, yöntem, kapsamı ve varsayımları üzerinde durulmuştur. Dördüncü bölümde, yapılan bu çalışmanın bulgularının değerlendirilmesi yapılmış ve araştırmanın neticelerine göre kişilerin internet kullanım alışkanlıkları, internet kullanım süreleri ve bağımlılık düzeyleri, dikkat ve dikkat süreçlerindeki bozulmalara ilişkin sonuçlar değerlendirilmiştir. Son olarak ise beşinci bölümde, tartışma, sonuç ve öneriler kısmı yer almaktadır.

Yapılmış olan bu çalışmanın iki amacı bulunmaktadır. İnternet bağımlılığı ile dikkat süreçleri arasındaki ilişkiyi saptamak çalışmanın temel amacıdır. Araştırmanın bir diğer amacı ise genç yaştaki kişiler arasındaki internet kullanımına ilişkin bazı demografik ve tanımlayıcı bilgiler elde etmektir.



# İ.BÖLÜM

## İNTERNET VE İNTERNET KULLANIMI

### 1.1. İnternetin Tanımı ve İnsan Hayatındaki Önemi

“ İnternet, dünya kapsamında birçok bilgisayar sistemini, TCP/IP (Transmission Control Protocol/Internet Protocol) protokolü ile birbirine bağlayan ve gittikçe büyüyen bir iletişim ağıdır. TCP/IP bilgisayarlar ile veri iletme/alma birimleri arasında organizasyonu sağlayan, böylece bir yerden diğerine veri iletişimini olanaklı kılan pek çok veri iletişim protokolüne verilen genel addır” (Yurttaş, 2013).

Tüm dünyada yaygın olarak kullanılan, hayatı her alanda çoğu kez olumlu yönde değiştirmekte olan internet, insanların birbiriyle görüntülü, yazılı, sesli iletişim kurmasını sağlayan tüm ağların genel adıdır (Atalar, Balaman ve Tüysüz, 2012; Ceyhan, 2011). İnternetin insan hayatına getirmiş olduğu en önemli kolaylığın bilgiye ulaşma sürecini hızlandırması olduğu düşünülmektedir (Balcı ve Ayhan, 2007).

İnternet kullanımının özellikle son yirmi yıldaki artışının temel nedenleri bilgiye kolay ve hızlı erişilebilmesi, sosyal ağlar veya bloglar aracılığıyla diğer internet kullanıcıları ile etkileşimde bulunma, düşüncelerini daha özgürce ifade edebilme ve geniş kitlelere hitap edebilme olarak sıralanmaktadır (Dursun, 2004).

İnternetin özellikle kamusal alanda yaygınlaşmaya başlaması 1990’ların başlarında gerçekleşmiştir. Hayatımıza girer girmez hem akademik hem de popüler anlamda kullanımı hızla yaygınlaşmıştır. Ülkemizde ilk olarak bilgisayar ağlarının oluşturulması ve geliştirilmesini üniversiteler gerçekleştirmiştir (Ayhan ve Balcı, 2007).

İnternetin icadından günümüze kadar olan süreçte internetin iş, eğitim, okul ve toplumsal hayatta kullanılmaya başlanması onu her insan için olmazsa olmaz bir gereklilik haline getirmiştir (Günüç, 2009).

Fakat günümüzde internet sadece bilgiye ulaşmak amacıyla kullanılmamaktadır. Video oyunları, sohbet, iletişim, iş arama, iş toplantıları ve görüşmeleri, film izleme, müzik dinleme gibi birçok eylem amacıyla da kullanılmaktadır. Özellikle son yıllarda sosyal paylaşım ağları olan “Facebook,

Twitter'' gibi siteler vasıtasıyla insanlar kişisel düşüncelerini, ilgi ve beğeni alanlarını diğer insanlarla paylaşıp, bilgi alışverişi içerisinde bulunmaktadır (Yurttaş, 2013).

İnternetin ilk ortaya çıkma amacının, eğitim ve araştırma sistemlerine kolaylık sağlamak olduğu belirtilmiştir (Dursun, 2004; Günüş, 2009; Yurttaş, 2013).

Fakat ilerleyen zamanlarda internet kullanımı kişisel bir hal alıp iş amacıyla kullanılmaya başlanmıştır. İlk zamanlarda yalnızca iş için kullanılırken artık herkes tarafından günlük rutin işleri (haber, spor, alışveriş, eğlence vb.) yerine getirmek amacıyla da kullanılmaktadır (Buzlu ve Özcan, 2005).

*'' Özellikle günlük işlerimizi kolaylaştırıcı banka, fatura ödemeleri, alış-veriş vb. amaçlar için kullanılmasının yanında, ulusal sınav başvuruları, sınav sonuç açıklama sistemi, üniversitelerde ders kayıtları, kurumsal iş takipleri vb. özellikle tüm ulusa yönelik hizmetlerin alınmasında internet kullanımı artık günümüzde zorunlu bir hale gelmektedir ''* (Günüş, 2009).

## **1.2. Dünyada İnternet Kullanımı**

İnternet, elektronik iletişim teknolojilerinde oluşan gelişme ve değişimlerin sonucunda ortaya çıkmıştır ve özellikle diğer teknolojik aletlerden olan radyo ve televizyona göre insan hayatında yer edinmesi çok kısa bir zaman almıştır. ABD'de radyonun yayılıp, yaklaşık olarak 60 milyon kişinin radyoyla buluşması 30 yıl gibi bir sürede gerçekleşmiştir. Televizyonun ise ABD'de insanlara ulaşım yayılma süresi 15 sene kadar sürmüştür. Fakat bu iki aracın yanında internetin yayılma süresi ise, bilgisayar ağlarının gelişip, hizmet vermeye yeterli hale gelmesinden sadece üç yıl içerisinde gerçekleşmiştir (Aktaş, 2006).

Gençten yaşlısına kadar herkesin hayatına girmeyi başarmış olan internet sayesinde kullanıcıların sayısı sürekli olarak artış göstermektedir (Köksalan ve Tel, 2009).

Dünya’da internet kullanımı hakkında yapılan çalışmalara bakıldığında, Güney Mississippi Üniversitesi’nde Park (2004) tarafından hazırlanmış, 377 kişi üzerinde uygulanan bir araştırma yapılmıştır. Bu çalışmada Amerika’da okumakta olan Amerikalı ve Koreli üniversite öğrencilerinin internet kullanımları ve doyumları araştırılmıştır. Sonuçlara bakıldığında ise Amerikalı öğrencilerin interneti sırasıyla; sosyal iletişim, bilgilenme, boş zamanları değerlendirme, eğlence, kişisel iletişim, araştırma ve çevrimiçi işlemler için kullandıkları görülmüştür. Koreli öğrencilerin interneti kullanım nedenleri ise sırasıyla; boş zamanları değerlendirme, eğlence, bilgilenme, sosyal ve kişisel iletişim, yenilikleri takip etme ve araştırma yapmaktır. Bir diğer çalışma ise Miami Üniversitesi’nde doktora tezi yapmış Abdulla (2003) tarafından yapılmıştır. Abdulla, Mısır’da bulunan 502 Arap üniversite öğrencisi ile alan çalışması yapmıştır. Bu çalışmaya katılan kişilerin internet kullanım amaçlarını belirlemiştir ve bunlar sırasıyla; kişisel fayda, sosyal etkileşim, eğlence, toplumsal gözetim ve bilgilenmedir. Cinsiyete göre duruma bakıldığında ise kadın öğrenciler için sosyal etkileşimin internet kullanımında daha önemli bir yere sahip olduğu görülmektedir. Erkek öğrencilerin ise interneti daha çok bilgilenme amacıyla kullandıkları tespit edilmiştir. ABD’de Perse ve Ferguson (2000) tarafından yapılan bir çalışmada, 1997 yılının sonlarına doğru 250 öğrenci ile bir alan çalışması yapılmıştır. Bu çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin interneti sırasıyla şu üç sebepten ötürü kullandıklarını tespit etmişlerdir. Bunlar; bilgi edinmede sağladığı kolaylık, zaman geçirmede iyi bir araç ve eğlence ihtiyacını karşılıyor olmasıdır (akt. Ayhan ve Balcı, 2007).

**Tablo 1. Dünya’da İnternet Kullanımı İstatistikleri – 2014**

Dünya Bölgeleri	Nüfus (2014)	İnternet Kullanıcıları (2000)	Günümüzde İnternet Kullanıcıları
Afrika	1.125.721.038	4.514.400	297.885.898
Asya	3.996.408.007	114.304.000	1.386.188.112
Avrupa	825.824.883	105.096.093	582.441.059
Ortadoğu	231.588.580	3.284.800	111.809.510
K. Amerika	353.860.227	108.096.800	310.322.257
G. Amerika	612.279.181	18.068.919	320.312.562
Avustralya	36.724.649	7.620.480	26.789.942
Toplam	7.182.406.565	360.985.492	3.035.749.340

([www.internetworldstats.com](http://www.internetworldstats.com), 2015)

2000-2014 yılları arasında Dünya’da İnternet Kullanımı üzerine yapılan geniş kapsamlı bir araştırmada aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

- Afrika’da 2000 ile 2014 yılları arasında internet kullanımı %6.498.6’lık bir oranla artış göstermiştir. Bununla birlikte Afrika’daki nüfusun sadece %26.5’i internet kullanmaktadır.
- Asya bölgesinde 2000-2014 yılları arasındaki artış oranının %1.112.7 olduğu tespit edilmiştir. Ek olarak Asya’da nüfusun sadece %34.7’si internet kullanmaktadır.
- Avrupa’da 2000-2014 yılları arasında internet kullanımı artış oranın %452.2 olduğu görülmektedir. Bu veriye göre Avrupa, Asya ve Afrika’ya oranla internetle daha önce tanışmıştır. Diğer bölümde ise Avrupa nüfusunun interneti %70.5 gibi yüksek bir oranla kullandığı tespit edilmiştir.
- Ortadoğu’da ise 2000-2014 yıllarındaki internet kullanımı %3.303.8 gibi yüksek bir oran artışı göstermiştir. Ortadoğu’daki internet

kullanımının nüfusa oranlamasının ise %48.3 gibi ortalama bir değer olduğu saptanmıştır.

- Kuzey Amerika bölgesinde 2000-2014 yılları arasındaki internet kullanım artış oranının %187.1 olduğu görölmüştür. Bu sonuca göre Avrupa, Kuzey Amerika gibi gelişmiş ölkelerin internetle daha önceden tanıştığı söylenebilir. Bu bilgilere ek olarak Kuzey Amerika nüfusunun çok büyük bir kısmının, %87.7'sinin internet kullandığı saptanmıştır.
- Güney/Latin Amerika bölgesine bakıldığında ise 2000-2014 yılları arası internet kullanım oranındaki artışın %1.672.7 olduğu ortaya çıkmıştır. Güney Amerika'daki internet kullanımının nüfusa oranı ise %52.3 gibi ortalama bir değerdir.
- Son olarak da 2000- 2014 yıllarında Avustralya bölgesinin internet kullanımındaki artışa bakıldığında, oranın %251.6 olduğu saptanmıştır. Avustralya'da ki internet kullanımının nüfusa oranlamasına bakıldığında ise %72.9 gibi yüksek bir oran olduğu tespit edilmiştir.

Tüm bu verilere göre 7.182.406.565 kişiden oluşan Dünya nüfusunun 3.035.749.340'ının internet kullandığı görölmektedir. Bu rakam Dünya nüfusunun %42.3'ünün internet kullandığını göstermektedir ([www.internetworldstats.com](http://www.internetworldstats.com), 2015).

### **1.3. Türkiye'de İnternet Kullanımı**

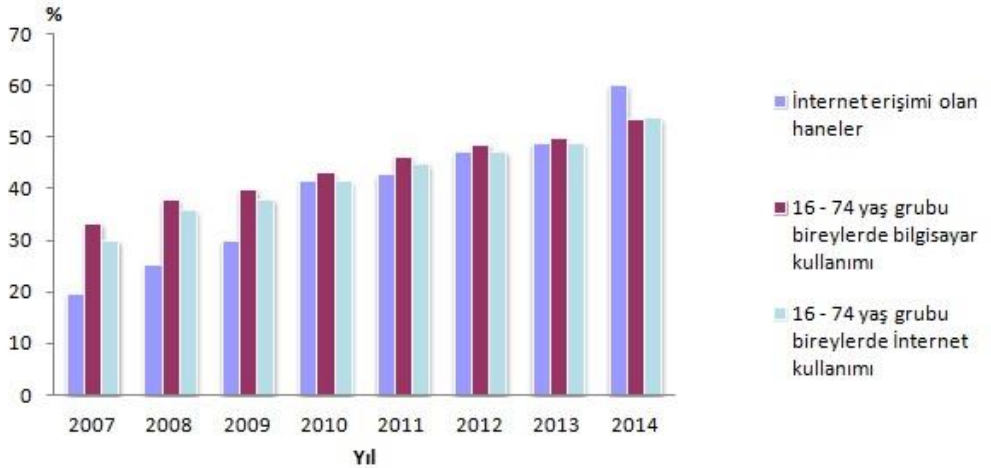
İnternet, Türkiye'de ilk kullanılmaya başlandığı zamanlarda diğer ölkelerde olduğu gibi bilgi alışverişi için kullanılmaktaydı. Fakat ilerleyen zamanlarda iletişim, habercilik, iş, ticaret gibi amaçlar için de kullanılmaya başlanmıştır (Köksalan ve Tel, 2009; Yılmaz, 2013 ).

Türkiye'de internetin konuşulmaya başlandığı yıllara bakıldığında ise bu sürenin 1980'li yılların ortaları olduğu görölmektedir. Ölkemizde ilk bilgisayar ağlarının oluşturulmasında üniversitelerin büyük katkısı olmuştur (Ayhan ve Balcı, 2007). Fakat tam anlamıyla Türkiye'de internetin yayılmaya başlaması 1993 yılını bulmuştur ve ilk bağlantı ODTÜ'de gerçekleşmiştir (Aktaş, 2006). 2000'li yıllara doğru ise internet günlük hayatta daha fazla yer bulmuş ve yaşamın vazgeçilmezleri arasına girmiştir (Yılmaz, 2013).

“Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonuçlarına göre 2014 yılı Nisan ayında Türkiye genelinde internet erişim imkânına sahip hanelerin oranı %60,2 olmuştur. Bu oran 2013 yılının aynı ayında %49,1’dir (TÜİK, 2014). ” Buna ek olarak ülkemizde düzenli internet kullanıcısı sayısı da artış göstermiştir. “İnterneti 2014 yılının ilk üç ayında hemen her gün veya haftada en az bir defa kullanan 16-74 yaş grubu düzenli internet kullanıcılarının oranı %44,9 olmuştur. Bu oran, 2013 yılının aynı döneminde %39,5’tir ” (TÜİK, 2014).

İnternetin birçok farklı kullanım alanı olduğu düşünüldüğünde (iş, alışveriş, araştırma, eğlence vs.) her yaş grubundan kişilerin internetten yararlandığı söylenebilmektedir. Ülkemizde 2007 yılından 2014 yılına kadar geçen sürede internet erişimi olan hanelerde %40’a yakın bir artış gerçekleşmiştir. Ek olarak 2007-2014 yılları arasında 16-74 yaş grubu bireylerde bilgisayar ve internet kullanımı oranlarında düzenli bir artış gözlenmiştir (Yurttaş, 2013).

**Şekil 1. Türkiye İstatistik Kurumu Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı 2007-2014 (TÜİK 2014)**



Ülkemizde 15 - 19 yaş ve üzeri 1000 kişinin internet kullanımına ilişkin yapılan çalışmada, ailelerin %57.3’ünün evinde internet olduğu ve %40.7’sinin de günde en az bir kez interneti kullandığı saptanmıştır. Bu grubun interneti kullanım amaçlarına bakıldığında ise zirveyi %55.5 ile ödev yapma

seçeneğinin aldığı görülmüştür. Sohbet ve araştırma yapma seçenekleri ise %42.8'lik eşit oranla ikinci sırada yer almıştır. İnternet üzerinden müzik dinleyenler %39.3, oyun-eğlence amaçlı kullananlar ise %37 oranında kalmıştır. İnterneti haber okumak için kullananların oranının ise %21.1 olduğu saptanmıştır (Yıldız, 2010).

Bir diğer çalışma ise Kelleci ve arkadaşları (2009) tarafından yapılmıştır. Çalışmada 673 lise öğrencisi yer almıştır ve cinsiyete göre öğrencilerin internet kullanım durumları araştırılmıştır. Sonuçlara bakıldığında, cinsiyet ve internet kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ve gün içerisinde 5 saatten fazla internet kullanımının erkek öğrencilerde kızlara göre %16.8 oranında daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Türkiye'de Arnas'ın (2005) yaptığı bir araştırmada 3-18 yaş arası 933 çocukla internet, bilgisayar ve televizyon kullanımları hakkında çalışılmıştır. Sonuçlara göre ailelerin %36.7'sinin evinde bilgisayar olduğu, %21.7'sinin evinde internet bağlantısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ailelerin %21.3'ünün bilgisayarı çocuklarının ders ve ödevlerine yardımcı olması için aldıkları sonucuna varılmıştır. Bununla birlikte çocukların %19.7'sinin ailelerini haklı çıkarıp bilgisayarı araştırma yapmak ve okulda verilen ödevleri, projeleri bitirmek için faydalandıkları görülmüştür.

#### **1.4. İnternet Bağımlılığı ve Oluşturduğu Sorunlar**

Teknolojik gelişmeler insanların hayatlarında birtakım kolaylıklar ve katkılar sağlamıştır. Bir yandan teknolojinin en önemli ürünlerinden biri olan internetin bilinçsiz kullanımı, bazı problemler oluşturmaktadır. Bu sorunların ortaya çıkması ile problemlerli internet kullanımı, internet bağımlılığı gibi kavramlar doğmaya ve kullanılmaya başlanmıştır (Çam, 2014).

Davis (2001), sağlıklı internet kullanımı kavramını şu şekilde açıklamıştır; herhangi bir rahatsızlık duymadan, uygun bir zaman aralığında, sadece kişinin amacına ulaşmak için yapılan internet kullanımudur.

İnternetin kişiler üzerinde verdiği zararlar hakkında birçok araştırma yapılmıştır. Bu araştırmalardan birinde kullanıcıların yaklaşık %40'ının arkadaş ve aile ilişkilerine daha az zaman ayırdıkları görülmüştür. Hatta %8'i sosyal çevresinden uzaklaşmaktadır (Biçer, 2014). Bu araştırmada olduğu gibi birçok insan kendilerini, kontrol edilemeyen bir istekle internete girme davranışında bulunmaktadır; bunun sonucunda toplumsal hayattan geri çekilme ve toplumsal ilişkilerden uzak durma davranışları geliştirmektedirler (Cicioğlu, 2014).

İnternet bağımlılığına sebep olan en önemli faktörlerden birisi internetin kötüye kullanımudur. Young (2004) gençlerdeki interneti kötüye kullanma nedenlerini şu şekilde sıralamıştır; internetin ücretsiz olması, internet erişimine gencin ailesi tarafından bir müdahalenin bulunmaması, kişinin kendisini diğer sosyal aktivitelere karşı kapatıp sadece interneti düşünmesi, kişinin internette gizlenerek farklı bir kimliğe girip, yaptıklarının gizlenebilmesidir. Bunlarla birlikte internet ortamından kolayca sohbet, kumar, oyun gibi etkinliklerde bulunabilmesidir. Tüm bu bilgilere bakıldığında internet bağımlılığını oluşturan nedenlerin interneti kullanma amacı ve miktarıyla, psikolojik ve sosyolojik nedenlerle ilgisinin bulunduğu gözlenmiştir.

İnternetin ortaya çıkmasındaki amaçlardan en önemlisi kişiler arası iletişimi attırıp, bilgi paylaşım işlemini daha pratik ve hızlı bir hale getirmektir. Fakat bu hedefler doğrultusunda internet kullanımının beklenenden de çabuk ve kolay bir şekilde artması patolojik birtakım sorunların oluşmasına sebebiyet vermiştir. Ortaya çıkan sorunlardan bazıları şunlardır; uyku bozuklukları, internete bağlanılamayan durumlarda ortaya çıkan sinirlilik hali ve isteksizlik, kişilerin iş ve okul verimliliklerinde gözlenen düşüştür (Doğan, 2013).

İnternet bağımlılığı diye adlandırılan patoloji her çeşit ve yaşta insanda görülebilmektedir. Sosyal düzeyleri, eğitim seviyeleri, yaşları ne olursa olsun birçok insan internet bağımlılığı ile karşı karşıya kalabilir. Günümüzde çoğu kişinin yakın ilişkiler kurma gibi gereksinimlerini internet ortamından sağladıkları görülmektedir (Zorbaz, 2013).



Literatürde internet bağımlılığı diye adlandırılan patolojik durumun ortaya çıktığı tarih 1996 yılıdır. Dr. Ivan Goldberg, DSM IV-TR kitabından etkilenerek oluşturduğu birkaç kriteri meslektaşlarına e-posta yoluyla şaka olarak göndermiştir ve bazı arkadaşlarının bu kriterlere göre internet bağımlısı olduğuna dair geri dönüş almasıyla bu terim doğmuştur. Ayrıca geçtiğimiz dönemlerde internet bağımlılığı için birçok tanımlama ve açıklama yapılmıştır. Widyanto ve Griffiths (2006) isimli araştırmacılar internet bağımlılığı terimini; insan ve mekanik etkileşimi içeren bir tür davranışsal bağımlılık olarak tanımlamıştır. Kandell (1998) ise internet bağımlılığını şu şekilde açıklamıştır: “*İnternetle ilgili artan kaynak yeniliği, çevrimdışı olduğundaki hoşnutsuzluk hissi, çevrimiçi olmanın etkilerine karşı artan hoşgörüden oluşan internetteki psikolojik bağımlılıktır*”.

Bunlarla birlikte problemlili internet kullanımı, aşırı internet kullanımı, patolojik internet kullanımı, bilgisayar bağımlılığı, internetmania gibi kullanılan birçok terim de mevcuttur. Alt yapısına bakıldığında, ismi geçen tüm bu terimlerin kısaca internetin aşırı kullanımı sonucunda ortaya çıkabilecek sorunları açıkladığı belirtilmiştir. Uzmanlar, özellikle madde bağımlılığı ile internet bağımlılığı arasında büyük benzerliklerin olduğunu söylemektedirler. Madde bağımlılığında olduğu gibi yoksunluk sırasında kişide ortaya çıkan huzursuzluk, maddeye karşı aşırı istek, sıkıntı gibi hallerin aynısı internet bağımlılığı için de geçerlidir. Ortaya çıkan bu durumlar diğer tüm bağımlılıklardaki gibi kişinin sosyal hayatını kötü yönde değiştirmektedir (akt. Günüş, 2009; Sevindik, 2011; Yurttaş, 2013).

“Young, “patolojik kumar oynama” kriterlerini temel alarak, “problemlili internet kullanımını” tanımlamıştır. Young’ın tanımladığı 8 kriterden 5 tanesinin saptanması durumunda kişi bağımlılı olarak nitelendirilebilmektedir.

1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş
2. İnternete bağılı kalma süresinde artışa ihtiyaç duyma
3. İnternet kullanımını azaltmaya yönelik başarısız girişimlerde bulunma
4. İnternet kullanımının azaltılması durumunda yoksunluk belirtileri

(huzursuzluk, disfori vb.)

5. Zaman (günlük aktiviteleri) programlama ile ilgili sorunlar

6. Aşırı internet kullanımını nedeniyle çevre ile problemler (aile, okul, iş, arkadaşlar)

7. İnternette bağlı kalabilmek veya bağlanabilmek için dürüst olmayan girişimlerde bulunmak (yalan söylemek, hırsızlık yapmak)

8. İnternet'e bağlanılan süre içerisinde duygulanımda değişikliğin olması ”  
(akt. Sevindik, 2011).

## **II. BÖLÜM**

### **DİKKAT SÜREÇLERİ**

#### **2.1. Dikkatin Tanımı**

Genel tanımıyla dikkat, çeşitli zihinsel aktivitelerle ilgili, çok boyutlu bilişsel bir özellik olarak bilinmektedir. Dikkat; yeni bir şeyi öğrenme, daha önce öğrenilmiş bir bilgiyi hatırlama, kişiler arası iletişim, algılama gibi birçok bilişsel bölgede etkindir (Karaduman, 2004). Bununla birlikte dikkat, insanlarda bilginin işlendiği sistemin içerisinde çok büyük bir role sahiptir. Fakat insan beyninin kapasitesi sınırlı olduğundan, ilk denemede öğrendiği tüm yeni bilgileri sisteme işlemekte zorluk çekmektedir. Dikkat ise tam bu noktada devreye girmektedir. Kişi, dikkatini tam anlamıyla yeni öğreneceği bilgiye verdiğinde, sınırlı kapasiteye sahip olan insan beynine bilginin işlenmesi evresini kolaylaştırmış olur (akt. Çağlar ve Koruç, 2006).

Martens (1987), bireylerin her konuda başarılı bir performans sergilemeleri için dikkatlerini yönlendirmeyi bilmeleri gerektiğini savunmuştur. Martens (1987)'e göre kişi, dikkatini istenilen noktaya kaydırıp odaklamayı biliyorsa, bu, her konuda başarılı bir performans gösterebilmek için kişinin elindeki iyi bir olanaktır. Nideffer (1993b), başarılı ve etkili bir performans göstermenin yolunun, kişinin yapılan işe konsantre olabilmesi ve kişinin düşünce süreçlerine hâkim olabilmesinden geçtiğini belirtmiştir. Singer ve arkadaşları (1991) ise kişinin psikomotor becerilerini tam performansla yansıtabilmeleri için seçici dikkati kullanmaları gerektiğini ve odaklanılan şeyle ilgisi olmayan diğer tüm uyaranlara karşı kendisini kapatması gerektiğini tespit etmişlerdir.

Birçok araştırmacı dikkat kavramını kendi düşüncelerine ve yaptığı araştırmalara göre yorumlamıştır. Bu yorumlamalardan birisi de Ratey'e (2001) aittir. Ratey, dikkati herhangi bir uyarıyı fark etmekten ibaret bir şey olarak görmemiştir. Ratey, dikkatin aynı zamanda kişinin algıladıklarını dengeleyebilmesi ve süzgeçten geçirebilmesi gibi aşamaları da kapsadığını

belirtmiştir. Dikkat kavramına diğer yorum katan isimler ise Gaddes ve Edgell (1994) ikilisi olmuştur. Onlar ise dikkati *pasif* ve *agresif* olmak üzere ikiye ayırmışlardır. *Pasif dikkat*, bireyin bir gayret göstermeksizin etrafındaki uyarıcılardan birisine odaklanmasıdır. *Aktif dikkatte* ise, kişinin dikkatini odaklamak istediği bir nokta olmalıdır. Ek olarak kişi uyanık durumda olmalıdır ve bu noktaya karşı dikkatini yoğunlaştırması gerekmektedir.

Bilişsel psikologlar da dikkat kavramını önemli bulmuş olup, bilişsel süreçleri dikkat ile doğrudan bağlantılı olan birtakım hareket ve davranışlarla açıklamışlardır. William James'in ilk zamanlarda belirttiği üzere dikkatin, belirli bir ivmede devam edip görevini yerine getirebilmesi için çaba ve seçiciliğe ihtiyacı vardır. Bunlara ek olarak dikkat, davranışsal ve bilişsel yönden de birtakım kavramları içinde barındırmaktadır. Dikkatin en önemli noktalarından birisi tek başına bir özellik olarak yorumlanamıyor olmasıdır. Çünkü dikkat denilen şey tek yönlü değildir (akt. Çağlar ve Koruç, 2006; Karaduman, 2004; Öztürk, 1999).

Bu konu hakkında Van Zomeren ve Brouwer (1994), kişinin, kendi dikkatinin yeterli düzeyde olmadığını veya zayıf olduğunu söylüyor olmasının, pek fazla bir şey açıklamadığını belirtmişlerdir. Bununla birlikte bu zayıf dikkatten bahsedilirken kişinin, hangi aktivitede, hangi yeteneklerini sergilerken bulunduğu ve bu dikkat zayıflığı için ne tür ölçümler yapıldığı da açık ve net bir şekilde belirtilmelidir. Çünkü kişide bir dikkat eksikliği problemi söz konusuysa bu, ancak yapılan gözlem, psikometrik ölçümler ve kişisel testler yoluyla belirlenebilmektedir.

## **2.2. Dikkat Süreçleri: Dikkatin Yapısı ve Dikkati Sürdürebilme**

Dikkat, en bilinen tanımıyla, zihinsel faaliyetlerin belli bir nokta üzerinde sabitlenip odaklaşmasıdır. İnsan zihni, çevreden gelen uyarıları önce fark etmektedir ve daha sonra bu uyarılar arasından hangisi veya hangileri görevi için uygun durumda ise onları seçmektedir. Bu olayın gerçekleşmesini sağlayan şey, dikkat denilen mekanizmadır. Dikkatin kendine ait belli bir yapısı bulunmaktadır (Öktem 1994; Sergeant, 1996.).

Araştırmacılar, dikkatin yapısını üç temel başlık içerisinde ele almışlardır:

**Genel uyarılmışlık hali:** Dışarıdan gelen uyarıcılara karşı sürekli hazır halde bulunma halidir.

**Yoğunlaşma:** Belli bir yere odaklanıp, dikkati o noktada yoğunlaştırma eylemidir.

**Seçicilik:** Sadece göreve ve hedeflenen amaca uygun olan noktalara odaklanmadır. Dikkatin seçici olup, hedeflenen bölge üzerinde odaklanıp dikkati sürdürebilmesi için devamlı olarak uyarılması gerekmektedir. Fakat bu uyarılmanın sürmesi ve dikkati sürdürebilme yeteneğinin duraksamaması isteniliyorsa zihne gönderilen uyarılmalarda birtakım değişiklikler yapılmalıdır. Uyarılmanın şiddeti ve özelliği üzerinde yapılacak olan bir değişiklik, zihnin uyarana alışmasını engellemiş olacaktır. Bu sayede zihin, sürekli olarak aktif halde bulunup tepkisini gösterecek ve odaklanmasını devam ettirecektir. Bununla birlikte kişi dikkatini herhangi bir kesinti olmadan sürdürebilecektir. Zihinde gerçekteşen bu olayın ismi literatürde *duyusal uyum* olarak geçmektedir. Duyusal uyumun en bilinen örneği, ders çalışırken bir yandan müzik dinleyen kişilerdir. Bu kişiler müzik dinlemenin onların ders çalışmalarına herhangi bir engel oluşturmadığını söylemektedirler. Bunu söylemelerinin nedeni, zihinlerinde duyusal uyumun gerçekteşmiş olmasıdır. Duyu organlarının ve zihnin müziğe alışması, kişileri ona karşı duyarsız hale getirmektedir (Coull, 1998, Öztürk 1999).

Duyu organları dış çevre tarafından sürekli ilgili-ilgisiz bir şekilde uyarılmaktadır. Zihne ulaşan bu uyarıcılar, kişinin dikkatini sürdürebilme becerisini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Örneğin, ders çalışan veya masasında yetiştirmesi gereken bir işle meşgul olan kişileri dışarıdan gelebilecek herhangi bir gürültü veya görsel uyarın etkileyip, dikkatlerini sürdürebilmelerine engel olabilmektedir. Bu tip uyarınlara *çeldirici uyarıcılar* adı verilmektedir. *Çeldirici uyarıcılar*, kişilerin dikkatini sürdürebilme becerilerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu nedenle okul ve eğitimle ilgili kurumlar, dikkat ve odaklanma gerektiren mesleklerin çalışma yerleri gibi binalar, gürültünün yoğun olduğu alanlardan uzakta inşa edilmelidir (Öktem, 1994; Karaduman, 2004).

Dikkat süreçleriyle ilgili veriler hasta ve normal örneklemin nöropsikolojik ve elektrofizyolojik bilgilerinden, hayvan deneylerinden, PET, fMRG beyin görüntüleme araştırmalarından alınmaktadır. Dikkat süreçleri, öğrenme ve bellek kavramlarını kapsamaktadır. Öğrenme ve bellek işlevlerinin gerçekleşmesi için ön koşul algılamının olmasıdır. Dikkat ise algının seçici yönüyle ilgilidir. Yani dikkat, diğere uyarıların elenip sadece bir uyarana odaklanmasıdır. Dikkat süreçleri; *seçici dikkat*, *bölünmüş dikkat* ve *sürdürülen dikkat* olarak üçe ayrılabilir. *Seçici dikkat*, kokteyl partisi fenomeninde anlatıldığı üzere yalnızca özel bir uyarıcının üzerine odaklanmaktır. *Bölünmüş dikkat*, aynı anda gelen iki uyarının arasında kalıp dikkatin ayrılmasıdır. *Sürdürülen dikkat* ise, uzayan süre içerisinde dikkatin dağılmama yeteneği olarak açıklanmaktadır (Kılıç, 2002; Sergeant, 1996; Coull, 1998).

Mesulam (1990) ve Posner'e (1990) göre, dikkat süreçlerinde sağ parietal ve singulat beyin bölgeleri etkilidir. İki araştırmanın da kuramsal yaklaşımındaki en önemli fark, Mesulam'ın hedef saptama işlevini iki farklı aşamada (motivasyonel/motor) ve anatomik odakla (singulat korteks ve frontal korteks) açıklıyor olmasıdır. Bununla birlikte Posner'in kuramsal modelinde dikkatin belli bir noktaya odağını bitirmesi işlevi ile ilgili posterior parietal korteksin, Mesulam'ın kuramsal modelinde de multimodal duyuşal temsillerin ortaya çıkmasındaki rolü ve göreviyle uyumlu olduğu yapılan araştırmalar sonucunda ortaya çıkmıştır.

### **2.3. Dikkat Süreçlerinde Bozulma**

Dikkat süreçleri ve dikkat işlevlerinde bozulmanın ortaya çıkması sonucunda kişi, bilişsel işlevlerini yerine getirmekte güçlük çekmektedir. Bu işlevlerin sekteye uğraması sonucunda; kişinin dikkatini sürdürebilmesinde bozulma, perseverasyonlar, enterferansa karşı direncin azalması, dikkatin kolay bir şekilde dağılması ve aniden gelişen ama o anki durum için uygun olmayan tepki eğiliminin bastırılması (inhibe etme) güçlüğü gibi sorunlar görülmektedir. Kişiye uygulanan dikkat süreçlerini değerlendirme testleri sonucunda, dikkat, işlev ve süreçlerinde herhangi bir bozulma varsa, normal insanlara oranla kişideki farklılıklar testin sonuçlarının hemen ortaya çıkmaktadır (Öktem, 1994).

## 2.4. Dikkat Süreçlerini Değerlendiren Testler

Dikkat süreçlerindeki bozulmayı tespit etmek amacıyla kullanılan birçok test ve yöntem mevcuttur. Bunlar:

- Dikkat, uyanıklık ve konsantrasyonu ölçen Sayı Menzili Testi ve CorsiBlock Testi,
- Enterferansa karşı koyabilme ve uygun olmayan cevabı baskılayabilme ile ilgili İz Sürme Testi, Stroop Testi ve Yap-Yapma Modeli,
- Planlama ve sıralama ile ilgili Saat Çizme Testi, Birbirini İzleyen Ardışık Diziler Testi ve Porteus Labirentleri,
- Dikkatin mekânsal dağılımı ile ilgili Aynı Anda İki Yanlı Uyarı Testi, Harf Ayıklama Testi, Şekil Ayıklama Testi ve Çizgileri Ortadan Bölme Testi,
- Yapılandırma ile ilgili WAIS Küplerle Desen Testi, Çubuk Kopya Testleri, Küp, Ev, Papatya Kopya Etme Testi, Rey-Osterrieth Karmaşık Şekli Kopya Etme ve Saat Çizme Testi (akt. Kurt, 2008).

## 2.5. İnternet ve Dikkat

Bu araştırmanın ortaya çıkmasında en önemli noktalardan birisi internet kullanımı ve dikkat süreçleri kavramı arasında ne tür bir ilişki olduğu sorusudur. Bu tip bir sorunun alanyazında daha önceden araştırılıp cevaplandırılmamış olması bu çalışmanın ortaya çıkmasında büyük bir etken olmuştur.

Her geçen gün hayatımıza daha da giriş yapmış olan internet ve teknoloji ürünlerinin insanların dikkat düzeylerini, dikkatlerini sürdürebilme yeteneklerini ne kadar etkilediğini araştırmak amaçlanmıştır. Bu teknolojik ürünler sayesinde önceden, daha çok zihinsel ve fiziksel beceri gerektiren aktiviteler, özellikle bilgisayar ve akıllı telefonlar ile artık zihnimizi fazla kullanmadan, kolay bir şekilde gerçekleştirilmektedir. Önceleri kişiler için daha zor olan yazı yazmak, kitap-gazete okumak, araştırma-ödev yapmak, banka işlemlerini gerçekleştirmek, diğer kişilerle iletişim kurup haberleşmek, oyun oynamak, kumar ve seks gibi aktiviteler, internet ve bilgisayar sayesinde

farklı boyutlar kazanmıştır. Hayatımızdaki bu değişikler kişileri ne yönde etkilemektedir? Bu tip teknoloji ve kolaylıkları barındıran interneti kullanmak insanlardaki dikkati ve onu sürdürebilme becerisini etkilemekte midir? İnternet kullanımı kişilerin dikkat süreçlerinde bozulmaya yol açmakta mıdır? gibi soruların cevaplarına alanyazında rastlanmamıştır.



## **III. BÖLÜM**

### **YÖNTEM**

#### **3.1. Araştırmanın Konusu ve Amacı**

Bu çalışmada, İstanbul ilinde çeşitli eğitim kurumlarında öğrenim görmekte olan öğrencilerin interneti kullanım alışkanlıkları ve internet bağımlılığının dikkat süreçlerine olan etkileri konu edinilmiştir.

Araştırmanın amacı, internet bağımlılığı ile dikkat süreçleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda katılımcılara İnternet Bağımlılığı Ölçeği (Günüç, 2009) alt ölçekleri (yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon) ile dikkat süreçlerini değerlendirmede kullanılan Sayı Menzili Testi (Wechsler, 1987) ve Stroop Testi (Golden, 1978) uygulanmış ve bu ölçeklerden elde edilen verilerin birbiriyle olan ilişkisi incelenmiştir.

#### **3.2. Araştırmanın Önemi**

İnsan hayatında vazgeçilmez hale gelen internet, hem iş, eğitim alanında hem de günlük ihtiyaçlar doğrultusunda geniş imkânlar sunmakta ve bunu oldukça ekonomik şekilde sağlayabilmektedir. Özellikle genç ve yetişkin bireylerde aktif internet kullanımının yaygın olduğu bilinmektedir. Ne var ki, internet kullanımı her zaman olumlu etkilere yol açmamaktadır. Özellikle kullanım amacı, sıklığı ve süresi göz önünde bulundurulduğunda sosyal hayattan kopmalar, iş hayatında başarısızlık, aile hayatında sorunlar, uykusuzluk gibi olumsuz sonuçlara da yol açabileceği daha önce yapılan çalışmalarda gösterilmiştir (Ceyhan, 2011; Doğan, 2013; Günüç, 2009; Yurttaş, 2013). Bu çalışmada ise internet bağımlılığının dikkat ve dikkat süreçleri üzerindeki etkileri incelenmiştir.

Dikkat, kişinin günlük yaşam işlevlerinin tamamını etkileyen en önemli bilişsel işlevlerden biridir. Dikkat; yeni bir şeyi öğrenme, öğrenilmiş bir bilgiyi hatırlama ve kişiler arası iletişim gibi birçok bilişsel bölgede etkin olduğundan dikkatin günlük yaşam içerisindeki rolü büyüktür. Bununla birlikte dikkat, insanlarda bilginin işlendiği sistemin içerisinde çok büyük bir görev sahibidir. İnsan hayatı için bu denli önemli bir yere sahip olan dikkatte oluşabilecek bir bozulma, kişinin hayatını kötü yönde etkilemektedir. Dikkat ve dikkat süreçlerindeki bozulmaların kişilerin iş, eğitim ve sosyal hayatlarını olumsuz yönde etkilediğini gösteren çalışmalar alanyazında bulunmaktadır (Çağlar ve Koruç, 2006; Karaduman, 2004; Öktem, 1994).

Fakat internet bağımlılık düzeyinin dikkat süreçlerini ne şekilde etkilediği bilinmemektedir. Bu araştırma, internet bağımlılığının, kişilerdeki dikkati ve dikkat süreçlerini ne düzeyde etkilediği sorusunun cevabının bulunması açısından önemlidir.

### **3.3. Araştırmanın Hipotezleri**

Daha önce yapılan çalışmalarda internet bağımlılığının sosyal hayattan kopma, toplumsal ilişkilerde bozulma, sinirlilik ve öfke hali, isteksizlik, iş ve eğitim verimliliğinde düşüş, uyku bozuklukları gibi bozucu etkileri olduğu göz önünde bulundurularak araştırmanın hipotezleri şu şekilde oluşturulmuştur:

1. Kadın ve erkek katılımcıların internet bağımlılık düzeyi farklılık göstermektedir.
2. İnternet kullanım süresi arttıkça internet bağımlılık düzeyi artmaktadır.
3. Sosyal izolasyon düzeyiyle dikkat süreçlerindeki bozulma arasında pozitif yönde korelasyon vardır.
4. İşlevsellikte bozulma düzeyiyle dikkat süreçlerindeki bozulma arasında negatif yönde korelasyon vardır.

### **3.4. Araştırmanın Yöntemi**

Araştırmanın örneklem grubunu 106 kişi (K=59; E=47) oluşturmaktadır. Form, ölçek ve testler katılımcılarla birlikte, yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Tüm katılımcılara sırasıyla Sosyodemografik Veri Formu,

İnternet Bağımlılık Ölçeği, Stroop Testi ve Sayı Menzili Testi uygulanmıştır (EK-1; EK-2; EK-3; EK-4). Katılımcıların bu ölçek ve testleri yanıtlarken dikkatlerinin dış uyarıcılardan etkilenmemesi için boş sınıflardan ve kütüphane ortamından faydalanılmıştır.

Elde edilen veriler IBM SPSS Statistics 21 paket programında analiz edilmiştir. İnternet kullanımına ilişkin cinsiyetler arası fark olup olmadığının belirlenmesi için bağımsız örneklem t-testi kullanılmıştır. İnternet bağımlılık alt ölçeklerinde yer alan yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon ile dikkat süreçleri arasında ilişki olup olmadığını öğrenmek için Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.

Çalışmaya katılan kişilere aşağıda yer alan ölçek ve testler uygulanmıştır.

#### **3.4.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği (Günüç, 2009)**

İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Selim Günüç (2009) tarafından geliştirilmiş olan anket/form şeklinde bir ölçektir. İnternet bağımlılık ölçeği, beşli likert tipinde 35 madde içeren; yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon alt faktörlerinden oluşan bir ölçektir. Ölçekteki derecelendirmeler; “Tamamen Katılıyorum”, “Katılıyorum”, “Kararsızım”, “Katılmıyorum” ve “Kesinlikle Katılmıyorum” şeklinde belirlenmiştir. Bu maddeler en yüksek 5 ve en düşük 1 olarak puanlanmaktadır. Bu puanlama sistemi ile birlikte “Tamamen Katılıyorum” ifadesi 5 puan alırken, “Kesinlikle Katılmıyorum” ifadesi 1 puan almaktadır. Yani kişinin aldığı puanlar 1’den 5’e doğru yükseldikçe kişinin bağımlılık düzeyi de artmaktadır (Günüç, 2009).

#### **3.4.2. Stroop Testi (Stroop, 1935)**

Stroop testi, 1935 yılında Stroop tarafından geliştirilmiş olan bir testtir. Türk kültürüne standardizasyonu, güvenilirlik ve geçerliği ise Karakaş ve arkadaşları tarafından 1999 yılında gerçekleştirilmiştir. Stroop testi, frontal bölgedeki aktiviteleri gösterip, yorumlanmasına yardımcı olan bir testtir (Kandemir, 2006; Karakaş ve diğerleri, 1999). Glaser ve Glaser’e (1989) göre

Stroop testi üç önemli noktaya sahiptir; okuma, seçici dikkat ve renk söyleme. Stroop görevi ve bunun gibi testler alanyazında, dikkat ölçme amaçlı kullanılan testler arasında önemli bir yere sahiptir (akt. Karakaş ve diğerleri, 1999).

Bu test yeşil, kırmızı ve mavi renklerden oluşan 60 adet kutu ve sırası karışık şekilde yazılmış yeşil, kırmızı ve mavi renkteki sözcüklerden bir araya gelmektedir. Testin birinci kısmında kişiden kutuların renklerini hızlıca söylemesi istenmektedir. İkinci kısma geçildiğinde ise hastaya bu defa birbiriyle ilgili olmayan renklerle yazılan sözcükleri okuması söylenmektedir. Testin üçüncü ve son bölümünde ise birbiriyle uyumlu olmayan renklerde yazılan sözcükleri es geçip, kişiye sadece sözcüklerin yazılmış oldukları renkleri okuması söylenmektedir. Bu üç aşama tamamlandıktan sonra test sonlandırılmaktadır. Stroop testinde ikinci ve üçüncü kısımlar arasındaki süre, kişinin enterferansa duyarlılığını ve hata sayısı inhibisyon kontrolünü tespit etmektedir (Kurt, 2008).

Değişik bölgelerdeki prefrontal hasarların Stroop testindeki başarıya olan etkisi ile ilgili yapılan bir çalışmada Posner ve arkadaşları (1984), Stroop testi ile ilgili olan performanstan sol parietal lobun görevli olduğunu tespit etmişlerdir. Bu sonuçla birlikte sol parietal lobunda hasar meydana gelmiş kişilerin stroop testi performanslarının düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır (akt. Kandemir, 2006).

Stroop testi bozucu bir etki altında algıyı değiştirebilme kolaylığını, olağan olanı bastırıp alışılmış olmayan davranışı yapabilme becerisini test etmektedir. Fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme tekniğiyle (fMRG) stroop testinin, beyinde birtakım alanları aktive ettiği gözlenmiştir. Bunlardan en önemlisi frontal bölgedir. Sağ lateral prefrontal bölge ve sol dorsolateral korteks hata puanıyla, sol mediofrontal korteksin ise bozucu etkiyi ölçen süre puanıyla ilgili olduğu gözlemlenmiştir. Stroop testi sırasında frontal bölge dışında başka beyin bölgelerinde de aktivasyon görülmüştür. Bu bölgeler sol ve sağ anterior singulat, sol inferior frontal ve sol operküler bölge ve sağ prekuneal bölgelerdir. Ancak hata tetkikinde özellikle etkili olan bölge anterior singulattır. Anterior singulataın bilişsel kısmı uyarıcı seçme işlemini ayarlamada ve cevap vermede önemli rol edinerek dikkat süreçlerinde etkili olmaktadır.

Beynin ön lobu öğrenme ile ilgisi olduğu gibi, dikkat ve dikkati sürdürülebilirlikle de ilişkisinin olduğu bulunmuştur. OKB hastaları ile (sürekli ocağın kapalı olup olmadığının kontrol edilmesi) anterior singulat bölgesinde sorunu olan kişilerin birbirine benzer özellikler gösterdikleri tespit edilmiştir. Stroop testinde kişi, anterior singulat bölgesindeki sorundan dolayı, bu testte sorunlar yaşamaktadır (Karakaş ve diğerleri, 1999; Kılıç, 2002).

ARAS (ascending reticular activating system), uyanıklığı beyin sapından başlatıp beynin üst bölgelerine ve serebelluma ileten sistemdir. ARAS sayesinde dikkat de kontrol altında tutulmaktadır. Dikkatin özellikle prefrontal korteks ile ilgili olduğu bilinmektedir. Prefrontal hasarı olan kişilerde dikkatin de bozuk olduğu tespit edilmiştir. Stroop testi ise; dikkati, dikkati sürdürülebilir yeteneğini, enterferansa karşı koyabilmeyi, uygun olmayan cevabı inhibisyon yeteneğini anlamaya yöneliktir. Prefrontal korteks, hedefe ulaşabilmek için duygu ve davranışları kontrolünde tutma, dikkati sürdürülebilir, planlama, sıralama yapma, organizasyon, zamanı etkin kullanabilme, yeni durumlara uyum sağlayabilme ve diğer yolları keşfetme, dikkat dağılmadan bir hedefe yönelebilmek gibi yürütücü işlevlerden sorumludur. Bu bağlamda stroop testi, algıyı bir bozucu etki altında değiştirebilir kolaylığı, alışılmış bir davranış örüntüsünü inhibe etme ve olağan olmayan bir davranışı yapabilmek yani kolay olanı bastırıp zor olanı söylemeye zorlamasıyla prefrontal işlevlerin uygunluğunu ölçmek için oluşturulmuş nöropsikolojik bir testtir (Kafadar ve Karakaş, 1999; Kandemir 2006).

### **3.4.3. Sayı Menzili Testi (Wechsler, 1987)**

Sayı menzili testi, Wechsler tarafından 1987 yılında bellekte oluşan sorunların tespitinde kullanılmak amacıyla geliştirilen, Wechsler Bellek Skalası'nda yer alan bir alt ölçektir (Erol ve diğerleri, 2009). Sayı menzili testi; işitsel dikkati, konsantrasyonu ve kısa süreli belleği ölçmek için kullanılan testler arasında çok popülerdir. Bu test ileri sayı menzili ve geriye doğru sayı menzili testi olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Testin her iki bölümünde de uygulanan kişiye birer saniye aralıklarla birbirinden farklı ve yerleri karışık sayılar verilmektedir. Kişiden, verilen sayıları ona aktarılan sırada tekrar söylemesi istenmektedir. Doğru olarak saydığı her rakam dizisinden sonra bir

basamak daha eklenip kişiye farklı bir sayı söylenmektedir ve iki kez art arda hata yapıldığında test sonlandırılmaktadır (Kandemir, 2006).

İleri sayı menzili ve geri sayı menzili testlerinin ortak noktası bu iki testin de kısa süreli bellek ve işitsel dikkatle ilgili olmasıdır. İleri sayı menzili anlık öğrenme göreviyle ilgiliyken, geri sayı menzili yürütücü işlevlerle ve çalışma belleği ile ilgili görevleri üstlenmiştir (Kurt, 2008).

Sayı menzili testinin daha çok sol hemisferdeki hasarlı bölgeyi tespit etmek için uygun olduğu belirtilmektedir. Lezak'a göre frontal bölgesinde hasar bulunan kişilerde sayı menzili testinde gösterilen performans daha düşük olmaktadır. Bir diğer çalışmada ise Hoshi ve arkadaşları, yetişkin bireylerde geri sayı menzili testinde, ileri sayı menziline oranla iki hemisfer bölgesinde de dorsolateral prefrontal korteksin daha etkin bir şekilde çalıştığını belirtmişlerdir (akt. Kandemir, 2006).

#### **3.4.4.Sosyodemografik Veri Formu**

Bu formda katılımcıların kişisel bilgileri ve araştırma hakkındaki önemli bilgilerin toplanması amaçlanmıştır. Katılımcılardan bu form ile şu bilgiler toplanmıştır; yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir düzeyi, kiminle yaşadığı, günde kaç saat internet kullandığı, internete hangi araçlarla bağlandığı, interneti hangi amaçlarla kullandığı ve internete bağlandığı yer.

## IV. BÖLÜM BULGULAR

### 4.1. Olgusal Durum

Yapılan bu çalışma, lise, üniversite ve yüksek lisans düzeyindeki öğrencilere yönelik bir araştırmadır. Bu kapsamda çalışmaya katılan kişilerin yaşları, cinsiyetleri, eğitim durumları, çalışma durumları, gelir düzeyleri, medeni durumları, kimlerle yaşadıkları hakkında bilgiler toplanmıştır.

#### 4.1.1. Yaş, Cinsiyet ve Eğitim

Çalışmaya toplam 106 kişi katılmıştır. Bu kişilerin toplamda %52.8'i (56 kişi) 16-21 yaş arası, %47.2'si (47 kişi) 22-24 yaş arasındaki kişilerden oluşmaktadır. Bununla birlikte katılımcıların %55.7'lik (59 kişi) bölümünü kadınların oluşturduğu, %44.3'lük (47 kişi) kesimi de erkeklerin oluşturduğu görülmektedir. Çalışmaya katılmış 106 kişiden %32.1'i (34 kişi) ortaöğretim öğrencisi (0-12 yıl), %67.9'unun da Yüksekokul (üniversite/yüksek lisans) öğrencisi olduğu görülmektedir. Bu verilere göre araştırmaya katılan kişilerin çoğunluğu yüksekokul/üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır (tablo 2).

**Tablo 2. Araştırmaya katılan kişilerin yaş, cinsiyet ve eğitim durumları**

		N	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kız	59	55.7
	Erkek	47	44.3
Yaş	16-21	56	52.8
	22-24	50	47.2
Eğitim	Ortaöğretim	34	32.1
	Yüksekokul	72	67.9

#### 4.1.2. Medeni Durum

Çalışmada yer alan katılımcılardan 94'ünün (%88.7'si) bekâr, 12'sinin de (%11.3'ü) evli olduğu görülmektedir (tablo 3).

**Tablo 3. Araştırmaya katılan kişilerin medeni durumları**

Medeni Durum	N	Yüzde (%)
Bekâr	94	88.7
Evli	12	11.3
Toplam	106	100.0

#### 4.1.3. Çalışma Durumu

Yapılan bu araştırmada yer alan 106 kişiden 44'ü (%41.5) herhangi bir işte çalışmakta ve 62'si (%58.5) çalışmamaktadır. Fakat bu sonuca göre hem eğitim-öğretimini devam ettirip hem de bir işte çalışan kişiler göz ardı edilmemelidir (tablo 4).

**Tablo 4. Araştırmaya katılan kişilerin çalışma durumları**

Çalışma Durumu	N	Yüzde(%)
Çalışıyor	44	41.5
Çalışmıyor	62	58.5
Toplam	106	100.0



#### 4.1.4. Gelir Düzeyi

Araştırmaya katılan kişilere “Aylık gelirleri” sorulduğunda şu cevaplar alınmıştır; %56.6’sının(60 kişi) 800 TL - 3000 TL arası bir geliri olduğu, %43.4’ünün de(46 kişi) 3001 TL – 5000 TL arası bir geliri bulunduğu görülmektedir (tablo 5).

**Tablo 5. Araştırmaya katılan kişilerin gelir düzeyleri**

Aylık Gelir	N	Yüzde(%)
800TL – 3000TL	60	56.6
3001TL – 5000TL	46	43.4
Toplam	106	100.0

#### 4.1.5. Kimlerle Yaşamakta

Araştırmaya katılan kişilere “Kimlerle birlikte yaşadıkları” sorulmuştur. Tablo 6’da kişilerin verdiği cevaplara bakılarak, katılımcıların %0.9’u (1 kişi) yalnız yaşamaktadır, %1.9’u (2 kişi) sadece eşi ile yaşamaktadır, %67’si (71 kişi) anne-babası ile yaşamaktadır, %30.2’si (32 kişi) ise diğer seçeneğini işaretleyip akraba, arkadaş vb. kişilerle yaşadığını belirtmiştir (tablo 6).

**Tablo 6. Araştırmaya katılan kişiler kimlerle yaşamaktalar**

Yaşadığı Kişi	N	Yüzde (%)
Yalnız	1	0.9
Eş	2	1.9
Anne-baba	71	67.0
Diğer	32	30.2
Toplam	106	100.0

#### 4.2. İnternet Kullanım Süresi

Araştırmaya katılan kişilere “Bir gün içerisinde internette ne kadar vakit geçirdikleri” sorulmuş ve tablo 7’de, çalışmaya katılan 106 kişinin tamamının interneti her gün kullandığı tespit edilmiştir. Kişilerin verdiği yanıtlara bakıldığında %49.1’lik (52 kişi) kısmın interneti günde 1 – 10 saat kullandığı, %50.9’luk (54 kişi) kısmın ise interneti günde 11 – 18 saat kullandığı görülmüştür. Bu verilere göre araştırmaya katılan kişilerin tamamının gün içerisinde interneti yoğun bir şekilde kullandıkları görülmektedir (tablo 7).

**Tablo 7. Araştırmaya katılan kişilerin internet kullanım süreleri**

Kullanım Saati	N	Yüzde (%)
1-10 Saat	52	49.1
11-18 Saat	54	50.9
Toplam	106	100.0

#### 4.2.1. İnternete Bağlanılan Araçlar

Araştırmaya katılan kişilere “İnternete bağlanmak için hangi araçları tercih ettiği” sorulduğunda kişilerin internete bağlanmak için bilgisayar, telefon, tablet ve diğer araçları (akıllı televizyon vb.) kullandıkları görülmektedir. Kişiler sorulara tek tek cevap verdikten sonra ilk seçenek olan bilgisayarı kullananların oranının %58.5 (62 kişi), kullanmayanların oranının ise %41.5 (44 kişi) olduğu tespit edilmiştir. İkinci seçenek olan telefonu kullananların oranının %63.2 (67 Kişi), kullanmayanların ise %36.8 (39 kişi) olduğu görülmektedir. Üçüncü seçenek olan tableti kullananların yüzdesinin %38.7 (41 kişi), kullanmayanların ise %61.3 (65 kişi) olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuca göre tablet kullanımının telefon ve bilgisayar kullanımına göre biraz geride kaldığı görülmüştür. Son olarak kişilere sunulan diğer seçeneğine bakıldığında kullananların yüzdesinin %34 (36 kişi), kullanmayanların yüzdesinin ise %66 (70 kişi) olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç olarak çalışmaya katılan 106 kişinin internete bağlanmak için en çok tercih ettiği araçların sırasıyla telefon, bilgisayar, tablet ve diğer araçlar olduğu görülmüştür (tablo 8).

**Tablo 8. Katılımcıların interneti kullandıkları araçların karşılaştırılması**

Kullanılan Araç	Kullanan Kişi Sayısı	Kullanmayan Kişi Sayısı
	N	N
Bilgisayar	62	44
Telefon	67	39
Tablet	41	65
Diğer Araçlar	36	70

#### 4.2.2. İnternete Bağlanma Amacı

Çalışmaya katılan kişilere “ İnterneti ne amaçla kullanıyorsunuz” diye sorulmuş olup, şu sonuçlar elde edilmiştir; İnterneti eğlence amaçlı kullananların oranı %49.1 (52 kişi) olduğu görülürken, eğlence amaçlı kullanmayanların oranının ise %50.9 (54 kişi), interneti sosyal ağlara erişim amaçlı kullananların oranı %62.3 (66 kişi) iken, kullanmayanlar %37.7 (40 kişi), interneti iş amaçlı kullananların ve kullanmayanların sayısının ise eşit (53 kişi-53 kişi) olduğu görülmüştür. İnterneti haber okuma amacıyla kullanan katılımcıların oranlarının %57.5 (61 kişi), kullanmayanların %42.5 (45 kişi) olduğu tespit edilmiştir. İnterneti alışveriş yapmak amacıyla kullanan kişilerin oranı ise %43.4 (46 kişi) iken yapmayanların yüzdesi %56.6 (60 kişi) çıkmıştır. Verilere göre araştırmaya katılan 106 kişinin interneti sırasıyla en çok sosyal ağlara erişim, haber okumak, iş, eğlence ve alışveriş yapmak amacıyla kullandıkları görülmüştür (tablo 9).

**Tablo 9. Katılımcıların interneti kullanım amaçlarının karşılaştırılması**

Kullanım Amacı	Kullanan Kişi Sayısı N	Kullanmayan Kişi Sayısı N
Eğlence	52	54
Sosyal Ağlara Erişim	66	40
İş Amaçlı Kullanım	53	53
Haber Okumak İçin	61	45
Alışveriş Yapmak İçin	46	60

### 4.2.3. İnternete Bağlanılan Yerler

Araştırmaya katılan kişilere internete nereden bağlandıkları sorulduğunda zirveyi %66'lık (70 kişi) bir yüzde oranıyla evden bağlananlar almıştır. En çok tercih edilen ikinci seçenek ise %65.1'lik (69 kişi) bir oranla mobil internet olmuştur. İnterneti iş yerinde kullananların oranı ise %40.6 (43 kişi) olarak ortaya çıkmıştır. İnternete en az bağlanılan yerler arasında %9.4'lük (10 kişi-10 kişi) eşit oranlarla internet kafe ve diğer seçeneği yer almıştır (tablo 10).

**Tablo 10. Katılımcıların interneti kullandıkları yerlerin karşılaştırılması**

Kullanım Yeri	Kullanan Kişi Sayısı N	Kullanmayan Kişi Sayısı N
Ev	70	36
İş yeri	43	63
İnternet Kafe	10	96
Mobil internet	69	37
Diğer	10	96

### 4.3. Bulguların ve Sonuçların Yorumlanması

Yapılan çalışma sonucunda elde edilen veriler incelendiğinde, internet bağımlılık ölçeğinde bulunan sosyal izolasyon alt ölçeğinde, özellikle cinsiyet odaklı birtakım sonuçlar elde edilmiştir.

Cinsiyet değişkeni açısından yapılan karşılaştırmada (tablo 11) erkek katılımcıların sosyal izolasyon alt ölçeğinden aldıkları puanların ( $15.38 \pm 5.31$ ), kadın katılımcıların aldıkları puanlardan ( $13.08 \pm 5.06$ ) daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

**Tablo 11.****Cinsiyet Değişkeni Açısından İBÖ Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanların, Stroop Testi Spontan Düzeltme Oranları ile Karşılaştırılması**

İ.B.Ö. Alt Ölçekleri	Kadın N=59 $\bar{x} \pm SS$	Erkek N=47 $\bar{x} \pm SS$	Stroop Spontan Düzeltme
Yoksunluk	31.41 ± 9.54	32.60 ± 11.40	r= -0.09 p= 0.5
Kontrol Güçlüğü	26.29 ± 9.45	25.49 ± 8.91	r= -0.08 p= 0.6
İşlevsellikte Bozulma	16.73 ± 5.90	7.15 ± 6.24	r= 0.17 p= 0.3
Sosyal İzolasyon	13.08 ± 5.06	15.38 ± 5.31	<b>r= 0.30*</b> <b>p= 0.04</b>

\* p<0.05 anlamlı farklılık olduğunu gösterir; SS: standart sapma, N: kişi sayısı,  $\bar{x}$ : aritmetik ortalama

Bu verilere ek olarak, erkek katılımcılardaki sosyal izolasyon durumu ile stroop testi spontan düzeltme oranı arasında (tablo 12) hafif düzeyde, pozitif yönde 0.30 oranında bir korelasyon görülmüştür. Sig. (2-tailed) p değeri 0.04 çıkmıştır. Bu değer 0.05'in altında olduğu için erkeklerde sosyal izolasyon alt ölçeği puanı ile stroop testi spontan düzeltme arasında doğrusal bir ilişki vardır. Erkek katılımcıların sosyal izolasyon düzeyleri arttıkça stroop testindeki hata oranlarında da artış gözlenmektedir (r= 0.30; p<0.05). Diğer verilere göre ise kadın ve erkeklerde, İBÖ alt ölçekleri olan yoksunluk, kontrol güçlüğü ve işlevsellikte bozulma puanları ile Stroop Testi spontan düzeltme arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

**Tablo 12. Cinsiyet Değişkeni Açısından Tüm Faktörlerin Korelasyon Oran Tablosu**

Cinsiyet	Yoksunluk	Kontrol Güçlüğü	İşlevsellikte Bozulma	Sosyal İzolasyon	Toplam Bağımlılık	Stroop Testi Hata	Stroop Testi Spontan	Stroop Süre	İleri Sayı	Geri Sayı
Kadın = 59										
Yoksunluk	1 59									
Kontrol Güçlüğü	r= 0.28	1 59								
İşlevsellikte Bozulma	r= -0.60	r= 0.35	1 59							
Sosyal İzolasyon	r= 0.55	r= 0.23	r= 0.23	1 59						
Toplam Bağımlılık Puanı	r= 0.64	r= 0.79	r= 0.52	r= 0.49	1 59					
Stroop Testi Hata Oranı	r= 0.15	r= 0.14	r= -0.04	r= -0.10	r= 0.10	1 59				
Stroop Testi Spontan Düzeltme	r= -0.08	r= -0.06	r= -0.07	r= -0.13	r= -0.12	r= 0.16	1 59			
Stroop Süre	r= 0.04	r= 0.05	r= 0.10	r= 0.11	r= 0.10	r= 0.27	r= 0.03	1 59		
İleri Sayı	r= 0.20	r= -0.05	r= -0.23	r= -0.12	r= -0.03	r= 0.06	r= 0.04	r= -0.01	1 59	
Geri Sayı	r= -0.06	r= 0.10	r= 0.08	r= 0.08	r= 0.07	r= -0.08	r= -0.06	r= 0.01	r= 0.10	1 59

\* p<0.05 anlamlı farklılık olduğunu gösterir.

Cinsiyet	Yoksunluk	Kontrol Güçlüğü	İşlevsellikte Bozulma	Sosyal İzolasyon	Toplam Bağımlılık	Stroop Testi Hata	Stroop Testi Spontan	Stroop Süre	İleri Sayı	Geri Sayı
Erkek = 47										
Yoksunluk	1 47									
Kontrol Güçlüğü	r= 0.29	1 47								
İşlevsellik Bozulma	r= 0.25	r= 0.34	1 47							
Sosyal İzolasyon	r= 0.11	r= 0.30	r= 0.32	1 47						
Toplam Bağımlılık Puanı	r= 0.75	r= 0.73	r= 0.64	r= 0.50	1 47					
Stroop Testi Hata Oranı	r= -0.16	r= -0.16	<b>r= -0.34*</b>	r= -0.13	r= -0.28	1 47				
Stroop Testi Spontan Düzeltme	r= -0.09	r= -0.08	r= 0.17	<b>r= 0.30*</b>	r= 0.04	r=0.16	1 47			
Stroop Süre	r= 0.15	r= -0.01	r= 0.24	r= 0.21	r= 0.20	r=0.18	r= 0.09	1 47		
İleri Sayı	r= 0.02	r= 0.23	r= -0.25	r= 0.01	r= -0.15	r=-0.06	r= 0.02	r= 0.09	1 47	
Geri Sayı	r= 0.01	r= 0.08	r= 0.07	r= -0.04	r= 0.04	r= 0.18	r= -0.06	r= 0.05	r= 0.28	1 47

\* p<0.05 anlamlı farklılık olduğunu gösterir.

Katılımcıların internet kullanım süresi arttıkça bağımlılık düzeyleri de artış göstermektedir (tablo 13). Sig. (2-tailed) p değeri 0.01 çıkmıştır. Bu değer 0.01'in altında olduğu için katılımcıların toplam bağımlılık puanı ile internet kullanım süreleri arasında doğrusal bir ilişki vardır. Kişilerin internet kullanım süreleri ile toplam bağımlılık puanları arasında pozitif yönde 0.25 oranında, hafif düzeyde bir korelasyon bulunmaktadır (r= 0.25; p<0.01).



**Tablo 13. Katılımcıların İBÖ'den aldıkları toplam bağımlılık puanları ile internet kullanım sürelerinden elde edilen puanların karşılaştırılması**

İBÖ	İnternet Kullanım Süresi $\bar{x} \pm SS$	İnternet Bağımlılık Puanı $\bar{x} \pm SS$	İnternet Kullanım Süresi N= 106
Toplam			<b>r= 0.25**</b>
Bağımlılık Puanı	1.51 $\pm$ 0.50	88.82 $\pm$ 20.19	<b>p= 0.01</b>

\*\* p<0.01 anlamlı farklılık olduğunu gösterir; SS: standart sapma, N: kişi sayısı,  $\bar{x}$  :aritmetik ortalama

Erkek katılımcılarda işlevsellikte bozulma alt ölçeğinde bozulma arttıkça stroop hata oranında da aynı oranda artış gözlenmiştir (tablo 14). Sig. (2-tailed) p değeri 0.02 olarak çıkmıştır. Bu değer 0.05'in altında olduğu için erkek katılımcılarda işlevsellikte bozulma alt ölçeği ile stroop testi hata puanı arasında doğrusal bir ilişki vardır. Bu ilişkinin korelasyon katsayı oranı negatif yönde, hafif düzeyde -0.34 olarak bulunmuştur. Kadın katılımcılarda ise bu durumun söz konusu olmadığı görülmüştür (r= -0.34; p<0.05).

Bu verilerin yanında erkek katılımcılarda, İBÖ alt ölçeklerinden yoksunluk, kontrol güçlüğü ve sosyal izolasyon puanları ile Stroop Testi hata oranı arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

**Tablo 14. Erkek Katılımcılarda İBÖ Alt Ölçeklerinden Elde Edilen Puanların, Stroop Testi Hata Oranları ile Karşılaştırılması**

İ.B.Ö. Alt Ölçekleri	Erkek N=47 $\bar{x} \pm SS$	Stroop Hata Oranı
Yoksunluk	32.60 $\pm$ 11.40	r= -0.16 p= 0.29
Kontrol Güçlüğü	25.49 $\pm$ 8.91	r= -0.16 p= 0.29
İşlevsellikte Bozulma	7.15 $\pm$ 6.24	<b>r= -0.34*</b> <b>p= 0.02</b>
Sosyal İzolasyon	15.38 $\pm$ 5.31	r= -0.13 p= 0.40

\* p<0.05 anlamlı farklılık olduğunu gösterir; SS: standart sapma, N: kişi sayısı,  $\bar{x}$  :aritmetik ortalama

Eğitim değişkenine göre çıkan sonuçlarda, (tablo 15) ortaöğretim mezunlarında (0-12 yıl) işlevsellikte bozulma alt ölçeğinde bozulma arttıkça aynı doğrultuda stroop testi hata oranlarının da arttığı tespit edilmiştir. Sig. (2-tailed) p değeri 0.02 çıkmıştır. Bu sonuç 0.05'in altında olduğu için ortaöğretim mezunu kişilerde stroop testi hata puanı ile işlevsellikte bozulma alt ölçekleri arasında doğrusal bir ilişki bulunmaktadır. Bu ilişkinin korelasyon katsayı oranı negatif yönde, orta düzeyde -0.40 olarak bulunmuştur (r= -0.40; p<0.05).

Bu verilerin yanında, eğitim değişkenine göre çıkan sonuçlarda ortaöğretim mezunlarının İBÖ alt ölçeklerinden yoksunluk, kontrol güçlüğü ve sosyal izolasyon puanları ile stroop testi hata oranları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

**Tablo 15. Ortaöğretim Düzeyinde Eğitim Görmüş Olan Katılımcıların İBÖ Alt Ölçeklerinden Elde Ettikleri Puanların, Stroop Testi Hata Oranları ile Karşılaştırılması**

İBÖ Alt Ölçekleri	Ortaöğretim (N= 34) $\bar{x} \pm SS$	Yüksekokul (N= 72) $\bar{x} \pm SS$	Stroop Hata Oranı
Yoksunluk	30.79 ± 11.83	32.47 ± 9.65	r= 0.01 p= 0.98
Kontrol Güçlüğü	26.50 ± 9.06	25.67 ± 9.28	r= -0.26 p= 0.13
İşlevsellikte Bozulma	17.06 ± 5.69	16.85 ± 6.22	<b>r= -0.40*</b> <b>p= 0.02</b>
Sosyal İzolasyon	15.03 ± 5.42	13.67 ± 5.19	r= -0.22 p= 0.22

\* p<0.05 anlamlı farklılık olduğunu gösterir; SS: standart sapma, N: kişi sayısı,  $\bar{x}$ :aritmetik ortalama

Tüm katılımcılar ele alındığında, işlevsellikte bozulma alt ölçeğinde bozulma arttıkça ileri sayı menzili testinde de hataların ve bozulmanın arttığı gözlenmiştir (tablo 16). Sig. (2-tailed) p değeri 0.01 olarak bulunmuştur. Bu sonuç 0.05'in altında olduğundan tüm katılımcılar ele alındığında ileri sayı menzili testi ile işlevsellikte bozulma alt ölçeği arasında doğrusal bir ilişki bulunmaktadır. Bu ilişkinin korelasyon katsayı oranı negatif yönde, hafif düzeyde -0.24 olarak bulunmuştur (r= -0.24; p<0.05).

Bu verilerle birlikte tüm katılımcıların İBÖ alt ölçekleri olan yoksunluk, kontrol güçlüğü ve sosyal izolasyon puanları ile İleri Sayı Menzili testi hata oranları arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

**Tablo 16. Tüm Katılımcılara Göre İBÖ Alt Ölçeklerinden Alınan Puanların, İleri Sayı Menzili Testi Puanları ile Karşılaştırılması**

İBÖ Alt Ölçekleri	Tüm Katılımcılar (n= 106) $\bar{x} \pm SS$	İleri Sayı Menzili Testi
Yoksunluk	31.93 $\pm$ 10.37	r= 0.12 p= 0.23
Kontrol Güçlüğü	25.93 $\pm$ 9.18	r= -0.12 p= 0.21
İşlevsellikte Bozulma	16.92 $\pm$ 6.03	<b>r= 0.24*</b> <b>p= 0.01</b>
Sosyal İzolasyon	14.10 $\pm$ 5.28	r= -0.05 p= 0.63

\* p<0.05 anlamlı farklılık olduğunu gösterir; SS: standart sapma, N: kişi sayısı,  $\bar{x}$  :aritmetik ortalama

## V. BÖLÜM

### TARTIŞMA VE ÖNERİLER

#### 5.1. Tartışma

İnternet bağımlılığı kavramı, kişinin internette uzun süren bir vakit geçirmesine işaret etmektedir. Bir diğer açıklamaya göre, internet kullanımının patolojik anlamda bir sorun ifade etmesi için kişinin, normalden fazla bir şekilde internet başında vakit geçiriyor olması gereklidir. Hatta internet bağımlıları internet başında vakitlerini geçirirken tüm günün nasıl geçip bittiğini algılayamazlar ve bir nevi zaman kavramlarını kaybetmektedirler (Günüç, 2009; Biçer, 2014; Doğan 2013).

Bu araştırmada kişilerin internet kullanımları hakkında birtakım alışkanlıkları gözlenmiştir. Artan internet kullanım sürelerinin bağımlılığa yol açıp açmadığı ve ortaya çıkan bağımlılığın kişilerin dikkat süreçlerini ve dikkatlerini sürdürebilme yeteneklerini olumsuz yönde etkileyip etkilemediği incelenmiştir.

Elde edilen bulgulara göre kişilerin internet kullanım süreleri arttıkça bağımlılık düzeyleri de artış göstermektedir. Bununla birlikte bağımlı olan kişilerin bağımlı olmayanlara göre internet kullanım sürelerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Chen ve arkadaşlarının (2001) yaptığı çalışma da bu araştırmada elde edilen bilgileri doğrular niteliktedir. Bu araştırmaya göre, bağımlı kişilerin bağımlı olmayanlara göre internet başında daha fazla vakit geçirdikleri saptanmıştır. Bu sonuçlar da internet bağımlıları ile internet kullanımını alışkanlık haline getiren kişileri net olarak birbirinden ayırmaktadır. Aynı şekilde madde bağımlılığı ve diğer teknolojik ürün bağımlılıklarında da (televizyon, telefon vs.) kişinin kullanım süresi bağımlılık kriterini

belirlemede çok önemli bir yere sahiptir. Tüm bu bilgiler ele alındığında internet başında çok fazla vakit geçirmek, hem internet bağımlılığını tetiklemekte hem de kişinin internet bağımlısı olduğunu gösteren önemli bir belirti haline gelmektedir.

Doğan (2013), ergenler üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada ergenlerin internet kullanım süreleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmiştir. Aynı zamanda interneti iki yıldan uzun süre kullanan ergenlerin bağımlılık düzeylerinin, interneti bir yıl ya da daha az sürede kullananlara göre anlamlı olarak daha yüksek olduğunu gözlemlemiştir.

Doğan, araştırmaya katılan internet bağımlısı ergenlerin haftalık internet kullanım sürelerinin ortalamasını 23.68 saat olarak bulmuştur. İnternet bağımlısı olmayan ergenlerin ise haftalık ortalama internet kullanım saatlerini 8.84 saat olduğunu belirtmiştir. Bu bulgulara göre kişilerin internet başında geçirdikleri vakit arttıkça bağımlılık düzeylerinin de artış gösterdiği tespit edilmiştir.

Kim ve Kim (2002) ise yaptıkları araştırmada, internet bağımlısı olmayan kişilerin internet kullanım sürelerinin günlük ortalama 4 saat olduğunu tespit etmişlerdir. Bu sonucunda diğer çalışmalara oranla bağımlı olmayan kişilerin internet kullanımı açısından yüksek olduğu görülmüştür. Yapılan araştırmalar sonucunda elde edilen bulgular, bu çalışmadaki internet kullanım süresi ile kişilerin bağımlılık düzeyleri arasındaki pozitif yöndeki ilişkiyi destekler durumda olduğu görülmüştür.

Fakat tüm bu önemli veri ve bilgilere rağmen yalnızca, kişinin internet başında fazla zaman geçiriyor olması kriteri, her zaman kişinin internet bağımlısı olduğuna işaret etmemektedir. Bunun nedeni ise internet kullanım sürelerinin toplumlara ve yıllara göre değişkenlik gösterebiliyor olmasıdır. Ayrıca tüm gün boyunca iş sebebiyle internetin başında kalmak zorunda olan kişiler de mevcuttur. Bu yüzden zaman kavramı internet bağımlılığı için tek kriter değildir. Ancak internetin başında uzun zaman kalmak tek başına bir kriter oluşturmasa da internet bağımlılık düzeyleri yüksek olan katılımcıların internet başında daha fazla vakit geçirdikleri görülmüştür (DiNicola, 2004; Günüş, 2009).

Bu araştırmada elde edilen bulgulara göre katılımcıların %50.9'unun günde 11-18 saat boyunca interneti kullandığı saptanmıştır. Çıkan bu sonuca göre literatürdeki diğerk çalışmalara bakıldığında Young ve Rodgers (1998) internet bağımlısı olarak görülen kişilerin haftada 38 saat internet kullandıklarını tespit etmişlerdir. Diğerk araştırmalarda ise internet bağımlılarının haftalık internet kullanım saatleri şu şekilde yer almaktadır: DiNicola (2004) 25,88 saat, Hardie ve Tee (2007) 68.88 saat, Simkova ve Cincera (2004) 44 saat ve Young (2004) 40 ile 80 saat. Fakat tüm bu değişkenlik gösteren verilere rağmen Young (1996), yaptığı çalışmalarda bağımlı kullanıcıların bağımlı olmayanlara göre internette daha çok vakit geçirdiğini saptamıştır ve ek olarak Young, internet bağımlılığının en önemli belirtisini, internette geçirilen vaktin normalden fazla olması, olarak açıklamıştır. Tüm bu bilgilerle birlikte, Lee ve arkadaşları (2008) kişilerin internet kullanım süreleri ile internet bağımlılığı arasında doğru orantıda bir ilişki bulunmuştur. Yapılan bu araştırmalara farklı bir bakış açısı katan Chang ve Man Law (2008) ise, interneti kullanan kişilerin, interneti kullanım sürelerini yıl üzerinden ele aldığında, internet kullanım süresi ile internet bağımlılığı arasında herhangi bir ilişki saptamamışlardır. Bu sonuca göre 1 yıllık bir süredir internet kullanan bir kişi internet bağımlısı olabileceği gibi, 5-6 yıldır internet kullanan birisi bağımlı olarak tanımlanmayabilmektedir. Bayraktutan (2005) ise internet bağımlılığının tespit edilmesi için önemli olan kriterin yalnızca interneti kullanım süresi olmadığını belirtmiştir. Bayraktutan, kişinin internette harcadığı bu vakti hangi amaç ve uğraş ile geçirdiğinin de önemine dikkat çekmiştir. İnternet bağımlısı diye adlandırılan kişilerin interneti daha çok sohbet etmek, film izlemek, sosyal ağları kullanmak ve pornografik içerikli sitelere giriş yapmak için kullandıkları görülürken, internet bağımlısı olmayan kişilerin eğitim, iş, alışveriş gibi nedenlerden dolayı interneti kullandıkları görülmüştür.

Bayraktutan, DiNicola ve Günüç'n yapmış olduğu çalışmalar, elde edilen bulgular ile birtakım farklılıklar göstermektedir. Bu araştırmalarda, bulunanın aksine, internet kullanım süresinin her zaman bağımlılıkta etkili olmadığı belirtilmektedir. Sonucun böyle çıkmasının nedeni ise, internet kullanımının toplum ve yıllara göre değişiklik göstermesine, iş nedeni ile tüm

gün boyunca internetin başında kalması gereken kişilerin bulunmasına ve kişilerin internet kullanım amaçlarının farklılık gösteriyor olmasına bağlanmaktadır. Bununla birlikte kişinin, internet başında hangi amaçla vakit geçirdiğine dikkat edilmesi gerektiği vurgulanmaktadır. Bağımlı olan kişilerin interneti daha çok sohbet, eğlence, kumar, bahis oyunları ve pornografi amacıyla kullandığı görülmektedir. Bunun nedenini ise kişinin tüm bu işlemleri internet yoluyla ucuz, gizli ve kolay bir şekilde yapıyor olmasına bağlamak mümkündür. Ayrıca kişinin günlük hayattaki vaktinin çoğunu internet başında geçiriyor olmasından dolayı sosyal çevresi ile olan ilişkilerinin azalması veya tamamen kopması, kişiyi bu tip sanal ortamlarda gerçekleşen aktivitelere ittiği düşünülmektedir. Bağımlı kişilere oranla bağımlı olmayan kişilerin ise interneti araştırma, haber, eğitim ve iş gibi amaçlar ile kullandığı gözlemlenmiştir.

Çalışmada internet bağımlılık ölçeğinde bulunan alt ölçekler ile internet kullanım süresi arasında cinsiyet odaklı birtakım veriler elde edilmiştir. Sonuçlara göre erkek katılımcıların sosyal izolasyon alt ölçeğinden aldıkları puanların, kadın katılımcılara oranla yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonucun çıkma nedeninin ise özellikle ataerkil yapıdaki ülkelerde erkeklerin, çocukluk çağlarından itibaren yetiştirilme şekillerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bununla birlikte erkek ve kadınlar arasındaki genetik ve bilişsel farklılıkların bu gibi bulgulara yol açabileceği tespit edilmiştir.

Bu çalışmada elde edilen sonuçlar gibi cinsiyet farklılığının internet bağımlılığı ile örtüşüp örtüşmediği için alanyazına bakıldığında Günüş (2009) 'ün çalışması göze çarpmaktadır. Günüş çalışmasında, erkeklerin madde toplam puanlarının 388.980, kızların ise 348.240 olduğunu tespit etmiştir. Bu sonuca göre erkeklerin kızlara göre bağımlılık düzeylerinin daha fazla ve daha yüksek düzeyde olduğunu tespit etmiştir. Diğer çalışmalarda ise cinsiyetlere göre kişilerin internet bağımlılık düzeyleri araştırılmış ve bu sonuca benzer bulgular elde edilmiştir. Morahan-Martin ve Schumacher (2000) ve Wang (2001) yaptıkları çalışmalarda, erkek katılımcıların kızlara göre internet bağımlılık oranlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.



Doğan (2013) yaptığı çalışmaya katılan erkek öğrencilerin bağımlılık puanlarının kız öğrencilere göre daha yüksek bir düzeyde olduğunu saptamıştır. Scherer ve Bost (1997), Bölükbaş (2003), Johansson ve Gtestam (2004) ‘da yaptıkları çalışmalarda aynı şekilde erkek katılımcıların, kadın katılımcılara oranla daha yüksek düzeyde internet bağımlısı olduklarını tespit etmişlerdir.

Bir diğer çalışmada am (2014) yapmış olduğu araştırmada erkeklerin problemlili internet kullanımı oranlarını %7.9, kadınlarınkini ise %6.3 olarak bulmuştur. Bu bulgulara göre erkek katılımcıların bağımlılık düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek düzeyde olduğu sonucu yinelenmektedir.

Bu çalışmada elde edilen internet bağımlılığı düzeylerinin erkek katılımcılarda kadın katılımcılara daha fazla bulunması sonucunun literatürde karşılık bulup bulmadığına bakıldığında birtakım çalışmalar göze çarpmaktadır. Yılmaz (2010) yapmış olduğu çalışmada, erkek öğrencilerin bilgisayar bağımlılığı gösterme eğilim düzeylerinin kız öğrencilere oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğunu belirtmiştir. Yine bir diğer çalışmada elik-Odacı (2012) erkek öğrencilerin problemlili internet kullanım oranlarının kız öğrencilere göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yüksek olduğu sonucuna varmışlardır.

Gültutan (2007), alışması sonucunda örnekleminde bulunan öğrencilerin çoğunun düşük düzeyde internet kullandıklarını tespit etmiştir. Fakat bu bilgiyle birlikte erkek öğrencilerin internet kullanım düzeylerinin kız öğrencilere göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Yine bu sonuçlara paralel bir şekilde İnan (2010) ‘da araştırmasında katılımcı öğrencilerin cinsiyet odaklı internet bağımlılığı puanlarında erkek öğrencilerin nde olduğu sonucuna varmıştır.

Bu çalışmada elde edilen bulgu ve sonuçlar ile uyuşmayan araştırmalar için literatüre bakıldığında Lam ve arkadaşlarının (2009) yaptıkları çalışmada, internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında olumlu yönde bir ilişki bulmadıkları göze çarpmaktadır. Aynı şekilde Batıgün ve Hasta (2010) alışmasında, internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark olmadığını belirtmiştir. Griffiths (1995) ise çoğu araştırmanın aksine bir sonuç bularak, internet bağımlılığının kızlarda daha fazla görüldüğü sonucuna ulaşmıştır.

Lam ve arkadaşları, Batıgün ve Hasta ile Griffiths'in yapmış olduğu araştırmalar bu çalışmada elde edilen bulgular ile farklılık göstermektedir. Chou ve arkadaşları (2005) da çoğu araştırmada görülmeyen bu gibi sonuçların çıkmasının nedenini örneklem seçimlerinin ve araştırma yöntemlerinin farklılığına bağlamıştır.

Bu araştırmada internet bağımlılık alt ölçeklerinden sosyal izolasyonda oluşan bozulmanın, dikkat süreçlerindeki bozulmaları da etkilediği görülmektedir. Bununla birlikte sosyal izolasyon alt ölçeğinde gerçekleşen bozulmalar sonucunda kişinin toplumdaki soyutlanma ve yalnızlık gibi birtakım sorunlarla karşılaştığı yapılan çalışmalar sonucunda görülmüştür (Bayraktutan, 2005; Günüç, 2009). Kişi, internet ortamında kendi sosyal çevresinden alamadığı desteği başka kişilerden alarak yalnızlığıyla mücadele etmektedir. Bir yandan da, gerçek hayatta kuramadığı arkadaşlıkları ve sosyal çevreyi internet ortamında kurdukça, internete daha fazla bağlanarak kendisini toplumdaki soyutlamaya başlamaktadır. Çünkü, internet ortamı sayesinde yeni kişilerle kolay ve risksiz bir şekilde tanışıp, her türlü duygu ve düşünce alışverişini gerçekleştirebilmektedir (Biçer, 2014).

## 5.2. Öneriler

Bu çalışma sonucunda, erkeklerde kadınlara göre daha fazla görülen internet bağımlılığı ve bu internet bağımlılığının tüm katılımcılarda yol açtığı dikkat süreçlerinde ve dikkati sürdürme becerilerindeki bozulmalar göz önünde bulundurularak araştırmacılara ve yetkili birimlere şu önerilerde bulunulabilir:

- Bu çalışma sadece İstanbul ilinde eğitim gören öğrenciler ile gerçekleştirildiği için diğer illerde de “ İnternet Bağımlılığı ve Dikkat Süreçleri ” arasındaki ilişki araştırılarak tüm Türkiye’deki durum tespit edilebilir.
- Ailelere yapılacak bilgilendirmeler sayesinde, özellikle ergenlik dönemi içerisinde bulunan çocukların, uygunsuz internet kullanımı ile karşı karşıya kalmalarının önüne geçilebilir.

- Ebeveynlere internet bağımlılığının ve uygunsuz internet kullanımının çocuklarına verebileceği zararlar hakkında çeşitli eğitimler verilebilir.
- Aileler evde, aile içi yaşantılarında internet ve bilgisayar kullanımı hakkında birtakım kurallar koyabilir.
- Özellikle, internet bağımlılığına yatkın olan kişilerin dikkat süreçlerinde oluşabilecek sorunlara karşı önlem alınması, bu tip kişilerin ileride yaşayabileceği bilişsel problemlerin önüne geçilmesinde etkili olabilir.
- Çocuk ve ergenlerle çalışan eğitim ve sağlık uzmanlarına “ İnternet Bağımlılığı ile Mücadele ” hakkında çeşitli eğitimler verilerek, bilgilendirme yapılabilir.
- Özellikle ortaöğretim dönemindeki erkek öğrencilerin internet kullanımları daha iyi bir şekilde izlenip, takip edilmelidir. Hem kendileri hem de internet kullanımları için çeşitli iyileştirmeler ve yönlendirmeler yapılmalıdır. Bu dönemdeki öğrenciler çeşitli sosyal aktivitelere katılıp, sportif faaliyetler içerisinde yer alabilirler.
- Çocuk ve ergenler üzerinde bilinçsiz internet kullanımından dolayı aile hayatının ve sosyal yaşamın olumsuz etkilenmemesi için özellikle bu yaş grubundaki kişiler dikkatle takip edilmelidir.

## KAYNAKÇA

### KİTAPLAR VE BİLDİRİLER

Dursun, F. (6-9 Temmuz 2004). Üniversite Öğrencilerinin İnterneti Kullanma Amaçları. 8. *Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*. Malatya: 1-4.

Ratey, J. J. (2001). A user's guide to the brain. *New York: Pantheon Books*.

Scherer, K. ve J. Bost. (1997). Internet Use Patterns: Is there Internet Dependency On Campus? *Amerikan Psikoloji Örgütü 105. Yıl Toplantısı Yayınlanmış Semineri, Chicago, Illinois*.

Van Zomeren, A. H. ve W. H. Brouwer. (1994). Clinical neuropsychology of attention. *Oxford University Press*.

### MAKALELER

Akbulut, Y. (2013). Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar ve İnternet Kullanımının Gelişimsel Sonuçları. *Trakya Üniversite Eğitim Fakültesi Dergisi*. 3.2, 53-57.

Aktaş, C. (2007). Türkiye’de Bilgisayar ve İnternet Kullanımının Yaygınlaştırılmasında İnternet Kafelerin Rolü. *İletişim Fakültesi Dergisi*. 27, 6-9.

Alderson, R. M., Rapport, M. D., Kasper, L. J., Sarver, D. E., ve M. J. Kofler (2012). Hyperactivity in boys with attention deficit/hyperactivity disorder (ADHD): The association between deficient behavioral

- inhibition, attentional processes, and objectively measured activity. *Child Neuropsychology*, 18.5, 487-505.
- Arnas, Y.A. (2005). 3-18 Yaş Grubu Çocuk ve Gençlerin İnteraktif İletişim Araçlarını Kullanma Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*. 4, 4.
- Arsenault, D. J., ve L.F., Sharon. (2012). Attentional Processes in Children's Overtand Relational Aggression. *Merrill-Palmer Quarterly*, 58.3, 409-436.
- Atav, E., Akkoyunlu, B. ve N. Sağlam. (2006). Öğretmen Adaylarının İnternete Erişim Olanakları ve Kullanım Amaçları. *H.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*. 30, 37-40.
- Balcı, Ş. ve B. Ayhan. (2007). Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanım ve Doyumlar Üzerine Bir Saha Araştırması. *Selçuk İletişim Dergisi*. 5.1, 175-177.
- Barış, A.M. (2010). Üniversite Çalışanlarının Bilgisayar ve İnternet Üzerindeki Uygulamaları Kullanmalarına Yönelik Araştırma. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*. 12.2, 40-42.
- Batıgün Durak, A. ve D. Hasta. (2010). İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından Bir Değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 11, 213-215.
- Cangöz, B. (2002). İleri Yaşlılar ile Genç Yetişkinlerde Kodlama Düzeyinin Örtük ve Açık Bellek Üzerindeki Etkisi. *Geriatry Dergisi*. 5.4, 126-128.
- Ceyhan, A. A. (2011). İnternet Kullanma Temel Nedenlerine Göre Üniversite Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımı ve

Algıladıkları İletişim Beceri Düzeyleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*. 11.1, 59-62.

Ceyhan, E. (2010). Problemi İnternet Kullanım Düzeyi Üzerinde Kimlik Statüsünün, İnternet Kullanım Amacının ve Cinsiyetin Yordayıcılığı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*. 10.3, 1325-1329.

Chang, M. K. ve S. P. Man Law. (2008). Factors tructure forYoung's İnternet Addiction Test: A confirmatory study. *Computers in Human Behavior*, 24.6.

Chen, K., Chen, I. ve H., Paul. (2001). Explaining online bahavioral differences: An İnternet dependency perspective. *The Journal of Computer Information Systems*, 41.3, 59.

Chou, C., Condron, L., ve J. C. Belland. (2005). A review of the research on İnternet addiction. *Educational Psychology Review*, 17.4, 363-388.

Coney, J. ve A. Lange (2006). Automatic and attentional processes in the comprehension of unfamiliar metaphors. *Current Psychology*, 25.2, 93-119.

Coull, J. T. (1998). Neural correlates of attention and arousal: insights from electro physiology, functional neuro imaging and psycho pharmacology. *Progress in neurobiology*, 55.4, 343-361.

Cömert Tarı, I. ve S. M. Kayıran. (2010). Çocuk ve Ergenlerde İnternet Kullanımı. *Çocuk Dergisi*.

Çağlar, E. ve Z. Koruç. (2006). D2 Dikkat Testinin Sporcularda Güvenirliği ve Geçerliği. *Spor Bilimleri Dergisi*. 17.2, 60-62.

- Çavuş, H. ve İ. Gökdaş. (2006). Eğitim Fakültesi'nde Öğrenim Gören Öğrencilerin İnternette Yararlanma Nedenleri ve Kazanımları. *Eğitim Fakültesi Dergisi*. 3.3, 57-60.
- Çelik, Ç., B. ve H. Odacı. (2012). Kendilik Algısı ve Benlik Saygısının İnternet Kullanımı Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *e-Journal of New World Sciences Academy (NWSA)*, 7.1.
- Çivitçi, N. (2011). Lise Öğrencilerinde Okul Öfkesi ve Yalnızlık. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 4.35, 18-21.
- Davis, R.A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use, *Computers in Human Behavior*. 17, 87-195.
- Deviren Vatansever, N. ve O. Yıldız. (2014). İnternet Kullanımının Ekonomik, Sosyal ve Siyasi Etkileri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. 13.51, 52-54.
- Ergin, A., Uzun, U. S. ve A. İ. Bozkurt. (2013). Tıp Fakültesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Sıklığı ve Etkileyen Etmenler. *Pamukkale Tıp Dergisi*. 6.3, 134-136.
- Erol, A., Elif, K. Ü., Eylem, T. A. ve M. Levent. (2009). Şizofrenide Sosyal İşlevselliği Yordayan Etmenler. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 20.4, 314-315.
- Esen, E. ve D. M. Siyez. (2011). Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 4.36, 128-130.
- Gaddes, W. H., Edgell, D. (1994). Learning disabilities and brain function: A neuropsychological approach. New York: Springer-Verlag.

- Glaser W.R. ve M. O. Glaser. (1989). Context effects in Stroop- like Word and Picture processing. *J. ExpPsychol Gen*, 118.1, 13-42.
- Golden, C. S. (1978). Stroop Color and Word Test: A Manual for Clinical and Experimental Uses. *Chiago: Stroelting Go*.
- Griffiths, M. D. (1995). Technological Addictions. *Clinical Psychology Forum*. 76, 14-19.
- Günther, T.,Jolles, J., Herpertz-Dahlmann, B., ve K. Kerstin. (2009). Age -Dependent Differences in Attentional Processes in ADHD and Disruptive Behavior Disorder. *Develop Mental Neuropsychology*. 34.4, 422-434.
- Güzel, M. (2006). Küreselleşme, İnternet ve Gençlik Kültürü. *Küresel İletişim Dergisi*. 1, 1-3.
- Hardie, E., ve M.Y. Tee. (2007). Excessive Internet Use: The Role of Personality, Loneliness and Social Support Networks in Internet Addiction. *Australian Journal of Emerging Technologies and Society*, 5.1, 34-47.
- Johansson, A. ve K. Gotestam. (2004). Internet Addiction: Characteristics Of A Questionnaire and Prevalence in Norwegian Youth (12- 18 years). *Scand J Psychol*. 45, 223- 229.
- Kandell, J.J. (1998). Internet Addiction on Campus: The Vulnerability of College students. *Cyber psychology & Behavior*, 1, 11-17.
- Karabekiroğlu, K., Gımzal, A. ve M. Berkem. (2005). Psikiyatrik Bozukluklarda Bellek Sorunları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 6, 189-191.



- Karakaş, S., Erdoğan, E., Sak, L., Soysal, A. Ş., Ulusoy, T., Ulusoy, İ. Y. ve S. Alkan. (1999). Stroop Testi TBAG Formu: Türk Kültürüne Standardizasyon Çalışmalar, Güvenirlik ve Geçerlik. *Klinik Psikiyatri Dergisi*. 2, 75-79.
- Karakaş, S. ve H. Kafadar. (1999). Şizofrenideki Bilişsel Süreçlerin Değerlendirilmesinde Nöropsikolojik Testler: Bellek ve Dikkatin Ölçülmesi. *Şizofreni Dizisi*. 4, 132-152.
- Kaşıkçı, N.D., Çağıltay, K., Karakuş, T., Kurşun, E. ve C. Ogan. (2014). Türkiye ve Avrupa'daki Çocukların İnternet Alışkanlıkları ve Güvenli İnternet Kullanımı. *Eğitim ve Bilim*. 39.171, 230-233.
- Kelleci M., Güler N., Sezer H., ve Z. Gölbaşı. (2009). Lise Öğrencilerinde İnternet Kullanma Süresinin Cinsiyet ve Psikiyatrik Belirtiler ile İlişkisi. *TAF Prev Med Bull*. 8.4, 223-230.
- Kılıç, G. B. (2002). Yönetici İşlevler ve Dikkat Süreçlerine İlişkin Kuramsal Modeller ve Nöroanatomi. *Klinik Psikiyatri*. 5, 105-109.
- Kim, S. ve R. Kim. (2002). A Study of Internet Addiction: Status, Causes, and Remedies- Focusing on the alienation factor - *International Journal of Human Ecology*. 3.1, 1-19.
- King, D. L. ve P. H. Delfabbro. (2013). Issuesfor DSM-5: Video-gaming disorder. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*. 47.1, 20-22.
- Kurulgan, M. ve M. Argan. (2007). Anadolu Üniversitesi Öğrencilerinin İnternet Üzerinden Bilgi Arama Davranışları. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 9.1, 291-293.

- Lam, L.T., Peng, Z.W., Mai, J.C. ve J. Jing. (2009). Factors Associated With Internet Addiction Among Adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*. 12, 551- 555.
- Lee, S. K, Han, D. H., Yang, K. C., Daniels, M. A., Na, C., Kee, B. S. ve P. F. Renshaw. (2008). Depression Like Characteristics of 5HTTLPR Polymorphism and Temperament in Excessive Internet Users. *Journal of Affective Disorders*, 109.1, 165–169.
- Li, C., ve W. Jinglong. (2012). Activation of Right Ventral Prefrontal Cortex Using a Predictive Cueduring Visual Spatial Orienting of Attentional Processes: An fMRI Study. *Neurology research international*, 2012.
- MacLeod, C. M. (1992) The Stroop task: The "gold standard" of attentional measures. *J. ExpPsychol Gen*, 121.1, 12-14.
- Martens, R. (1987). Coaches Guide to Sport Psychology. *Champaign, IL: Human Kinetics*.
- Mesulam, M. M. (1990). Large scale neurocognitive networks and distributed processing for attention. *Annals of neurology*, 28.5, 597-613.
- Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13-29.
- Morsünbül, Ü. (2014). İnternet Bağımlılığının Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri, Yalnızlık ve Yaşam Doyumu ile İlişkisi. *International Journal of Human Sciences*. 11.1, 357-360.

- Ng, A. S., ve M. J. Abbott. (2014). The impact of self-imagery on affective, cognitive, and attentional processes in Social Phobia: A comprehensive literature review of the theoretical and empirical literature. *Behaviour Change*, 31.3, 159-174.
- Nideffer, R.M. (1993b). Concentration and attention control training. In J.M. Williams (Ed.), *Applied Sport Psychology Personal Growth to Peak Performance* California: Mayfield Publishing Company. 243-261.
- Öktem, Ö. (1994). Nöropsikolojik testler ve nöropsikolojik değerlendirme. *Türk Psikoloji Dergisi*. 9.33, 33-44.
- Özcan, N. ve Buzlu, S. (2005). Problemler İnternet Kullanımını Belirlemede Yardımcı Bir araç: İnternette Bilişsel Durum Ölçeği'nin Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik ve Güvenirliği. *Bağımlılık Dergisi*. 6.1, 19-26.
- Öztürk, B. (1999). Öğrenme ve Öğretmede Dikkat. *Milli Eğitim Dergisi*. 144.
- Perse, E. M., ve D. A. Ferguso. (2000). The Benefits and Costs of Web Surfing, *Communication Quarterly*, 48.4, 343-359.
- Petersen, S. E. ve M. I. Posner. (2012). The attention system of the human brain: 20 years after. *Annual review of neuroscience*. 35, 73.
- Posner M. I. ve S. E Petersen (1990). The attention system of the human brain. *Annu Rev Neuroscience*. 13, 25-42.
- Richards, H. J., Benson, V., ve A. H. Julie. (2012). The attentional processes underlying impaired inhibition of threat in anxiety: The remote distractor effect. *Cognition & emotion*, 26.5, 934-942.

- Rüzgar, B. (b.t.). Üniversite Öğrencilerinin İnternet Eğilimleri. 1-2.
- Schaafsma, M., Homewood, J. ve A. Taylor (2010). Subjective cognitive complaints at menopause associated with declines in performance of verbal memory and attentional processes. *Climacteric*. 13.1, 84-98.
- Sergeant, J. (1996). A theory of attention: An information processing perspective. 57-69.
- Sherry, J. L. (2001). The Effects of Violent Video Games on Aggression. *Human Communication Research*. 27.3, 409-412.
- Simkova, B. ve J. Cincera. (2004). Internet Addiction Disorder and Chatting in the Czech Republic. *Cyber psychology & Behavior*, 7, 5.
- Singer, R. N., Castronovo, J.H., Tennant, L.K., Murphey, M., Chen, D. ve R. Lidor. (1991). Attention and Distractors: Considerations for Enhancing Sport Performances. *Int J Sport Psychol*. 22, 95-114.
- Sözen, D. (2005). SBST Sözel Bellek ve WMS Görsel Bellek Testleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi*. 4.8, 74-77.
- Stroop, J. R. (1935). Studies of Interference in Serial Verbal Reaction. *J Exp Psychol*, 18: 643-662
- Tadić, V., Pring, L. ve N. Dale. (2009). Attentional processes in young children with congenital visual impairment. *British Journal of Developmental Psychology*. 27.2, 311-330.
- Tel, M. ve B. Köksalan. (2009). Günümüzde Yeni Bir Boş Zaman Aktivitesi Olarak İnternet: Öğretim Üyeleri Örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. 8.28, 263-265.

- Tüysüz, C., Balaman, F. ve T. Atalar. (2012). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İnternet Kullanım Amaçlarının Belirlenmesi. *Yaşam Bilimleri Dergisi*. 1.1, 252-255.
- Ünal Tutgun, A. (2012). BÖTE Bölümü Öğrencilerinin İnternet Kullanım Özellikleri ve Tercihlerinin İncelenmesi. *AJIT-e: Academic Journal of Information Technology*. 3.6, 28-30.
- Vervoort, L., Wolters, L. H., Hogendoorn, S. M., Prins, P. J., De Haan, E., Boer, F. ve A. H. Catharina. (2011). Temperament, Attentional Processes and Anxiety: Diverging Links Between Adolescents With and Without Anxiety Disorders? *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 40.1, 144-155.
- Wang, W. (2001). Internet dependency and psychosocial maturity among college students. *Int. J. Human-Computer Studies*, 55, 919-938.
- Widyanto, L. ve M. Griffiths. (2006). Internet Addiction: A Critical Review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 31-51.
- Yalçın, N. (2007). İnterneti Doğru Kullanıyor muyuz? İnternet Bağımlısı Mıyız? Çocuklarımız ve Gençlerimiz Risk Altında Mı? *Bilişim Akademik*.
- Yen, J. Y., Ko, C. H., Yen, C. F., Wu, H. Y. Ve M. J. Yang. (2007). The Comorbid Psychiatric Symptoms of Internet Addiction: Attention Deficit and Hyperactivity Disorder (ADHD), Depression, Social Phobia, and Hostility. *Journal of Adolescent Health*, 41.1, 93-98.
- Yılmaz, M. Betül. 2010. İlköğretim 6. ve 7. Sınıf Öğrencilerinin Bilgisayara Yönelik Bağımlılık Gösterme Eğilimlerinin Farklı

Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Eğitim Teknolojileri Araştırma Dergisi*, C. I, S. I.

Yoo, H. J., Cho, S. C., Ha, J., Yune, S. K., Kim, S. J., Hwang, J., diğerleri ve I.K. Lyoo. (2004). Attention Deficit Hyperactivity Symptoms and Internet Addiction. *Psychiatry and Clinical Neuro Sciences*, 58.5, 487-494.

Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1.3, 237-244.

Young, K. S. ve Case, C. J. (2004). Internet Abuse in the Workplace: New Trends in Risk Management. *Cyber psychology & Behavior*, 7.1, 105-111.

Young, K. S. ve Rodgers, R. (1998). The Relationship Between Depression and Internet Addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 1.1, 25-28.

Young, K.S. (2007). Treatment Out Comes With Internet Addicts. *Published in Cyber Psychology & Behavior*. 10.5, 671-679.

Zorbaz, O. ve M. Tuzgöl Dost. (2014). Lise Öğrencilerinin Problemlİ İnternet Kullanımının Cinsiyet, Sosyal Kaygı ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi. *Hacette Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 29.1, 298-300.

## TEZLER

Abdulla R.A (2003). TheUsesand Gratifications of the Internet Among Arab Students in Egypt. *Unpublished Doctoral Dissertation*, University of Miami, UMI Dissertion Information Service.

Bayraktutan, F. (2005). Aile İçi İlişkiler Açısından İnternet Kullanımı. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi SBE.

Biçer, U. (2014). Sosyal Beceri Eğitiminin Ortaokul Öğrencilerindeki İnternet Bağımlılığı Düzeyine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Adana: Çukurova Üniversitesi SBE.

Bölükbaş, K. (2003). İnternet Cafeler ve İnternet Bağımlılığı Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma: Diyarbakır Örneği. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Diyarbakır: Dicle Üniversitesi SBE.

Çam, H.H. (2014). Adölesanlarda İnternet Bağımlılığı Prevalansı ile Psikopatolojik Semptomlar ve Obezite Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Doktora Tezi*. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi SBE.

Doğan, A. (2013). İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı. *Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi EBE.

DiNicola, M. D. (2004). Pathological İnternet Useamongcollegestudents: Theprevalance of pathological internet use and its correlates. *Unpublished doctorate'sthesis*. Ohio: Ohio University.

Güdücü, B. (2006). Bir Kamusal Alan Olarak Türkiye'de İnternet Kullanımı. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Marmara Üniversitesi SBE.

- Gültutan, Ş. (2007). İlköğretim 6., 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin internet kullanma alışkanlıkları. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi*, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- İnan, A. (2010). İlköğretim II. kademe ve ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*, Erzurum: Atatürk Üniversitesi SBE.
- Kandemir, M. (2006). İnfra-tentoriyal İnmelerde Kognitif Etkilenme. *Uzmanlık Tezi*. İstanbul: Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi.
- Karaduman, B.D. (2004). Dikkat Toplama Eğitim Programının İlköğretim 4. ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Dikkat Toplama Düzeyi, Benlik Algısı ve Başarı Düzeylerine Etkisi. *Doktora Tezi*. Ankara: Ankara Üniversite EBE.
- Kurt, P. (2008). Dikkat Süreçlerindeki Bozulmanın Diğer Bilişsel İşlevler Üzerine Etkisinin İncelenmesi: 6 Yıllık Boylamsal Çalışma. *Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi SBE.
- Özkan, Ö. (2013). İnternet Kullanımıyla İlgili Değişkenlerin Cinsiyet, Kişilik Özellikleri, Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Ankara Üniversitesi SBE.
- Park, I. (2004). Internet Usage of Korean and American Students: A Uses and Gratifications Approach. *Unpublished Doctoral Dissertation*. United States of America: The Faculty of Southern Mississippi.
- Sevindik, F. (2011). Fırat Üniversitesi Öğrencilerinde Problemlerle İlgili İnternet Kullanımı ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi. *Doktora Tezi*. Malatya: İnönü Üniversitesi SBE.



Ulusoy, O. (2008). Ergenlerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı ve Saldırganlık İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Adana: Çukurova Üniversitesi SBE.

Yıldız, İ. (2010). Lise Öğrencilerinde Problemlı İnternet Kullanımı ile Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişki. *Yüksek Lisans Tezi*. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi SBE.

Yılmaz, F.M. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşlarının Problemlı İnternet Kullanımı ve Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi EBE.

Yurttaş, O.G. (2013). İnternet Kullanımının Alışkanlıkları Açısından İlköğretim 5.-6.-7.-8. Sınıf Öğrencilerinin Durumu – İnternet Kullanımı İle İlgili Ailelerin Değerlendirilmeleri. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Başkent Üniversitesi SBE.

Zorbaz, O. (2013). Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımının Sosyal Kaygı ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi SBE.

## **İNTERNET KAYNAKLARI**

Internet World Stats. (2014). Internet Users in the World Distributionby World Regions. <http://www.internetworldstats.com/stats.htm> (14Temmuz2015).

Nöropsikolojik Değerlendirme (2009)<http://www.itfnoroloji.org/semi2/npsikoloji.htm> (26 Ağustos 2015).

## EK – 1. SOSYODEMOGRAFİK VERİ FORMU

1) Yaş:

2) Cinsiyet:

K  E

3) Medeni Durum:

Bekar

Evli

Dul

Boşanmış

4) Eğitim Durumu:

Okur-Yazar Değil

İlkokul

Lise

Lisans

Yüksek Lisans

Doktora

5) Çalışma Durumu:

Çalışıyor

Çalışmıyor

Emekli

6) Meslek:

**7) Gelir Düzeyi:**

1000 – 3000 TL

3001 – 5000 TL

**8) Kimlerle Yaşamaktasınız:**

Yalnız

Sadece eş

Eş ve Çocuklar

Anne ve Baba

Diğer (belirtiniz)  \_\_\_\_\_

**9) Günde Kaç Saat İnternet Kullanıyorsunuz:**

1-3

3-5

5-10

10-15

15den fazla

**10) İnternete Hangi Araçlarla Bağlanıyorsunuz:**

Bilgisayar

Telefon

Tablet

Akıllı Televizyon

**11) İnterneti Hangi Amaçla Kullanıyorsunuz:**

Eğlence (oyun, müzik, film vs.)

Sosyal Ağlar (facebook, twitter, instagram vs.)

İş Amaçlı

Haber okuma, araştırma/ödev yapma

Alışveriş yapmak amaçlı

**12) İnternete Nereden Bağlanıyorsunuz:**

Ev

İşyeri

İnternet Kafe

Dış Alanlarda(mobil internet)

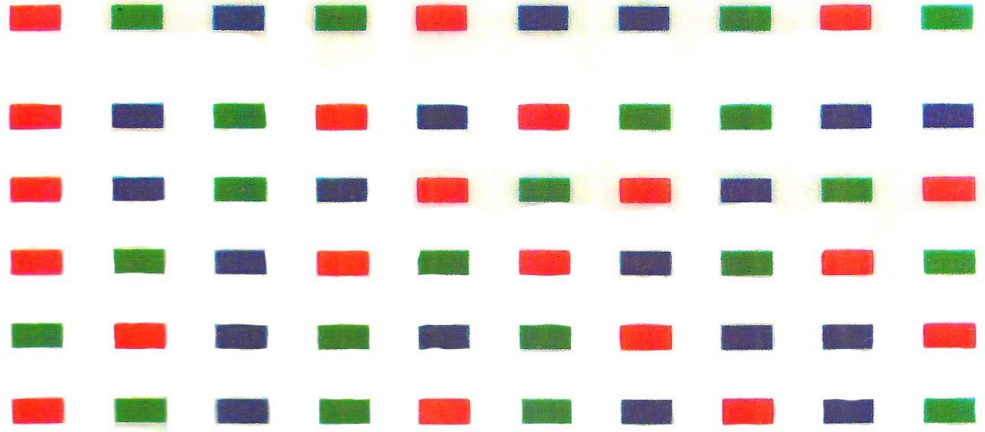
Diğer(belirtiniz)

\_\_\_\_\_

## EK - 2. İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

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

### EK – 3. STROOP TESTİ



KIRMIZI YEŞİL MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL

KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ KIRMIZI YEŞİL YEŞİL MAVİ MAVİ

KIRMIZI MAVİ YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI

KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL

YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ MAVİ KIRMIZI

KIRMIZI YEŞİL MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI MAVİ YEŞİL

**Siyah / Beyaz Okuma**

YEŞİL KIRMIZI YEŞİL MAVİ MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ KIRMIZI  
KIRMIZI MAVİ KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI MAVİ  
KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL MAVİ YEŞİL  
KIRMIZI MAVİ KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI MAVİ  
MAVİ YEŞİL KIRMIZI KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ KIRMIZI YEŞİL  
YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ KIRMIZI MAVİ YEŞİL MAVİ

**Süre :**

**Kare Rengi Söyleme**

KIRMIZI YEŞİL MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL  
KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ KIRMIZI YEŞİL YEŞİL MAVİ MAVİ  
KIRMIZI MAVİ YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI  
KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL  
YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ MAVİ KIRMIZI  
KIRMIZI YEŞİL MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI MAVİ YEŞİL

**Süre :**

**Renkli Kelimeleri Okuma**

KIRMIZI YEŞİL MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL  
KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ KIRMIZI YEŞİL YEŞİL MAVİ MAVİ  
KIRMIZI MAVİ YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI  
KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL  
YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ MAVİ KIRMIZI  
KIRMIZI YEŞİL MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI MAVİ YEŞİL

**Süre :**

**Renkli Kelimelerin Rengini Söyleme**

MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI  
MAVİ YEŞİL MAVİ MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI  
YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL  
MAVİ KIRMIZI YEŞİL MAVİ KIRMIZI YEŞİL KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI  
MAVİ YEŞİL KIRMIZI MAVİ KIRMIZI MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL MAVİ  
MAVİ KIRMIZI YEŞİL MAVİ YEŞİL KIRMIZI YEŞİL MAVİ YEŞİL MAVİ

**Süre :**

**Yanlış :**

**Spontan Düzeltme :**

**Süre Farkı :**

**Açıklama :**

## **EK – 4. SAYI MENZİLİ TESTİ**

### **İleri Sayı Menzili**

<b>5 8 2</b>	<b>6 4 3 9</b>	<b>4 2 7 3 1</b>	<b>6 1 9 4 7 3</b>	<b>5 9 1 7 4 2 3</b>	<b>5 8 1 9 2 6 4 7</b>
<b>6 9 4</b>	<b>7 2 8 6</b>	<b>7 5 8 3 6</b>	<b>3 9 2 4 8 7</b>	<b>4 1 7 9 3 8 6</b>	<b>3 8 2 9 5 1 7 4</b>

### **Geri Sayı Menzili**

<b>2 4</b>	<b>2 8 3</b>	<b>3 2 7 9</b>	<b>1 5 2 8 6</b>	<b>5 3 9 4 1 8</b>	<b>8 1 2 9 3 6 5</b>
<b>8 5</b>	<b>4 1 5</b>	<b>4 9 6 8</b>	<b>6 1 8 4 6</b>	<b>7 2 4 8 5 6</b>	<b>4 7 3 9 1 2 8</b>



# ÖZGEÇMİŞ

## KİŞİSEL BİLGİLER

ADI VE SOYADI: BURAK TETİK

DOĞUM YERİ VE TARİHİ: Kocaeli/Gölcük - 19.07.1991

MEDENİ HALİ: Bekâr

E-MAIL: buraktetikgop@gmail.com

ADRES (EV): Karlıtepe Mahallesi, 23 Nisan Sokak, No:7 – D:8 Kılıç

Apartmanı, Gaziosmanpaşa/İSTANBUL

TELEFON (EV): 0212 616 11 65

TELEFON (CEP): 0535 456 34 91

## EĞİTİM DURUMU

2013 – 2015 İstanbul Arel Üniversitesi – Genel Psikoloji Yüksek Lisans

2009 – 2013 Haliç Üniversitesi - Psikoloji

2005 – 2009 Bayrampaşa Tuna Lisesi

## YABANCI DİL

İngilizce – Giriş Seviyesi

## İŞ TECRUBESİ

2011 – 2012 Özel Yeditepe Işık Rehabilitasyon Merkezi

2012 – 2013 Özel Yavuzlar Dershanesi

2014 – 2015 Özel Çengelköy Huzurevi