

Ergenlerde Deprem Sonrası Travma Tepkisinin İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığı ile İlişkisi

➔ Mustafa GÜLER*

➔ Nevriye Gökçe ŞENSES**

Öz

Deprem gibi doğal afetlerin kişilerde travma sonrası stres oluşturabildiği bilinmektedir. Travma sonrası stres her yaş grubundan bireyi etkileyebilir ancak ergenlik gibi kritik evrelerde bulunan bireyleri daha fazla etkileyebilmektedir. Ergenlikte açığa çıkan travma sonrası stresin, ergenlerin içinde bulundukları kritik yaşam evresi de göz önünde bulundurduğunda internet ve dijital oyun bağımlılığı gibi farklı bağımlılıklara sebep olabileceği düşünülmektedir. Bu araştırmada, 6 Şubat 2023'te Kahramanmaraş'ta meydana gelen depremi doğrudan deneyimleyen ergenlerin travma sonrası stres düzeyleri ile dijital oyun ve internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. İlişkisel ve betimsel araştırma modeli olarak tasarlanan bu çalışmanın örneklemini, 101 erkek ve 116 kız olmak üzere 217 ortaokul ve lise öğrencisi oluşturmaktadır. Verilerin analizinde, değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla Basit Doğrusal Regresyon Analizi ve Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı, iki grup arasındaki farklılıkların belirlenmesinde ise Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Tüm istatistiksel analizler SPSS 23 programı ile gerçekleştirilmiş ve istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak alınmıştır. Araştırma sonuçları incelendiğinde, ergenlerde ortaya çıkan travma sonrası stres düzeyi ile internet bağımlılık düzeyleri arasında orta düzeyde ve pozitif ilişki; travma sonrası stres düzeyi ile dijital oyun bağımlılık düzeyleri arasında düşük düzeyde ve pozitif ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgular, depremden etkilenen ergenlerin travma sonrası stres düzeyleri arttıkça, internet ve dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin de arttığını göstermektedir. Ayrıca, kızların travma sonrası stres düzeylerinin erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde yüksek; erkeklerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin kızlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar, cinsiyetin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ve travma sonrası stres düzeyleri üzerinde etkili olabileceğini göstermektedir. Sonuç olarak bu çalışma, depremden etkilenen ergenlerde travma sonrası stres düzeylerinin internet ve dijital oyun bağımlılığı ile ilişkili olduğunu ve bu ilişkinin cinsiyet gibi faktörlere göre farklılık gösterebildiğini ortaya koymaktadır. Bu bulgular, ergenlerin travma sonrası stresle başa çıkmalarna yardımcı olacak müdahalelerin planlanmasında önemli bilgiler sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Travma Sonrası Stres, İnternet Bağımlılığı, Dijital Oyun Bağımlılığı, Deprem, Ergen

*Doç. Dr., Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Konya, Türkiye
 E-mail: mustafaguler@selcuk.edu.tr
 ORCID: 0000-0003-2701-1220

**Öğretmen, Milli Eğitim Bakanlığı, Konya, Türkiye
 E-mail: gokceatli51@gmail.com
 ORCID: 0009-0007-7530-8666

Güler, M., & Şenses, N. G. (2025). Ergenlerde Deprem Sonrası Travma Tepkisinin İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığı İle İlişkisi. TRT Akademi, 10(24), 684-705. <https://doi.org/10.37679/trta.1660863>

Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi: 18.03.2025 Revize Tarihi: 09.05.2025 Kabul Tarihi: 22.05.2025

DOI: 10.37679/trta.1660863

The Relationship of Post-Earthquake Trauma Reaction with Internet and Digital Game Addiction in Adolescents

→ Mustafa GÜLER

→ Nevriye Gökçe ŞENSES

Abstract

It is known that natural disasters such as earthquakes can cause post-traumatic stress in people. Post-traumatic stress can affect individuals of all age groups, but it can affect individuals in critical stages such as adolescence more. It is thought that post-traumatic stress that occurs in adolescence may cause different addictions such as internet and digital game addiction, considering the critical life stage that adolescents are in. This study explores the association between post-traumatic stress levels and both internet and digital game addiction among adolescents who directly experienced the earthquake that struck Kahramanmaraş on February 6, 2023. The sample of this study, designed as a relational and descriptive research model, consists of 217 middle school and high school students, 101 boys and 116 girls. In the analysis of the data, Simple Linear Regression Analysis and Pearson Product Moment Correlation Coefficient were used to determine the relationships between the variables, and the Mann Whitney U test was used to determine the differences between the two groups. All statistical analyzes were analyzed with the SPSS 23 program, and the statistical significance level was taken as $p < 0.05$. The findings of the analysis reveal a moderately positive association between post-traumatic stress levels and internet addiction, while a weaker but still positive relationship is observed between post-traumatic stress levels and digital game addiction. These findings suggest that as adolescents' post-traumatic stress levels increase, their internet and digital game addiction levels also rise. Regarding the predictive effect of post-traumatic stress on addiction, post-traumatic stress; while it has a 10.9% effect on internet addiction, it explains 6.5% of the variance in digital game addiction. Furthermore, girls' post-traumatic stress levels are comparably high with boys; It was determined that digital game addiction levels were significantly higher than girls ($p < .05$).

Keywords: Post-traumatic Stress, Internet Addiction, Digital Game Addiction, Earthquake, Adolescent

1. Giriş

Toplumda can ve mal kayıplarına neden olmanın yanında toplumu kültürel ve ekonomik anlamda da olumsuz yönde etkileyen ve insanların yaşam koşullarında ciddi aksamalara yol açan doğa kaynaklı olaylar, doğal afet olarak tanımlanmaktadır (Kadioğlu, 2008). Doğal afetler kişileri fiziksel, sosyal, psikolojik ve ekonomik anlamda olumsuz etkilemektedir (Filazoğlu-Çokluk, 2023). Türkiye’de ve dünyada sık sık doğal afetler meydana gelmekte ve bireyler bu doğal afetlerin sonuçlarından doğrudan ya da dolaylı olarak etkilenmektedir (Karabulut ve Bekler, 2019). Doğal afetleri doğrudan deneyimleyen bireylerde korku, kaygı, suçluluk, panik gibi pek çok olumsuz duygu görülebilmektedir (Adanalı vd., 2022). Özellikle çocuk ve ergenlerin bilişsel anlamda henüz tam gelişmemiş olmaları ve sözel ifade becerilerinin sınırlı olması, onların doğal afetlerin sonuçlarına karşı daha hassas olmalarına yol açabilmektedir (Karabulut ve Bekler, 2019). Bireyleri en fazla etkileyen ve maddi manevi kayıp yaşamalarına neden olan doğal afetlerden biri depremdir (Çoban vd., 2017). Depremi diğer doğal afetlere göre daha beklenmedik, yıkıcı, ölümcül oluşu ve sık sık meydana gelmesi kişiler üzerinde olumsuz etkilere sebep olmaktadır. Depremi birçok kişinin ölümüne sebep olması, hayatta kalanlar açısından zihinsel sorunlara neden olabilmektedir (Dai vd., 2016). Depremi öngörülemez oluşu ve hasar verici etkisi kişide olumsuz duygudurumla bağdaşmakta ve bu durum kişilerde ciddi ruhsal sorunlar doğurmaktadır (Filazoğlu-Çokluk, 2023). Deprem kişilerde can, mal kaybına neden olabilirken kişileri fiziksel ve psikolojik anlamda da etkilemekte, yoğun korku gibi duygular yaşamalarına neden olmakta ve aynı zamanda kişilerin psikolojik anlamda baş etmelerini zorlaştırmaktadır (Devkota ve Bagale, 2016). Deprem gibi büyük bir yıkıcı deneyim sonrası travma sonrası stres bozukluğu yaşamak kaçınılmazdır (Nakajima, 2012).

Olumsuz yaşantılar sonrası travma sonrası stres çıkması normal kabul edilmektedir. Özellikle deprem gibi doğal afetler sonrasında en fazla ortaya çıkan psikolojik bozukluğun travma sonrası stres bozukluğu olduğu bilinmektedir (Chen vd., 2015; Dai vd., 2016). Kişilerin yaşamış oldukları olumsuz deneyimler sonrası açığa çıkan travma sonrası stres bozukluğu, ruhsal bozuklukların tanımlanmasında kullanılan DSM-V el kitabına göre; kişinin yaşamış olduğu olumsuz yaşantının onun fiziksel bütünlüğünü tehdit etmesi veya kişinin olumsuz yaşantıya tanıklık etmesi sonucu psikolojik, davranışsal, sosyal ve bilişsel bozukluk yaşamalarının eşlik ettiği ruhsal ve psikolojik belirtilerdir.

Bu belirtiler travmatik olay yaşandıktan sonraki 3 ay içinde başlar ve kişinin günlük hayatını etkileyecek seviyede kişiyi rahatsız edebilmektedir. Kişiler en az 1 ay boyunca travma yaşantısını yeniden deneyimleme, kaçınma, uyarılma, tepkisellik gibi belirtiler gösterebilmektedir (National Institute of Mental, 2023). Travma sonrası süreçte travma anı zihinde sürekli olarak belirir ve olumsuz ruh hâli sürekli olarak tekrarlanır. Bütün bireyler travma sonrası stres bozukluğu yaşamamaktadır ancak yaşam evrelerine göre incelendiğinde ergenlik dönemindeki bireylerde travma sonrası stres düzeyi diğer yaşam evrelerine göre yüksek düzeydedir (Kessler vd. 2005). Doğal afetler sonrası ergenler, daha büyük yaş gruplarındaki bireylere göre olumsuz etkilere karşı daha savunmasızdır. Ergenlerin deprem gibi bir doğal afeti doğrudan ya da dolaylı deneyimlemesi, sevdiklerini kaybetmesi ve yaşadığı yerden ayrılmak zorunda kalması gibi durumlar onları savunmasız kılarak travma sonrası stres yaşamaya daha meyilli hâle getirir (Demirci vd., 2024). Ayrıca ergenlikle birlikte fiziksel gelişimin hız kazanmasının yanı sıra kişide sosyal, duygusal ve bilişsel anlamda pek çok değişim de gözlemlenmektedir (Keating, 2012). Yaşanan travmalar sonucu özellikle ergenlerde sosyal anlamda içe dönme, çevreye duyulan ilginin azalması (Hobfoll, 1998); kaygı, yalnızlık duygusu ve teknolojik aletlerle geçirilen sürenin artması gibi etkiler görülebilmektedir (Branquinho vd., 2020).

Travmatik yaşantılar sonucu kişilerde ortaya çıkan bazı duygusal ve davranışsal değişiklikler arasında teknolojik aletlerle geçirilen sürenin artmasından söz edilmiştir. Teknolojik aletler aracılığıyla kişiler internete ve dijital oyunlara erişmekte, bu durum günlük sosyal bir aktivite gibi görülmektedir (Kaplan, 2016). İnternet, gelişen koşullarla birlikte büyük küçük herkesin ulaşabildiği bir haberleşme, iletişim aracı hâline gelmiştir. Ancak internetin kontrolsüz ve sürekli kullanımı internet bağımlılığı kavramını ortaya çıkarmıştır (Arısoy, 2009). Young'a (1996) göre internet bağımlılığı, ruhsal bozukluk tanı el kitabı DSM IV'te bulunan bağımlılık çeşitlerinden hareketle oluşturulmuş ve diğer bağımlılıklara göre kumar bağımlılığıyla yakın özellikler gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Yaptığı çalışmada internet bağımlılığını; kişinin aile ve sosyal ilişkileri ile iş yaşamında bozulmaya yol açmasına rağmen kişinin çevrimiçi internet kullanım isteğine söz geçirememesi, sürekli olarak internette zaman geçirmesi ve internette zaman geçirmeden yapılan etkinliklerin önemini kaybetmesi ile internetten uzak kalınan süre zarfında ise sinirlilik ve saldırganlık hâlinin görülmesi olarak özetlemiştir. Ceyhan (2008)'a

göre ergenlik dönemi kişinin sosyal anlamda kabul görmek istediği ve kimlik geliştirdiği kritik bir dönemdir. Bu dönemle birlikte ergen; akranları ve sosyal çevresi tarafından kabul görmek istemekte, bu durum onları internet kullanımına açık hâle getirmektedir. Sosyalleşmek adına ergen; mesajlaşma, sosyal medya da vakit geçirme ve paylaşımda bulunma gibi davranışları sıkça tekrarlamaktadır. Son yıllarda internetin hayatımıza hızla girmesi ve popülerleşmesiyle birlikte henüz öz kontrolleri fazla gelişmemiş olan ergenler, boş vakitlerinin de çok olmasıyla birlikte internetin cazibesine karşı koyamamaktadır (Kovačić-Petrović vd., 2023). Bu gibi durumlar ergenin sağlıksız internet kullanımının göstergesi hâline gelmektedir.

Dijital oyun bağımlılığını, internet bağımlılığında görülen benzer ifadelerle tanımlamak mümkündür. Buna göre dijital oyun bağımlılığı; kişinin bilgisayar, telefon vb. teknolojik cihazlar aracılığıyla eriştiği oyunları uzun vakit alacak şekilde oynaması, günlük rutinlerini aksatması, sosyal çevresi ve ailesiyle olan iletişiminin olumsuz etkilenmesi ile oyunu neredeyse bütün aktivitelerle tercih etmesi olarak ifade edilmektedir (Arslan vd., 2015). Ayrıca dijital oyun bağımlılığıyla birlikte kişi, dijital oyundaki faktörleri gerçek yaşamla ilişkilendirmekte ve vaktinin büyük bir kısmını oyun oynayarak geçirmektedir (Taş ve Güneş, 2019). Teknolojik gelişmeler ve hızlı kentleşme gibi nedenlerle birlikte geleneksel kabul edilen oyunların yerini bilgisayar ve telefonla ulaşılan dijital oyunlar almıştır (Gentile, 2009). Özellikle ergenlik dönemi kişilerin dijital oyunlara yönelmesinde kritik bir dönem olarak görülmektedir. Ergenlik dönemi ile birlikte kişiler psikolojik etkilere açık hâle gelmekte; anlık iyi hissetme, yalnızlık hissinden kurtulma, düşük motivasyondan kaçınma, sosyalleşme ve olumsuz olarak gördüğü ortamdan uzaklaşma adına kendilerini dijital oyunlara vermektedirler (Griffiths, 2010). Bireyler özellikle zor bir yaşantıyla karşılaştığında, dijital oyunları stresli durumdan kaçış olarak görerek, kendilerini bu yolla rahatlatabilmektedir (Kayış ve Ayas, 2024).

Ergenlikte travmatik yaşantıya maruz kalma onların içinde bulunduğu kritik dönemin de etkisiyle farklı bağımlılıklar geliştirebilir, sosyal anlamda içe çekilme davranışları görülebilmektedir (Zara, 2011). Ergenin içinde bulunduğu gelişimsel özellikler gereği internet ergenler için çekici olmakta, onların çatışmalarına, ruhsal dalgalanmalarına ve streslerine karşı bir siper görevi görmektedir (Taş, 2015). Özellikle depresyon gibi ağır travmalar ergenlerin bağımlılık geliştirmesinde dış uyarıcı etkiye sahip olabilmektedir (Harville

vd., 2015). Travma yaşamış ergenlerde internet bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu (Hua vd., 2023), ergenlerin kaygı düzeylerini azaltmak, yaşanan psikolojik acıyı hafifletmek ve yaşanan korku endişe gibi duygulardan kaçınmak adına internet kullanım düzeylerini arttırdıkları bilinmektedir (Kardfelt ve Winther, 2014; Dalbudak vd., 2014; Zhou vd., 2018). Ayrıca ergenlerin bazı psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmaması durumunda, travma gibi ağır yaşantılar sonrası internete ve teknolojiye yönelmeleri, onların psikolojik tatmin sağlamasına neden olabilir (Kovačić-Petrović vd., 2023). Teknoloji kullanımı kaygı, depresyon ve olumsuz duygulardan kaçış olarak görülmesinin yanı sıra ergenin sosyal etkileşimini arttırmasını ve yalnızlığının son bulmasını sağlayarak internete olan ihtiyacı daha da arttırır böylece bağımlılık daha belirgin olarak ortaya çıkar (Potas vd., 2022). Aynı şekilde dijital oyun bağımlılığı, travma sonrası stres yaşayan kişiler için bir kaçış olarak nitelendirilmekte ve internet bağımlılığıyla benzer sonuçlar ortaya çıkarmaktadır (King ve Delfabbro, 2019). Ergenlerin dijital oyunları sosyalleşme ve eğlence aracı olarak görmelerinden dolayı travmanın neden olduğu stresi azaltmak adına daha fazla oyunlara yöneldikleri de bilinmektedir (Yuan vd., 2021).

Yukarıda belirtilenlerin ışığında bu araştırmada temel amaç, Kahramanmaraş merkezli 6 Şubat 2023 tarihinde yaşanan depremin ergenlerin travma sonrası stres düzeyleri ile dijital oyun ve internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

1.1. Problem Cümlesi

Araştırmanın problem cümlesi, “Depremi deneyimleyen ergenlerin travma sonrası stres düzeyleri ile internet ve dijital oyun bağımlılıkları arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?” şeklindedir.

1.2. Alt Problemler

1. Ergenlerin travma sonrası stres düzeyleri, internet bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
2. Ergenlerin travma sonrası stres düzeyleri, internet bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı düzeyleri daha önce psikiyatrik tanı almalarına göre farklılaşmakta mıdır?
3. Ergenlerin travma sonrası stres, internet bağımlılığı ve dijital

oyun bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?

4. Ergenlerin travma sonrası stres düzeyleri internet bağımlılık düzeylerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
5. Ergenlerin travma sonrası stres düzeyleri dijital oyun bağımlılığı düzeylerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

2. Yöntem

2.1. Çalışma Grubu

Araştırmanın örneklemini, Kahramanmaraş merkezli 6 Şubat 2023 tarihinde meydana gelen deprem sırasında Kahramanmaraş, Hatay, Gaziantep gibi depremi şiddet açısından en çok hisseden illerde yaşayan ve deprem sırasında bu illerde bulunarak depremi doğrudan yaşayan ergenler oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan ergenler, depremden sonra aileleriyle birlikte Konya iline göç etmiş olan ve Millî Eğitim Bakanlığına bağlı okullarda eğitimine devam etmekte olan öğrenciler arasından seçilmiştir. Araştırmanın örneklemini yaşları 12-18 arasında değişen, 6 ve 12. sınıf aralığında öğrenimine devam eden 116 kız ve 101 erkekten oluşan toplam 217 ortaokul ve lise öğrencisi oluşturmaktadır. Öğrenciler basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilmiştir (Kılıç, 2013).

2.1.1. İşlem

Araştırmanın yapılması için Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Etik Kurul Kararı alınmıştır. Ölçeklerin uygulanabilmesi için gerekli kişilerden ölçeğe dair izin istekleri alınmıştır. Ayrıca çalışma grubu 18 yaş altı ortaokula ve ortaöğretime devam eden öğrenciler olduğu için Millî Eğitim Bakanlığından izin alınmış, öğrenci velilerinden ise okullara aracılığıyla veli onay belgeleri imzalı olarak alınmıştır. Ölçekler uygulanırken, Konya'ya deprem bölgesinden göç etmiş öğrencilerin yoğun olarak bulunduğu ortaokul ve liselerle doğrudan iletişim kurularak bu yaş grubunda depremi yaşamış olan gönüllü öğrenciler katılımcı olarak seçilmiştir. Ayrıca ölçekler, deprem yaşandıktan sonraki ilk 6 ay içinde kişilere uygulanmıştır.

2.2. Araştırma Modeli

Bu çalışma, ergenlerde travma sonrası stres düzeyleri ile dijital oyun ve in-

ternet bağımlılığı arasında bulunan ilişkiyi incelemeyi amaçlayan tarama modeline dayalı ilişkisel bir araştırmadır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasında birlikte değişim olup olmadığını belirlemeyi amaçlayan bir modeldir (Karasar, 2020).

2.3 Veri Toplama Aracı

Bu araştırmada kullanılan veri toplama araçları aşağıda sunulmuştur.

2.3.1. Revize Edilmiş Çocuk Olayın Etkisi Ölçeği (CRIES)

Travma sonrası stres belirtilerini ölçmek amacıyla “Children and War Foundation” tarafından geliştirilen bu ölçek, bireylerin travmatik deneyimler sonrasında gösterdiği semptomları değerlendirmek için kullanılan bir ölçüm aracıdır. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması ile geçerlilik-güvenirlilik çalışmaları Çeri vd. (2021) tarafından yapılmıştır. Toplam 13 maddeden oluşan bu ölçek, 0 (hiç değil), 1 (nadiren), 3 (bazen) ve 5 (sıklıkla) şeklinde puanlanmaktadır. Bu ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 65’tir. Ölçekten elde edilen puanlar arttıkça bireyin hissetmiş olduğu travma sonrası stresin de yüksek olduğu bilinmektedir. Ölçeğin güvenirlik hesaplamalarında Cronbach alfa katsayısı 0,85 olarak madde toplam bağıntı katsayıları 0,348 ve 0,654 arasında bulunmuştur (Çeri vd., 2021). Bu araştırma için yapılan güvenirlik analizinde Cronbach alfa değeri 0,88 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğe ait örnek maddeler: “İstemediğin hâlde olay (depresyon) aklına geliyor mu?”, “Olayla ilgili (depresyon) kuvvetli duygu dalgalanmaları yaşıyor musun?” (Çeri vd., 2021).

2.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Kimberly S. Young tarafından 1996 yılında geliştirilen bu ölçek, çocuk ve ergenlerin internet bağımlılık düzeylerini belirlemek için tasarlanmıştır. Türkçeye uyarlama, geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları Bayraktar (2001) tarafından yapılmıştır. 20 maddelik Likert tipi bu ölçek, 0 (hiçbir zaman) ile 5 (her zaman) arasında puanlanır. Ölçekten alınabilecek puanlar 0-100 arasındadır. 80 ve üzeri puanlar internet bağımlılığını, 50-79 puanlar riskli internet kullanımını, 49 ve altı puanlar ise ortalama internet kullanımını gösterir. Bu ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0,91 olarak bulunmuştur (Bayraktar, 2001). Bu araştırma için yapılan güvenirlik analizinde Cronbach alfa değeri 0,90 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğe ait örnek maddeler “Ne sıklıkla planladığınızdan daha fazla süre internette kalıyorsunuz?”, “Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?” (Bayraktar, 2001).

2.3.3. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Bu ölçek, kişilerin dijital oyun bağımlılığını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. İlk olarak Lemmens vd. (2009) tarafından oluşturulmuş, daha sonra Irmak ve Erdoğan (2015), Türkçeye uyarlama çalışmalarını yapmıştır. Ölçek, 7 maddeden oluşmakta, 5’li Likert tipi ölçek özelliği göstermektedir sistemine sahip bir ölçüm aracıdır. Katılımcılar, her maddeyi hiçbir zaman (1) ile her zaman (5) aralığında puanlamaktadır. Ölçekten elde edilebilecek toplam puan, 7 ile 35 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanların yüksek olması bireyin dijital oyun bağımlılığı düzeyinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0,72; madde toplam puan korelasyonları 0,52-0,76 olarak bulunmuştur (Irmak ve Erdoğan, 2016). Bu araştırma için yapılan güvenirlik analizinde Cronbach alfa değeri 0,87 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğe ait örnek maddeler: “Bir bilgisayar oyununu tüm gün boyunca oynamayı düşündün mü?”, “Oyun için harcadığın zamanı giderek arttırdın mı?” (Irmak ve Erdoğan, 2016).

2.3.4. Kişisel Bilgi Formu

Bu çalışmada kullanılan kişisel bilgi formu, araştırmacılarca hazırlanmıştır. Kişisel bilgi formunda katılımcıların yaş, cinsiyet gibi farklı demografik bilgilerini toplamak amaçlanmıştır.

2.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırma verileri, yüz yüze görüşmeler ve Google Form aracılığıyla elde edilmiştir. Toplanan verilerin analiz etmek için SPSS 23.0 programı kullanılmıştır. George ve Mallery (2003), normallik varsayımında çarpıklık ve basıklık değerinin “+2 ile -2” arasında olmasının ölçeğin normal dağıldığını gösteren bir ifade olduğunu belirtmişlerdir. Yapılan normallik analizlerinde travma sonrası stres, internet bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı değişkenlerinin normal dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Analizler sırasında, değişkenler arası ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson Korelasyon Katsayısı uygulanmıştır. Sürekli değişkenlerde iki grup arası farklılıkların belirlenme-

sinde Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Ayrıca, değişkenlerin birbirini yordama durumunu belirlemek amacıyla Basit Doğrusal Regresyon Analizi gerçekleştirilmiştir.

3. Bulgular

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	P
Travma Sonrası Stres	Kız	116	37,50	126,11	14628,50		
	Erkek	101	29,06	89,35	9024,50	3873,500	,000*
	Total	217					
İnternet Bağımlılığı	Kız	116	32,44	111,88	12978,00		
	Erkek	101	31,12	105,69	10675,00	5524,000	,469
	Total	217					
Dijital Oyun Bağımlılığı	Kız	116	12,91	98,60	11437,50		
	Erkek	101	14,38	120,95	12215,50	4651,500	,009*
	Total	217					

*p<0.05

Tablo 1. Ergenlerin Deprem Sonrası Travma Sonrası Stres, İnternet Bağımlılığı ve Dijital Oyun Bağımlılığı Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına Yönelik Mann Whitney U Testi Bulguları

Tablo 1'e göre, travma sonrası stres ve dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ile cinsiyet arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Kızların travma sonrası stres düzeyleri ($X=37,50$), erkeklerin travma sonrası stres düzeylerinden ($X=29,06$) anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Ayrıca, erkeklerin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ($X=14,38$), kızların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinden ($X=12,91$) anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür ($p<0,05$).

	Tanı	N	$\bar{X}$	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p
Trav- ma Son- rası Stres	Evet	11	51,63	185,18	2037,00	295,000	,000*
	Ha- yır	206	32,12	104,93	21616,00		
	Top- lam	217					
İnter- net Ba- ğımlı- lığı	Evet	11	45,81	156,64	1723,00	609,000	,010*
	Ha- yır	206	31,08	106,46	21930,00		
	Top- lam	217					
Di- jital Oyun Ba- ğımlı- lığı	Evet	11	17,00	118,50	1303,50	1028,500	,605
	Ha- yır	206	13,41	108,49	22349,50		
	Top- lam	217		185,18			

*p<0.05

Tablo 2. Ergenlerin Deprem Sonrası Travma Sonrası Stres, İnternet Bağımlılığı ve Dijital Oyun Bağımlılığı Puanlarının Daha Önce Psikiyatrik Tanı Almasına Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Yönelik Mann Whitney U Testi Bulguları

Tablo 2'ye göre ergenlerin travma sonrası stres ve internet bağımlılığı düzeyleri ile psikiyatrik tanı almaları arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Daha önce psikiyatrik tanı alan ergenlerin travma sonrası stres düzeylerinin (=51,63) tanı almayan ergenlerin stres düzeylerine (=32,63) göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu ($p<,05$); psikiyatrik tanı alan ergenlerin internet bağımlılığı düzeylerinin (=45,81), tanı almayan ergenlerin internet bağımlılığı düzeylerinden ($X=31,08$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu ($p<,05$) belirlenmiştir.

Değişkenler	Travma S. Stres	İnternet Bağımlılığı	D. Oyun Bağımlılığı
Travma S. Stres	1		
İnternet Bağımlılığı	,329**	1	
D. Oyun Bağımlılığı	,255 **	,609**	1

**p<0.01

Tablo 3. Ergenlerin Travma Sonrası Stres, İnternet Bağımlılığı ve Dijital Oyun Bağımlılığı Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Tablo 3'te sunulan verilere göre, katılımcıların travma sonrası stres düzeyleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki incelendiğinde, ergenlerin travma sonrası stres düzeyleri ile internet bağımlılığı seviyeleri arasında pozitif yönlü ve orta derecede bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r = ,329$, $p < .05$). Ayrıca, travma sonrası stres düzeyleri ile dijital oyun bağımlılığı seviyeleri arasında pozitif yönlü ancak daha zayıf bir ilişki tespit edilmiştir ($r = ,255$, $p < .05$). Bununla birlikte, internet bağımlılığı ile dijital oyun bağımlılığı seviyeleri arasındaki ilişkinin pozitif yönlü ve güçlü olduğu saptanmıştır ($r = ,609$, $p < .05$). Buna göre depremden etkilenen ergenlerin gösterdikleri travma sonrası stres düzeyleri ve dijital oyun bağımlılığı düzeyleri arttıkça internet bağımlılığı düzeyleri de artmaktadır.

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	R ²	β	T	p	F
Travma Sonrası Stres	İnternet Bağımlılığı	,109	,329	5,116	,000*	26,177

Tablo 4. Ergenlerin Travma Sonrası Stres Düzeylerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerini Yordayıp Yordamadığına Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi

Tablo 4'e göre ergenlerin travma sonrası stres düzeylerinin internet bağımlılığının yordayıp yordamadığına bakıldığında; bağımsız değişken olan travma sonrası stres düzeyinin bağımlı değişken olan internet bağımlılık düzeyleri-

ni anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmaktadır ($R^2=.109$ $F=26.177$, $p<.001$). Travma sonrası stres düzeyi internet bağımlılığı üzerindeki varyansın %10,9'unu açıklamaktadır.

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	R ²	β	T	p	F
Travma Sonrası Stres	İnternet Bağımlılığı	,065	,255	3,860	,000*	14,898

Tablo 5. Ergenlerin Travma Sonrası Stres Düzeylerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeylerini Yordayıp Yordamadığına Yönelik Basit Doğrusal Regresyon Analizi

Tablo 5'e göre ergenlerin travma sonrası stres düzeylerinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerini yordayıp yordamadığına bakıldığında; bağımsız değişken olan travma sonrası stres düzeyinin bağımlı değişken olan dijital oyun bağımlılığı düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmaktadır ($R^2=.065$ $F=14.898$, $p<.001$). Travma sonrası stres düzeyi internet bağımlılığı üzerindeki varyansın %6,5'ini açıklamaktadır.

4. Tartışma

Depreme maruz kalan ergenlerde travma sonrası stres düzeyleri ile dijital oyun ve internet bağımlılığı arasında bulunan ilişkiyi incelemek amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmada, kızların travma sonrası stres düzeylerinin erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğu; kızların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin erkeklere kıyasla anlamlı derecede daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İnternet bağımlılığı düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Daha önce psikiyatrik tanı alan ergenlerin travma sonrası stres ve internet bağımlılık düzeyleri psikiyatrik tanı almayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ergenlerin daha önce psikiyatrik tanı almaları ile dijital oyun bağımlılıkları arasında anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca ergenlerin yaşadığı travma sonrası stres düzeyi ile internet bağımlılık düzeyleri arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü bir ilişki; travma sonrası stres düzeyi ile dijital oyun bağımlılığı arasında zayıf ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Ergenlerin travma sonrası stres düzeylerinin internet bağımlılığının yordayıp yordamadığına bakıldığında; travma sonrası stres düzeyinin internet bağımlı-

lılık düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı, travma sonrası stres düzeyinin internet bağımlılığı üzerinde %10,9 etkiye sahip olduğu görülmüştür. Ergenlerin travma sonrası stres düzeylerinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerini yordayıp yordamadığına bakıldığında ise travma sonrası stres düzeyinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı, travma sonrası stres düzeyi internet bağımlılığı üzerinde %6,5 etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Depreme maruz kalan ergenlerde travma sonrası stres düzeyleri ile dijital oyun ve internet bağımlılığı arasında bulunan ilişkiyi incelemek amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada, kızların travma sonrası stres düzeylerinin erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Bu farkın olası nedenleri arasında toplumsal cinsiyet rollerinin etkisi ve erkeklerin zor yaşam koşullarına karşı kızlara göre daha dirençli olabileceği düşünülmektedir. Aynı zamanda erkeklerin sosyal destek yönünden daha avantajlı olması da travmatik yaşantının etkilerini daha hızlı atlatmakta etkili olabilmektedir (Kurt ve Gülbahçe, 2019). Alan yazına bakıldığında bulgularımızla paralel olarak kadınların erkeklere oranla travma sonrası strese daha yatkın olduğuna yönelik benzer çalışmalara rastlanmıştır (Kurt ve Gülbahçe, 2019; Christiansen ve Berke, 2020; Aydın vd., 2022).

Gerçekleştirilen analizler sonucunda, kızların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin erkeklere kıyasla anlamlı derecede daha düşük olduğu bulunmuştur. Bu durumun olası nedenlerinden biri, erkeklerin bilgisayar oyunlarına olan ilgisinin kızlara oranla daha yüksek olmasıdır (Şimşek ve Yılmaz, 2020). Nitekim, bu alanda yapılan çeşitli araştırmalar da benzer sonuçlara ulaşarak, erkeklerin dijital oyun bağımlılığı seviyelerinin kızlara göre daha fazla olduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular, cinsiyete bağlı farklılıkların dijital oyun oynama alışkanlıkları üzerinde önemli bir etkisi olduğunu göstermektedir (Gökçeşarlan ve Durakoğlu, 2014; Şimşek ve Yılmaz, 2020; Kurtbeyoğlu, 2018; Ekinci vd., 2016; Göldağ, 2018; Şen, 2023). Erkeklerin kızlara kıyasla dijital oyunları daha çok oynamaları oyunların savaş, araba yarışı vb. içeriklerde olması ve erkeklerde daha fazla dikkat uyandıran içeriklere sahip olarak tasarlanmasından kaynaklı olabileceği düşünülebilir. Ayrıca toplumsal cinsiyet rollerinden kaynaklı, kızlar daha fazla ev işlerinde rol aldıkları için erkeklere kıyasla dijital oyunlara daha az vakit ayırabildikleri düşünülmektedir.

Depremi yaşayan ergenlerde travma sonrası stres ve internet bağımlılığı düzeyleri ile psikiyatrik tanı almaları arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Ulaşılan bulguya göre daha önce psikiyatrik tanı alan ergenlerin travma sonrası stres ve internet bağımlılık düzeyleri psikiyatrik tanı almayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Karaman ve Yastıbaş'a (2021) göre psikolojik tanı almış olan kişilerin travma sonrası stres düzeyleri de yüksek bulunmuştur. Bunun nedeni olarak psikolojik rahatsızlığı bulunan kişilerin psikolojik dayanıklılıklarının daha düşük olması ve dayanıklılığın düşük olmasının travmatik yaşantı sonrası yaşanan strese daha açık olmayı beraberinde getirdiği belirtilmektedir. Yapılan araştırmalar benzer sonuçları doğrulamaktadır (Baştuğ ve Aslantaş, 2021; Karaman ve Yastıbaş, 2021; Fernandes vd., 2020). Ayrıca psikiyatrik tanı almış kişilerin internet bağımlılığı düzeylerinin yüksek olmasının nedeni olarak; psikiyatrik tanı almış kişilerin strese daha meyilli olabilmelerinden kaynaklı internete bağlandıkları zaman diliminde stresten uzaklaşma ve psikolojik rahatlama sağladıkları düşünülebilir.

Deprem sonrasında ergenlerin yaşadığı travma sonrası stres düzeyleri ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu; travma sonrası stres düzeyleri ile dijital oyun bağımlılığı arasında, zayıf ve pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu bulgular, travmatik deneyimlerin ergenlerin dijital medya kullanım alışkanlıkları üzerindeki etkisini ortaya koymakta ve özellikle internet bağımlılığı ile daha güçlü bir bağlantı içinde olduğunu göstermektedir. Literatürde benzer sonuçlara ulaşan araştırmalar mevcuttur. Geçmişte travmatik yaşantıya maruz kalmış olan bireylerle yapılan farklı araştırmalarda; travmaya maruz kalmış kişilerin internet kullanım düzeylerinin travmatik yaşantı geçirmemiş olan bireylere göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Schimmenti vd., 2017; Budak vd., 2022). Cui ve Chi'nin (2021) çalışmasına göre, travma sonrası stres yaşayan bireyler, sorunlu telefon kullanımı gibi davranışsal bağımlılıklara daha yatkın olup, uyumsuz başa çıkma stratejileri sergileyebilirler; bu durumda telefon ve internet, olumsuz duygulardan kaçış aracı olarak kullanılabilir (Lee vd., 2017; Cui ve Chi, 2021).

Ergenlerin travma sonrası stres düzeylerinin internet bağımlılığının yordayıp yordamadığına bakıldığında; travma sonrası stres düzeyinin internet bağımlılık düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı, travma sonrası stres düzeyinin

internet bağımlılığı üzerinde %10,9 etkiye sahip olduğu görülmüştür. Ergenlerin travma sonrası stres düzeylerinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerini yordayıp yordamadığına bakıldığında ise travma sonrası stres düzeyinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı, travma sonrası stres düzeyi internet bağımlılığı üzerinde %6,5 etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre travma sonrası stres yaşayan ergenlerin ileriye yönelik internet ve dijital oyun bağımlılığı geliştirebileceği yorumunu yapmak mümkün olmaktadır. Araştırma bulgularına benzer olarak, Schimmenti vd. (2017) tarafından yapılan araştırmada geçmişte travmatik yaşantıya maruz kalmanın ilerde internet bağımlılığı riskini arttırabileceği sonucuna ulaşılmıştır. İnternete bağlanma ve dijital oyunlar oynamanın, kişiler için stresten ve günlük yaşamın zorluklarından kaçış olarak görülebildiği düşünülmektedir. Buna göre travmatik yaşantılar sonrası açığa çıkan yoğun stresten kaçış için, kişilerin internet ve dijital oyunlara daha çok vakit ayırdıkları; bunun sonucunda internet ve dijital oyun bağımlılıklarına daha açık hâle gelebilecekleri düşünülmektedir.

Bu araştırma, özellikle ergenlik dönemi gibi yaşamın kritik evresinde deprem gibi travmatik bir yaşantıya maruz kalan bireylerin internet ve dijital oyun bağımlılığı yönünden nasıl etkilendiğine ışık tutması açısından önemlidir. Daha önce bu yönde yapılmış benzer bir çalışmanın bulunmaması bu araştırmanın güçlü yönleri arasındadır.

5. Sonuç ve Öneriler

Doğal afetlerin bilinmezliği ve yıkıcı etkisi kişilerde travma yaratabilmektedir. Özellikle deprem gibi büyük felaketler kişilerin psikolojik sağlıklarını etkileyebilmekte, kimi zaman da travma sonrası stres bozukluğu gibi kişinin yaşamında olumsuz etkiler yaratmaktadır. Ergenlikle birlikte bireylerde psikolojik, bilişsel, sosyal anlamda değişimler meydana gelmekte ve hızlı değişimin yaşandığı bu dönemde ergenler strese daha meyilli hâle gelebilmektedir. Travma yaşantısı sonrası ergenler, diğer gelişim evrelerinde bulunan bireylere göre daha olumsuz etki altında kalabilmektedir. Bu çağda hâlihazırda internet ve dijital dünyaya açık olan ergenler, travma sonrası streslerini azaltmak ve olumsuz duygulardan kaçmak adına daha fazla dijital bağımlılık göstermektedir.

Kadınların, erkeklere oranla travma sonrası strese daha meyilli olabileceği farklı araştırmaların sonuçları arasındadır. Ergenlik döneminde de depresyon gibi travmatik yaşantı sonrası yaşanan stresin kızlarda erkeklere nazaran daha yüksek olabildiği görülmektedir. Ancak travma sonrası ortaya çıkan dijital oyun bağımlılığı düzeyleri incelenecek olursa; ergenlik dönemindeki erkeklerin, kızlara kıyasla daha fazla dijital oyun bağımlılığı gösterebildiği sonucuna ulaşılmıştır.

Tüm bu sonuçlar ışığında alan yazın incelendiğinde ülkemizde ve dünyada depresyon gibi bir doğal afetin neden olduğu travma sonrası stres düzeyinin dijital oyun ve internet bağımlılığı ile ilişkisine yönelik çalışmaların sayıca az olduğu görülmüştür. Bu araştırma alana katkı sağlayacak olup farklı yaş grubunda bulunan, farklı özelliklere sahip ve farklı travmatik yaşantılara maruz kalmış bireylerle yapılacak farklı çalışmalara da ihtiyaç duyulmaktadır. Büyük travmalar sonrası ergenler, travma sonrası stres yaşadıkları ve teknolojik bağımlılıklara daha meyilli oldukları için sosyal ve psikolojik anlamda desteklenmeye ihtiyaç duymaktadır. Özellikle ruh sağlığı çalışanları, okul psikolojik danışmanları ve psikologlara; ergenleri travma sonrası stres ve bağımlılıkla mücadele kapsamında desteklemeye yönelik atölyeler, eğitimler ve danışma oturumları planlamaları önerilebilir. Ayrıca depresyon gibi yaşantılar toplumun ortak sorunu olmasından kaynaklı, bakanlıklar tarafından kişilerin ruh sağlığını desteklemeye yönelik farklı çalışmalar planlanabilir.

Çıkar Çatışması Beyanı

Makale yazarları herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan etmiştir.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı

Yazarlar makaleye %50 (1. Yazar), %50 (2. Yazar) oranında katkı sağlamış olduklarını beyan ederler.

Etik Kurul İzni

Bu araştırma, Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Bilimsel Etik Değerlendirme Kurulu'nun 20.04.2023 tarihli ve 506623 sayılı kararı ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

Kaynakça

- Adanalı, R., Yıyın, F. T. ve Özenel, N. (2022). Ortaokul öğrencilerinin afet bilinci. *International Journal of Geography and Geography Education*, (47), 56-81.
- American Psychiatric Association, A. P., & American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-IV* (Vol. 4). Washington, DC: American psychiatric association.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.
- Arslan, A., Kırık, A. M., Karaman, M. ve Çetinkaya, A. (2015). Lise ve üniversite öğrencilerinde dijital bağımlılık. *UHİVE: Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 8(8), 34- 58.
- Aydın, H., Reisoğlu, S. ve Aydın, B. (2022). Kovid-19 Pandemisi Sürecinde Bireylerin Travma Sonrası Stres Belirtileriyle Öz-Anlayış Düzeyleri ve Duygusal Şemaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Mavi Atlas*, 10(2), 438-452.
- Baştuğ, Ö. F. ve Arslantaş, H. (2021). Lise Öğrencisi Ergenlerde Travma Sonrası Stres Belirtileri ve İlişkili Faktörler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(Ek 1), 110-121.
- Bayraktar, F. (2001). İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü. [Yayınlanmamış Doktora Tezi]. İzmir. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Branquinho, C., Kelly, C., Arevalo, L. C., Santos, A., & Gaspar de Matos, M. (2020). "Hey, we also have something to say": A qualitative study of Portuguese adolescents' and young people's experiences under COVID-19. *Journal of community psychology*, 48(8), 2740-2752.
- Budak, M. İ., Akarsu, Ö., Okanlı, A., ve Adıgüzel, V. (2022). Üniversite Öğrencilerinde Travmatik Yaşantılar, Agresyon ve İnternet Bağımlılığı. *Bağımlılık Dergisi*, 23(4), 502-510.
- Ceyhan, E. (2008). Ergen ruh sağlığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(2), 109-116.
- Chen, J., Zhou, X., Zeng, M., & Wu, X. (2015). Post-traumatic stress symptoms and post-traumatic growth: Evidence from a longitudinal study following an earthquake disaster. *PLoS One*, 10(6), e0127241.
- Christiansen, D. M., & Berke, E. T. (2020). Gender- and sex-based contributors to sex differences in PTSD. *Current Psychiatry Reports*, 22(19), 1-9. doi. org/10.1007/s11920-020-1140-y.
- Cui, X., & Chi., X. (2021) The relationship between social support and internet addiction among Chinese adolescents during the COVID-19 pandemic: A multiple mediation model of resilience and post-traumatic stress disorder symptoms. *Psychol Res Behav Manag*, 14, 1665-1674.
- Çeri, V., Hamidi, F., Çakır, B., Bilaç, Ö., İz, M., İz, F. B. A., & Aydemir, Ö. (2021). Child Revised Impact of Event Scale (CRIES): Validity and Reliability Study of Turkish Version Revize Edilmiş Çocuk Olayın Etkisi Ölçeği (CRIES): Türkçe Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması.

- Çoban, M., Sözbilir, M. ve Göktaş, Y. (2017). Deprem deneyimini yaşamış kişilerin deprem öncesi hazırlık algılarının belirlenmesi: Bir durum çalışması. *Doğu Coğrafya Dergisi*, 22(37), 113-134.
- Dai, W., Chen, L., Lai, Z., Li, Y., Wang, J., & Liu, A. (2016). The incidence of post-traumatic stress disorder among survivors after earthquakes: a systematic review and meta-analysis. *BMC psychiatry*, 16, 1-11.
- Dalbudak, E., Evren, C., Aldemir, S. ve Evren, B. (2014). The severity of Internet addiction risk and its relationship with the severity of borderline personality features, childhood traumas, dissociative experiences, depression and anxiety symptoms among Turkish university students. *Psychiatry research*, 219(3), 577-582.
- Demirci, H., Bilge, Y., Emiral, E. ve Şen, S. (2024). Enhancing recovery in post-earthquake adolescents: examining the impact of a psychoeducational intervention on traumatic stress symptoms and coping strategies. *Current Psychology*, 43(33), 26983-26996.
- Devkota, S.P. & Bagale, S. (2016). Post-traumatic stress disorder after earthquake and its impact on education in Nepal, Asia & The Pacific.
- Ekinci, N. E., Yalçın, İ., Özer, Ö. ve Kara, T. (2017). An investigation of the digital game addiction between high school students. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 4989-4994. doi:10.14687/jhs.v14i4.4936.
- Fernandes B., Biswas U.N., Tan-Mansukhani R., Vallejo A., & Essau C.A. (2020). The impact of COVID-19 lockdown on internet use and escapism in adolescents. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 7, 59-65.
- Filazoğlu-Çokluk, G. (2023). Depremin psikolojik etkileri ve travma sonrası stres bozukluğu. *Sosyal, İnsan ve İdari Bilimlerde Öncü ve Çağdaş Çalışmalar* (s.1335-1350), İzmir: Duvar Yayınevi.
- Gentile, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: a national study. *Psychological Science*, 20(5), 594-602.
- George, D., & Mallery, P. (2003). *Frequencies SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Gökçearslan, Ş. ve Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(14), 419-435.
- Göldağ, B. (2018). Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin demografik özelliklerine göre incelenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1287-1315.
- Griffiths, M. D. (2010). The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8, 119-125.
- Harville, E. W., Jacobs, M., & Boynton-Jarrett, R. (2015). When is exposure to a natural disaster traumatic? Comparison of a trauma questionnaire and disaster exposure inventory. *PLoS One*, 10(4), e0123632.
- Hobfoll, S.E. (1998). *Stress culture and community*, Plenum Press, New York.

- Hua, Y., Wang, W., Shi, J., Wang, H., Xu, K., Shi, G., & Lu, C. (2023). Childhood trauma and internet addiction among Chinese adolescents: The mediating role of coping styles. *Current Psychology*, 42(19), 16507-16517.
- Irmak, A. Y., ve Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*.
- Kadıoğlu, M. (2008). Modern, Bütünleşik Afet Yönetiminin Temel İlkeleri, Sayı1. JICA Türkiye Ofisi.
- Kaplan, N. (2016). Ortaokul öğrencilerinde internet bağımlılık düzeylerinin sağlık üzerine etkilerinin incelenmesi [Master's thesis]. İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Karabulut, D. ve Bekler, T. (2019). Doğal afetlerin çocuklar ve ergenler üzerindeki etkileri. *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, 5(2), 368-376.
- Karaman, İ. G. Y. ve Yastıbaş, C. (2021). Covid-19 Pandemisinde Görev Yapan Sağlık Çalışanlarında Depresyon, Anksiyete ve Travma Sonrası Stres Belirtlerinin Sosyodemografik ve Mesleki Değişkenler ile İlişkisi Nasıldır?. *Van Tıp Dergisi*, 28(2).
- Karasar, N. (2020). Bilimsel araştırma yöntemi (35. bs). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kardefelt-Winther D. (2014). The moderating role of psychosocial well-being on the relationship between escapism and excessive online gaming. *Computers in Human Behavior*, 38, 68-74. doi:10.1016/j.chb.2014.05.020.
- Kayış, L. ve Ayas, T. (2024). Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ile akademik erteleme arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 11(1), 30-68.
- Keating, D.P. (2012). Cognitive and Brain Development in Adolescence. *Enfance*, 3(3):267- 79.
- Kessler, R.C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K.R., & Walters, E.E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the national comorbidity survey replication, *Arch Gen Psychiatry*, 62, 593-602.
- Kılıç, S. (2013). Örneklem yöntemleri. *Journal of Mood Disorders*, 3(1), 44-6.
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2019). Video game monetization (eg, 'loot boxes'): A blueprint for practical social responsibility measures. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(1), 166-179.
- Kovačić-Petrović, Z., Peraica, T., Blažev, M., & Kozarić-Kovačić, D. (2023). Association between problematic Internet use and specific Internet activities and COVID-19-and earthquake-related stress, anxiety, and depression symptoms among Croatian young adults. *Frontiers in psychiatry*, 14, 1227182.
- Kurt, E. ve Gülbahçe, A. (2019). Van depremini yaşayan öğrencilerin travma sonrası stres bozukluğu düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(3), 957-972. <https://dergipark.org.tr/en/pub/ataunisobisbil/issue/49603/617188>
- Kurtbeyoğlu, Ş. (2018). Ortaokul Öğrencilerinin Demografik Özelliklerinin Oyun Bağımlılığı ile İlişkisi [Yüksek lisans tezi]. Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.

- Lee, J. Y., Kim, S. W., Kang, H. J., Kim, S. Y., Bae, K. Y., Kim, J. M. & Yoon, J. S. (2017). Relationship between problematic internet use and post-traumatic stress disorder symptoms among students following the Sewol ferry disaster in South Korea. *Psychiatry investigation*, 14(6), 871.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media psychology*, 12(1), 77-95.
- Nakajima, Ş. (2012). Deprem ve sonrası psikolojisi. *Okmeydanı Tıp Dergisi*, 28(2), 150-155.
- National Institute of Mental Health (2023, Mayıs). Post-Traumatic Stress Disorder. <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/post-traumatic-stress-disorder-ptsd>.
- Potas, N., Açıkalın, Ş. N., Erçetin, Ş. Ş., Koçtürk, N., Neyişçi, N., Çevik, M.S. ve Görgülü, D. (2022). COVID-19 döneminde ergenlerin teknoloji bağımlılığı: Tutumun farkındalık ve davranış üzerindeki aracı etkisi. *Güncel Psiko- loji*, 41 (4), 1687-1703.
- Schimmenti, A., Passanisi, A., Caretti, V., La Marca, L., Granieri, A., Iacolino, C., ... & Billieux, J. (2017). Traumatic experiences, alexithymia, and Internet addiction symptoms among late adolescents: A moderated mediation analysis. *Addictive behaviors*, 64, 314-320.
- Şen, İ. (2023). Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı: Kırıkkale lise öğrencileri üzerine bir araştırma [Master's thesis]. Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.
- Şimşek, E. ve Yılmaz, T. K. (2020). Türkiye'de yürütülen dijital oyun bağımlılığı çalışmalarındaki yöntem ve sonuçların sistematik incelemesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(4), 1851-1866.
- Taş, İ. ve Güneş, Z. (2019). 8-12 yaş arası çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı, aleksitimi, sosyal anksiyete, yaş ve cinsiyetin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi-Turkish Journal Of Clinical Psychiatry*.
- Taş, İ. (2015). Psikolojik belirtileri azaltmaya yönelik psiko-eğitim programının ergenlerde internet bağımlılığına etkisi [Yayınlanmamış doktora tezi]. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Young, K. S. (1996) Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. Paper presented at the 104th annual convention of the American Psychological Association, Toronto, Canada.
- Yuan, G., Elhai, J. D., & Hall, B. J. (2021). The influence of depressive symptoms and fear of missing out on severity of problematic smartphone use and Internet gaming disorder among Chinese young adults: A three-wave mediation model. *Addictive Behaviors*, 112, 106648.
- Zara, A. (2011). Krizler ve travmalar. Yaşadıkça psikolojik sorunlar ve başa çıkma yollarının içinde (Zara A., Ed.). 91-121. İstanbul. İmge Kitabevi Yayınları.
- Zhou, X., Zhen, R., & Wu, X. (2018). Trajectories of problematic internet use among adolescents over time since Wenchuan earthquake. *Computers in Human Behavior*, 84, 86-92.

