

ÖZEL EĞİTİM KURUMLARINDAKİ BEDENSEL ENGELLİ ÖĞRENCİLERİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Yrd. Doç. Dr. Ali KORKMAZ

ÖZET

Günümüzde teknolojik gelişmeler hızlı bir şekilde artmakta ve aynı hızla yaşamımızın her alanına girmektedir. Özellikle bilgisayar ve internet günlük hayatın vazgeçilmezleri arasındadır. Bilgisayar ve internet kullanımı, bilgiye anında ulaşabilme, bilgi paylaşımı, haberleşme, alışveriş, banka işlemleri gibi yaşamımızda birçok kolaylıklar sağlamaktadır. Birçok kolaylık sağlarken aşırı kullanmaktan kaynaklanan birçok sorunu da beraberinde getirmektedir. İnternet, özellikle okul çağındaki çocukların psikolojik ve bedensel gelişimlerini, sosyal ilişkilerini olumsuz yönde etkilemektedir. Aşırı internet/bilgisayar kullanımı bireyin hem eğitim hem de kişisel gelişimini olumsuz yönde etkilemekte, kişiyi bağımlı hale getirmektedir. Bu bağlamda da ortaya çıkan “bağımlılık” kavramının tanımının iyi yapılarak, nedenlerinin, belirtilerinin ve çözüm önerilerinin ortaya konulması önem taşımaktadır.

İnternet günümüzün en önemli iletişim araçlarından birisidir. Gelişen teknolojilerle evden, okuldan, iş yerinden, sokaktan internete bağlanmak kolaylaşmıştır. Genç nüfusa sahip Türkiye’de internet kullanımı, dünyadaki birçok ülkeden fazladır. İnternette aşırı zaman harcama artık tedavi edilmesi gereken önemli bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Tüm dünyada olduğu gibi Türkiye’de de internet bağımlılarının tedavi gördüğü klinikler açılmaktadır. Bu çalışma, Kayseri’de özel eğitim veren okullardaki bedensel engelli öğrencilerin internet bağımlılığını ölçmek amacıyla yapılmıştır. Bedensel engelli çocukların fazla hareket edebilme olanağı olmadığı için internet onlar için önemli bir zaman geçirme aracı olmaktadır. Bedensel engelli öğrencilerin internet bağımlılığını ölçmek amacıyla anket çalışması, yapılmıştır. Çalışmada öğrencilerin, internette kalış süreleri, internette olmadıkları zaman ki psikolojik durumları, aile ve arkadaşlarıyla ilişkileri, çalışma ve okul performansına etkileri, okul ödevlerine, notlarına etkileri ölçülmüştür. Elde edilen veriler tablo haline getirilerek yorumlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, İnternet Bağımlılığı, Bedensel Engelli, Sosyalleşme.

GİRİŞ

Teknolojik gelişmeler bir yandan insanların hayatını kolaylaştırırken, diğer yandan yeni sorunlar yaratmaktadır. Yeni iletişim teknolojilerinden internet, insan hayatının vazgeçilmezleri arasındadır. Özellikle genç nüfusun yoğun ilgi gösterdiği internet, son yıllarda yeni bir bağımlılık türünün de ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu bağımlılık, bilgisayar bağımlılığı, aşırı internet kullanma veya internet bağımlılığı olarak literatürde yer almıştır. İlk başlarda gelişmiş batılı ülkelerde görülen internet bağımlılığı, internetin tüm dünyada yaygınlaşmasıyla birlikte, hemen hemen her ülkenin gündemine girmiştir. İnternet kullanmaya sınır getirememeye, internetten uzak kalınca agresifleşme ve günlük rutin işleri aksatmayla başlayan bu bağımlılık, özellikle on sekiz yaş altı gençleri olumsuz etkilemektedir. Genç bir nüfusa sahip olan ve on yedi milyondan fazla öğrencinin eğitim gördüğü Türkiye için de internet bağımlılığı, ciddi bir risk teşkil etmektedir.

İnternetin ortaya çıkış amacı insanların hayatını kolaylaştırmak ve iletişimi artırmaktır. Fakat internetin hızlı gelişmesi, birçok sorunu beraberinde getirmiştir. Aşırı internet kullanımı insanların uyku düzenini bozmuş, çalışan insanların işyeri performansını, öğrencilerin ise ödev ve notlarını etkilemiştir. İnternetten uzak kalındığında ise sınırlı ve huysuz olma haline dönüşen bu durum, bağımlılık belirtileridir. Aşırı internet kullanımı, özellikle bilinçli olmadıkları için çocuklarda daha yoğun olarak görülmekte ve eğitimlerini, aile-arkadaş ilişkilerini, ruhsal ve fiziksel gelişmelerini olumsuz etkilemektedir.

Çalışmada bağımlılık kavramına, internet bağımlılığı kavramına, internet bağımlılığının belirtilerine, internet bağımlılığı ile ilgili sorunlara ve Türkiye’de internet bağımlılığı konularına değinilmiştir. Kayseri’deki Kocasinan Anadolu Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi ve Empati Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi’ndeki bedensel engelli öğrencilerle anket çalışması yapılmıştır. Ankette, BATEM’in (Bağımlılık Tanı ve Tedavi Merkezi) İnternet Bağımlılığını Değerlendirme Ölçeği kullanılmış ve öğrencilerin internet bağımlılığı ölçülmüştür.

BAĞIMLILIK KAVRAMI

Bağımlı, başka bir şeyin istemine, gücüne veya yardımına bağlı olan kişidir (TDK, 1998: 193). Bağımlılık, yaşamımızı veya sağlığımızı olumsuz etkilemesine karşın herhangi bir şeyin kullanımına devam edilmesidir. İrade ve isteğimizin değil bağımlısı olduğumuz şeyin davranışlarımızı kontrol etmesidir. İnsan düşünebilen bir canlıdır. Acı ve zarar veren şeylerden içgüdüsel olarak kaçır. Fakat yapmaktan ve kullanmaktan mutlu olduğu alışkanlıklarını bırakamaz ya da çok zor bırakır. Bağımlılık bir kez geliştikten sonra, bir daha iyileşmez ve kişinin yaşamı boyunca onunla beraber gelir

Bağımlılık bir davranış biçimidir. Bir tür hastalık olarak değerlendirilmektedir. İnsanlar, bağımlı olduğu şeyden uzaklaştıkça ruhsal sorunlar yaşamaktadır. Bunlar arasında sıkıntı, huysuzluk, mutsuzluk, depresyon, hiçbir şeyden zevk almama yer almaktadır. Kişi arkadaşlarıyla, ailesiyle ilişkilerini azaltır, toplumdaki uzaklaşır, okul ve iş başarıları düşer. Ancak tüm bunlara rağmen, bazı mazeretlere sığınır ve kullanmaya devam eder. Bağımlı kişi, zamanının çoğunu bağımlı olduğu işle geçirir. Hayatının tek amacı bağımlılıklarıdır. Başka şeyler onun için anlamını yitirir. Kişi bağımlı olduğunun farkına varamaz (Özerkmen, 2011: 74).

İnternet Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı, internet bağımlılığı bozukluğu, kompulsif (zorlayıcı) internet kullanımı, bilgisayar bağımlılığı, internet bağımlılığı ve sorunlu internet kullanımı terimlerinin tamamı, internette aşırı zaman harcama halini anlatır. Obsesif (saplantılı) davranışlar, özellikle aşağıdaki alanlarda kendini gösterir (dorset.police.uk):

İlişkiler: Arkadaşlarıyla veya ailesiyle yüz yüze iletişim kurmak yerine sohbet odalarında (chat rooms) sanal arkadaşlarla aşırı zaman harcama durumu

Para: Zorlayıcı çevrimiçi kumar, çevrimiçi ticaret ve çevrimiçi açık artırmalara katılma

Bilgi arama: Saplantılı web sörfü veya veri tabanı arama

Oyunlar: Saplantılı bilgisayar oyunları ve çok katımlı oyunlar oynama.

Cinsellik: Yetişkin sohbet odaları, internet üzerinden siber seks veya pornografi bağımlılığı

Amerikan Psikiyatri Birliği'nin 1995 yılında yayınladığı, Mental Bozuklukların Tanı ve İstatistikleri kitabında (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-Fourth Edition (DSM-IV) patolojik kumar oyunları için kullanılan bağımlılık modeli, internet bağımlılığı içinde uygun olduğu görülmüştür. Böylece Young (1996), bu modeli geliştirerek, internet bağımlıları için 8 maddelik bir anket haline getirmiştir. Young'ın internet bağımlıları için geliştirdiği ölçek şu şekildedir (Young, 1996: 238):

1. İnternet ile ilgili aşırı meşgul olma hali (önceki internet etkinliğini veya sonraki internet oturumunu düşünmek)
2. Gittikçe artan miktarlarda internet kullanma ihtiyacı
3. İnternet kullanımını azaltmak, durdurmak veya kontrol etmeye yönelik başarısız girişimlerde bulunma
4. İnternet kullanımının azaltmak veya durdurmaya çalışırken huzursuz, depresif ve huysuz olma hali.

5. Başlangıçta olduğundan daha uzun süre internete bağlı kalma
6. İnternetin aşırı kullanılması yüzünden ilişkiler, eğitim, iş ya da kariyer fırsatları ile ilgili sorunlar yaşama.
7. İnternete bağlı kalabilmek için aile üyelerine, terapisteye veya başkalarına yalın söyleme
8. İnternet kullanmayı sorunlardan kaçış yolu veya duyguların değişikliği (örneğin, çaresizlik, suçluluk, anksiyete, depresyon gibi).

Ayrıca Goldberg tarafından geliştirilmiş 7 maddelik DSM-IV sınıflama sistemine göre uyarlanmış bir tanı ölçeği de bulunmaktadır. Goldberg'ın İnternet Bağımlılığı İçin Tanı Ölçütleri (Öztürk ve diğ., 2007: 38), On iki aylık bir dönem içinde herhangi bir zaman ortaya çıkan aşağıdakilerin 3'ü veya daha fazlasıyla kendini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulmaya ya da sıkıntıya yol açan uygun-suz internet kullanımudur.

1. Aşağıdakilerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi.
 - a. İstenecek keyfin alınabilmesi için belirgin olarak artmış internet kullanım süresi
 - b. Sürekli olarak aynı sürelerde internet kullanımı ile alınan keyifte azalma olması
2. Aşağıda tanımlanan şekilde yoksunluk gelişmesi

Ağır ve uzun süreli internet kullanımı sonunda aşağıdakilerden en az 2 tanesinin günler içinde ortaya çıkması (1 ay içinde ortaya çıkabilir) ve kişilerin bunlardan dolayı iş, sosyal ve önemli işlevsel alanlarda sıkıntı yaşamaları.

 - a. Psikomotor ajitasyon
 - b. Bunaltı
 - c. İnternette neler olduğu hakkında takıntılı düşünceler
 - d. İnternet hakkında fanteziler ve hayal kurma
 - e. İsteyerek ya da istemeyerek tuşlara basma hareketi yapma
 - f. Bu sıkıntılı durumlardan kurtulmak için internete veya benzeri servislere bağlanma
3. İnternet kullanımı genellikle planlandığından daha uzun süreler alır
4. İnternet kullanımını bırakmak veya denetim altına almak için sürekli bir istek veya boşa çıkan çabalar vardır.
5. İnternet ile ilgili eylemlere çok uzun süreler ayrılır (kitap almak, yeni web tarayıcıları ve programları denemek, dosyaları düzenlemek vb.)
6. İnternet kullanımı nedeniyle önemli toplumsal mesleki etkinlikler veya boş zamanları değerlendirme etkinlikleri bırakılır veya azaltılır.

7. İnternet kullanımı, yol açtığı sorunlara (uykusuzluk, evlilik problemleri, iş ve randevulara geç kalma vb.) rağmen aşırı olarak devam eder.

İnternet bağımlılığı her yaşta ve cinsiyette görülen bir rahatsızlıktır. Yapılan bazı çalışmalarda

internet bağımlısı olarak nitelendirilebilecek hastaların oranı toplam kullanıcıların %1.98'i ile %3.5'u arasında değişmiştir. Ayrıca internet bağımlılığı açısından risk altında olabileceği düşünülen kullanıcıların oranı ise %8.68 ile %18.4 arasında bulunmuştur. En büyük risk grubu 12-18 yaş arasındaki ergenlerdir. Her iki cinsiyette de görülebilmeye rağmen erkeklerde kızlardan 2 veya 3 kat daha fazla görülmektedir. Tipik bir internet bağımlısı haftada 40-80 saat arasında bilgisayar başında kalmakta ve tek seferde hiç aralıksız 20 saate kadar bilgisayar başından kalkmayabilmektedir (Öztürk ve diğ., 2007: 39).

İnternet Bağımlılığının Belirtileri

İnternet bağımlılığı ile ilgili araştırmalar incelendiğinde; genel olarak internet kullanım şekli ve internetin neden olduğu sonuçların ele alındığı ve incelendiği görülmektedir. İnternet bağımlılığının belirtileri (Balta-Horzum, 2008; 190);

- Yalnızca bir kaç dakika harcamaya niyetli olunmasına rağmen saatler harcamaya;
- Arkadaşlarına yalan söyleme;
- Ekranın başında her oturuşta saatlerce kaldığı için fiziksel sorunlara maruz kalma;
- Sürekli olarak bir sonraki bağlanma zamanını bekleme;
- Aradığı bilgiyi bulmada hep bir adımcık kaldığını düşünme;
- İnsanlar ile internet üzerinden konuşmayı, insanlarla yüz yüze konuşmaktan daha rahat bulma;
- e-postada yeni bir şeyler var mı diye bakmak için sürekli istek duyma;
- İnternete girmek ya da internette kalmak için yemek öğünlerini, derslerini veya randevularını görmezden gelme;
- İnternetin başında bu kadar fazla zaman geçirdiği için suçluluk duyma ve hoşlanma arasında gidip gelme;
- Herkese mail adresi, sohbet odası adları ve ICQ numarası verme veya dağıtmaya çalışma;
- İnternet dışı uğraşlara ilginin kaybolması ve iş verimliliğinin düşmesi;
- İnternette çok geç saatlere bağlı kalmak yüzünden sürekli uykusuz kalma ve yorgunluk;

- Bilgisayar kullanımı nedeniyle eşler arasında anlaşmazlık ve sorun çıkması olarak ifade edilmiştir.

Kişilerin internet bağımlılığı düzeylerinin ve internet bağımlısı olup olmadıklarının ölçülmesi ile ilgili farklı ölçüm şekillerinin ve yaklaşımların bulunduğu görülmektedir. Örneğin; Young (1998) internet bağımlılığını bir testle, Cengizhan (2003) ise, bağımlılığı ifade eden maddelerden oluşan ölçek aracılığı ile ölçmeyi tercih etmiştir. Beard (2005) ölçek kullanmak ya da haftalık internet kullanım süresini dikkate almak yerine, bağımlılık ölçeklerinde yer alan soruları açık uçlu sorulara çevirerek oluşturduğu klinik görüşme formunun kullanılmasını önermektedir. Thompson (1996), kişinin kendisini internet bağımlısı hissedip hissetmediğini temel almaktadır. Brenner (1996) ise haftada 40 saatten fazla internet kullananları bağımlı olarak kabul etmektedir. İncelenen bu araştırmalar arasında en çok Young'ın internet bağımlılığı testinin kullanıldığı görülmektedir (Balta-Horzum, 2008: 191).

İnternet bağımlılığı üzerine yapılan araştırmalar sonucunda tanımlanan belirtiler Tablo 1'de (Sally, 2006) ayrıntılı olarak gösterilmektedir. Aşağıdaki tabloyu açıkla mahiyette benzer bir değerlendirmede bulunan Chou ve Hsiao'ya (2000) göre de bazı şartların oluşması durumunda insanların internet bağımlısı oldukları düşünülebilmektedir. Söz konusu koşulları sıralayacak olursak (Balci-Gülner, 2009: 8):

(1) İnternet bireylerin hayatlarındaki en önemli faaliyet halini alır ve düşünme sistemlerinde baskın bir konuma gelir;

(2) İnternet kullanımı onlarda "gerçek dünyadan kaçış" ya da başka benzer deneyimlere yol açarsa;

(3) İstenen etkiyi elde edebilmek için çok uzun çevrimiçi saatler geçirmeleri gerekirse;

(4) Çevrimdışı olduklarında kendilerini rahatsız ya da huzursuz hissederlerse;

(5) İnternet kullanımı onlar ve aileleri, öğretmenleri ya da arkadaşları arasında ve onların, diğer çalışmalara veya uykuya ayıracakları zaman ile internette harca-yacakları zaman arasında çatışmaya yol açarsa;

(6) İnternet kullanımlarını kesmeye ya da azaltmaya çalıştıkları halde bir süre sonra eski kullanım örüntülerine geri dönüyorlarsa

Tablo 1: İnternet Bağımlılığının Belirtileri (Balcı-Gülнар: 2009: 8):

GRUP	BELİRTİLER
Davranışsal Etkiler	<ul style="list-style-type: none">· Tolerans: Gözle görülür biçimde giderek artan miktarda çevrimiçi zaman geçirme ihtiyacı· Niyetlenildiğinden daha uzun ve daha sık internet kullanma· İnternetle bağlantılı etkinliklerde büyük miktarda zaman harcama· Kullanım düzeyi hakkında yalan söyleme· Zihnin süreli internetle meşgul olması· Problemlerden kaçış için internet kullanma· Muhtemelen internet kullanımından kaynaklanan sürekli bir fiziksel, toplumsal, mesleki ve psikolojik bir soruna sahip olduğunu bilmesine rağmen, kişinin internet kullanımını devam ettirmesi
Fiziksel ve Ruhsal Etkiler	<ul style="list-style-type: none">· Geri Çekilme Belirtisi: İnternet kullanımının sonuçlarını endişe içinde karşılama, internet hakkında saplantılı düşüncelere kapılma· İnternet kullanımını kontrol etme veya azaltmak için sürekli arzu duymak· Kan basıncı, kalp dolaşım sistemi, stres, hatırlama zorlukları, konsantrasyon eksikliği, baş, mide ve kas ağrıları ile görme zayıflıklarındaki artış· Durgunluk, uykusuzluk, panik atak ve kızgınlık hallerindeki artış
Sosyal Etki	<ul style="list-style-type: none">· İnternet kullanımı sebebiyle önemli sosyal, mesleki veya boş zaman etkinliklerinin terk edilmesi· İş yerinde artan bir gerilim ve rekabet sonucunda verimliliğin düşmesi· Çalışma günlerinin uzaması, boş zamanların azalması.

İnternet Bağımlılığı İle İlgili Sorunlar

Aşağıda aşırı internet kullanmanın neden olduğu sorunlar belirtilmiştir (dorset.police.uk):

- Yemek öğünlerini atlama, uyku düzeninin bozulması ve yapılacak işleri aksatma

- İnternette fazla zaman harcadıkları için günlük rutinleri, diğer çalışmaları ve sorumlulukları ihmal etme

- Aile ve arkadaşlarla ilişkileri, okul performansını etkiler

- İletişimin durumuna göre ekonomik problemler yaşama, örneğin içerikler için, kumar oynama veya abonelikler için ödemeler.

- Aşırı bilgisayar kullanmaya bağlı olarak kötü beslenme ve egzersiz azlığı sebebiyle fiziksel problemler yaşamak. Örneğin göz kuruması, Carpal Tunnel Sendromu ve sırt ağrısı.

İnternet, farklı tipte fonksiyonları temsil eden bir araçtır. Tablo 2’de internet bağımlılarının ve bağımlı olmayanlarının en çok kullandıkları internet uygulamalarının oranlarını göstermektedir (dorset.police.uk):

Tablo 2: Bağımlı ve Bağımlı Olmayanların En Çok Kullandıkları İnternet Uygulamaları

Uygulamalar	İnternet Kullanıcısı Tipi	
	Bağımlılar	Bağımsızlar
Sohbet Odaları	%35	%7
MUD’s (Multi-User Dungeons, çoklu kullanıcılar)	%28	%5
Haber Grupları	%15	%10
e-mail	%13	%30
WWW (World Wide Web)	%7	%25
Bilgi Protokolleri	%2	%24

Sonuçlar göstermektedir ki, iki grup arasında yani bağımlı ve bağımlı olmayanlar arasında internet kullanımlarında farklılıklar görülmektedir. Bağımlı olmayanlar, interneti daha çok bilgi toplamaya (e-mail, World Wide Web ve bilgi protokolleri) yönelik kullanmaktadır. Bağımlılar ise, ağırlıklı olarak sohbet odaları, MUD’s (Multi-User Dungeons=çoklu kullanıcılar), haber grupları ve e-mail gibi iki yönlü iletişimlerini tercih etmektedirler (Young, 1996: 241):

Dünyada ve Türkiye’de İnternet Bağımlılığı

ABD’de yapılan, internet bağımlılığı düzensizliği raporuna göre, internetin bağımlılık yapan ve kişilerin ilişkilerini bozan en önemli alanların başında sohbet odaları, oyun ve program indirilen siteler gelmektedir. Morahan-Martin ve Schumacher 277 kolej öğrencisi üzerinde patolojik internet kullanım olarak adlandırdıkları davranışı incelemişlerdir. Bağımlı olarak değerlendirilen kullanıcıların haftada ortalama 8.48 saat nete bağlı kaldıkları. Ayrıca bu kişilerin UCLA Yalnızlık ölçeğine göre daha yalnız kişiler olduğu bulunmuştur. Chien Chou, Ming-Chun Hsiao Tayvan’da 12 üniversite ve kolejdeki 910 geçerli sonuç veren öğrenci üzerinde yaptıkları araştırmada grubun internet kullanım oranı haftada 20-25 saat olduğunu bulmuşlardır. Bu oranlar deneklerin yaşadıkları ülkeye, toplumsal statülerine göre değişim göstermektedir (Aksoy, bagimlilik.info).

Türkiye’de bilgisayar ve internet yaygınlık oranı Avrupa ortalamasından düşük değildir. 75 milyonluk ülkede yaklaşık 25 milyon civarı Messenger kullanıcısı bulunmaktadır. MSN kullanıcılarının %50’si 35 yaşın altında ve %65’i erkek kullanıcıdır. Araştırmalara göre internet kullananlar arasındaki bağımlılık oranı %6’dır. Bu oran, Yunanistan’da %8, Güney Kore’de %12’dir. İstanbul Psikiyatri Enstitüsü ekibinin 632 kişiyle yaptığı internet bağımlılığı testinde, 55 kişi bağımlılık sınırını aşmıştır. Bu da %9’luk bir orana denk gelmektedir. Türkiye’de internet bağımlılığı artan bir sorun olarak kabul edilmektedir. TÜİK’in Nisan 2011’de gerçekleştirdiği Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonuçlarına göre Türkiye genelinde hanelerin internete erişimi %42,9’a yükselmiştir. 16-74 yaş grubundaki bireylerde internet kullanım oranıysa %45’dir (Öztürk, 2012: 8).

Yeniden Sağlık ve Eğitim Derneği tarafından 2004 yılında yapılan Gençlik Anketi araştırmasında lise öğrencilerinin yaşadıkları sorun alanlarını tespit etmek hedeflenmiştir. Araştırmaya 3483 lise II. sınıf öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerin %15,8’inin internet kullandığı, %20,6’sının bilgisayarda oyun oynadığı, %6,2’sinin internet kafeye gittiği saptanmıştır. Erkeklerin kızlara göre 4,7 kat daha fazla oyun oynadığı, 2,5 kat daha fazla orana internet kullandığı, 7,2 kat daha fazla internet kafeye gittiği bulunmuştur (Aksoy, bagimlilik.info).

AMAÇ ve YÖNTEM

Araştırmanın amacı ve önemi: Bu çalışmanın amacı, Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi’nde eğitim alan bedensel engelli öğrencilerin internet bağımlılığını ölçmek amacıyla yapılmıştır. Bu bağlamda, Kayseri’de iki Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi’nde eğitim alan öğrencilere anket uygulanmıştır. Ankette internet kullanımı, internetin ev, okul ve işlerine etkileri, aile ve arkadaş ilişkilerine etkileri, internet başında kendini nasıl hissettiği, sosyal ve ruhsal hayatına etkileri, internetsiz bir hayatın kendilerini nasıl etkileyeceği, internette ne kadar zaman geçirdikleri gibi

sorularla öğrenciler analiz edilmiştir. Türkiye’de internet bağımlılığı merkezlerinin açılması ve aşırı internet kullananların sayısının artması dikkat çekicidir. Yapılan çalışma, bu açıdan önemlidir.

Araştırmanın yöntemi: Çalışmada bedensel engelli öğrencilere anket uygulanmıştır. Demografik sorular dâhil 25 soru sorulmuştur. Araştırma, öğrencilerinin internet bağımlılığını ölçmek amacıyla yapılmıştır. Ankette, BATEM’in (Bağımlılık Tanı ve Tedavi Merkezi) İnternet Bağımlılığını Değerlendirme Ölçeği kullanılmış ve öğrencilerin internet bağımlılığı ölçülmüştür.

EVREN ve ÖRNEKLEM:

Evren: Araştırmanın evrenini, Kayseri’deki iki Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi oluşturmaktadır. Bu merkezler, Kocasinan Anadolu Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi ve Empati Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi’dir. Bu iki merkezdeki bedensel engelli öğrenciler çalışmanın evrenini oluşturmaktadır.

Örnekleme: Çalışmanın örneklemini, Kayseri il merkezindeki iki özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde eğitim alan ve çalışmaya katılmak isteyen 147 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya, 85 öğrenci Kocasinan Anadolu Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezinden, 62 öğrenci Empati Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi’nden seçilmiştir. Anket formu, 4-15 Mart 2012 tarihleri arasında iki merkezde uygulanmıştır.

BULGULAR

İki merkezdeki öğrencilerden internet kullananlara anket uygulanmıştır. Ankete katılan öğrencilerin 79’u erkek ve 68’i bayandır. Araştırma sonucu elde edilen veriler aşağıda tablolarla yorumlanmıştır.

Tablo 3: Demografik Özellikler

23. Yaş		24. Eğitim		25. Cinsiyet	
12-15 arası	69 (%47)	İlköğretim	81 (%55)	Erkek	79 kişi
16-19 arası	41 (%28)	Lise	55 (%37)	Yüzde	%53, 75
20-23 arası	21 (%14)	Üniversite	7 (%5)	Kadın	68 kişi
24 yaş ve üzeri	16 (%11)	Üniversite mez.	4 (%3)	Yüzde	%46,25

1. Planladığınızdan daha uzun süre internette kaldığınız oluyor mu? Sorusuna %28'i hiçbir zaman cevabını vermiştir. Fakat %15 ise her zaman cevabını vermiştir. Arada sırada, sık sık ve her zaman şıklarını işaretleyenlerin oranı %48'e denk gelmektedir. Bu durum, ankete cevap verenlerin yaklaşık yarısının (%48) internette, planladıkları süreden fazla internette kaldığını göstermektedir.

2. İnternete çok zaman geçirdiğinizden dolayı ev işlerini ve ev halkını ihmal ediyor musunuz? Sorusuna, %36'sı hiçbir zaman cevabını vermiştir. %9'u her zaman ve %25 ise arada sırada cevabını vermiştir. Anketten çıkan sonuçlara göre öğrenciler, internet yüzünden genelde ev işlerini ve aile ilişkilerini ihmal etmektedirler.

3. İnternette olmadığınız zaman keyifsiz, hırçın, sinirli oluyor musunuz? Sorusuna %56 gibi büyük bir oran hiçbir zaman ve %6 gibi bir oran ise her zaman cevabını vermiştir. Her zaman şikkının düşük olması olumlu olmakla birlikte, arada sırada ve sık sık şıklarıyla birlikte yaklaşık 5 kişiden biri internetten mahrum kaldıklarında keyifsiz ve mutsuz olduklarını belirtmişlerdir.

Tablo 4: Anket Uygulaması

	Hiçbir zaman	Nadiren	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
1.Planladığınızdan daha uzun süre internette kaldığınız oluyor mu?	41(%28)	35(%24)	26(%17)	23(%16)	22(%15)
2.İnternete çok zaman geçirdiğinizden dolayı ev işlerini ve ev halkını ihmal ediyor musunuz?	53(%36)	32(%22)	37(%25)	12(%8)	13(%9)
3.İnternette olmadığınız zaman keyifsiz, hırçın, sinirli oluyor musunuz?	82(%56)	37(%25)	15(%10)	5(%3)	8(%6)
4.İnternette geçirdiğiniz zamanı başkalarından saklıyor musunuz?	66(%45)	23(%16)	37(%25)	16(%11)	5(%3)
5.Hayatınızdaki diğer kişiler internette geçirdiğiniz süre hakkında şikâyet ediyorlar mı?	44(%30)	33(%22)	57(%39)	9(%6)	4(%3)

4. İnternette geçirdiğiniz zamanı başkalarından saklıyor musunuz? Sorusuna, deneklerin %45'i hiçbir zaman internette geçirdiği zamanı saklamadıkları cevabını vermiştir. %3'ü ise internette geçirdikleri zamanı başkalarından gizledikleri ceva-

bını vermiştir. Yaklaşık 4'te biri ise internette geçirdikleri zamanı arada sırada sakladıklarını ifade etmişlerdir.

5. Hayatınızdaki diğer kişiler internette geçirdiğiniz süre hakkında şikâyet ediyorlar mı? Sorusuna, deneklerin %3'ü her zaman, %30'u ise hiçbir zaman şikâyet etmediklerini belirtmişlerdir. %39'u ise arada sırada şikâyet ettiklerini belirtmişlerdir. Çıkan sonuçlardan, deneklerin yarısına yakını, zaman zaman diğer kişilerden internette geçirilen süre hakkında bir şikâyetle karşılaşmaktadırlar.

6. İnternete fazla zaman ayırdığınızdan dolayı notlarınız ya da okul ödevleriniz aksıyor mu? Sorusuna, deneklerin yaklaşık yarısı (%51), hiçbir zaman aksamıyor cevabını vermiştir. %8'i ise, internette fazla zaman geçirdikleri için ödevlerinin aksadığını ve notlarının düştüğünü belirtmişlerdir.

7. Yapacak başka işiniz olmasına rağmen maillerinizi sık sık kontrol ediyor musunuz? Sorusuna, deneklerin %6'sı her zaman cevabını vermiştir. Fakat büyük çoğunluk (%54), yapılacak işleri olduğu zaman sık sık maillerini kontrol etmemektedirler. %16'sı nadiren, %13'ü arada sırada ve %11'i ise sık sık maillerini kontrol etmektedirler.

Tablo 5: Anket Uygulaması

	Hiçbir zaman	Nadiren	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
6.İnternete fazla zaman ayırdığınızdan dolayı notlarınız düşüyor, okul/ödevleriniz aksıyor mu?	75(%51)	15(%10)	26(%18)	19(%13)	12(%8)
7.Yapacak başka işiniz olmasına rağmen maillerinizi sık sık kontrol ediyor musunuz?	79(%54)	24(%16)	19(%13)	16(%11)	9(%6)
8.Çalışma veriminiz veya performansınız internet kullanımı yüzünden olumsuz etkileniyor mu?	42(%28)	32(%22)	43(%29)	23(%16)	7(%5)
9.İnternette geçirdiğiniz sürede ne yaptığınız sorulduğunda ne sıklıkta savunmacı oluyorsunuz?	78(%53)	18(%12)	35(%24)	6(%4)	10(%7)
10.Yaşamınız ile ilgili kaygılardan, sorunlardan internet vasıtası ile kaçtığınız oluyor mu?	104(%71)	21(%14)	16(%11)	3(%2)	3(%2)

8. Çalışma veriminiz veya performansınız internet kullanımı yüzünden olumsuz etkileniyor mu? Sorusuna, %29'u arada sırada cevabını vermiştir. %5'lik bir oran ise her zaman şıkkını işaretlemiştir. Nadiren ve hiçbir zaman şıklarını işaretleyenler ise, %50 gibi bir orandır.

9. İnternette geçirdiğiniz sürede ne yaptığınız sorulduğunda ne sıklıkta savunmacı oluyorsunuz? Sorusuna, deneklerin %7'si her zaman şıkkını vermiştir. %53 gibi büyük bir oran ise, savunmacı olmadıklarını belirtmişlerdir. %24'ü ise arada sırada savunmacı olduklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 6: Anket Uygulaması

	Hiçbir zaman	Nadiren	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
11. Günlük işlerinizi yaparken interneti düşünür internette olduğunuz zamanlarla ilgili hayal kuruyor musunuz?	56(%38)	41 (%28)	38 (%26)	8 (%5)	4 (%3)
12.İnternetsiz bir hayatın sıkıcı, boş, kederli olacağı şeklinde duygulara kapılıyor musunuz?	47(%32)	39(%27)	43(%29)	6(%4)	12(%8)
13.İnternette iken birisi sizi rahatsız etse ona kızdığınız, bağırduğunuz ya da saldırdığınız olur mu?	93(%63)	41(%28)	6(%4)	4(%3)	3(%2)
14.İnternet nedeniyle gece geç vakitlere kadar oturup uykusuz kaldığınız oluyor mu?	62(%42)	43(%29)	26(%18)	9(%6)	7(%5)
15. İnternet başında kendinizi iyi hissediyor musun?	23(%16)	52(%35)	37(%25)	19(%13)	16(%11)

10. Yaşamınız ile ilgili kaygılardan, sorunlardan internet vasıtası ile kaçtığınız oluyor mu? Sorusuna, %71'lik bir oran hayır cevabını vermiştir. %2'lik bir oran, sorunlarından internet aracılığıyla uzaklaştığını, %11'lik bir oran ise arada sırada internet ile sorunlarından uzaklaştığını belirtmiştir. Bu soruya verilen cevaplardan, internetin yaşam ile ilgili kaygılardan, sorunlardan kaçış için kullanılmadığı ortaya çıkmaktadır.

11. Günlük işlerinizi yaparken interneti düşünür internette olduğunuz zamanlarla ilgili hayal kuruyor musunuz? Sorusuna, %38 hiçbir zaman cevabını ve %3 her zaman cevabını vermiştir. Arada sırada diyenlerin oranı ise %26'dır. Çıkan sonuçlardan, genelde günlük işleri yaparken öğrenciler interneti düşünmemektedirler.

12. İnternetsiz bir hayatın sıkıcı, boş, kederli olacağı şeklinde duygulara kapılıyor musunuz? Sorusuna, %8 her zaman, %32 ise hiçbir zaman cevabını vermiştir. %29'luk bir oran, arada sırada internetsiz bir hayatın sıkıcı ve boş olacağını düşünmektedir.

13. İnternetteyken birisi sizi rahatsız etse ona kızdığınız, bağırdığınız ya da saldırdığınız olur mu? Sorusuna, %63'lük büyük bir çoğunluk, böyle bir durumda kızmayacağını ve bağırmayacağını ifade etmiştir. %2'lik bir oran ise böyle bir durumda kızacağını ve saldırgan olabileceğini, %28'lik bir oran ise, nadiren sinirlenebileceğini belirtmiştir.

14. İnternet nedeniyle gece geç vakitlere kadar oturup uykusuz kaldığınız oluyor mu? Sorusuna, deneklerin %5'i her zaman, %6'sı ise sık sık cevabını vermiştir. %42'si hiçbir zaman gece geç vakitlere kadar internet kullanmadığını, %29'u ise nadiren internet yüzünden uykusuz kaldığını belirtmiştir.

15. İnternet başında kendinizi iyi hissediyor musun? Sorusuna, %11 her zaman, %25 ise arada sırada cevabını vermiştir. %35'lik bir oran ise nadiren internet başında kendini iyi hissetmektedir.

16. İnternette iken "sadece birkaç dakika daha" diyerek bağlantınızı uzatıyor musunuz? Sorusuna, %56'sı hiçbir zaman, %22'si ise nadiren cevabını vermiştir. %4'lük bir oran ise sadece bir dakika diyerek bağlantısını uzatmaktadır.

17. İnternette geçirdiğiniz zamanı kısaltmayı denediniz fakat başarısız oldunuz mu? Sorusuna, %45'lik bir oran hiçbir zaman, %10'luk bir oran ise her zaman denemelerine rağmen başarısız olduklarını ifade etmişlerdir. %7'si ise sık sık denemelerine rağmen başarısız olduklarını belirtmişlerdir.

18. İnternet yüzünden arkadaşlarınızı ihmal ediyor musunuz? Sorusuna, %59'luk bir oran arkadaşlarını internet yüzünden ihmal etmediklerini, %10'luk bir oran ise arkadaşlarını ihmal ettiklerini belirtmişlerdir. %3'lük bir oran sık sık, %12'lik bir oran arada sırada ve %16'lık bir oran ise nadiren de olsa internet yüzünden arkadaşlarını ihmal etmektedirler.

19. Yanlış olduğunu bildiğiniz halde, internette kendinizi durduramadığınız oluyor mu? Sorusuna, %37 hiçbir zaman, %26 nadiren, %22 arada sırada, %12 sık sık ve %3'lük bir oran ise her zaman cevabını vermiştir. Her zaman oranının düşük olması sevindirici olmakla birlikte, %12'lik sık sık cevabı düşündürücüdür.

Tablo 7: Anket Uygulaması

	Hiçbir zaman	Nadiren	Arada sırada	Sık sık	Her zaman
16. İnternette iken "sadece birkaç dakika daha" diyerek bağlantınızı uzatıyor musunuz?	82(%56)	33(%22)	16(%11)	10(%7)	6(%4)
17. İnternette geçirdiğiniz zamanı kısaltmayı denediniz fakat başarısız oldunuz mu?	67(%45)	33(%22)	26(%18)	7(%5)	14(%10)
18. İnternet yüzünden arkadaşlarınızı ihmal ediyor musunuz?	86(%59)	24(%16)	18(%12)	4(%3)	15(%10)
19. Yanlış olduğunu bildiğiniz halde, internette kendinizi durduramadığınız oluyor mu?	55(%37)	38(%26)	32(%22)	17(%12)	5(%3)
20. İnternette çok zaman geçirdiğiniz konusunda eleştirilme korkusuyla yalan söyler misiniz?	109(%74)	27(%19)	6(%4)	3(%2)	2(%1)

20. İnternette çok zaman geçirdiğiniz konusunda eleştirilme korkusuyla yalan söyler misiniz? Sorusuna %74 hiçbir zaman ve %19 ise nadiren cevabını vermiştir. %1'lik oran internette geçirilen zaman konusunda her zaman yalan söylerken, %2

sık sık ve %4 arada sırada cevabını vermiştir. %74'lük bir oranın, internette geçirilen zaman konusunda hiçbir zaman yalan söylememesi iyi bir sonuçtur.

Tablo 8: Anket Uygulaması

	0-1 saat	1-2 saat	2-3 saat	3-4 saat	5-6 saat	6 saat üzeri
21. İnternette günlük ortalama ne kadar saat geçiriyorsunuz?	47 %32	64 %43	17%12	9 %6	6 %4	4 %3
22. Sizce bir kişi ortalama ne kadar süre internette zaman geçirmeli?	73 %50	52 %35	10 %7	7 %5	3 %2	2%1

21-Öğrencilere, internette günlük ne kadar saat geçiriyorsunuz? Sorusuna, %32'si 0-1 saat, %43'ü 1-2 saat, %12'si 2-3 saat, %6'sı 3-4 saat, %4'ü 5-6 saat ve %3'ü 6saat ve üzeri cevabını vermiştir.

22- Sizce bir kişi ortalama ne kadar süre internette zaman geçirmeli? Sorusuna ise %50'si 0-1 saat, %35'ü 1-2 saat, %7'si 2-3 saat, %5'i 3-4 saat, %2'si 5-6 saat ve %1'i 6 saat ve üzeri cevabını vermiştir.

SONUÇ

İnternet, iletişimi ve bilgi paylaşımını sağlayan önemli bir kitle iletişim aracıdır. Günümüzde internet kullanımı, tüm dünyada günlük yaşamın önemli bir parçası haline gelmiştir. Her yaştan ve her kesimden insan, değişik amaçlarla internet kullanmaktadır. İnternetin tüm dünyada popüler bir iletişim aracı olması, insanları aşırı internet kullanmaya yöneltmiştir. Aşırı internet kullanmanın neden olduğu internet bağımlılığı, son yılların önemli sorunlarından biri olmaktadır. Özellikle hayatın ayrılmaz bir parçası olan Facebook ve Twitter gibi sosyal ağlar, bu bağımlılığın artmasında önemli rol oynamaktadır. Erişebilme kolaylığı ve ucuz olması sebebiyle her yaştan insanı sosyal ağlarda görmek mümkündür

Aşırı internet kullanımının yaygınlaşması, insanların ruhsal ve sosyal hayatlarında olumsuz etkiler yaratmaktadır. Geçmişte internet bağımlılığının, bağımlılık olup olmadığı tartışılırken, günümüzde hastanelerde internet bağımlılığı tedavi merkezleri açılmaktadır. Özellikle on sekiz yaş altı gençlerde internet bağımlılığı

daha fazla görülmektedir. Genç nüfusa sahip Türkiye için internet bağımlılığı, ciddi bir sorun olmaktadır.

Çalışma sonuçlarına göre öğrenciler, planladıklarından daha uzun süre internette kalmaktadır. İnternete çok zaman geçirdiklerinden dolayı ev işlerini ve ev halkını az da olsa ihmal etmektedirler. İnternette olmadıkları zaman genelde keyifsiz, hırçın ve sinirli olmamaktadırlar. İnternette geçirdikleri zamanı ara sıra başkalarından saklamaktadırlar.

İnternete fazla zaman ayırdıklarından dolayı okul ve ödevleri aksamamaktadır. Maillerini sık sık kontrol etmemektedirler. İnternet kullanımı yüzünden çalışma verimi veya performansları arada sırada olumsuz etkilenmektedir. İnternetsiz bir hayatın sıkıcı, boş, kederli olacağı şeklinde duygulara kapılmamaktadırlar. İnternet nedeniyle gece geç vakitlere kadar oturup uykusuz kalmamaktadırlar. İnternette geçirilen zamanı kısaltmayı denemelerine rağmen pek başarılı olamamaktadırlar. İnternet yüzünden az da olsa arkadaşlarını ihmal etmektedirler. İnternette çok zaman geçirdikleri konusunda eleştirilme korkusuyla yalan söylememektedirler. Psikiyatri Enstitüsü ekibinin yaptığı internet bağımlılığı testinde, bağımlılık sınırını aşanların oranı %8.70 çıkmıştır. Çalışmamızda ise bu oran %6.02 çıkmıştır. Bu sonuç, ankete katılan öğrencilerin internet bağımlısı olmadıklarını göstermektedir.

Son Not:

Yrd. Doç. Dr. Ali KORKMAZ, Erciyes Üniversitesi İletişim Fakültesi.

KAYNAKÇA

- AKSOY, A. İnternet Bağımlılığının Dünyada ve Türkiye'de Durumu, (Erişim:01.04.2012), http://www.bagimlilik.info.tr/internet_bagimliliginin_dunyada_ve_turkiyede_durumu.html.
- BALCI, Ş.-GÜLNAR, B. (2009). Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılarının Profili, Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi, Temmuz 2009, s.5-22, Konya.
- BALTA, Ö.-HORZUM, M. (2008). Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, yıl: 2008, cilt: 41, sayı: 1, 187-205.
- İnternet Addiction, Childnet International 2006. http://www.dorset.police.uk/pdf/factsheet_internet_addiction.pdf
- ÖZERKMEN, N. (2011). Bunalım Toplumu Gençlik ve Uyuşturucu Bağımlılığı, Avrasya Yayınevi, Ankara.
- ÖZTÜRK, Ö. ve diğ. (2007). İnternet Bağımlılığı: Kliniği ve Tedavisi, Bağımlılık Dergisi, Cilt: 8, Sayı: 1, s: 36-41, www.bagimlilik.net
- ÖZTÜRK, Ö. (2012) Facebook'ta Tehlikeli Karşılaşmalar, Habertürk Gazetesi, 1 Ocak 2012, s.8.
- Türk Dil Kurumu (1998). Türkçe Sözlük, Türk Dil Kurumu Yayınları: 549, Türkçe Sözlükler Dizisi:1, Ankara.
- YOUNG, K. S. (1996). İnternet Addiction: The Emerge of a New Clinical Disorder, Published in CyberPsychology and Behavior, Cilt: 1 Sayı: 3, 237-244, Toronto, Kanada.