



# GENÇLİK, SOSYAL MEDYA VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI

YRD. DOÇ. DR. VEHBİ BAYHAN\*

## Giriş

Küreselleşme ve enformasyon toplumunun temel omurgası ve ikonu olan internet, öncelikle çocuk ve gençler olmak üzere herkesi hem olumlu hem de olumsuz yönde etkilemektedir. Bilgisayar, internet ve cep telefonlarının hayatın merkezinde olduğu zamanlarda dünyaya gelen ve yetişen Y veya milenyum kuşağı, yani günümüzdeki genç kuşak için internet ve sosyal medya hayat tarzlarının bir parçasıdır. İnternet ve sosyal medyanın bağlı olduğu cep telefonları yanlarında olmayınca, adeta kendilerini savunmasız hisseden ve bunalıma giren bir gençlik kitlesiyle karşı karşıyayız. “Dijital yerli” olarak da adlandırılan Y veya milenyum kuşağı, sosyal medya ile haberleşmekte ve sosyalleşmektedir.

Bir taraftan internet vasıtasıyla anında enformasyona ulaşmak hayatın hızlı ve daha kolay yaşanmasına yol açarken; diğer taraftan sosyal medya, sanal oyun, sanal sosyal iletişim vb. uygulamalarla psikiyatrik açıdan tedavi edilmesi gereken internet bağımlılığı problemi oluşabilmektedir. Özellikle çocuk ve genç kuşak için bilinçli ve dozunda kullanılan internet ve sosyal medya bir gerekliliktir. Fakat zamanının çoğunu sanal âlemde geçiren, asosyal ve içine kapanık olan, dolayısıyla internet bağımlılık belirtileri gösteren gençlerin farkına varılıp onların gerçek hayata

\* İnönü Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Bölümü Öğretim Üyesi

Özellikle sosyal medya, Facebook ve Twitter vasıtasıyla akranlarıyla sürekli iletişim kuran ve kendini bu platformlarda sergileyen genç, sanal araçları bedeninin bir parçası olarak algılamaktadır.

geri dönmelerini sağlamak önem taşımaktadır.

### Gençlik ve Sosyal Medya

Biyolojik, psikolojik ve toplumsal değişimlerin en hassas evresinde bulunan gençlik dönemi, bütün bu değişim ve dönüşümlerle birlikte çok boyutlu sorunların da yaşandığı bir dönemi kapsar. Genç birey ve gençlik sorunları, sosyolojik bir gerçeklik olarak çağdan çağa, toplumdan topluma ve toplum içerisinde de gruptan gruba değişmektedir.

Gençlik, demografik açıdan 15-25 yaş arasındakilerden meydana gelen bir yaş grubudur. Ancak, gençlik dönemini sadece yaş ölçütüne göre tanımlamak yetersiz kalmaktadır. Gençlik tanımı, çok daha karmaşık sosyolojik boyutlar içermektedir.

Yaş itibarıyla, günümüzde gençlik dönemi 30 yaşına

kadar uzatılabilmektedir. Lisans öğreniminden sonra yüksek lisans ve doktora öğrenimi alanlar için gençlik dönemi uzamaktadır. Sosyolojik açıdan, sadece eğitim-öğrenim sürecinde olanlar ile liseden sonra veya daha erken çalışmaya başlayan ve öğrenim imkânı bulamayanlar, erken evlenen ve çocuk sahibi olanların farklı özellikleri ve şartları olması bir gerçektir. Dolayısıyla, aynı yaş grubunda olsalar da bütün gençliği aynı biçimde değerlendirmek mümkün değildir.

Gençlerin özgün kimliğinin oluşması bazı değişkenlere göre meydana gelmektedir. Bireyin mensup olduğu millet, onun üst kimliğini yani, “millî kimliği”ni oluşturur. Bireysel, toplumsal ve kültürel kimliği oluşturan diğer temel değişkenler şunlardır: cinsiyet, sosyal tabaka, aile yapısı, eğitim, meslek, yaşanan mekân (kır veya kent), din, tüketim vb. gibi.

Bütün bu değişkenler çerçevesinde birey, “ait olma” duygusuyla her bir değişkene, özellikleri ve ihtiyaçlarına göre dâhil olur. Rol seti bağlamında birey, dâhil olduğu grupta farklı farklı roller oynar. Birey, çeşitli roller ve kimlikler arasındaki eş güdümü “sosyalleşme” sürecinde kendiliğinden edinir (Bayhan 2005). Bireyin kimliği ile birlikte değerleri de olgunlaşır. Toplumsal yapının değişimi ile birlikte, toplumsal değerler de değişmektedir. Toplumun genel geçer ortak değerleri ve asgari müşterekleri dışında, her toplumsal grup kendi özgün değerini oluşturur. Toplumun sürekliliği için önemli olan bu alt-kültürlerin birbirleriyle çatışmadan uyum içerisinde yaşamalarıdır (Bayhan 2012b: 425).

Genç bireyin kimliğinin oluşmasında yeni zamanlarda televizyondan sonra internet önemli bir referans kaynağıdır. Özellikle sosyal medya, Facebook ve Twitter vasıtasıyla akranlarıyla sürekli iletişim kuran ve kendini bu platformlarda sergileyen genç, sanal araçları bedeninin bir parçası olarak algılamaktadır.

İnternet üzerindeki sosyal ağ siteleri tüm dünyada olduğu gibi Türkiye’de de son yıllarda giderek popüler hâle gelmiştir. Şubat 2004’te Harvard Üniversitesi öğrencisi Mark Zuckerberg tarafından geliştirilen Facebook’un 2012 yılı itibarıyla toplam kullanıcı sayısı bir milyara ulaşmıştır. Türkiye’de facebook kullananların sayısı 32 milyonun üzerindedir. Avrupa ülkeleri arasında İngiltere’den sonra en fazla facebook üyeliği Türkiye’de bulunmaktadır ([www.internetworldstats.com](http://www.internetworldstats.com)).

Türkiye’de Facebook kullanımı yaşa, cinsiyete ve sosyoekonomik duruma göre değişiklik göstermekle birlikte, genel olarak Facebook’un; kullanıcıların gündelik pratiklerin bir parçası hâline geldiği, kullanıcının ihtiyaç duyduğu her an bağlandığı ve boş zamanını geçirdiği, arkadaş çevresini genişletmekten ziyade var olan arkadaşlıkları sürdürmesini sağlayan bir araç olarak kullandığı, kullanıcının kendisiyle ilgili bilgileri kontrol ettiğini düşündüğü ve dolayısıyla sınırlarını kendisinin belirlediği bir kamusalığın yaşandığı ve paylaşımdan ziyade arkadaşları gözetlemenin ön plana çıktığı gözlenmiştir (Şener 2009).

Facebook’u gençler daha fazla kullanmaktadır. İnternette kişisel bilgilerini paylaşmaya çok istekli olan genç insanlara karşın, ileri yaştakilerin internette daha çekingen hareket ettikleri gözlenmektedir (Brady 2010). İnternet Gençliği’nin, sanal dünyada yeni ilişkiler arayan ama gerçek ilişkileri giderek azalan, bilişim teknolojilerini kullanan ama giderek kitap ve kütüphaneden uzaklaşan, toplumsal birtakım değerlere sahip çıkarken hayat ve gelecek adına bir güven krizi içinde bocalayan, eğitim, bilim ve kültür aktiviteleri yerine oyun, eğlence ve zaman geçirme peşinde olan, interneti amaçlı ve işlevsel bir araçtan ziyade bir oyuncak gibi gören bir kitle olarak karakterize edilmesi mümkündür (Karaca 2007: 435).

Andy Warhol’un “Gün gelecek herkes on beş dakika için meşhur olacak” kehaneti gerçekliğini çoktan yitirdi. Özellikle İnternet üzerinden dünyamız yeni kabilelere bölündükçe kimse kimsenin meşhurunu bilmez, tanımaz oldu. Dünya futbol kupası gibi küresel ayınlar, Mc Donald’s gibi kıtalar arası tüketim ikonları dışında, kendimize kurguladığımız, sanallaşan özel dünyalarımızın mimarları olma sürecini yaşıyoruz (Vassaf 2010).

Ancak, sosyal paylaşım sitelerinde paylaşılan yazı, fotoğraf vb. belgelerin bu paylaşım sitelerinin mülkiyetine geçtiğinin kimse farkında değil. Facebook, gizlilik

Toplumsal yapının dönüşümü, sosyolojik çözümlerle "Gözetim Toplumu" olarak tanımlanmaktadır. E-devlet uygulamaları ile bütün vatandaşlar, tek kimlik numarasıyla kamusal işleri, bir yandan kolaylaştırılırken diğer yandan da denetlenmektedir.

sözleşmesinde sitedeki paylaşılan belgeleri istediği gibi kullanacağını belirtmektedir.

Facebook şirketini eleştirenlere göre, şirket, hizmet veya mal pazarlayanların daha etkili reklam yapması için çok sayıda kişisel bilgi topluyor. Dijital hakları savunan bir grubun lideri olan Jeff Chester, "Facebook'un üye bilgilerinin kullanımına dair tutumu ve çoğunlukla gizli yürütülen ısrarlı pazarlama faaliyetlerini benimsemesi çok rahatsız edici" demektedir (Brady 2010).

Diğer yandan, gelecekte doğacak bir siber savaşta yazışmaları sürekli takip eden ve sosyal istihbarat toplayan ülkelere kendi elimizle bilgi aktarmamız da ayrı bir risk unsurudur (Sırt 2010).

Sanal uzamda toplumsallaşmanın/ilişkilenenin günümüzdeki yüzü, karşılığı olan Facebook, İnternet öznelerinin anonimlikten bilinirliğe/görünürlüğe geçişini imleyen, tam da buradan doğru biçimlenen, biçimlendiren bir toplumsal paylaşım ağıdır. Görmek ve göstermek üzerinden kurulan bu yeni ilişkilene pratikleri ile mahrem alanın, özel olanın kamusal alana dahil söz konusudur.

Bu noktada iki şey vurgulanmalıdır. Bir: Gözün faşizmi bireylerin sanal uzamda gerçekleştirdikleri bu toplumsallaşma eylemliliğini gerek her an, her yerde, her olan bitenden haberdar olmak isteyen devletler, istihbarat örgütleri tarafından gerekse de reklam ve pazarlamaya, yani tükettirmeye endeksli kapitalist şirketler vd. tarafından denetim ve gözetim ağı'na, *SiberPanoptikon*'a evriltmiştir. İki: Bireyler bilerek ve isteyerek girdikleri bu denli açık ilişkilene halleriyle bir yandan denetlenmekten, gözetlenmekten haz alma anlamında teşhirciliğe, beri yandan gözetlerken dahi gözetleme/dikizleme ediminde bulunarak röntgencilığe yönelmişlerdir (Toprak 2009).

Enformasyon toplumunun etik (ahlaki) yapısında, bilgisayar ağları vasıtasıyla her zaman her yere ulaşabilme, "özel hayatın gizliliği" problemini beraberinde getirmektedir. Dolayısıyla, enformasyonun güvenliğini sağlamak önemli temel meselelerden birisini oluşturmaktadır (Bayhan 1995).

21. yüzyıl Milenyum Çağındaki toplumsal yapının dönüşümü, sosyolojik çözümlenmelerde “Gözetim Toplumu” olarak tanımlanmaktadır. E-devlet uygulamaları ile bütün vatandaşlar, tek kimlik numarasıyla kamusal işleri, bir yandan kolaylaştırılırken diğer yandan da denetlenmektedir. Ayrıca, bütün hayat alanlarındaki eylemlerinde bireyler, örneğin alış-verişlerinde kullandıkları kredi kartı ile bütün özel ve mahrem bilgi kodlarını şirketlere aktarmaktadır. Artık, “bilişim toplumu” giderek daha fazla “risk toplumu” ve “gözetim toplumu”na doğru evrilmektedir.

Bu toplumsal gerçeklik ve durum yanında, bireylerin hayat alanlarının bütün evresinde etkili araç olan İnternet, olumlu fonksiyonları yanında, olumsuz olarak bireylerde “bağımlılık riskini” beraberinde üretmektedir.

İnternet, sanal ve yapay bir ilişki ortamı oluşturmaktadır. Bu yapay ilişki ile bir yandan, belki bireyler yüz yüze yaşayamadığı sosyal iletişimi, “sanal-sosyal iletişim” ile gidermektedir. Ancak, sanal-sosyal ilişki, bire-bir gerçek sosyal ilişkisinin yerini tutamayacağı için, bilgisayar ağları ortamındaki ilişki geçici kalmaktadır. Psikiyatride “İnternet Bağımlılığı” patolojik internet kullanımını betimlemek için kullanılmaktadır (Bayhan 2002: 95-96).

Küreselleşme çağında sosyal paylaşım ağları, özellikle gençler arasında yoğun kullanılan önemli iletişim platformudur. Bayhan’ın “Üniversite Gençliğinin Sosyolojik Profili-2012” araştırmasına katılan 19315 kişilik örneklemin % 88’inin sosyal paylaşım ağlarına üyeliği bulunmaktadır. Örneklemin % 35’i Facebook, % 25’i hem Facebook hem de MSN, % 14’ünün Facebook, MSN, Twitter üyeliği, % 10’unun MSN üyeliği ve % 3’ünün Twitter üyeliği bulunmaktadır. Sosyal paylaşım ağlarını en fazla oranda kullananların özellikleri şunlardır: Erkek, en üst gelir grubuna mensup, parçalanmış aileye mensup, özel kolej mezunu, tıp fakültesi öğrencileridir (Bayhan 2012). Bu veriler, sosyolojik açıdan anlamlıdır. Toplumsal cinsiyet açısından interneti en fazla kullananlar erkeklerdir. Sosyo-ekonomik açıdan üst sosyal sınıfta bulunanların internet bağlantılı bilgisayar ve cep telefonuna sahip olma oranı yüksektir. Yine, özel kolej ve tıp fakültesinde öğrenim görenlerin çoğunluğu sosyo-ekonomik açıdan üst sosyal sınıfa mensup ailelere mensuptur. Parçalanmış ailelerdeki internet kullanma ve sosyal paylaşım sitelerine üyelik oranının fazlalığı, ebeveynlerinden birinin bulunmayışının verdiği otorite boşluğunun getirdiği serbestlik ve kendilerini sosyal paylaşım sitelerinde ifade etme ihtiyacıdır.

KONDA araştırmasına göre, örneklemdaki gençlerin % 69’unun Facebook, % 57’sinin MSN, % 10’unun Twitter üyeliği bulunmaktadır. Örneklem interneti en çok, arkadaşlarıyla muhabbet etmek için kullandıklarını ifade etmiştir (KONDA

Ayrıca, internet bağımlılığı psikiyatride bağımlılık olarak tanımlanan bir psikolojik sorun olarak kabul edilmektedir. İnternet, asosyal bireyler de üretmektedir. Sürekli internetle haberleşen ve zamanının çoğunu internette geçiren bireyler, gerçek sosyal ilişkilerden kaçınmaktadır.

2011). SETA araştırmasına göre de, örneklemin % 80'i internet kullanmaktadır. Örneklem interneti, eğitim ve araştırmadan daha çok sosyal iletişim ve haberleşme ile eğlence amaçlı kullanmaktadır. Bu çerçevede, örneklem en çok SMS ve Facebook üzerinden haberleşmeyi tercih ettiklerini ifade etmiştir (Gür vd. 2012:118-119).

Bayhan'ın örneklemini 1800 öğrencinin oluşturduğu "Lise Öğrencilerinde İnternet Kullanma Alışkanlığı ve İnternet Bağımlılığı" araştırmasına göre, örneklemin % 66'sının Facebook üyeliği bulunmaktadır. Erkeklerde Facebook üyeliği oranı % 73 iken, kız öğrencilerde % 60'tır. Aile tipine göre en fazla ebeveynin yurt dışında bulunduğu aile ile boşanma sonucu parçalanmış aileye mensup gençlerde Facebook üyeliği daha fazladır. Ailenin aylık geliri yükseldikçe Facebook üyelik oranı artmaktadır. Bu durum, bilgisayar ve internet bağlantısı oranının fazlalığının gelir düzeyi yükseldikçe artması oranı ile de ilgilidir. Evinde internet bağlantısı olanların % 78'inin Facebook üyeliği varken, evinde internet bağlantısı

olmayanlarda bu oran % 55'tir. Facebook üyeliği bulunanların kendisini internet bağımlısı görme oranı ile internet bağımlısı oranı ortalamasının üzerinde bulunanların oranı daha fazladır (Bayhan 2011: 919).

ABD'de Pew Araştırma Merkezi'nin hazırladığı rapora göre, Temmuz-Eylül 2012'de yapılan araştırmada, sosyal medya kullandığını belirten gençlerin % 94'ünün Facebook, % 26'sının ise Twitter hesabı olduğu belirtildi (ntvmsnbc 22.05.2013). Medya, her geçen gün hayatımızın daha derinlerine işlemektedir. Hayat deneyimlerimizin, özlem ve arzularımızın karmaşık anlatıları yerini sosyal medyadaki tipik sorulara bıraktı: Şimdi neredesin? Ne yapıyorsun? Dostluk alışkanlıkları ve pratikleri "online arkadaşlık" işlemlerine indirgendi (Hardt ve Negri 2012: 22-25). Bütün mahremiyetini sosyal medya ile paylaşan, hem "teşirci" hem de "röntgenci" konna gelen "sanal nettaşlar" "pornografik" bir gösterinin özne ve nesnelere olarak "mahremiyetlerini tüketmektedir" (Bayhan 2012a:165).

Küreselleşme ve enformasyon toplumunun ikonu olan internet, postmodern kimlik örüntüsüne zemin hazırlamaktadır. İnternet, farklı kimliklerin kendilerini

ifade etmesi ve yansıtmasına imkân sağlamaktadır. Bu bağlamda, farklı kimliklerin birbirlerinin farkına varmasına imkân oluşturmaktadır. Ancak, diğer yandan “biz” ve “öteki” bağlamında sanal cemaatleşmelere de yol açmaktadır. Ayrıca, internet bağımlılığı psikiyatride bağımlılık olarak tanımlanan bir psikolojik sorun olarak kabul edilmektedir. İnternet, asosyal bireyler de üretmektedir. Sürekli internetle haberleşen ve zamanının çoğunu internette geçiren bireyler, gerçek sosyal ilişkilerden kaçınmaktadır (Bayhan 2013: 142).

Y veya milenyum kuşağının sosyolojik profilleri, yapılan sosyolojik araştırmalarla betimlenmektedir. Time dergisinin 20 Mayıs 2013 tarihli sayısının kapak konusu “The Me Me Me Generation” idi. Joel Stein ve Josh Sanburn tarafından yazılan makalede, milenyum kuşağının “Ben nesli” olduğu analiz edilmektedir. İnternet ve cep telefonları, çocuk ve gençlerin her saatte sosyalleşmelerine imkân vermektedir. Dolayısıyla, sürekli akran ve arkadaşlarıyla etkileşim içerisinde ve onların baskısını yaşamaktadır. Gençler, sürekli cep telefonlarından veya sosyal medyadan gelen mesajları izleme ihtiyacındadır. Facebookta kendilerinin ne kadar takipçisi olduğu ve kendi sayfalarında paylaştıklarına ne kadar “like” (beğeni) aldıkları çerçevesinde “narsist” kimliklerini tatmin ederler. Herkes İstagram, Youtube, Twitter ve Facebookta microcelebrity (küçük şöhret) olmayı hedeflemektedir. İnternet bağımlılığı, sosyal medyadaki paylaşımları beğenme, cep telefonunun titreşimini, eposta ve mesajların sürekli kontrolü sendromu sonucunda gençlerde yaratıcılık ve empati düzeyleri düşmektedir. Yapılan araştırmalarda, 1966’dan 1980’e kadar yaratıcılık testlerinde yükselme saptanmışken; 1998 yılından itibaren gençlerin yaratıcılık testlerinden aldıkları puanlar keskin bir şekilde düşmeye başlamıştır. Aynı durum, sanal iletişimi tercih ettikleri için yüz yüze iletişim kuramayan narsist gençlerde empati eksikliğinin de artmasına neden olmaktadır. Milenyum kuşağı, kendi gettolarında narsizm, materyalizm ve teknoloji bağımlılığı içinde yaşamaktadırlar (Stein ve Sanburn 2013).

Nicholas Carr, “Yüzeysellik: İnternet Bizi Aptal mı Yapıyor?” adlı kitabında, nörobiyoloji alanındaki çalışmalardan hareketle, internet kullanımının belleğimizi yüzeysellik temelinde yeniden biçimlendirdiğini ve değiştirdiğini belirtmektedir. 2008 yılında ABD’de interneti kullanarak büyüyen “İnternet Kuşağı”ndan altı bin örneklem ile yapılan araştırma sonuçlarına göre, dijital dünya bilgileri özümseme yöntemlerini bile etkilemektedir. Gençler bir sayfayı soldan sağa ve yukarıdan aşağıya doğru okumamakta; bunun yerine ilgilerini çeken bilgiyi bulmak için satırlarda sekerek göz gezdirmektedir. Sakin, odaklanmış, dikkati dağılmayan,

**Sakin, odaklan-  
mış, dikkati dağıl-  
mayan, doğrusal  
akıl yerine; kısa,  
kesintili, çoğu  
zaman kesişen  
patlamalarla  
parça parça bilgi  
almak isteyen ve  
buna ihtiyacı olan  
yeni bir akıl türü  
oluşmaktadır.**

doğrusal akıl yerine; kısa, kesintili, çoğu zaman kesişen patlamalarla parça parça bilgi almak isteyen ve buna ihtiyacı olan yeni bir akıl türü oluşmaktadır (Carr 2012: 22-23). Bazı araştırmacılar "Dikkat Bozukluğu Hastalığı"nı, aktif hafızanın aşırı yüklenmesine bağlamaktadır. Deneyler aktif hafızamızın sınırlarına ulaştığımızda, gerekli bilgiyi gereksiz bilgiden, sinyali gürültüden ayırt etmenin güçleştiğini göstermektedir. Ayrıca, internet kullanmak beyni devamlı bulmaca çözer gibi yormaktadır. Ancak böylesine yoğun bir egzersiz, temel düşünce tarzımız hâline geldiğinde, bu sefer derin öğrenme ve derin düşünme yeteneğimize ket vuracaktır. Bir bulmaca çözerken kitap okumayı deneyin, işte internetin oluşturduğu entelektüel ortam budur (Carr 2012: 157). İnternet,

zihnimizi, duygularımızı ve benliğimizi dönüştürmektedir. Bu bağlamda, internet bağımlılığı çağımızın en önemli psikolojik ve sosyal hastalıklarından biri durumuna gelmektedir.

### **İnternet Bağımlılığı**

İnternet, yaşadığımız iletişim devrimleri içinde insanlığın en son tanık olduğu devrim, Gutenberg Galaksisinin son icadı olarak ilk başlarda hepimizi kendisine hayran bırakan bir ağ sistemi şeklindeki örgütlenmesiyle günlük hayatımızdaki yerini aldı. Artık günün her anında elektronik postalarımızı check etmeden duramıyoruz. Televizyonla körleşen, Walkman ile sağırlaşan insanlar televizyondan sonra en ağır imge bombardımanına internet aracılığı ile maruz kalmaktadır. Sanal alemde artık milyarlarca imge gezinmektedir. İnternet sınır tanımaz konuları ile bizde dizginlenemez bir güdü hâline almıştır. Nitekim bundan hareketle psikolojik bir bozukluk türü olarak İnternet Addiction Disorder (IAD) (İnternet Bağımlılık Bozukluğu)'ndan bile bahsedilmeye başlanmıştır. Bu sendromun taşıdığı ciddiyet başlangıçta pek algılanamamıştı. Ancak daha sonra başka uzmanlar da İnternet kullanıcılarının siber iletişime bağımlı hâle gelme tehlikesi ile karşı karşıya olduklarını ifade edince sorun daha da ciddiye alınmaya başlandı. Öyle ki (IAD) sendromu kopan ilişkilerin, işten atılmanın ve hatta intiharın bile sebebi olarak suçlandı (Furedi, 2001:63).



Bilişsel davranışçı kurama göre, patolojik internet kullanımı, ikiye ayrılmaktadır. Özel patolojik İnternet kullanımında bireyler internetin tek bir fonksiyonuna bağımlıdırlar. Buna alış-veriş sitelerinin, kumar sitelerinin, oyun sitelerinin, pornografik sitelerin aşırı kullanımı örnek olarak verilebilir. Genel patolojik İnternet kullanımı ise, İnternet'in birçok alanda aşırı kullanımını içermektedir. Buna örnek olarak, amaçsız biçimde Web kullanımı, chat (sohbet) yapma, e-mail bağımlılığı gösterilebilir. Davis'e göre bu durum, İnternet'in sosyal yönü ile ilgili olup, bireyin sosyal ilişki kurma ve destek bulma ihtiyacından kaynaklanmaktadır (Davis 2005: 187-195).

Bilişsel-davranışçı kurama göre, patolojik İnternet kullanımı semptomlarına örnek olarak, internetin tek dost olduğu düşüncesi, İnternet hakkındaki saplantılı düşünceler, İnternet kullanımını durduramama, internette dolaylı çok para harcama, internetteki arkadaşlıkları gerçek arkadaşlıklara tercih etme ve İnternet kullanımıyla ilgili suçluluk hissetme gösterilebilir. İnternet kullanımdan dolayı kişi suçluluk hissettiğinde burada harcadığı zaman konusunda yakınlarına yalan söylemekte ve internette neler yaptığını gizlemektedir. Suçluluk duygusu, benlik değerini azaltmakta ve patolojik İnternet kullanımının diğer semptomlarına da zemin hazırlamaktadır (Davis 2005: 187-195).

Marazi İnternet kullanımını teşhis etmede, Dr. Mark Griffith's in Reuters için yaptığı bir araştırmada verdiği en önemli on uyarı sinyali şunlardır: (Ekinci 2002: 227-237)

1. Yalnızca birkaç dakika harcamaya niyetli olduğunuz hâlde, bilgi aramak için saatler harcadığınızı fark ediyorsunuz.
2. Çalışma arkadaşlarınıza, özel hayatınızdaki arkadaşlarınıza ya da eşinize bilgisayar başında geçirdiğiniz zaman hakkında yalan söylüyorsunuz.
3. Monitörün başında her oturuşta saatlerce kaldığınız için fiziksel sorunlardan mustaripsiniz.
4. Sürekli olarak bir sonraki İnternet oturumunu ipe çekiyorsunuz.
5. Aradığınız bilgiyi bulmaya hep "bir adımcık" kaldığını düşünüyorsunuz.
6. Anonim bir kişiliğe bürünmek size heyecan veriyor, insanlarla İnternet üzerinden konuşmayı yüz yüze konuşmaktan daha kolay buluyorsunuz.
7. E-postanızda bir şey var mı, diye bakmak için zorlayıcı bir istek duyuyorsunuz.
8. İnternet'e girmek için yemek öğünlerinize, derslerinize ya da randevularınıza boş veriyorsunuz.

9. Bilgisayarınızın başında bu kadar fazla zaman geçirdiğiniz için suçluluk duyma ve büyük bir zevk alma arasında gidip geliyorsunuz.
10. Bilgisayarınızdan uzak kaldığınız zaman canınız bilgisayar çekiyor ve yoksunluk semptomları gösteriyorsunuz.

Bu “hastalığın” ortaya çıktığı alanlar, tahmin edebileceğiniz gibi: Siber- seks, flört, muhabbet, kumar, pornografi, sohbet, borsada oynamak, açık artırmalara katılmak, oyunlar ve -son olarak- saplantılı bir şekilde yeni bilgiler peşinde koşmak.

İnternet bağımlılığının nedenlerine gelince, araştırmacılar özellikle sosyalleşme ihtiyacını vurguluyorlar. Örneğin Dr. Storm A. King, konunun boyutlarını özetlediği makalesinde, İnternet üzerindeki sosyal hayatın avantajlarını sayıyor: Günümüzün şehir hayatında kolay kolay kurulamayan sosyal bağlantıları İnternet üzerinden kurabilmek, yabancılarla kolaylıkla ve risksiz olarak ilişkiye geçebilmek; insanların kendi kendilerini dizginlemeden, özgürce düşüncelerini, duygularını ifade edebilmeleri; kendilerini göstermek istedikleri yönlerini abartarak gösterebilmeleri; İnternet üzerindeki paylaşma ortamlarında ses çıkarmadan diğerlerini dikizleme olanağının olması gibi. Sosyalleşme ihtiyacına, İnternet’i çekici kılan başka unsurları da eklemek zor değil; her an el altında olması, yasaklanmış olana ulaşabilmeyi kolaylaştırması, oyun oynamaya, risk almaya yardım etmesi gibi (Ekinci 2002: 227-237).

“İnternet bağımlılığı” terimi ilk kez psikiyatrist Dr. Ivan Goldberg tarafından patolojik internet kullanımını nitelendirmek için teklif edilmiştir. Goldberg (1996) “İnternet Bağımlılığı Bozukluğunu” birden çok temel tanı ölçütü ile tanımlamaktadır. Bunlar; ağda geçirilen zamanı artırma isteği, ağla ilgili hayal kurma, plânlanandan daha uzun süre internette kalma, sürekli fiziksel, sosyal ya da psikolojik sorunlara sahip olmak vb. (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009: 6).

Young (1998: 237-244) ise bağımlı internet kullanımını, “sarhoş edici bir madde alımını içermeyen bir dürtü kontrol bozukluğu” şeklinde tanımlamakta ve “patolojik kumar oynamaya” benzetmektedir. Yazara göre internet bağımlıları, internetle ilgili kaygı duymakta (örneğin, daha önceki çevrim içi faaliyetleri düşünmek ya da gelecekte çevrim içi zamanla ilgili beklenti içine girmek); tatmin olmak için interneti gittikçe artan süreler boyunca kullanmakta; internet kullanımını kontrol etmek, kesmek ya da durdurmak için başarısız ve tekrarlayan girişimlerde bulunmakta; internet kullanımını azaltmaya çalıştığında rahatsızlık, ruh hâlinde değişkenlik, depresyon ya da huzursuzluk hissetmekte; baştaki niyetten farklı

olarak daha uzun süre çevrim içi kalmakta; önemli ilişkilerin, işlerin, eğitim ya da kariyer imkânlarının internet kullanımı yüzünden tehlikeye girmesini ya da bunları kaybetme riskini yaratmakta; aile üyelerine, terapistlere ya da diğer kişilere internetle olan bağın kapsamını gizlemek için yalan söylemek ve interneti, sorunlardan kaçmak ya da hoşla gitmeyen bir ruh hâlinde (örneğin, umutsuzluk, suçluluk, kaygı ve depresyon hissi) kurtulmak için kullanmak gibi örüntüler sergilemektedir. İnternet bağımlılığında, alkol bağımlılığına benzer şekilde insanların kendilerini maddenin etkisine maruz bırakması söz konusudur (Chen ve ark. 2004: 50, Işık 2007: 45'den Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009: 7).

Soule ve arkadaşlarına (2003: 65) göre internet bağımlılığının 5 tipi bulunmaktadır.

1. Sanal Seks Bağımlılığı: Yetişkinlere özgü sohbet odası ve sanal porno bağımlılığı olarak dikkat çekmektedir.

2. Sanal İlişki/ Arkadaşlık Bağımlılığı: Sohbet odaları ve sanal porno sitelerinde arkadaşlıklar edinme

3. İnternette Kumar Bağımlılığı: Aşırı derecede kumar oynama, alış-veriş yapma ve açık artırma ya da bahis sitelerini kullanma

4. İhtiyaç Dışı Bilgi Arama Bağımlılığı: Gereğinden fazla web veya veri bankalarında tarama yapma

5. Bilgisayar Bağımlılığı: Aşırı derecede oyun oynama ve program hazırlama (yazma) bağımlılığı. (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009: 7).

Günümüzün şehir hayatında kolay kolay kurulamayan sosyal bağlantıların internet üzerinden kurulabilmesi; yabancılarla kolaylıkla ve risksiz bir şekilde ilişkiye geçilebilmesi; insanların kendi kendilerini dizginlemeden özgürce düşüncelerini ve duygularını ifade edebilmeleri; kendilerinin göstermek istedikleri yönlerini abartarak sunabilmeleri; internet üzerindeki paylaşma ortamlarında ses çıkarmadan diğer insanları dikizleme olanağının bulunması bağımlılık oluşturmada interneti çekici kılan faktörlerin başında gelmektedir. Bunun yanında her an el altında olması, yasaklanmış olana ulaşabilmeyi kolaylaştırması, oyun oynamaya, risk almaya yardım etmesi de internet kullanımını artıran diğer etmenler olarak göze çarpmaktadır (Ekinci 2002).

Chou ve Hsiao'ya (2000: 68) göre, bazı şartların oluşması durumunda insanların internet bağımlısı oldukları düşünülebilmektedir. Söz konusu koşullar şunlardır: (1) internet bireylerin hayatlarındaki en önemli faaliyet halini alır ve düşünme sistemlerinde baskın bir konuma gelirse; (2) internet kullanımı onlarda "gerçek dünyadan kaçış" ya da başka benzer deneyimlere yol açarsa; (3) istenen etkiyi elde edebilmek için çok uzun çevrim içi saatler geçirmeleri gerekirse; (4)

**Bağımlı kullanıcılar da internetin, diğer bağımlılıklarda olduğu gibi kişisel, ailevi ve mesleki sorunlara yol açtığını bildirmektedir. Söz konusu sorunlar arasında özellikle uyku düzeninin bozulması ve fiziksel yorgunluk gibi şikâyetler önde gelmektedir.**

çevrim dışı olduklarında kendilerini rahatsız ya da huzursuz hissedersen; (5) internet kullanımı onlar ve aileleri, öğretmenleri ya da arkadaşları arasında ve onların, diğer çalışmalara veya uykuya ayıracakları zaman ile internette harcayacakları zaman arasında çatışmaya yol açarsa; (6) internet kullanımlarını kesmeye ya da azaltmaya çalıştıkları halde bir süre sonra eski kullanım örüntülerine geri dönüyorlarsa (Balcı ve Gülnar 2009: 8).

İnternet bağımlılığı üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde, benzer sonuçlar ortaya çıktığı görülmektedir. Scherer (1997) tarafından Teksas Üniversitesinde yürütülen araştırmaya göre, öğrencilerin % 13'ü, internet kullanımlarının onların akademik çalışmalarına ve mesleki başarılarına engel olduğunu ve aynı zamanda da sosyal hayatlarına müdahale ettiğini bildirmişlerdir. İnternet bağımlısı kişilerin oyunlar, bültenler, sohbet odaları vb. hizmetleri kullandıklarını ve daha çok online ilişkiler aradıklarını göstermektedir (Aktaran: Balcı

ve Gülnar 2009: 8).

Benzer bir çalışmada Young (1998), bağımlı kullanıcılar da internetin, diğer bağımlılıklarda olduğu gibi kişisel, ailevi ve mesleki sorunlara yol açtığını bildirmektedir. Söz konusu sorunlar arasında özellikle uyku düzeninin bozulması ve fiziksel yorgunluk gibi şikâyetler önde gelmektedir. Çalışmada ayrıca internet bağımlılarının büyük bir kısmının interneti iki yönlü iletişim işlevi için kullandığı; bunun yanında bağımlı olmayanlar genelde bilgilenme amaçlı kullanıma ağırlık verdikleri tespit edilmiştir. İnternet bağımlısı denekler haftalık 38.5 saat internet kullanırken; bağımlı olmayanlar haftalık ortalama 4.9 saat internete bağlanmaktadır. Cinsiyet bakımından araştırmaya katılan 396 internet bağımlısının 157'si erkek, 239'u ise kadındır. Bağımlılar arasında erkek kullanıcılar, interneti güç ve şiddet içeren çevrimiçi oyunlar için daha çok tercih ederken; kadınlar kendi görüntülerini saklayabilmelerine imkân tanıyan anonim iletişim yöntemlerine ağırlık vermektedirler. Yazara göre aşırı internet kullanımı öğrencilerde derslerden alınan düşük notlar, dönem uzatma ve hatta üniversiteden atılma gibi önemli akademik sorunlara neden olabilmektedir (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009:9).

Lin ve Tsai (2002: 411) Tayvan'ın farklı bölgelerindeki liselerde eğitim gören toplam 753 öğrenciyi örneklem olarak almışlardır. Sonuçlar incelendiğinde ankete katılanların yüzde 17'si internet bağımlılığı belirtisi göstermektedir. Ayrıca internet bağımlılarının, bağımlı olmayanlara göre duygulanım arayışı ve utangaçlıktan kurtulma gibi nedenlerle internete daha çok yöneldikleri belirlenmiştir. Yazarlara göre ergenler arasında kişisel kimliğin kazanılması gibi güçlü gelişme ihtiyaçları, sosyal utangaçlıkların kırılması vasıtasıyla sağlanabilirken; bu durum internet bağımlılığını körükleyen bir etken olarak ortaya çıkmaktadır (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009:9).

Nalwa ve Anand (2003: 653) ise Hindistan'daki 16-18 yaş aralığındaki öğrencilerin internet bağımlılıklarının kapsamını başlangıç düzeyinde araştırmışlardır. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde internet bağımlıları ile bağımlı olmayan grup arasında anlamlı davranışsal ve işlevsel kullanım farklılıkları bulunmaktadır. Bağımlılar internette, bağımlı olmayanlardan daha fazla zaman harcamaktadır. Bağımlıların çevrim içi zaman geçirmek için diğer işlerini erteledikleri, gece geç saatlerde internette oldukları için uykusuz kaldıkları ve internetsiz hayatın sıkıcı olacağını düşündükleri belirlenmiştir. Yazarlar ayrıca katılımcılara UCLA Yalnızlık Ölçeği de uygulamışlardır. Ölçekte, bu iki grup arasında anlamlı farklılıklar bulunmuş ve internet bağımlılarının puanının bağımlı olmayanlardan yüksek olduğu görülmüştür (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009: 10).

Tsai ve Lin (2003: 650-651) Tayvan'daki 700 lise öğrencisi üzerinde yürüttükleri araştırmalarında, bağımlı öğrencilerin internet kullanım süresini yönetmede zorlandıklarını ve böylelikle internet başında çok uzun kaldıklarını bulmuşlardır. Yazarlar internet başında geçirilen zaman aşırılığının internet bağımlılığına neden olduğunu bildirmektedirler. Çalışmada internet bağımlılığının en temel belirleyicisi olarak internet kullanım süresi bulunmuştur (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009: 10).

Johansson ve Göttestam (2004: 223-228) Norveç'te konuyla ilgili 12-18 yaş aralığındaki 1591 sık kullanıcı arasında yaptıkları çalışmalarında, katılımcıların yüzde 4.02'sinin internet bağımlısı, yüzde 17.66'sının ise riskli kullanıcı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Doğal olarak bu çalışmada problemlili kullanıcı oranı yüzde 21.68 olarak gerçekleşmiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre ise; internet kullanım sıklığı, internete bağlanılan yer ve internet kullanım amaçları internet bağımlılığını belirleyen temel değişkenler konumundadır (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009: 10).

Bir başka Avrupa araştırmasında Simkova ve Cincera (2004: 538-539) Çek Cumhuriyeti'nden 341 üniversite öğrencisiyle görüşmüşlerdir. Katılımcılar cinsiyetlerine göre karşılaştırıldığında farklı sonuçlar elde edilmiştir. 142 kız öğrencinin

yüzde 1'i bağımlı iken; 199 erkek öğrencinin yüzde 9'u bağımlı bulunmuştur. Bu sonuçlara göre Çek Cumhuriyeti'ndeki üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı konusunda erkek öğrenciler daha sıklıkla sorun yaşamaktadır. Benzer şekilde internet bağımlısı öğrencilerle bağımlı olmayan öğrenciler arasında internet kullanım zamanı açısından da anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. İnternet bağımlısı denekler haftada 44 saatlerini internet başında geçirirlerken; bağımlı olmayan öğrenciler haftalık 13 saat internet kullanmaktadırlar. Yazarlara göre ciddi bir şekilde chat ve anında mesajlaşma gibi internet hizmetlerini kullanan öğrencilerin, ortalama üniversite öğrencilerine kıyasla internet bağımlılığı belirtileri gösterme ihtimalleri daha yüksektir. Ancak chat'leşme aktiviteleri mi bağımlılık yapıyor, yoksa bağımlı kişiler mi chat'leşmeyi tercih ediyor bilinmemektedir (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009: 10).

Niemz ve arkadaşları (2005: 562) Nottingham Trent Üniversitesi'nden 371 İngiliz öğrenci üzerinde yaptıkları araştırmalarında, katılımcıların % 18.3'nün patolojik internet kullanımı belirtileri gösterdiğini bulgulamışlardır. Araştırma sonuçlarına göre internet bağımlıları, bağımlı olmayanlara nazaran akademik, sosyal ve kişiler arası ilişkilerinde daha fazla problem yaşamaktadırlar (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009: 10).

Sally (2006: 26) Hong Kong Üniversitesi'nde eğitimlerini sürdüren 410 öğrenci üzerinde yaptığı araştırmasında yirmi maddeden oluşan Young'ın İnternet Bağımlılık Ölçeği'ni kullanmıştır. Sonuçlar, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 18'inin bağımlılık belirtisi gösterdiğini ortaya koymaktadır. Regresyon analizi bulguları, akademik performans ve cinsiyetin, Hong Kong'lu öğrenciler arasında internet bağımlılığının en önemli iki belirleyicisi olduğunu göstermektedir (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009: 10).

Çin, Güney Kore ve Tayvan'ın da içinde bulunduğu birçok Asya ülkesi genç kuşakta İnternet bağımlılığına en sık rastlanan ülkelerdir. Çinli üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmaya göre, gençlerin % 10.6'sının İnternet bağımlısı olduğu ortaya çıkmıştır. Pekin savcısı Shan Xiuyun, kentteki gençliğe özgü suçların % 85'inin İnternet'le ilintili olduğunu vurgulamaktadır. Çinli yetişkinlerin % 13.7'sinin İnternet bağımlılığı tanısına ait ölçütlerle uyumluluk gösterdiğini belirtmiştir. Bu durum Çin hükümetince başlatılan günde üç saatlik bilgisayar oyunu kısıtlamasına yol açmıştır.

İnternet bağımlılığı bulgusuna rastlanan hastaların % 86'sında diğer zihinsel sağlık sorunlarının görüldüğü gözlenmiştir. İnternet bağımlıları depresyon ve kaygı bağlantılı rahatsızlıklar yaşamakta ve hoş olmayan düşünce ve stres yaratan

durumlardan kaçmak amacıyla İnternet'in sanal öğelerini kullanmaktadırlar. İnternet Bağımlılığı tedavisi gören insanların yaklaşık % 60'ı pornografiye karşı aşırı ilgi ve seks içerikli konuşmalarda bulunma gibi uygunsuz buldukları davranışları sergilemektedir. Bu kişilerden yarından fazlasının ise alkol, uyuşturucu, tütün ve seks bağımlısı olduğu gözlenmektedir. ([http://tr.wikipedia.org/wiki/%C4%B0nternet\\_ba%C4%9F%C4%B1ml%C4%B1l%C4%B1l%C4%B1l%C4%9F%C4%B1\\_sendromu](http://tr.wikipedia.org/wiki/%C4%B0nternet_ba%C4%9F%C4%B1ml%C4%B1l%C4%B1l%C4%B1l%C4%9F%C4%B1_sendromu)).

Türkiye'de, Balta ve Horzum (2008: 194: 189) Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi'nin altı farklı bölümünden toplam 292 kişiyle görüşmüşlerdir. Araştırmada cinsiyet yönünden erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Haftada sekiz saatten fazla internete bağlı kalan öğrencilerin, haftada sekiz saatten az internete bağlı kalan öğrencilerden internet bağımlılık düzeyi olarak daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin sosyo-ekonomik statüleri ise internet bağımlılığı düzeylerine etkisi bakımından anlamlı bir farklılık oluşturmamaktadır (Aktaran: Balcı ve Gülnar 2009: 11).

Işık (2007: 172-173), Gazi Üniversitesi'nden 563 öğrenci ile gerçekleştirdiği araştırmasında; internetin, öğrencilerin sosyal çevre ile ilişkileri üzerinde etkilerini belirlemiştir. Faktör analizi sonuçları dört bağımlılık tipini ortaya çıkarmıştır. Bunlar sırasıyla; bireysel oryantasyon+sosyal oyun, bireysel oyun+sosyal oyun, sosyal oryantasyon+bireysel anlama ve sosyal anlama. Deneklerin internet kullanım sonrası arkadaşlarıyla, ailesiyle ve eş/sevgili ile iletişimlerinde bir kayıp yaşayıp yaşamadıkları üzerine verdikleri cevaplar; bir etkinin muhakkak söz konusu olduğunu göstermektedir. Aile ile yüz yüze iletişimlerinde kayıp yaşayanların oranı yüzde 21.9 iken; arkadaşlarla yüzde 18.4'lük ve eş/sevgili ile ilişkilerde yüzde 5.9'luk bir azalma olduğu kaydedilmiştir (Aktaran: Balcı ve Gülnar, 2009:11).

İnternet bağımlılığı bulgusuna rastlanan hastaların % 86'sında diğer zihinsel sağlık sorunlarının görüldüğü gözlenmiştir. İnternet bağımlıları depresyon ve kaygı bağlantılı rahatsızlıklar yaşamakta ve hoş olmayan düşünce ve stres yaratan durumlardan kaçmak amacıyla İnternet'in sanal öğelerini kullanmaktadırlar.



Bayhan'ın üniversite gençliğinin sosyolojik profili araştırmasına göre, örneklemin internet kullanma alışkanlığında, örneklemin %43'ü günde 1-2 saat, % 15'i günde 3-5 saat internet kullanmaktadır. Bağımlılık derecesinde günde 6-8 saat ile günde 9 saat ve üzeri internet kullananların oranı % 3'tür. İnternet bağımlılığı derecesinde internet kullananların çoğunluğunun özellikleri şunlardır: Erkek, en üst gelir grubunda, boşanma ve ebeveynin yurt dışında bulunduğu parçalanmış aileye mensup, özel kolej mezunu, Tıp Fakültesi ve İletişim Fakültesi öğrencileri (Bayhan 2012). MTTB araştırmasına göre, öğrencilerden % 43'ü interneti günde 2 saat, % 39'u günde 3-5 saat kullanıyor. % 12'si ise hiç kullanmıyor (Sencar ve Yıldız 2010: 156).

Bayhan'ın lise gençlerindeki internet bağımlılığı araştırmasına göre de, internet bağımlılığı ile ekonomik gelir arasında doğrudan bir ilişki vardır. Bulgularda da görüldüğü gibi ekonomik gelir yükseldikçe bilgisayar ve evde internet bağlantısı oranı artmaktadır. İnternete erişim oranı arttıkça internet kullanma oranı artmaktadır. İnternet kullanma oranı artışına paralel olarak internet bağımlılık oranı artmaktadır. Ancak, bulgulardan da görüleceği gibi internet bağımlılığı ve internet kullanma alışkanlığını salt ekonomi değişkeni belirlememektedir. Toplumsal cinsiyet ve aile tipi gibi sosyal değişkenlerde internet bağımlılığı üzerinde etkide bulunan önemli değişkenlerdir. Mesela, parçalanmış aileye mensup ergen ve gençlerin internete erişme ve internet bağımlılığı oranları daha fazladır. Bunun bir nedeni, ailedeki otorite eksikliği ve daha serbest davranma ortamı bulmaları iken; diğer nedeni ailedeki ebeveynlerden birinin eksikliğinin sosyal ve psikolojik yoksunluğunun internet ile doldurulmasıdır. (Bayhan 2011: 922-923).

Bayhan'ın lise gençliği araştırmasında cinsiyete göre, erkeklerin interneti kullanma oranı ve dolayısıyla internet bağımlılık oranı kızlara göre daha fazladır. Bu bulgu, diğer araştırmalar ile paralellikler göstermektedir. İngiltere, Çek Cumhuriyeti ve Hong Kong'ta yapılan çalışmalarda da erkek öğrencilerdeki internet bağımlılık oranı daha fazladır. Tayvan'da yapılan araştırmada internet kullanım süresi ile internet bağımlılığı oranı arasında bir ilişki bulunmuştur. İngiltere, Hong Kong ve Tayvan'daki araştırmalarda internet bağımlılık oranı % 18 iken; Teksas Üniversitesi'nde yapılan araştırmada internet bağımlılık oranı % 14'tür. Bayhan'ın araştırmasında da, kendini internet bağımlısı olarak görenlerin oranı % 18 iken, internet bağımlılık ölçeği sonuçlarına göre internet bağımlısı olanların oranı % 14'tür. Bu bağlamda, Bayhan'ın araştırması ile literatürde başka ülkelerde yapılan araştırma sonuçları örtüşmektedir. Bayhan'ın araştırmasındaki diğer önemli



bulgu; sigara, içki ve uyuşturucu madde kullanan öğrencilerin internet bağımlılık oranlarının daha fazla olduğudur. Bu durum da diğer bağımlılık türleri ile internet bağımlılığı arasında doğrudan bir ilişki olduğunu ifade etmektedir. Zaten, psikiyatride “İnternet Bağımlılığı” bir hastalık türü olarak tanımlanmaktadır. (Bayhan 2011: 922-923).

İTÜ’den Prof. Dr. Orhan Kural başkanlığındaki araştırma ekibinin, İstanbul’da örneklemini 1500 velinin oluşturduğu “Çocuklarda Teknoloji Bağımlılığı” araştırmasına göre, okul çağındaki çocukların % 42.3’ü hafta içi günde 3 saatten fazla teknoloji başında vakit geçiriyor. 8 yaş ve altındaki çocukların bile % 11.5’inin günde ortalama 3-4 saat teknoloji başında vakit geçirdikleri görülüyor. Çocuklar arkadaş ortamında bile bilgisayar ve cep telefonu ile vakit geçiriyor. Aileler teknolojinin çocukların dersleri ve sosyal hayatlarını olumsuz etkilediği görüşünde. Ankete göre çocuklar bilgisayar, tablet, cep telefonu gibi cihazların başından kalkmadan acele ile yemeklerini yiyor ve uykuda geçirmeleri gereken zamanı internet başında geçiriyor. Ayrıca erkek çocuklar kız çocuklarına göre daha uzun süre teknoloji başında duruyor. Çocukların % 64.2’si bilgisayarı oyun amaçlı kullanıyor. Bunu % 53.1 ile sosyal medya, % 46.9 ile araştırmalar, % 32.9 ile ev ödevi hazırlama, yüzde 27.7 ile diziler takip ediyor. Erkeklerin % 82.5’i bilgisayar oyunları; kızlar ise diziler ile internetten alışverişi tercih ediyor. Yaş yükseldikçe sosyal medya, araştırma, diziler genel ortalamanın üzerine çıkarken, 8 yaş ve altı çocukların % 81.3’ü bilgisayar oyunu oynuyor. Lise ve üzeri eğitim kademesindekilerin bilgisayar kullanım amaçları sosyal medya ağları. Günde 7 saatten fazla teknoloji başında vakit geçiren çocukların % 71.7’si sosyal ağları, % 42.4’ü dizileri takip etmektedir (Engin 2013).

Emniyet Genel Müdürlüğü’nün hazırladığı “Bilgisayar ve İnternet Bağımlılığı” raporuna göre, özellikle ortaokul ve lise çağındaki 12-18 yaş grubu büyük risk altında. Rapora göre, sosyal becerileri gelişmemiş, yüz yüze görüşmelerde güçlük çeken, fiziksel görünüşünden memnun olmayan ve ilişkilerde kendine güvenmeyen bireylerde internet bağımlılığı daha belirgin (Kaya 2013).

İnternet bağımlılığı hastalığını tedavi etmek için yapılması gerekenler Kimberly Young’a göre şunlar olabilir; hastanın günlük İnternet kullanım saatlerini değiştirmek, örneğin bir mutfak saati yardımıyla bilgisayarı kapatmasını hatırlatmak, haftalık İnternet kullanımı hedefi çizelgeleri yapıp bunları kaydetmek, İnternet

Diğer önemli bulgu; sigara, içki ve uyuşturucu madde kullanan öğrencilerin internet bağımlılık oranlarının daha fazla olduğudur.

orucuna girmek, küçük hafıza kartlarına İnternet'in faydaları ve zararlarını yazmak, destek grupları ya da aile terapisi gibi yöntemler düşünölmelidir (Ekinci 2002:227-237). Her şeyden önce, hastalığın farkına varmak ve rahatsız olduğunu kabul etmek gerekmektedir. Bağımlı olduğunu kabullenemeyen birinin, bağımlılıktan kurtulması zor olmaktadır. Tedavi için tedavi olmayı istemek önem taşımaktadır (Bayhan 2011a: 152).

### Sonuç

Temelinde internetin olduğu yeni bir çağ ve toplum dönemecindeyiz. Teknolojinin olumlu yanları dışında, olumsuz yanlarını da görmek ve düşünmek durumundayız. Aksi takdirde, birey kendi icat ettiği teknolojinin kölesi olur. Teknolojinin ve özellikle internet teknolojisinin yabancılaşma yaratıp, hissizleştirdiği bir vakiadır. Bu durumu en iyi ve belagatlı betimleyen ifadeleri, *Eski Ahit'te (Zebur bölümünde)* bulmak mümkündür (Carr 2012: 254).

*Oysa onların putları altın ve gümüşten yapılmış,*

*İnsan elinin eseridir.*

*Ağızları var konuşamazlar,*

*Gözleri var görmezler,*

*Kulakları var duymazlar,*

*Burunları var koku almazlar.*

*Elleri var hissetmezler,*

*Ayakları var yürümezler,*

*Boğazlarından ses çıkmaz.*

*Onları yapan, onlar gibi olacak,*

*Onlara güvenen de onlar gibi olacak!*

İnternetin küreselleşmenin en önemli aracı olduğu gerçeğini yadsımadan, internet dışında kalınamayacağı gerçeğinden hareketle interneti doğru ve bilinçli kullanma eğitimi önem taşımaktadır. Bunun için Türkiye'de son yıllarda ilköğretim 6, 7 ve 8. sınıflarında seçmeli olarak okutulan "Medya Okur Yazarlığı" dersinin zorunlu hâle getirilmesi ve içeriğinin bilinçli internet kullanımı bağlamında zenginleştirilerek daha işlevsel verilmesi sağlanmalıdır. İnternetin ve küreselleşmenin dışı yok. İnternetin olumlu ve olumsuz yanlarının farkına varabilmek önem taşımaktadır (Bayhan 2011: 922-923).

İnsanın kendine, topluma ve kültürüne yabancılaşmaması için Sokrates'in "Kendini bil" mottosunu ve Yunus Emre'nin "İlim ilim bilmektir / İlim kendin

bilmektir / Sen kendini bilmez isen / Ya nice okumaktır” dizelerini rehber edinmek zorundayız.

## Kaynaklar

- BALCI, Şükrü ve Birol, Gülnar (2009), “Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılığının Profili”, Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi, Sayı : 6, Temmuz 2009, Konya.
- BAYHAN, Vehbi (2013), “Gençlik ve Postmodern Kimlik Örüntüleri-Üniversite Gençliğinin Sosyolojik Profili”, *Gençlik Araştırmaları Dergisi, Journal of Youth Research*, Cilt 1, Sayı 1, Ankara: Gençlik ve Spor Bakanlığı Yayınları.
- BAYHAN, Vehbi (2012b), “Türkiye’de Gençlik: Sorunlar, Değerler ve Değişimler”, *Dünden Bugüne Türkiye’nin Toplumsal Yapısı*, (Editör: Memet Zencirkıran), 3.Baskı, Bursa: Dora Yayınları.
- BAYHAN, Vehbi (2012), *Üniversite Gençliğinin Sosyolojik Profili-2012 (İnönü Üniversitesi Uygulaması)*, (Yayınlanmamış Araştırma), İnönü Üniversitesi, Malatya.
- BAYHAN, Vehbi (2012a), “İngiliz Baharı mı? Ağustos 2011’de İngiltere’de Yaşanan Ayaklanmaların Sosyolojik Nedenleri”, *Sosyoloji Konferansları*, Sayı:46, İstanbul Üniversitesi İstanbul: İktisat Fakültesi Yayını.
- BAYHAN, Vehbi (2011a), “Milenyum Gençliğinin Parolası: “Görünüyorum O halde Varım”, *Türk Yurdu*, Cilt 31, Sayı:286, Haziran 2011, Ankara.
- BAYHAN, Vehbi (2011), “Lise Öğrencilerinde İnternet Kullanma Alışkanlığı ve İnternet Bağımlılığı (Malatya Uygulaması)”, *Akademik Bilişim’11 - XIII. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri*, 2 - 4 Şubat 2011, İnönü Üniversitesi, Malatya. [http://ab.org.tr/ab11/kitap/bayhan\\_AB11.pdf](http://ab.org.tr/ab11/kitap/bayhan_AB11.pdf)
- BAYHAN, Vehbi (2005), “Gençlik ve Postmodern Çoğul Kimlik”, Uluslararası Sosyoloji Kolokyumu, Parçalanmalar Çağında Yeni Toplumsallıklar, 12-14 Mayıs 2005, Galatasaray Üniversitesi, İstanbul.
- BAYHAN, Vehbi (2002), *Genç Kimliği, Üniversite Gençliğinin Sosyolojik Profili*, Malatya: İnönü Üniversitesi Yayınları.
- BAYHAN, Vehbi (1995), “Globalleşme ve İnternet Örneği”, *1.Türkiye’de İnternet Konferansı*, 17-18 Kasım 1995, Bilkent Üniversitesi, Ankara.
- BRADY, Tom (2010), “Facebook’ta Nesil Çatışması”, *The New York Times*, 10.10.2010.
- CARR, Nicholas (2012), *Yüzeysellik: İnternet Bizi Aptal mı Yapıyor?*, (Çeviren: İbrahim Kapaklıkaya), İstanbul: Ufuk Yayınları,
- DAVİS, R.A. (2005), “A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use”, *Computers in Human Behavior*, 2005, 17; 187-195.
- EKİNCİ, Armağan (2002), “Aziz Antonius’un Baştan Çıkarılması: Bir Kötü Alışkanlık Olarak İnternet”, *Cogito*, Sayı:30, Kış 2002.
- ENGİN, Merve (2013), “Çocuklar Uykudan Çaldığı Zamanı İnternette Harcıyor”, *Star Gazete*, 02-06-2013, <http://haber.stargazete.com/saglik/cocuklar-uykudan-caldigi-zamani-internette-harciyor/haber-759158>
- FUREDİ, Frank (2001), *Korku Kültürü*, (çev. Barış Yıldırım), İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- GOLDBERG I (1996), *Internet Addiction Disorder*. Retrieved February 10. 2009 from <http://www.rider.edu/~suler/psyber/supportgp.html>.
- GÜR, S. DALMIŞ, Bekir İbrahim KIRMIZIDAĞ, Nur ÇELİK, Zafer BOZ, Nevel (2012), *Türkiye’nin Gençlik Profili*, Ankara: SETA.
- HARDT, Michael & NEGRİ, A. (2012): *Duyuru*, (çev. Abdullah Yılmaz), Ayrıntı Yayınları, İstanbul.
- KARACA, Mehmet (2007), “İnternet Gençliği: Yeni Bir Gençlik Tiplemesi Denemesi”, *e-Journal of New World Sciences Academy* 2007, Volume: 2, Number: 4

- KAYA, Bayram (2013), "12-18 Yaş Arası İnternet Bağımlısı", Zaman Gazetesi, 20-04-2013, [http://www.zaman.com.tr/aile-saglik\\_12-18-yas-arasi-internet-bagimlisi\\_2080481.html](http://www.zaman.com.tr/aile-saglik_12-18-yas-arasi-internet-bagimlisi_2080481.html)
- Konda (2011), "Türkiye Gençliği Araştırması", İstanbul.
- Ntvmsnbc (2013): "Gençler Twitter'e Göç Ediyor", 22.05.2013, <http://www.ntvmsnbc.com/id/25444205>
- Sencar, Özer; Sıtkı Yıldız (2010): *Türkiye'deki Üniversite Gençliğinin Profili*, Milli Türk Talebe Birliği (MTTB), İstanbul.
- SIRT, Timur (2010), "Teknoloji", *Sabah Gazetesi*, 03. 10.2010
- STEIN, Joel and JOSH Sanburn (2013), "The New Greatest Generation", *Time*, 5/20/2013, Vol. 181, Issue 19, p26-33.
- ŞENER, Gülüm (2009), "Türkiye'de Facebook Kullanımı Araştırması", XIV. Türkiye'de İnternet Konferansı, 12-13 Aralık 2009, Bilgi Üniversitesi, Dolapdere, İstanbul, <http://inet-tr.org.tr/inetconf14/bildiri/4.pdf>
- TOPRAK, Ali (2009), "Facebook'ta Mahremin Dönüşümü, Teşircilik ve Görme/Gösterme Hazzı", XIV. Türkiye'de İnternet Konferansı, Bilgi Üniversitesi 12-13 Aralık 2009.<http://inet-tr.org.tr/inetconf14>
- VASSAF, Gündüz (2010), "2012", *Radikal Gazetesi*, 03. 10.2010
- YOUNG K S (1998), Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder, *CyberPsychology & Behavior*, 1 (3), 237-244.