

DSM-5 Tanı Ölçütleri Temelinde İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin Geliştirilmesi: İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Açısından Bir Değerlendirme



Sezin ANDIÇ¹, Ayşegül DURAK BATIGÜN²

ÖZET

Amaç: İnternet bağımlılığı özellikle genç yetişkinler arasında tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de büyük bir sağlık problemi haline gelmektedir. İlgili alanyazın incelendiğinde, Türkiye örneğinde internet bağımlılığı ve ilişkili psikolojik değişkenlerin araştırıldığı çalışmaların çok az olduğu görülmektedir. Çalışmanın amacı Amerikan Psikiyatri Birliği Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel Elkitabı'nın beşinci baskısının (DSM-5) üçüncü bölümünde yer alan internet oyun oynama bozukluğu tanı ölçütlerine dayanan, internet bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesidir.

Yöntem: Çalışmanın örneklemini 189 (%57,1) kadın, 142 (%42,9) erkek olmak üzere toplam 331 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Örneklemin yaş ortalaması 21,6'dır (SS=2,61). Veri toplama amacıyla, Demografik Bilgi Formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, MMPI Dürtüsellik Alt Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği kullanılmıştır.

Bulgular: İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin faktör yapısını belirlemek amacıyla açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda, DSM-5 tanı ölçütlerine uygun olarak, ölçeğin 7 faktörlü bir yapı içerdiği ve iç tutarlılığının 0,97 olduğu bulunmuştur.

Sonuç: İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin ülkemiz örneklemini için geçerli psikometrik özelliklerinin olduğu; ayrıca yalnızlık, öz şefkat, dürtüsellik ve temel psikolojik ihtiyaçlar ile anlamlı ilişkiler gösterdiği ortaya konulmuştur.

Anahtar Sözcükler: İnternet bağımlılığı, geçerlik, güvenilirlik, dürtüsellik, psikolojik ihtiyaç

SUMMARY

Development of Internet Addiction Scale Based on DSM-5 Diagnostic Criteria: An Evaluation in Terms of Internet Gaming Disorder

Objective: Internet addiction (IA) turn out to be a serious health problem in our country as in the whole world, especially for young adults. To our knowledge, there are very few studies investigating IA and associated psychological variables in a Turkish sample. The purpose of this study is to develop the internet addiction scale (IAS) on the basis of the diagnostic criteria for internet gaming disorder, in the third section of the fifth edition of the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5) by the American Psychiatric Association (APA).

Method: The study included 331 university students consisting of 189 (57.1%) females and 142 (42.9%) males with a mean age of 21.6 (SD=2.61) years. Data were acquired with a Demographic Information Form, the Internet Addiction Scale (IAS), the UCLA Loneliness Scale (UCLA-LS), the Impulsive Behaviour Scale (IBS) based on the Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI), the Self-Compassion Scale (SCS) and the Basic Psychological Needs Scale (BPNS).

Results: Exploratory factor analysis revealed that the IAS has a 7-factor structure with an internal consistency coefficient of 0.97 in accordance with the DSM-5 diagnostic criteria.

Conclusion: Results of the statistical analyses showed the psychometric properties of IAS to be valid on a Turkish student sample and it significantly correlated with loneliness, self-compassion, impulsivity and basic psychological needs.

Keywords: Internet addiction, validity, reliability, impulsivity, psychological need

Geliş Tarihi: 31.01.2018, **Kabul Tarihi:** 22.05.2019, **Çevrimiçi Yayın Tarihi:** 13.10.2019

¹Kl. Psik. Dr., ²Psik. Prof., Ankara Üniv., Psikoloji Bl., Ankara.

SA: <https://orcid.org/0000-0002-5144-0685>, **ADB:** <https://orcid.org/0000-0002-8278-6419>

Kl. Psik. Dr. Sezin Andıç, e-posta: sezinandic@gmail.com

GİRİŞ

Bilgi teknolojisi sürecinde oldukça büyük bir güce sahip olan internet, insan yaşamında daha iyiye ya da daha kötüye doğru derinlemesine bir etki yaratarak ilerlemektedir. Yaklaşık 20 yıl önce, internetin en az telefon ya da televizyonun hayatımıza girmesi kadar etkili bir teknoloji olduğu vurgulanarak, toplumsal katılımı artırsa da azaltsa da bireylerin ve toplumun psikolojik iyilik hallerine zarar verebileceğine ilişkin görüşler ifade edilmiştir (örn. Kraut ve ark. 1998). Geçtiğimiz 10 yılda ise cep telefonu ve diğer elektronik cihazlar aracılığıyla, insanlar oyun, kumar, alışveriş ve pornografi gibi heyecan verici çevrimiçi tabanlı içeriklere kolaylıkla erişirken; çocukluktan yetişkinliğe kadar, internetin bu bağlamda kullanımı giderek sorun teşkil etmeye de başlamıştır. Benzer şekilde, internete aşırı bağımlı olan ya da interneti aşırı kullananlar kendi çevrimiçi etkinliklerini kontrol edebilme becerisini sürdüremediğinde problemler ortaya çıkmaya başlamaktadır (Wu ve ark. 2016).

Genç bireyler arasında, internet kullanımının belirgin artışı ile gerçek ilişkilerin sanal ilişkilere dönüşmesi, psikoloji alanında yeni araştırmalar yapılmasını zorunlu kılmıştır. Bu doğrultuda, Goldberg (1996) DSM-IV'te madde kullanım bozukluğu için yer alan tanı ölçütlerine dayandığı, tolerans, geri çekilme ve önemli sosyal ve mesleki etkinliklerden vazgeçme ya da bu etkinliklerin azalmasına odaklanan İnternet Bağımlılığı Bozukluğu için tanı ölçütleri önermiştir. DSM-5'te ise bu bozukluğa genel internet bağımlılığı olarak değil de "internet oyun oynama bozukluğu" olarak yer verilmiş ve bu bozukluk ileri araştırmalar yapılabilmesi için DSM-5'in üçüncü bölümüne eklenmiştir. İnternetin aşırı kullanımı ile ilgili birçok araştırmaya rağmen, tutarlı tanı ölçütleri mevcut değildir ve bu tanılama ölçütlerinin eksikliği internetin aşırı kullanımının sıklığı, süreci ya da ilerlemesi ve tedavisi ile ilişkili tutarsız raporlamalara yol açmıştır. DSM-5'te, internet oyun oynama bozukluğuna ilişkin olarak, zihnin internet oyunları ile meşgul olması ya da obsesyonların olması (zihinsel meşgulliyet); internet oyunları oynanmadığında yoksunluk (geri çekilme) belirtilerinin ortaya çıkması; internet oyunları oynama süresinin sürekli artması (tolerans); internet oyunlarını oynamayı bırakma girişimlerinde başarısız olunması (süreklilik); keyif alınan uğraşlar gibi diğer yaşam etkinliklerine olan ilginin azalması (yerine geçme), tüm olumsuzluklarına rağmen internet oyunlarını oynamayı sürdürmek (sorunlar), internet oyun süresi ve sıklığı konusunda diğerlerine yalan söyleme (yanıltma), kaygı ya da suçluluk duygularını hafifletmek ya da bunlardan kaçınmanın bir yolu olarak internet oyunlarına yönelmek (kaçınma), internet oyunlarını oynuyor olmaya bağlı olarak bireyin fırsatları kaçırmaması, ilişkilerini kaybetmesi ya da tehlikeye sokması (çatışma) olmak üzere, dokuz tanı ölçütü önerilmektedir. Bu tanı ölçütlerinden tolerans ve geri çekilme alt boyutlarının en önemli boyutlar olduğu; bu dokuz tanı ölçütünden beşinin son bir yıl içerisinde görülüyor olması durumunda ise internet oyun oynama bozukluğu tanısının konulabileceği ifade edilmektedir (APA 2013).

İnternet kullanımı çok yaygın bir boş zaman etkinliğidir. Dolayısıyla, duygusal ya da sosyal zorluklarla başa çıkma yolu olarak da sürdürülebilmektedir. Bireyin işlevselliğini bozması açısından bakıldığında ise aşırı internet kullanımı düşük akademik sonuçlar, mesleki başarısızlık veya aile ilişkilerindeki olumsuzluklarla ilişkili görünmektedir (Cho ve ark. 2014, Ko ve ark. 2005). Diğer taraftan, internet bağımlılığındaki psikolojik bağımlılık durumu yalnızlık, huzursuzluk, depresyon, düşük fiziksel etkinlik, gelişim ödevlerine ilişkin sorunlar yaşanması, sürekli internet erişimi isteği ve uyku sorunları ile ilişkili görünmektedir (Yen ve ark. 2011).

Yalnızlık, bireyin yalnız ya da çevresindekilerle iletişim kurmadan yaşadığı durumu tanımlayan, zamanımızın nasıl geçirildiğinin göstergesidir. İnternet kullanıcılarının sosyalleşmeden uzaklaşmalarının yalnızlık gibi olumsuz psikolojik sonuçlara yol açtığı gösterilmiştir (Kraut ve ark. 1998). Waterloo ve arkadaşları (2017) tarafından yapılan bir araştırmada kişilerarası ilişkilerde öneme sahip olan duygu ifadelerinin, sosyal medya üzerinde daha kolay ifade edilip, nasıl farklılaştığı ortaya konulmuştur. Thatcher ve Goolam (2005), sosyalleşme gereksiniminin altında yatan nedenlerden birinin yalnızlıktan kurtulma isteğinin olduğunu ifade etmiş ve problemlerli internet kullanımı ile toplumdaki soyutlanma arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Benzer şekilde, yalnızlık ile internet kullanımı arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler olduğunu gösteren başka çalışmalara da rastlanmıştır (örn. Caplan 2002, Batıgün ve Hasta 2010, Günüş 2009, Karapetsas ve ark. 2015).

Öz şefkat kavramı, bireyin benliğine yönelik tutum ve yaklaşımlarıyla yakından ilişkilidir (Bennett-Goleman ve Brown 2001, Salzberg 1997). Öz şefkat düzeyi yüksek olan bireyler, başarısızlık, yetersizlik ya da şanssızlık yaşadığında kendilerini kınamak, yargılamak yerine; işlevsiz eylem ve davranışları, ortak insani kırılmalar olarak görür ve kendilerini ya da diğerlerini acımasız olarak eleştirmezler. Laconi ve arkadaşları (2017) tarafından yapılan araştırmada, öz şefkat ile pozitif yönde yüksek ilişki gösterdiği bilinen benlik saygısı (Neff ve Vonk 2009) gibi psikolojik ve depresyon gibi psikopatolojik değişkenler ile problemlerli internet kullanımı arasında anlamlı ilişkiler olduğu; ayrıca savunma mekanizmaları, başa çıkma ve kişilik özelliklerini içeren değişkenler ile de internet bağımlılığı arasında anlamlı düzeyde ilişkiler olduğu ortaya konulmuştur.

Dürtüsellik, planlama veya sonucunu düşünme eksikliği, sabırsızlık ve yeni deneyimler arama heyecanını içerir. Dürtüsellik bir özellik olarak sıklıkla bağımlı davranışlarla ilişkili olduğu; ek olarak, internet bağımlılığının da düşük dürtü kontrolü ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Hyera Ryu ve ark. 2018). Lee ve arkadaşlarının (2012) araştırması sonucunda, internet bağımlılığının bir dürtü kontrol bozukluğu olarak kavramsallaştırılabileceği ve dürtüsellik özelliğinin olmasının internet bağımlılığına karşı kırılabilirliğin bir göstergesi olabileceği ifade edilmiştir.

Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasında da aşırı internet kullanımının sağlıklı olmayan bir başa çıkma yöntemi olarak, önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir. Bu doğrultuda, internet bağımlılık düzeyi yüksek ve düşük olan ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarında anlamlı bir farklılık olduğu; internet bağımlılık düzeyi düşük olan ergenlerin yüksek olanlara göre özerklik, yeterli ve ilişki ihtiyaçlarının daha fazla olduğu ortaya konulmuştur (Canoğulları 2014, Canoğulları ve Güçray 2017).

Geçtiğimiz yıllarda çevrimiçi bağımlılıkları araştıran çalışmaların arttığı görülmektedir. Ancak, sarhoş edici herhangi bir madde tüketimini içermeyen oyunun bir bağımlılık olarak kabul edilmesi, herhangi bir kuramsal neden olmaksızın alışveriş, egzersiz, seks ya da video oyunları gibi sorunlu alışkanlık davranışlarının bu bağımlılık altında yer almaması, önemli bir eksiklik olarak karşımıza çıkabilir. Bu nedenle internetin oyun dışındaki diğer kullanım alanlarına ilişkin araştırmalara da ihtiyaç duyulduğu ifade edilmektedir (Kuss ve ark. 2014). DSM-5'te internet oyun oynama bozukluğu ile internet bağımlılığının aynı bozukluk olduğu iddia edilmekle birlikte ileri araştırmalara ihtiyaç olduğu da vurgulanmaktadır (örn. Cho ve ark. 2014, Griffiths ve Pontes 2014). Bunun nedeni, araştırmaların internet oyun oynama bozukluğunun diğer çevrimiçi etkinliklerden farklı bir görünümünün olduğunu göstermiş olmasıdır (Montag ve ark. 2014). Dolayısıyla, yakın zamanda yapılan araştırmalar internet oyun oynama bozukluğunun internet bağımlılığı ile aynı olmayabileceğini göstermektedir. İnternet oyun oynama bozukluğu ile ilgili araştırmalara ilişkin kavramsal netliklere gereksinim olduğu, DSM-5'in internet oyun oynama bozukluğu konusunda, hem yanıltıcı hem de yanlış şekilde yönlendirici olduğu da ifade edilmektedir (Griffiths ve Pontes 2014). Ayrıca diğer çevrimiçi etkinlikler üzerindeki araştırmalar ile bu etkinliklerin olumlu ya da olumsuz sonuçları yeterince kanıtlanamamış görünmektedir (Petry ve O'Brien 2013). Bu doğrultuda, tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de internet bağımlılığının standart bir ölçme aracı ile ölçülmesi önem kazanmaktadır. Bu amaçla, Cho ve arkadaşları (2014) tarafından DSM-5 tanı ölçütlerine göre geliştirilen ölçek maddelerine, ülkemizde kullanılan internet bağımlılığı ölçeklerinin taranması sonucu elde edilen maddelerin dahil edilmesi ile bir internet bağımlılığı ölçeği geliştirilmesi amaçlanmıştır. Mevcut çalışmada, internet bağımlılığı ile yalnızlık, öz şefkat, dürtüsellik ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkilere ek olarak; internet bağımlılığı, yaş, cinsiyet, anne eğitim düzeyi ve internet kullanım süreleri gibi demografik değişkenler açısından da incelenmiştir.

YÖNTEM

Katılımcılar

Çalışmanın örneklemini Ankara ili içerisindeki iki farklı üniversitede okuyan ve çalışmaya gönüllü olarak katılan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Mühendislik gibi sayısal bir

bölümde ve psikoloji, felsefe ve sosyoloji gibi sözel bölümlerde öğrenim gören katılımcılara, uygun örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. 189 (%57,1) kadın, 142 (%42,9) erkek olmak üzere toplam 331 katılımcının yaş ranjı 17-29 olup, yaş ortalaması 21,6 (SS:2,61)'dir. 119 (%35,9) mühendislik ve 127 (%46,7) psikoloji, 26 (%7,9) sosyoloji, 29 (%8,7) felsefe öğrencisinden oluşup, 30 katılımcının ise bölümlerinin sorulduğu soruyu boş bıraktığı görülmektedir. Örneklemin anne eğitim düzeyi ise 4 (%1,2) okuryazar olmayan, 138 (%41,7) ilköğretim, 118 (%35,6) ortaokul/lise ve 67 (%20,2) üniversite şeklinde olup 4 (%1,2) katılımcının ise anne eğitim düzeyi sorusunu boş bıraktığı görülmektedir. Katılımcıların gün içindeki internet kullanım saati incelendiğinde, 103 (%31,1) katılımcının 0-2 saat arasında internette zaman geçirdiği, 147 (%44,4) katılımcının 3-5 saat arasında, 64 (%19,3) katılımcının ise 6 saat ve üzeri süreyi gün içinde internette geçirdiği görülmektedir. Psikiyatrik tanı alan ya da psikiyatrik ilaç kullanan bireyler çalışmaya dahil edilmemiştir.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu: Katılımcıların cinsiyet, yaş, üniversitede okumakta oldukları bölüm ve anne eğitim düzeyi ile internet kullanım süresine ilişkin soruları içeren bir bilgi formudur.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği: DSM-5'te önerilen tanı ölçütleri temelinde, kültürümüze uygun yeni bir ölçek geliştirilme çalışması yapılabilmesi için Cho ve arkadaşları (2014) tarafından, DSM-5 tanı ölçütleri temelinde geliştirilen 41 maddelik ölçeğin Türkçeye çevirilmesi sonrasında, Türkiye'de geçerlik güvenirliği yapılmış olan internet bağımlılığı ölçekleri (Bayraktar 2001, Demirci ve ark. 2014, Günüş ve Kayri 2010) taranarak 127 maddelik bir havuz oluşturulmuştur. 3 uzman görüşü alınarak, benzer maddeler çıkarıldıktan sonra kalan 73 madde ise hakem değerlendirmeleri sonucunda 66 maddeye düşürülmüş ve ölçek mevcut çalışmada bu şekilde kullanılmıştır.

UCLA-Yalnızlık Ölçeği: Bireyin algıladığı yalnızlık düzeyini belirlemek amacıyla, dörtlü likert tipi 20 sorudan oluşan ölçek Russel ve arkadaşları (1980) tarafından geliştirilmiştir. Ülkemizde geçerlik güvenirlik çalışması Demir (1989) tarafından yapılmış ve Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0,96; test tekrar test güvenirliği 0,94 bulunmuştur. Ölçekten alınan toplam puan yükseldikçe yalnızlık duygusunun arttığı, ölçekten alınan toplam puan düştükçe yalnızlık duygusunun azaldığı şeklinde yorumlanma yapılabilmektedir. Mevcut çalışma örnekleminde ise Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0,82 olarak bulunmuştur.

Öz Şefkat (self-compassion) Ölçeği-Kısa Formu: Orijinal formu (Neff 2003) 26 maddeden oluşan ölçeğin, toplam puan açısından uzun formu ile yüksek korelasyon ve güvenirlik gösteren 12 maddelik kısa formu (Raes ve ark. 2011) kullanılmıştır. Ölçek beşli likert tipi bir ölçektir. Öz sevecenlik,

öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilgece farkındalık, aşırı özdeşleşme olmak üzere 6 alt boyuttan oluşan ölçeğin; 1, 3, 7, 9, 11, 12. maddelerinin ters puanlanması ile toplam puan alınarak, öz şefkat toplam puanına ulaşılabilmektedir. Alınan toplam puan yükseldikçe öz şefkat düzeyinin yüksek, toplam puan düştükçe öz şefkat düzeyinin düşük olduğu şeklinde yorumlanır. Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0,96; test tekrar test güvenilirliği 0,94 bulunmuştur. Ölçeğin kısa formu, ülkemizde geçerlik güvenilirliği Deniz ve arkadaşları (2008) tarafından yapılan uzun formdan, kısa formda yer alan maddeler seçilerek kullanılmıştır. Kısa formun mevcut çalışma örnekleminde Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı 0,78 olarak bulunmuştur.

Dürtüsel Davranışlar Ölçeği (Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri-MMPI): 1957 yılında Gough tarafından gerçekleştirilen bir çalışma sonucunda, Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanterinden (MMPI) seçilerek, ortaya çıkarılan bir ölçektir. Dürtüsel davranışların değerlendirilmesi amacıyla kullanılan ölçeğin ülkemizde geçerlik güvenilirlik çalışması Batıgün ve Şahin (2003) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı 0,73 olarak bulunmuştur. Toplam 21 maddeden oluşan, doğru yanlış şeklinde kategorik yapıda olan ve 0-1 arası puanlanan, ölçekten alınan yüksek puanlar dürtüsel davranışın sıklığını göstermektedir (Dahlstrom ve ark. 1979). Toplam puan alınırken, 8. ve 11. maddeler ters kodlanmaktadır. Mevcut çalışma örnekleminde ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı 0,75 olarak bulunmuştur.

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği: Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilen ölçeğin ülkemizde uyarılma, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Kesici ve arkadaşları (2003) tarafından yapılmıştır. Özerklik ihtiyacı, yeterlik ihtiyacı ve ilişki ihtiyacı olmak üzere üç alt boyut ve 21 maddeden oluşan ölçek, 1-5 arası liket tipi puanlanmaktadır. Psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinden alınan toplam puan bireyin psikolojik ihtiyaca duyduğu arzunun derecesini göstermektedir. Bireylerin ölçekten aldıkları toplam puan düştükçe psikolojik ihtiyacı daha fazla hissettiği, toplam puan yükseldikçe psikolojik ihtiyacı daha az hissettiği şeklinde yorumlanır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmış ve tüm ölçek için 0,76 olduğu bulunmuştur (Kesici ve ark. 2003). Mevcut çalışma örnekleminde ise Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı 0,88 olarak bulunmuştur.

İşlem

İlgili üniversitenin etik kurulundan alınan iznin ardından, DSM-5 tanı ölçütleri temelinde geliştirilen 41 maddelik ölçek (Cho ve ark. 2014) Türkçeye çevrilmiş ve çeviri üç ayrı hakem tarafından değerlendirilerek son halini almıştır. Daha sonra, bu maddelere ülkemizde kullanılan ölçeklerin taranması ile elde edilen maddeler eklenerek 127 maddelik bir havuz oluşturulmuştur. Benzer maddelerin çıkarılması ve hakem görüşleri doğrultusunda ölçek 66 maddeye düşürülmüştür. Toplam

66 maddeden oluşan bu ölçek, diğer ölçekler ile birlikte, sıra etkisini kontrol etmek amacıyla demografik form başta olmak üzere farklı sıralarda birleştirilerek gönüllü öğrencilere uygulanmıştır. Uygulamalar sınıf ortamında yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Eksik ya da hatalı doldurulan ve tüm ölçeklerin ya da herhangi bir ölçeğin yarısından fazlasının boş bırakıldığı ölçek formları değerlendirmeye alınmamıştır. Analizler öncesinde veri seti gözden geçirilerek normal dağılım içerisinde bulunmayan, uç grupta yer alan veriler veri setinden çıkarılmıştır.

BULGULAR

Yapı Geçerliğine İlişkin Bulgular Açımlayıcı Faktör Analizi

İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin (İBÖ) yapı geçerliğini ölçmek amacıyla açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Herhangi bir faktör sayısı belirtilmeden yapılan temel bileşenler (principal components) analizi ve madde analizleri sonucunda, ayırtecilik düzeyleri kabul edilebilir sınırdan olmayan, korelasyonları düşük olan ve faktör yük değerleri 0,30 un altına kalan ya da birden fazla maddeye yüklenen 31 madde ölçek formundan atılmış ve analizler 35 madde üzerinden gerçekleştirilmiştir. Kullanılan verilerin faktör analizine uygun olup olmadığını gösteren Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) = 0,96 olarak bulunması da bu verilerin faktör analizine uygun olduğunu göstermektedir. Açımlayıcı faktör analizi, özdeğerleri 1'in üzerinde olan ve toplam varyansın %67,12'sini açıklayan 7 faktör ile sonuçlanmıştır. Faktör sayısı belirtilmeden yapılan temel bileşenler analizinin ölçeğin özgün formuna da uygun olarak yedi faktörlü bir yapı göstermesi, buna ek olarak özdeğerler, açıklanan varyans oranı, özdeğerlerin grafik dağılımının (scree-plot) da incelenmesi sonucunda yedi faktör oluşturmanın ölçek için uygun olduğuna karar verilmiştir.

Tablo 1'de görüldüğü gibi faktörlerden birincisi varyansın %12,47'sini, ikincisi %11,37'sini, üçüncüsü %10,27'sini, dördüncüsü %10,22'sini, beşincisi %9,97'sini, altıncısı %6,42'sini, yedincisi %6,40'ını ve faktörlerin tümü birden toplam varyansın %67,12'sini açıklamaktadır. Bu çalışmada birinci faktör "kaçış/kaçınma" (5 madde), ikinci faktör "başarısız girişimler" (6 madde), üçüncü faktör "geri çekilme" (7 madde), dördüncü faktör "zihinsel meşguliyet ve tolerans" (6 madde), beşinci faktör "tehlikeye atmak" (5 madde), altıncı faktör "aldatmak/kandırmak" (4 madde) ve yedinci faktör "sağlıkla ilgili yan etkiler" (2 madde) olarak adlandırılmıştır.

Güvenirlilik Analizi Bulguları

İBÖ'nün güvenilirlik düzeyini belirlemek amacıyla Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları birinci alt boyut için 0,89; ikinci alt boyut için 0,91; üçüncü alt boyut için 0,89; dördüncü alt boyut için 0,90; beşinci alt boyut için 0,84; altıncı alt boyut için 0,77

Tablo 1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği Faktör Analizi ve Güvenirlik Analiz Sonuçları

Maddeler	1	2	3	4	5	6	7	Com
Olumsuz duygu durumundan kaçınma (Kaçış)	17. İnternetteyken sorunlarımı unutuyorum.	,70						,71
	23. Hayatım hakkında beni rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için internete girerim.	,70						,68
	35. Kendimi endişeli ya da sıkıntılı hissettiğim zamanlarda internet kullanmak beni rahatlatıyor.	,73						,72
	44. İçimi karartan vve beni rahatsız eden şeyleri unutmak için internete giriyorum.	,74						,75
	60. Stresimi gidermek için başka şeyler yapmaktansa internete girmeyi tercih ediyorum.	,62						,72
İnternet kullanımını kontrol etmede başarısızlık (Başarısız girişimler)	31. İnternet kullandığım saatlerin uzunluğunu kontrol edemiyorum.		,50					,67
	48. İnternetteyken kendimi “yalnızca birkaç dakika daha” derken buluyorum.		,64					,68
	49. İnternetin günlük faaliyetlerim üzerindeki olumsuz etkilerinin farkında olsam bile kendime engel olamıyorum.		,68					,77
	53. Çoğu zaman kendimi niyet ettiğimden daha uzun süre internette buluyorum.		,71					,69
	61. Kendime, durmam gerektiğini söylesem bile internette kalmaya devam ediyorum.		,59					,74
63. İnternetteki zamanımı kısıtlamak için yaptığım planları yerine getirmekte başarısız oluyorum.		,61					,73	
İnternette uzaklaştağında geri çekilme belirtilerinin ortaya çıkması (Geri çekilme)	13. İnternette olamadığım zaman kaygılı ve gergin hissediyorum.			,52				,65
	38. Online olamadığımda ne oluyor diye merak ettiğimden diğer şeylere odaklanamıyorum.			,59				,63
	41. İnternette olamadığım zaman kendimi hüzünlü ve sinirli hissediyorum, fakat bu duygular internete girdiğim zaman kayboluyor.			,58				,72
	46. İnternette olamadığım zaman sıkılmış ve üzgün hissediyorum.			,61				,74
	55. İnternet bağlantımın olmamasına dayanamıyorum/katlanamıyorum.			,62				,68
58. İnternet bağlantım olmazsa hayatım bomboş olur.			,54				,68	
Zihnin internet ile meşgul olması ve Tolerans (Zihinsel meşguliyet ve tolerans)	7. İnternette çıktıktan hemen sonra yine interneti kullanma ihtiyacı hissediyorum.				,69			,74
	9. İnternette olmadığım zamanlarda bile internet çok sık aklıma geliyor.				,69			,75
	10. İnternette olduğum süreyi devamlı arttırmak istiyorum.				,53			,64
	11. Yapacak diğer işlerimi bitirdiğimde internete girme eğiliminde oluyorum.				,51			,61
	14. Öncekinden daha çok heyecanlı hissetmem için daha uzun süre internette olmam gerekir.				,44			,62
	19. İnterneti kullanmadığım zamanlarda internete girmek için sabırsızlanırım.				,48			,72
30. İnternette olmadığım zamanlarda interneti düşünür veya internete girmeyi hayal ederim.				,37			,72	
İnternet kullanımından dolayı sosyal ilişkiler, iş, eğitim, kariyer fırsatlarını tehlikeye atma ya da kaybetme (Tehlikeye atma)	15. İnternette daha fazla kalmak için derslerimi kaçırıyorum.				,72			,69
	24. Okuldaki ders notlarım ve ödevlerim/iş yerinde yapmam gerekenler internette kalma süremden dolayı olumsuz etkileniyor.				,57			,66
	26. İnternette daha fazla zaman geçirmek için sık sık başka planlarımı iptal ettiğim oluyor.				,60			,70
	47. İnternetteki arkadaşlarımla zaman geçirmeyi gerçek yaşamdaki arkadaşlarımla ya da aile bireyleriyle zaman geçirmeye tercih ediyorum.				,49			,54
66. İnternete çok fazla gömüldüğüm için insanlarla dışarı çıkmayı kaçırıyorum.				,51			,66	
Aile üyelerini, arkadaş ya da danışmanlarımı internet kullanımını ile ilgili olarak kandırmak, aldatmak (Aldatma)	3. İnternette kaldığım süreyi saklarım/söylemekten kaçınırım.					,49		,50
	18. Çevremdekiler internette harcadığım zamanın fazlalığından şikâyet ediyorlar.					,71		,70
	36. İnternet kullanmamdan dolayı arkadaşlarımla ilgili sorunlar yaşıyorum.					,44		,67
54. İnternet kullanımım yüzünden aile üyelerim ile problemler yaşıyorum.					,57		,67	
Olumsuz etkilerine rağmen internet kullanımını sürdürmek (Sağlıkla ilgili yan etkiler)	33. İnternette gezinmeye başladığımdan beri sağlığımın bozulduğunu düşünüyorum.						,59	,56
	62. Aşırı internet kullanımına bağlı olarak baş dönmesi ya da bulanık görme yaşıyorum.						,68	,71
Özdeğer	5,49	5,01	4,52	4,50	4,39	2,83	2,82	
Açıklanan varyans (%)	12,47	11,38	10,27	10,22	9,97	6,42	6,40	67,12
Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı	0,89	0,91	0,89	0,90	0,84	0,77	0,69	0,97

Tablo 2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlar

	A-C	B	D	E	G	H	I
(A-C) Zihinsel meşguliyet-Tolerans	-	0,80**	0,74**	0,46**	0,69**	0,67**	0,67**
(B) Geri çekilme		-	0,70**	0,54**	0,70**	0,64**	0,69**
(D) Başarısız girişimler			-	0,58**	0,67**	0,65**	0,69**
(E) Sağlıkla ilgili yan etkiler				-	0,44**	0,53**	0,59**
(G) Kaçış/kaçınma					-	0,55**	0,59**
(H) Aldatmak/kandırmak						-	0,72**
(I) Tehlikeye atma							-

**p<0,01

DSM-5'e göre internet kullanım bozukluğunun dokuz tanı ölçütü

- A (Zihnin sürekli internet ile meşgul olması)
 B (İnternet bağlantısı olmadığında geri çekilme yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması)
 C (İnternette geçirilen süreye ilişkin tolerans geliştirilmesi)
 D (İnternette olmayı kontrol etme girişimlerindeki başarısızlık)
 E (Problemlere rağmen internet kullanımını sürdürmek)
 F (İnternet dışında kalan önceki ilgi, hobi ya da eğlenceli aktiviteleri yitirmek)
 G (Disforik duygu durumunu rahatlatmak ya da kaçınmak için internet kullanmak)
 H (İnternette daha fazla kalabilmek için aile üyelerini vb. aldatmak, kandırmak)
 I (İnternette daha fazla zaman geçirmek için önemli ilişkiler eğitim ya da iş fırsatlarını kaçırmak)

Cho ve ark. (2014) çalışması sonucunda ortaya çıkan yedi tanı ölçütü

- B (Geri çekilme)
 C (Tolerans)
 D (Başarısız girişimler)
 E (Aşırı internet kullanımının sürdürülmesi)
 G (Kaçış/Kaçınma)
 H (Aldatma/Kandırmak)
 I (Tehlikeye atma)

ve yedinci alt boyut için 0,69 olarak bulunmuştur. Son olarak ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı 0,97 olarak bulunmuştur.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği alt boyutları arasındaki korelasyon katsayılarının 0,44 ile 0,80 (p<0,01) arasında değiştiği, en yüksek ilişkinin ise geri çekilme alt boyutu ile zihinsel meşguliyet-tolerans boyutu arasında olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 2).

Ölçüt Bağımlılığın Geçerliliği İlişkin Bulgular

İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin ölçüt bağımlılığın geçerliliğini test etmek için ölçeğin yedi alt boyutu ve toplam puanı ile yalnızlık, öz şefkat, dürtüsellik ve temel psikolojik ihtiyaçlar değişkenleri arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeğin toplam puanı ile diğer ölçekler arasındaki katsayıların -0,33 (p<0,01) ile 0,24 (p<0,01) arasında değiştiği; internet bağımlılığı ölçeği toplam puanı ile yalnızlık ölçeği toplam puanı arasında 0,24 (p<0,01) düzeyinde pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu; öz şefkat düzeyi toplam puanı arasında -0,16 (p<0,01) düzeyinde, negatif yönde anlamlı ilişki olduğu;

dürtüsel davranışların görülme sıklığı toplam puanı ile -0,33 (p<0,01) düzeyinde negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu; temel psikolojik ihtiyaçların karşılandığını hissetme düzeyi ile arasında ise -0,24 (p<0,01) düzeyinde negatif yönde, anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığı alt ölçekleri ile diğer ölçek toplam puanları arasındaki katsayıların ise -0,32 (p<0,001) ile 0,26 (p<0,001) arasında değiştiği ve anlamlı ilişkiler olduğu da görülmektedir (bkz. Tablo 3).

Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

Yaş değişkeninin etkisi kontrol edildiğinde, katılımcıların internet bağımlılığı ölçeği toplam puanları üzerinde 2(cinsiyet) x 3(anne eğitim) x 3(internet kullanım saati) deseninde kovaryans analizi (ANCOVA) yapılmıştır. Analiz sonucunda, yaş değişkeninin etkisinin anlamlı olduğu (F(1,302) =8,06; p<0,01; $\eta^2=0,03$); cinsiyet (F(1,302) =4,60; p<0,05; $\eta^2=0,02$) ve internet kullanım saati (F(2,302) =21,87; p<0,001; $\eta^2=0,13$) değişkenlerinin temel etkilerinin anlamlı fark yarattığı bulunmuştur. Yapılan Bonferroni Testine göre

Tablo 3. İnternet Bağımlılığı Ölçeği ile Ölçüt Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar

	UCLA-Yalnızlık	Öz şefkat	MMPI- Dürtüsel Davranışlar	Temel Psikolojik İhtiyaçların Karşılansması
Kaçış/kaçınma	0,26**	-0,20**	-0,32**	-0,24**
Başarısız girişimler	0,21**	-0,17**	-0,25**	-0,22**
Geri çekilme	0,13*	-0,10	-0,29**	-0,18**
Zihinsel meşguliyet ve tolerans	0,18**	-0,13*	-0,30**	-0,18**
Tehlikeye atmak	0,24**	-0,10	-0,25**	-0,26**
Aldatmak/kandırmak	0,17**	-0,10	-0,25**	-0,18**
Sağlıkla ilgili yan etkiler	0,23**	-0,08	-0,24**	-0,19**
İnternet Bağımlılığı toplam puan	0,24**	-0,16**	-0,33**	-0,24**

**p<0,01 *p<0,05

cinsiyet değişkeni açısından, erkeklerin ($X=77,41$; $SS=2,54$) internet bağımlılığı ölçeği puan ortalamalarının, kadınların internet bağımlılığı ölçeği puan ortalamalarından ($X=70,26$; $SS=2,16$) yüksek olduğu ve bu farkın $p<0,05$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. İnternet kullanım saati değişkeni açısından, interneti 0-2 saat arasında kullanan grubun ($X=58,32$; $SS=3,05$), interneti gün içinde 3-5 saat kullanan ($X=76,17$; $SS=2,36$) ile 6 saat ve daha uzun süre kullanan ($X=8,02$; $SS=3,21$) gruptan daha düşük internet bağımlılığı puanları aldıkları ve bu farkların $p<,001$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. İnterneti 3-5 saat kullanan grubun ise 6 saat ve daha uzun süre kullanan gruptan daha düşük internet bağımlılığı puanı aldığı ve bu farkın $p<0,05$ düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Etkileşim etkileri açısından ise yalnızca, “anne eğitim x internet kullanım saati” etkileşim etkisinin anlamlı bir farklılık yarattığı görülmektedir ($F(4,302)=2,68$; $p<0,05$; $\eta^2=0,03$). Anne ilkökul mezunu olduğunda, 0-2 saat internet kullananların ($X=58,32$; $SS=3,05$), interneti 3-5 saat arasında kullananlar ($X=76,17$; $SS=2,36$) ile 6 saatten daha uzun süre kullananlardan ($X=87,02$; $SS=3,21$) daha düşük internet bağımlılığı puanı aldıkları ve bu farkların $p<0,001$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Anne ortaokul/lise mezunu olduğunda interneti 6 saatten daha fazla kullananların, interneti 0-2 saat ve 3-5 saat kullananlardan daha yüksek internet bağımlılığı puanları aldıkları ve bu farkların $p<0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu görülürken; anne üniversite mezunu olduğunda ise interneti 0-2 saat kullananların, interneti 3-5 saat ve 6 saatten daha uzun süre kullananlardan daha düşük internet bağımlılığı puanları aldıkları ve bu puan farklarının $p<0,001$ düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur.

TARTIŞMA

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda 35 maddelik 7 alt boyuttan oluşan İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin (İBÖ) faktör yapısına bakıldığında, DSM-5'te önerildiği gibi dokuz değil, Cho ve ark. (2014)'nin araştırma sonuçlarına paralel olarak yedi faktörlü bir yapıda olabileceği görülmekte ve bu bulgu ilgili alanyazını desteklemektedir (Caplan 2002, Cho ve ark. 2014, Liu ve ark. 2013, Lortie ve Matthieu 2013, Ran ve ark. 2010). Cho ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında, zihnin internet ile meşgul olması alt boyutu ile geri çekilme alt boyutu arasındaki korelasyonun bire yakın olması; benzer şekilde, diğer etkinliklere ilişkin ilgi istek kaybı alt boyutu ile diğer faktörler arasındaki korelasyonun da çok yüksek olması sonucunda, zihinsel meşguliyet ve kayıp/yitim alt boyutları modelden çıkarılmıştır. Bu sonuçlara dayanılarak, Cho ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında, dokuz faktörlük DSM-5'e dayalı modelin uygun olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu doğrultuda, DSM-5 tarafından internet bağımlılığı faktörleri arasında önerilen her ölçütün ölçekte yer almasının uygun olmadığı, dolayısıyla ileri araştırmalarda DSM-5 için bazı ölçütlerin tek bir faktör altında toplanmasının, diğer bir ifadeyle,

sadeleştirilmesinin uygun olabileceği ifade edilmektedir (Cho ve ark. 2014). Bu görüşü destekler şekilde mevcut çalışmada zihnin internet ile meşgul olması ve tolerans alt boyutlarının tek bir faktör altında toplandığı, internet dışındaki ilgi, uğraşı ve etkinliklere olan ilginin kaybolması alt boyutunun faktör analizi sonucunda ortadan kaybolduğu görülmektedir. Diğer taraftan tolerans ve geri çekilme alt boyutları DSM-5 tarafından internet oyun oynama bozukluğu tanı ölçütleri açısından önerilenler arasında önemli rol oynayan ölçütler olarak değerlendirilmiştir (APA 2013). Petry ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan çalışma sonucunda, diğer etkinliklere olan ilginin azalması, tolerans ve geri çekilme internet oyun oynama bozukluğunu ayırdeden en önemli ölçütlerken, olumsuz duygu durumundan kaçınma ve zihinsel meşguliyetin ise internet oyun oynama bozukluğunu ayırt etme açısından en az ilişkili bulunan ölçütler olduğu gösterilmiştir. Mevcut araştırmada da internet bağımlılığı ölçeğinin faktör yapısında, önemli olduğu vurgulanan “kaçınma/kaçış”, “başarısız girişimler”, “geri çekilme”, “zihinsel meşguliyet ve tolerans”, “aldatma” ve “tehlikeye atma”, “sağlıkla ilgili yan etkiler” olmak üzere yedi alt boyutun yer aldığı görülmektedir.

İnternet bağımlılığı ölçeğinin ölçüt bağıntılı geçerliğini test etmek amacıyla incelenen internet bağımlılığı ölçeği alt boyutlar ve toplam puan ile yalnızlık, öz şefkat, dürtüsellik ve temel psikolojik ihtiyaçlar değişkenleri arasındaki ilişkilerin anlamlılık gösterdiği ve İBÖ'nün psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çerçevede, internet bağımlılığı ölçeğinin yalnızlık değişkeni ile arasındaki ilişki incelenmiş ve pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konulmuştur. Durualp ve Çiçekoğlu (2013) tarafından yetiştirme yurdunda kalan ergenlerle yapılan araştırma sonucunda, internet bağımlılık düzeyi yüksek bireylerin yalnızlık puanlarının internet bağımlılığı düşük olanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde, Shettar ve arkadaşları (2017) tarafından facebook bağımlılığı ile yalnızlık arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışma sonucunda, bu iki değişken arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konulmuştur. Başka bir çalışmada ise Batıgün ve Hasta (2010) internet kullanım süresi, internet kullanma amacı, kişilerarası ilişkilerde ketleyici tarz ve yalnızlığın internet bağımlılığının önemli yordayıcıları arasında olduğunu bulmuştur. Dolayısıyla bireylerin aşırı internet kullanımının onları yalnızlaştırabileceği, sosyal becerileri azalan bireylerin ise internette daha fazla zaman geçirmeye başlayabileceği sonucuna ulaşabilir.

Esen ve Siyez'in (2011) ergenlerle yaptıkları çalışma sonucunda, öznel iyilik durumunu gösteren yaşam memnuniyeti ile internet bağımlılığı arasında negatif yönde ilişkiler olduğu rapor edilmiştir. İskender ve Akın (2011) tarafından üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada ise öz şefkat ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiler araştırılmış ve psikolojik sağlık açısından öz şefkatin olumsuz alt boyutları olan öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme ile internet

bağımlılığı arasında pozitif yönde; olumlu alt boyutlar olan öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilgece farkındalık arasında ise negatif yönde ilişkiler olduğu bulunmuştur. Bu sonuca paralel olarak, öz şefkat toplam puan üzerinden ilişkilerin araştırıldığı çalışmamızda da özşefkat ile internet bağımlılığı arasında beklenildiği gibi negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Psikolojik sağlıklılığın önemli bir yordayıcısı olduğu bilinen öz şefkatin psikolojik belirtilerle negatif yönde ilişkilere sahip olduğu bilinmektedir (Andiç 2013, Bayramoğlu 2011). Dolayısıyla bireylerin öz şefkat düzeyi azaldıkça internet bağımlılığı düzeyinin artması beklenen bir bulgudur.

İnternet oyun oynama bozukluğu olan ergenlerde bilişsel dürtüsellik gösteren dorsolateral prefrontal aktivasyonun daha yüksek olduğu bulunmuştur (Lee ve ark. 2015). Problemlerli internet kullanımının bir çağın gelişimi göz önüne alındığında, kültürel değil evrensel bir sorunu temsil edebileceği öngörülebilir. Bu bağlamda, dürtüsellik, acelecilik, planlamanın azalması, sabırsızlık ve heyecan arayışı boyutları açısından değerlendirildiği bir çalışmada da internet bağımlılığı ile dürtüsellik arasında anlamlı ilişki olduğu, ancak bu ilişkinin pozitif yönlü olduğu gösterilmiştir (Akın 2014). Mevcut çalışma bulgularında da dürtüsellik ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konulmakta, ancak bu ilişkinin negatif yönde olmasının ilgili alanyazınla uyumlu olmadığı dikkati çekmektedir. Bu durumun mevcut araştırmada kullanılan dürtüsellik tek bir boyut açısından ölçen ölçme aracı ile ilişkilendirilebileceği; ileri araştırmalarda dürtüsellik çok boyutlu olarak ölçen başka bir ölçme aracının kullanılması ile daha fazla bilgiye ulaşılabileceği düşünülmektedir.

Bireyin psikolojik ihtiyaçlarının çevrimiçi davranışlar üzerinde önemli rolünün olduğu bilinmekle (Li ve ark. 2016) birlikte, internet bağımlılığı ile psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkilere odaklanan çalışmalara da rastlanmıştır (örn., Arpacı ve ark. 2018, Wong ve ark. 2014, Yu ve ark. 2015). Mevcut çalışma sonuçlarına bakıldığında, temel psikolojik ihtiyaçlar ile internet bağımlılığı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunun görülmesi, ilgili alanyazınla benzer sonuçlara ulaşıldığını göstermiştir. İnternet bağımlılığının altında psikolojik ihtiyaçların yatıyor olabileceği ve bu ihtiyaçların karşılanmasında sosyal bir araç olan internet kullanımının etkili olabileceği düşünülmektedir. Sonuç olarak, ölçüt geçerliliği açısından internet bağımlılığı ölçeğinin yalnızlık, öz şefkat, dürtüsellik ve temel psikolojik ihtiyaçlar değişkenleri ile arasındaki anlamlı ilişkilerin ilgili alanyazınla uyumlu olması, ölçeğin geçerli bir ölçek olduğu sonucuna da ulaşılmasını sağlamıştır.

Mevcut çalışmada demografik değişken olarak yaş, cinsiyet, annenin eğitim düzeyi ve internet kullanım süreleri incelenmiştir. Yaş değişkeninin etkisinin göz ardı edilemeyeceği, erken ergenlik döneminden genç yetişkinliğe doğru ilerledikçe internet bağımlılığı riskinin azalabileceği öngörülebilir.

Cinsiyet, anne eğitimi ve internet kullanım süresi değişkenlerinin etkileşimleri dikkate alındığında, erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre internet bağımlılığı açısından daha riskli bir grup olduğu, internet kullanım saati açısından ise süre uzadıkça internet bağımlılığı geliştirme olasılığının artabileceği söylenebilir. Ko ve arkadaşları (2005) tarafından internet oyun oynama bozukluğunun erkeklerde kadınlardan daha fazla olduğu ve bu farkın anlamlı olduğu bulunmuştur. Diğer taraftan, Balcı ve Gülnar (2009) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde internet bağımlılığının araştırıldığı çalışma sonucunda, cinsiyet gibi demografik değişkenlerin ayırt ediciliğinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyete göre internet bağımlılığı puanlarının farklılaştığı (Cao ve Su 2007, Esen ve Siyez 2011) bulgusunun aksine, internet bağımlılığının yaygınlığı açısından (Kim ve ark. 2006) ya da internet bağımlılığı düzeyleri açısından cinsiyetler arasında fark olmadığını gösteren çalışmalara da rastlanmaktadır (Batıgün ve Hasta 2010, Hall ve Parsons 2001, Subrahmanyam ve Lin 2007). Diğer taraftan, mevcut çalışmada sosyoekonomik düzey göstergesi olarak anne eğitimi alınmıştır ve anne eğitiminin internet bağımlılığı üzerinde temel etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu ilgili alanyazınla (örn. Esen ve Siyez 2011, Jackson ve ark. 2003) uyumlu olmakla birlikte, gelir ve eğitim düzeyinin internet kullanımı ile ilişkili olabileceği beklenirken, internetin kullanım yaygınlığının her geçen gün artıyor olması ile sosyoekonomik düzey farklılığının da azalmış olabileceği düşünülmektedir. Anne eğitim düzeyi ile internet kullanım süresi etkileşim etkisine göre internet bağımlılığının farklılaşması ise ilgili alanyazınla (örn. Batıgün ve Hasta 2010) uyumlu bir bulgudur. Buna ek olarak, anne eğitim düzeyinin internet kullanım süresiyle etkileşiminin internet bağımlılığı açısından risk faktörü oluşturabileceği düşünülmektedir. Özetle, yaş, cinsiyet, anne eğitim düzeyi ve internet kullanım süresi gibi özellikler ile yalnızlık, öz şefkat, dürtüsellik ve psikolojik gereksinimler gibi değişkenler ya da diğer psikiyatrik belirtiler dikkate alınmaksızın, yalnızca internet bağımlılığına odaklanmanın tedavilerin başarıya ulaşmasına engel oluşturabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın önemli sınırlılıklarından biri örneklem grubunun yalnızca üniversite öğrencilerinden oluşmuş olması ve internet bağımlılığı tanısı alabilecek klinik örneklem ile karşılaştırma imkanının olmamasıdır. Buna ek olarak, DSM-5'te internet ile ilişkili bağımlılığın "İnternet Oyun Oynama Bozukluğu" olarak sınırlanmış olduğu ve internetin genel kullanımına ilişkin olarak bir ayırım yapılmadığı bilinmektedir. Ancak mevcut çalışmada bu sınırlama yapılmamış olmakla birlikte, DSM-5 tanı ölçütlerine uygun olarak geliştirilen ölçek maddeleri (bkz. Cho ve ark. 2014) de kullanılmıştır. Ek olarak, doğrudan internet oyun oynama bozukluğuna ilişkin herhangi bir maddenin eklenmemiş olması diğer bir sınırlılık olarak karşımıza çıkabilir. Diğer taraftan, mevcut çalışma, internet kullanımının yalnızca oyun oynama ile sınırlanmayacağı; alışveriş, sosyal hesaplar, kumar, pornografi ve

sohbet gibi farklı içerikleri kapsayan benzer bağımlılıkları da değerlendirebilecek genel ifadeleri içermektedir. Bunun nedeni internet ile internet oyun oynama bozukluğu evrelerinin benzer olmasının beklenmiş olmasıdır. Bu sınırlılıklara rağmen, mevcut çalışma ile DSM-5’de önerilen internet bağımlılığı tanı ölçütleri temelinde geliştirilen geçerli ve güvenilir bir ölçeğin ülkemize kazandırıldığı düşünülmektedir. Bu çalışma sonucunda, internet bağımlılığı belirtilerinin anlaşılması ve standart tanı ölçütlerinin oluşturulmasına ilişkin, ülkemiz alanyazınına katkı sağlayacak önemli bulgulara ulaşıldığı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Akın İ (2014) Relationship of problematic internet use with alexithymia, emotion regulation, and impulsivity. Unpublished doktoral dissertation, Bahçeşehir University, İstanbul.
- American Psychiatric Association (1994) DSM-IV - Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 4th ed. American Psychiatric Association, Washington, DC.
- American Psychiatric Association (2013) DSM-5 - Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. 5th ed. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Andiç S (2013) Variables related to concerns that occupy one’s mind in adolescence: Attachment styles, self-compassion and psychological symptoms. Unpublished master thesis, Ankara University Institute of Social Sciences.
- Arapci I, Kesici Ş, Baloğlu M (2018) Individualism and internet addiction: the mediating role of psychological needs. *Internet Research* 28: 293-314.
- Balcı Ş, Gülnar B (2009) Internet addiction among university students and the profile of internet addicts. *Selçuk University Faculty of Communication Academic Journal* 6: 5-22.
- Batugün AD, Hasta D (2010) Internet addiction: An evaluation in terms of loneliness and interpersonal relationship styles. *Anatolian Journal of Psychiatry* 11: 213-9.
- Batugün AD, Şahin NH (2003) Can Anger, Impulsivity, and Perceiving Oneself as an Inefficient Problem Solver be a Forerunner of Adolescent Suicide? *Türk J Psycho* 18: 37-52.
- Bayraktar F (2001) The role of internet use in adolescent development. Unpublished master thesis, Ege University, Social Sciences Institute, İzmir.
- Bayramoğlu A (2011) Self-compassion in relation to psychopathology. Unpublished doctoral dissertation, Middle East Technical University Institute of Social Sciences.
- Bennett-Goleman T (2001) *Emotional alchemy: How the mind can heal the heart*. New York: Three Rivers Press.
- Canoğulları Ö (2014) Examination of adolescents with different levels of internet addiction in terms of psychological needs according to gender, social anxieties and perception of parental attitudes. Unpublished master thesis, Cukurova University, Institute of Social Sciences, Adana.
- Canoğulları Ö, Güçray SS (2017) Examination of adolescents with different levels of internet addiction in terms of psychological needs according to gender, social anxieties and perception of parental attitudes. *Journal of the Cukurova University Institute of Social Sciences* 26: 42-57.
- Caplan SE (2002) Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior* 18: 553-75.
- Cao F, Su L (2007) Internet Addiction among chinese adolescents: Prevalence and psychological features. *Child: Care, Health & Development* 33: 275-81.
- Cho H, Kwon M, Choi JH et al (2014) Development of the internet addiction scale based on the internet gaming disorder criteria suggested in DSM-5. *Addictive Behaviors* 39: 1361-6.
- Dahlstrom WG, Welsh GS, Dahlstrom LE (1979) *An MMPI Handbook. Volume II: Research Applications*. University of Minnesota Press.
- Deci EL, Ryan RM (2000) The “What” and “Why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry* 4: 227-68.
- Demir A (1989) Validity and reliability of the UCLA Loneliness Scale. *Journal of Psychology* 7: 14-8.
- Demirci K, Orhan H, Demirdas A et al (2014) Validity and reliability of the Turkish Version of the Smartphone Addiction Scale in a younger population. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology* 24: 226-34.
- Deniz ME, Kesici S, Sumer AS (2008) The validity and reliability of the Turkish version of the Self-Compassion Scale. *Social Behavior and Personality* 36: 1151-60.
- Durualp E, Çiçekoğlu P (2013) Investigation of the loneliness levels of the adolescents who are living in an orphanage in term of internet addiction and various variables. *DEU Journal of GSSS* 15: 29-46.
- Esen E, Siyez DM (2011) An investigation of psycho-social variables in predicting internet addiction among adolescents. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal* 4: 127-38.
- Goldberg I (1996) Internet addiction disorder (IAD): Diagnostic criteria. 15.07.2013 [http://www-usr.rider.edu/~suler/psy cyber/ supportgp.html](http://www-usr.rider.edu/~suler/psy cyber/supportgp.html).
- Griffiths MD, Pontes HM (2014) Internet addiction disorder and internet gaming disorder are not the same. *Journal of Addiction Research & Therapy* 5: e124, 1-3.
- Gough HG (1957) *California psychological inventory manual*. Palo Alto, Calif: Consulting Psychologists Press.
- Günüç S (2009) İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Günüç S, Kayrı M (2010) The profile of internet dependency in Turkey and development of internet addiction scale: study of validity & reliability. *H. U. Journal of Education* 39: 220-32.
- Hall AS, Parsons J (2001) Internet addiction: college student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *Journal of Mental Health Counseling* 23: 312-27.
- Ryu H, Lee JY, Choi A et al (2018) The relationship between impulsivity and internet gaming disorder in young adults: mediating effects of interpersonal relationships and depression. *International journal of environmental research and public health* 15: 458.
- İskender M, Akın A (2011) Self-compassion and internet addiction. *TOJET*,10: 215-21.
- Jackson LA, Alexander E, Biocca FA et al (2003) Personality, cognitive style, demographic characteristics and internet use-Findings from the HomeNetToo project. *Swiss J Psychol* 62:79-90.
- Karapetsas AV, Karapetsas VA, Zygouris NC et al (2015) Internet Addiction and Loneliness. *Encephalos* 52: 4-9.
- Kesici Ş, Üre Ö, Bozgeyikli H et al (2003) Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. VII. Ulusal PDR Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, Malatya.
- Kim K, Ryu E, Chon MY et al (2006) Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies* 43: 185-92.
- Ko C, Yen J, Chen C et al (2005) Proposed diagnostic criteria of internet addiction for adolescents. *Journal of Nervous & Mental Disease* 193: 728-33.
- Kraut R, Patterson M, Lundmark V et al (1998) Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American psychologist* 53: 1017-31.
- Kuss DJ, Griffiths MD, Karila L et al (2014) Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Curr Pharm Design* 20: 4026-52.
- Laconi S, Vigouroux M, Lafuente C et al (2017) Problematic internet use, psychopathology, personality, defense and coping. *Computers in Human Behavior* 73: 47-54.
- Lee HW, Choi JS, Shin YC et al (2012) Impulsivity in internet addiction: A comparison with pathological gambling. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking* 15: 373-7.

- Lee J, Lee S, Chun JW et al (2015) Compromised prefrontal cognitive control over emotional interference in adolescents with internet gaming disorder. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 18: 661-8.
- Li D, Zhang W, Li X et al (2016) Stressful life events and adolescent internet addiction: The mediating role of psychological needs satisfaction and the moderating role of coping style. *Computers in Human Behavior* 63: 408-15.
- Liu QX, Fang XY, Zhou ZK et al (2013) Perceived parent-adolescent relationship, perceived parental online behaviors and pathological internet use among adolescents: Gender-specific differences. *PloS one* 8: e75642.
- Lortie CL, Mathieu JG (2013) Internet addiction assessment tools: Dimensional structure and methodological status. *Addiction* 108: 1207-16.
- Montag C, Bey K, Sha P et al (2014) Is it meaningful to distinguish between generalized and specific internet addiction? Evidence from a cross-cultural study from Germany, Sweden, Taiwan and China. *Asia-Pac Psychiat* 7: 20-6.
- Neff KD (2003) The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity* 2: 223-50.
- Neff KD, Vonk R (2009) Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of personality* 77: 23-50.
- Petry NM, O'Brien CP (2013) Internet gaming disorder and the DSM-5. *Addiction* 108: 1186-7.
- Petry NM, Rehbein F, Gentile DA et al (2014) An international consensus for assessing internet gaming disorder using the new DSM-5 approach. *Addiction* 109: 1399-1406. doi: 10.1111/add.12457
- Raes F, Pommier E, Neff KD et al (2011) Construction and factorial validation of a short form of the Self-Compassion Scale. *Clinical Psychology & Psychotherapy* 18: 250-5.
- Ran T, Xiuqin H, Jinan W et al (2010) Proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Addiction* 105: 556-64.
- Russel D, Peplau LA, Cutrona CE (1980) The revised UCLA loneliness scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *J Pers Soc Psychol* 39: 472-80.
- Salzberg S (1997) *Lovingkindness: The Revolutionary Art of Happiness*. Boston, MA: Shambala.
- Shettar M, Karkal R, Kakunje A et al (2017) Facebook addiction and loneliness in the post-graduate students of a university in southern India. *International Journal of Social Psychiatry* 63: 325-9.
- Subrahmanyam K, Lin G (2007) Adolescents on the net: Internet use and well-being. *Adolescence* 42:659-77.
- Thatcher A, Goolam S (2005) Development and psychometric properties of the problematic internet use questionnaire. *South African Journal of Psychology* 35: 793-809.
- Waterloo SF, Baumgartner SE, Peter J et al (2017) Norms of online expressions of emotion: Comparing Facebook, twitter, Instagram, and WhatsApp. *New Media & Society* 1-19.
- Wong TY, Yuen KS, Li WO (2014) A basic need theory approach to problematic internet use and the mediating effect of psychological distress. *Frontiers in Psychology* 5: 1-10.
- Wu CST, Wong HT, Yu KF et al (2016) Parenting approaches, family functionality, and internet addiction among Hong Kong adolescents. *BMC pediatrics* 16: 1-10.
- Yu C, Li X, Zhang W (2015) Predicting adolescent problematic online game use from teacher autonomy support, basic psychological needs satisfaction, and school engagement: a 2-year longitudinal study. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 18: 228-33.