T.C

GİRESUN ÜNİVERSİTESİ

TIP FAKÜLTESİ

AİLE HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI

GENÇ ERİŞKİNLERDE İNTERNET BAĞIMLILIĞI

Dr. Yakup KAYA

TIPTA UZMANLIK TEZİ

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Arzu AYRALER

GİRESUN-2022

TC.
GİRESUN ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
AİLE HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI

Dr. Yakup KAYA

TIPTA UZMANLIK TEZİ

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Arzu AYRALER

GİRESUN-2022

TEŞEKKÜR

Uzmanlık eğitimim süresince bilgi ve tecrübelerini benimle paylaşan başta tez danışmanım Sayın Dr. Öğretim Üyesi Arzu AYRALER' e, uzmanlık eğitimimin ilk yılında bilgilerinden ve tecrübelerinden yararlandığım Prof. Dr. Hülya AKAN' a,

Beni bugünlere getiren ve hiçbir zaman desteğini benden esirgemeyen canım annem Bedriye KAYA ve babam Zakir KAYA' ya, değerli abilerim Mehmet Ali KAYA ve Niyazi KAYA' ya, değerli kardeşlerim olan Leyla KAYA, Fatime KAYA, Deniz KAYA' ya,

Hem idari olarak hem eğitim olarak örnek aldığım tecrübelerinden faydalandığım Başhekimimiz Doc.Dr.Fazıl KULAKLI' ya

Uzmanlık serüvenim boyunca bana bu heyecanlı yolda eşlik eden ve desteklerini bir an olsun bile esirgemeyen keyifli vakit geçirdiğim birbirinden değerli araştırma görevlisi arkadaşlarıma ve değerli hocalarıma,

Sonsuz saygı, sevgilerimi ve teşekkürlerimi sunarım…

Dr. Yakup KAYA

Eylül 2022

ÖZGEÇMİŞ

İlk ve orta öğretimini Diyarbakır Mehmet Akif Ersoy İlköğretim okulunda okudu. Lise öğrenimini Diyarbakır Şehitlik Lisesi'nde tamamladı. 2015 yılında İzmir Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden mezun oldu ve Diyarbakır Çınar İlçe Sağlık Merkezinde daha sonra Diyarbakır'ın merkezinde Ketem 'de çalıştı. 2019 yılında girdiği Tıpta Uzmanlık Sınavı'nda Giresun Üniversitesi Aile Hekimliği bölümünü kazandı ve ihtisasını halen araştırma görevlisi olarak yapmaktadır. Yabancı dili İngilizcedir.

Dr. Yakup KAYA

Giresun Üniversitesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada Üniversitesi de 4 yıllık ve üstü okuyan genç erişkin bireylerin internet bağımlılığı yaygınlığının belirlenmesi internet bağımlılığı anksiyete ve sosyodemografik özellikler ile ilişkili olabilecek diğer faktörlerin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya 2022 Ağustos ile Aralık ayları boyunca üniversitesi 'de öğrenim görmekte olan 4 yıllık ve üstü okuyan 542 öğrenci ile yapılan anket çalışmasında öğrencilere sosyodemografik veri formu ve YİBT-KT (Young İnternet Bağımlılığı Testi-kısa form) ve YAB-7 (Yaygın Anksiyete Bozukluğu testi-7) yüz yüze ve çevrimiçi olarak uygulanmıştır.

Bulgular: Çalışmamıza katılan öğrencilerin yaş ortalaması 23,5±4,0 (min 18 max 32)'dir. Bunların %42,4 erkek %57,6 sı kızdır. Geleceğe olumsuz bakan, sosyal medya hesabı bulunan, anne eğitim durumu lise ve üstü olanlar, günlük yaşamında maddi sıkıntı çekenler young internet bağımlılığı ölçeği puanı anlamlı derecede yüksek saptandı. Dijital para ile ilgilenenler internet bağımlılığı ve anksiyete arasında anlamlı ilişki saptandı.

Sonuç: Bulunduğumuz dönemde çok büyük kitlelere hitap eden internet, başta genç erişkinler olmak üzere çok fazla kullanırlar. Bazı bireylerde internet kullanımı zamanla kontrol edilemeyecek seviyelere ulaşıp, internet olmadığı zaman yoksunluk seklinde kendini gösteren bağımlılık davranışlarına sebebiyet verir.**"** İnternet bağımlılığı" tanımlama 90'lı senelerden bulunduğumuz zamana kadar süren klinik bir tanımlamadır. İB (İnternet bağımlılığı) bireylerde negatif davranışsal, psikolojik ve sosyal etkileri bulunmaktadır.

Bu çalışmada İB (internet bağımlılığı) ile geleceğe bakış, kitap okuma, dijital para, annenin eğitim durumu, öğrencinin maddi durumu, sosyal medya hesabı ve anksiyete

ile ilişkisi bulunmuştur. İB (internet bağımlılığı) ile alakalı daha geniş faktörleri araştırarak İB riski bulunan bireylerin saptanması, bağımlılığa engel olunması ve dolayısıyla psikososyal, bilişsel ve fiziksel zararlı etkilerin engellemesinde literatüre ve yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: İnternet bağımlılığı, Anksiyete, Dijital Para, Üniversite Öğrencisi, Young İnternet bağımlılık ölçeği

ABSTRACT

Aim: In this study, it was aimed to determine the prevalence of internet addiction in young adults studying at the University of 4 years and above, and to examine other factors that may be associated with internet addiction anxiety and sociodemographic characteristics.

Materials and Methods: In the survey conducted with 542 students studying for 4 years and above, studying at the university between August 2022 and December 2022, sociodemographic data form and YİBT-KT (Young Internet Addiction Test-short form) and YAD-7 (The Generalized Anxiety Disorder test-7) was administered face-to-face and online.

Results: The mean age of the students participating in our study was 23.5±4.0 (min 18 max 32). Of these, 42.4% are boys and 57.6% are girls. Young internet addiction scale scores were found to be significantly higher for those who had a negative view of the future, had a social media account, had a mother's education level of high school and above, and had financial difficulties in their daily life. A significant relationship was found between internet addiction and anxiety in those interested in digital money.

Conclusion: The internet, which appeals to very large masses in our time, is used a lot, especially by young adults. In some individuals, the use of the internet reaches uncontrollable levels over time and causes addictive behaviors that manifest themselves in the form of deprivation when there is no internet." The definition of "Internet addiction" is a clinical definition that lasts from the 90s to the present. IA (Internet addiction) has negative behavioral, psychological and social effects in individuals.

In this study, IA (internet addiction) was found to be associated with future outlook, reading books, digital money, mother's education level, student's financial situation, social media account and anxiety. It is thought that it will contribute to the literature and further studies to identify individuals at risk of IA by investigating the wider

factors related to IA (internet addiction), to prevent addiction and thus to prevent psychosocial, cognitive and physical harmful effects

Keywords: Internet addiction, Anxiety, Digital Currency, University Student, Young Internet addiction scale

İÇİNDEKİLER

Sayfa

TEŞEKKÜR i
ÖZGEÇMİŞ ii
ÖZET iii
ABSTRACT v
İÇİNDEKİLER vii
TABLOLAR LİSTESİ ix
SİMGE VE KISALTMALAR xii
1. GİRİŞ VE AMAÇ 1
2. GENEL BİLGİLER 3
2.1. Genç Erişkinlerde İnternet Bağımlılığı 3
2.1.1. İnternet Tanımı 3
2.1.2. İnternet Bağımlılığının Tanımı 4
2.1.3. İnternet Bağımlılığının Epidemiyoloji 5
2.1.4. İnternet Bağımlılığının Önerilen Tanı Ölçütleri 5
2.1.5. İnternet Bağımlılığının Sınıflandırma Sistemleri 11
2.1.6. İnternet Bağımlılığı Etiyolojisi 12
2.2. İnternet Bağımlılığının Sıklığı 16
2.3. Anksiyete Hakkında Genel Bilgiler 18
2.3.1. Anksiyetenin Tarihçesi 18
2.3.2. Anksiyetenin Tanımı 19
2.4.Yaygın Anksiyete Bozukluğunun 22
2.4.1. Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Epidemiyolojisi 23
2.4.2. Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Etiyolojisi 24
2.4.3. Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Belirtileri 27
2.4.4. Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Tanı kriterleri 29
2.4.5. Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Ayırıcı Tanı 30

2.4.6. Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Tedavisi 31
2.5. Dijital Para 33
2.5.1. Dijital Para Tanımı 34
2.5.2. Dijital Para Tarihçesi 34
3. GEREÇ VE YÖNTEM 36
4. BULGULAR 40
5. TARTIŞMA 57
5.1.Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı 57
5.2.İnternet Bağımlılığının Yaş ile Cinsiyet ile İlişkisi 58
5.3.İnternet Bağımlılığı ile İlişkili Olabilecek Diğer Faktörler 58
5.4.İnternet Bağımlılığı ile Anksiyete Arasındaki İlişki 64
5.5. İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete'nin Dijital Para ile İlişkisi 64
6. SONUÇ 67
7. ÖNERİLER 69
8. KAYNAKLAR 70
9. EKLER 83
EK-A: Kişisel Bilgiler ve Sosyodemografik Özellikler Bilgi Formu 84
EK-B: Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Form 86
EK-C: Yaygın Anksiyete Bozukluğu Testi-7(YAB-7) 87
EK-D: Etik Kurulu Onayı 88
EK-E: Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Form kullanım izni 88
EK-F: Yaygın Anksiyete Bozukluğu Testi-7 kullanım izni 90
EK-G: Tezin Orijinallik Raporu 91

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Araştırmaya katılanların çeşitli özellikleri…….……...40

Tablo 2. Araştırmaya katılanların Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği puanları ortalamaları……...42

Tablo 3. Kadın ve Erkek cinsiyet arasında young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği puanları ortalamaları karşılaştırılması……..…42

Tablo 4. Yaş ile Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesi……...……..42

Tablo 5.Young internet bağımlılığı ile anksiyete ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesi…….……42

Tablo 6.Üniversitede sınıf tekrarı varlığı ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi……43

Tablo 7.Kişinin kiminle yaşadığı ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi……..43

Tablo 8. Günlük yaşantınızı karşılarken maddi anlamda güçlük çekiyor musunuz? (Size göre gelir düzeyiniz kötü mü? sorusuna verilen yanıtlar ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi……..……..44

Tablo 9.Bedensel engellilik varlığı ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi……..… 44

Tablo 10. Ailenin gelir durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi……..45

Tablo 11. Sevgilisi olan ve olmayanlar arasında young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri puanlarının karşılaştırılması……45

Tablo 12. Sigara kullanma durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi……..……46

Tablo 13. Alkol kullanma durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi…….…….46

Tablo 14. Sosyal medya hesabı olan ve olmayanlar arasında young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri puanlarının karşılaştırılması……47

Tablo 15. Kitap okuma durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi……..……48

Tablo 16. Babanın eğitim durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi……..48

Tablo 17. Annenin eğitim durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi……..49

Tablo 18. Annenin eğitim durumu ile young internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi…….49

Tablo 19. Annenin ve babanın durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi…….……..50

Tablo 20. Geleceğe ilişkin beklentiniz ne yöndedir sorusuna verilen yanıt ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi……..…50

Tablo 21. Araştırmaya katılanların kripto paralarla ilgili sorulara verdikleri yanıtların dağılımı……..…….51

Tablo 22.Farklı tür kripto paraları düşünürken çok fazla zaman geçiriyor musunuz? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması……...…….52

Tablo 23. Kripto paralar için yüksek meblağlarda harcama yapıyor musunuz? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması…….……52

Tablo 24. Kripto para alım satımında kendinizi yavaşlatmayı ya da buna bir son vermeyi düşündünüz ama başaramadınız mı? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması…53

Tablo 25. Kripto paralarla ilgili bilgisayar, telefon gibi ekranlar başında geçirdiğiniz süre azaldığında kendinizi huzursuz ve asabi hissediyor musunuz? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması…….….53

Tablo 26. Kripto para alım satımının, ilişkileriniz ya da işiniz üzerinde bir etkisi oldu mu? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması……..…..54

Tablo 27. Bir yatırımınızı kaybettiğinizde başka insanlardan para almayı denediniz mi? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması……55

Tablo 28. Para kaybettikten sonra kripto para alım satımına devam ediyor musunuz – geri kazanmak için? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması……55

Tablo 29. Kripto para alım satımı için harcadığınız meblağ ve zaman hakkında başka insanlara yalan söylediniz mi? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması……....56

KISALTMALAR

İB İnternet Bağımlılığı

YİBÖ Yaygın İnternet Bağımlılığı Ölçeği

DSM-5 Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması El Kitabı‟nın Beşinci Baskısı (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition)

DSM-IV Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması El Kitabı‟nın Dördüncü Baskısı (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th Edition)

ANK Anksiyete

YAB-7 Yaygın Anksiyete Bozukluğu-7

SPSS 20.0 Statistical Packagefor Social Sciences Version 20.0

YİBT-KF Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu

BTC Bitcoin

BDT Bilişsel Davranışçı Terapi

GABA Gama Aminobütirik Asit

ARPA Advanced Research Projects Agency

DSÖ Dünya Sağlık Örgütü

ICD Hastalıkların Uluslararası Sınıflaması

5-HT1A 5-Hidroksitriptamin 1A reseptörü

TAD Trisiklik Antidepresanlar

APA American Psychiatric Association

SSRI Selective Serotonin Reuptake Inhibitors

1. GİRİŞ VE AMAÇ

İnterneti tanımlayacak olursak; teknolojik gelişmelerin süratle hız kazanması ve insanların yaşam stilinin farklılaşması sonucunda kişilerin gündelik hayatında her zaman ve insanların her istediği yerden bir şekilde kolayca ulaşabildikleri vazgeçilmez bir bilgi erişim aracına dönüşmüştür(1). İnternet, bilgiye hızlı şekilde ulaşım sağlama ve iletişim kurma hedefindeki dünyada bulunan milyonlarca bağlantının ortak bir protokol kapsamında iletişim kurmalarını ve birbirleriyle kaynak paylaşımında bulunmalarını sağlayan bir ağ olarak tanımlanmaktadır(2).

Kişiler internetin kendi hayatlarının odak noktası haline gelmesiyle birlikte istedikleri her çeşit bilgiye süratle ulaşabilmekte, alışveriş yapabilmekte, birbirleriyle iletişim halinde olmaya, haber sayfalarını takip edebilmekte, müzik dinleyebildikleri, istedikleri film ve dizileri hem takip edip hem de izleyebilmekte ve istedikleri zaman faturalarını internet bankacılığından ödeyebilmektedir(3). Böyle ayrıcalıkların yanında, kişiler istedikleri oyunu istedikleri zaman oynayabilmektedir(3). Uzaktan eğitim ile kişiler sınıf ortamına girmeden sanal olarak istedikleri eğitimi alıp, bir eğitim programına dahil olarak yüksek lisans veya doktora derecesi yapabilmekte ve istedikleri şehirde ya da ülkede bir psikolojik danışman veya psikiyatristten çevrimiçi psikolojik danışma hizmeti gibi pek çok hizmeti kolaylıkla alabilmektedirler(2).

İB (İnternet bağımlılığı)'yi açıklayacak olursak genel olarak internetin çok fazla ve aşırı kullanılması isteğinin engellenememesi, internetsiz geçirilen zamanın önemsiz olması, internetten yoksun kalındığında aşırı agresiflik hali ve ajite davranışların sergilenmesi ve kişinin iş yerinde, sosyal hayatında ve ailevi hayatında birtakım davranış bozukluğunun gözlenmesi sonucu problemler baş gösterir(4).
Anksiyete bozukluklarına değinecek olursak, ruhsal hastalıkların sıklıkla gözlenen grubunu oluşturup, çoğunlukla erişkinlik zamanından önce veya çocuk yaşta

başlar(5). Ana özellikleri, gereğinden fazla korkma durumunu ve endişe duygularını veya geçici olmayan ve zayıf düşürmeyi hedefleyen tehditlerden uzakta olma olgusunu içinde barındırır(6). Anksiyete bozuklukları, kişilerin kendilerini belirli bir etkenden dolayı tehdit olarak gördüğü tehlikeye tepki olarak kişilerin kafalarında kurduğu işlev bozukluğu olarak tanımlanır(5). Anksiyete bozukluklarının risk faktörlerinin etkilendiği faktörlere değinecek olursak; çevresel faktörler, genetik faktörler ve bunların epigenetik ilişkilerinden etkilendiği gözlenmiştir(5).

Bitcoinin genel yapısına bakacak olursak, bütünsel olarak dijital paralarla oluşturulan yeni bir ödeme düzen içinde oluşturulan ve harcanan dijital para birimidir(7). Para harcanmasında ve havalesinde eşdeğer bir yaklaşım olarak değer gören Bitcoin hakkında ulusal ve uluslararası alanda birtakım çeşitli düzenleme yapılmaya başlanmıştır(8). Bu çalışmamızda paranın dijitalleşme serüveni hakkında bilgi verilirken, dijital para birimlerinin arasında en çok talep edilme oranına ulaşan Bitcoin ve Blockhain teknolojisi detaylı şekilde ele alınmıştır(8). Öncelikle başta Bitcoin daha sonra geliştirilen dijital paraların ulusal ve uluslararası alanlarda kullanım ve işleyişine bakılarak, dünyadaki yasal statüler alınmıştır(9).

Bu çalışmamızdaki temel amacımız 18-32 yaş arasında en az 4 yıllık öğrenim gören üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, internet bağımlılığın anksiyete ve sosyodemoğrafik özellikler ile ilişkisi, anksiyete ve internet bağımlılığının dijital paralar ile ilişkisini incelemektir. Bu doğrultuda internet bağımlılığı tanımlamak ve psikiyatrik hastalıklar ile ilişkili konulardaki tartışmalara katkıda bulunmak.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Genç Erişkinlerde İnternet Bağımlılığı

18-30 yaş aralığını kapsayan genç erişkinlik ergenlikle erişkinlik arasında bulunan bir köprü görevi görmektedir(10). Bu dönem özellikleri üzerinden bakacak olursak kişiler kazandığı üniversitelere geçme, ailesinden ayrılma/uzaklaşma kariyer planını yapma, uzun sürecek romantik ilişkilerde bulunma, planlarını hayata uygulama ve bağımsız birey olma yönündeki süreçleri kapsamaktadır(11). Genç erişkinler ergenlik zamanlarından kalan mirası ve erişkinlikten yükselen endişeleri birlikte yaşıyor olmasıyla, bulundukları zaman dilimine özgü duygusal durum ve meseleler ile uğraş içindeler(10).

2.1.1.İnternet Tanımı

İnternetin genel olarak sözlük anlamına değinecek olursak, Türkçeye uluslararası ağ olarak geçen International Network kelimelerinin birleştirilmesiyle meydana gelen sözcüklerin toplamıdır(12). İnternet, yeryüzündeki milyonlarca ağın tümden gelim olarak tekbir düzen içerisinde bir arada birbirleri ile iletişime geçmesi ve olgu dağıtmasını çevreleyen ağlar arasında kurulu ağdır(12,13)

Yaşadığımız bu çağda dünyanın her yerinde kullanılan ve dünyayı her taraftan çevreleyen internetin kökeni, ABD ile beraber Sovyetler Birliği arasında olan çatışma döneminde olmuştur(14). Yaşanabilecek olası nükleer savaşta asker ile oluşacak ağ ve esas bilgisayardaki bilgileri bir başka bilgisayara göndermek maksadıyla gündeme gelen yegâne görüştür(14). İnternet mevzusunda, ABD Savunma Bakanlığı'ndaki kuruluşlardan biri ARPA (Advanced Research Projects Agency)'nın yardımıyla beraber hareket etmiş olup ve 1969 senesinde dört farklı ildeki bilgisayar

arasında haber gönderimi sağlayarak yapının ilk ayağını oluşturmuştur, sonrasında ARPANET ismi ile anılan askeriyenin bilgisayar ağı oluşturulmuştur(14).

2.1.2.İnternet Bağımlılığının Tanımı

İnternet bağımlılığının tanımına gelecek olursak; İB (İnternet bağımlılığı) denilince bilinen bir tanım bulunamaz. Belirli araştırmacılar "bağımlılık" kelimesinin bir tek kimyasal madde bağımlılığı kuramı için ifade edilmesi gerekli olduğunu dile getirirken, bunlarla aynı olan tanımlamalar kumar bağımlılığı benzeri diğer sıkıntılı davranış ve düşüncelerinde yorumlamak için de söylenilmiştir (15).

Bağımlılık kelimesi bilinen meşhur tanımlamasında rastgele bir eylem ve/veya maddeyle detaylandırılabilir(15). İnsan topluluğunun, kumar oyununu oynamaya, yemeği yemeye, sigara içmeye, oyun oynamaya, alışveriş yapmaya, sekse "bağımlı" olabileceği düşünülür(15). İnternetin kendisi kişinin bilime veya teknolojiye olan dikkatinden hür olarak aşağı yukarı herkesin kötüye uygulayabileceği bir bölge olanağı oluşturmaktadır(15). Sıkıntılı internet kullanımı aklı meşgul etme ile beraber interneti bireyin hayatındaki en kıymetli yere koyarak, üzerinde konuşulan fiili duygu, davranış ve düşüncesinde üstün kılmaktadır(15).

İB (İnternet bağımlılığı) ilk kez Young (1997) aracılığıyla belirtilmiş bir fikirdir(16). Bağımlılık ile alakalı yazlar araştırıldığında 2000'li senelerde de İB (İnternet bağımlılığı)'nin bağımlılık olabileceği çekiştirilmekte iken bugüne gelecek olursak bunun gibi bir bağımlılık oluşu onay görmekle birlikte iyileşme konusu üzerine çalışılmıştır(16). Daha da ileriye gidecek olursak Ege Üniversitesi'nde — İB (İnternet bağımlılığı) ismi altında bir ders bulunur, (İnternet resmen hastalık, 2006) bide Balıklı Rum Hastanesi artık "internet bağımlılarını" iyileştirilmeye başlanıldı(16).

İB (İnternet bağımlılığı), genel olarak internetin gerekenden daha çok kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın

önemini yitirmesi, yoksun kalındığında aşırı sinirlilik hali ve saldırganlık olması ve kişinin iş, sosyal ve ailevi hayatının giderek bozulması olarak tanımlanabilir(4).

2.1.3. İnternet Bağımlılığının Epidemiyoloji

İB (İnternet bağımlılığı) bütün yaş guruplarında ve her iki cinsiyette de gözüken rahatsızlıktır(17).İncelenen birtakım araştırmalarda internet bağımlısı diyebileceğimiz hasta oranı tüm kullananların %1,98'i ile %3,5'u aralığında değişir(18). Ayrıyeten internet bağımlılığı çerçevesinde riskli olabileceği varsayılan tüm kullananların oranı ise %8,68 ile %18,4 aralığında saptanmıştır(17,18).İnternet bağımlılığı toplum genelinde aktif olarak geç yaşlarda girişilen psikoaktif madde, alkol ile kumar bağımlılığın ziyade çok daha erken yaşlarda kullanıldığı gözlemliyoruz, en sıkıntılı gurubu ise genelde 12-18 yaş aralığındaki ergenlerdir(19). Cinsiyet ayrımı olmamasına rağmen erkekler kızlardan 2 ile 3 kat bandında daha fazla kullanırlar(19).

2.1.4.İnternet Bağımlılığının İçin Önerilen Tanı Ölçütleri

"İnternet bağımlılığı" terimi ilk kez 1995 senesinde Goldberg13, DSM-4"te kendine konu edinen "madde bağımlılığı" tanı kriterlerini uyarlayarak ortaya atmıştır(20).

Goldberg'e göre İnternet Bağımlılığının tanı Ölçütleri (21).

12 aylık peryotta herhangi bir döneminde rastgele meydana gelen aşağıda bulunan üçü ya da üzeri, klinik açıdan bariz sıkıntılara neden olan, uygun olmayan bir şekilde internet kullanmak

1- Aşağıda bulunanlardan herhangi biriyle tanımlanan direnç gelişimi(21),

a. İstenilen zevki almak için bariz bir şekilde internette kalma süresinin uzaması

b. İnternet kullanımın devamlı aynı sürede kalması ile duyulan zevkin azalması

2- Aşağıda belirtilen biçimde yoksunluk belirtileri oluşması, aşırı derecede interneti kullanmasıyla aşağıda belirtilenlerden minumum iki tanesinin günler içerisinde meydana gelmesi (bir aylık sürede meydana gelebilir) ve bireylerin bu sebepten ötürü mesleki,sosyal ve birçok önem arz eden işlevsel alanda sıkıntıya sokması(21),

a. Psikomotor ajitasyon

b. Bunalmak

c. İnternette dair neler olduğuna ilişkin obsesif fikirler

d. İnternette ilişkin hayal etme ile fantezi kurma

e. Bilinçli ya da bilinçsiz olarak tuşlara basma halinde olma

f. Buna benzer sıkıntılardan uzaklaşmak içinde internet ve buna benzer ağlara girmek.

3-İnternet kullanma süresi daima planladığımızdan daha fazla sürer(21),

4- İnternet kullanmayı bırakma ya da kontrollü bir şekilde hareket etmek için daima bir arzu ya da negatif sonuçlanan gayret bulunmaktadır(21),

5-İnternetle alakalı faaliyetlere fazla süre ayrılır (dosya düzenleme, kitapları okumak, web tarayıcı bulma ve program deneme vb.)(21),

6-İnternet kullanmaktan kaynaklı önem arz eden toplumu kapsayan mesleki faaliyetler ve boş vakitlerini faydalı kullanmayı terk eder ya da azaltır(21),

7- İnterneti kullanma, sebep olduğu sıkıntılara (uykusuz kalma, evlilik ile ilgili sıkıntı, çalıştığı yerlere geç kalma ve benzeri.) rağmen bariz bir şekilde tekrar eder(21).

Bu bölümde ilk kez bilimsel görüşünü bildiren Kimberley S. Young isminde ki psikologdur(22). Young, "İnternet Bağımlılığı Hastalığı" fikrini dile getiren, ilk kez gözle görülür şekilde tanı kriterlerini yapan ve bu tanı kriterlerine dayandırarak internet bağımlılığı ile alakalı epidemiyolojik incelemeyi başlatan uzmanlardandır(22). Young bundaki incelemesinde internetin bağımlılık olup olmadığını, olduysa nasıl sıkıntıya sebep olduğunu bulmayı hedeflemiştir(22). Young"ın düşüncesi internet tıpkı kumara benzer bağımlılık oluşturmaktadır hem de internet bağımlılığı türlü dürtülerini kontrol etme bozukluğu bulguları gösterir(22). DSM-IV"te belirtilen bağımlılık kriterleri yalnızca kimyasal maddeleri kapsadığından dolayı davranışsal bağımlılığı kapsamaz Young(22), içinde kötü madde kullanımı barındırmayan internet bağımlılığı en çok benzeyen bozukluk DSM-IV"te dürtü kontrol etme bozukluğu içerisinde kendine konu edinen "patolojik kumar oynama" da bulunduğu fikrine varmıştır(23). Patolojik kumar oynama tanı kriteri bağımlı internet kullanımına aktararak "internet bağımlılığı" tanı kriterleri için ilk kez ciddi anlamda adım atmıştır(21). Patolojik kumar oynamaya dayalı toplamda 10 kıstas bulunmasına rağmen yalnızca ikisi internet kullanımına aktarıldığı için etkisizleştirip ve toplam da 8 kıstas ele alınmıştır(23). Bu 8 kıstastan 5 veya daha fazlasını onaylayanlar internet bağımlısı olduğunu bildirilmiştir(23)

Young tarafından belirtilen İnternet Bağımlılığının tanı Ölçütleri (21).

1-İnternetle alakalı zihin olarak fazla meşgul olma (daimî olarak interneti düşünme, internette yapacağın sonraki faaliyeti düşünmek, internette yapılacak etkinliklerin hayalini kurmak, vb.)(21),

2-İstediği zevki almak için interneti gitgide daha yüksek oranda kullanma gereksinimini hissetme(21),

3-interneti kullanma isteğini kontrol altına alma, azaltmak veya tümüyle bırakmaya dönük başarısız olma(21),

4-İnterneti kullanmanın tamamen bırakılması veya kısma durumunda kızgın, çökkün veya huzursuz hissetmek,

5-İnternette başta planladığımızdan fazla kalma(21),

6-İnterneti fazla kullanmadan dolayı okul, iş, arkadaş ve aile ortamında sıkıntılar çekme kariyer ya da eğitim ile ilgili fırsatı tepme(21),

7-Başka kişilere (arkadaş, terapist, aile, vb.) internette kalma vakti ile alakalı doğruyu söylememe(21),

8-İnternette kendi problemlerinden uzaklaşmak ya da negatif duygularından (örneğin: çökkün, anksiyete, suçluluk) kaçmak maksadıyla kullanmak(21).

Young‟ın öncül araştırmasından takiben internet bağımlılığı çalışmasını yapan birçok kişi olmuş ve internet bağımlılığı ile alakalı türlü türlü tanı kriterleri fikirleri oluşmaya başlamıştır.

Shapira ile arkadaşları, "patolojik internet kullanım" kavramını ifade etmiş ayrıca bu hususta "aşikâr bir şekilde sıkıntı yaratan, vakit harcayan veya finansal, mesleki ve sosyal zorluklara sebep olan ve sadece hipomanik veya manik dönemler sırasında meydana çıkmayan" biçiminde dile getirmişler ve tanı kriterini bu 3 temel tanımlayıcı çerçevesinde tasarlamıştır(24,25)**.**

Shapira ve arkadaşlarıyla tasarladığı Problemli internet Kullanımı tanı Ölçütleri(25)

A-Aşağıda bulunanlardan minumum biriyle meydana gelen internet kullanımı ile alakalı zihinsel meşkuliyet bulunmakta(25):

1-İnternet kullanımı kontrol altına alma çabasının boşa çıkması,

2-Başta planlanandan fazla internette kalma,

B-İnterneti kullanma fazla zihinsel meşkuliyeti sosyal hayatı,işi ya da öbür önemli durumlarda işlevsel kayba veya klinik sıkıntılara sebep olur(25),

C-Fazla interneti kullanma mani ya da hipomani atakları ile meydana gelmez ve ayrı bir eksen bozukluk ile daha güzel açıklanmaz(25).

Beard ve Wolf16, Young‟ın sunduğu tanı ölçütlerini ele aldığımızda bağımlılık derecelerinin fazla olması ve yanılma payının fazla olmasından ötürü tanı kriterinde farklılığa gidilmiştir; internet bağımlılığı ile ilgili tanı koyabilmek için öncü 5 kriterin tamamının kapsamanın yanına ilaveten son 3 kriterden de herhangi birini kapsaması gerektiğini ifade etmişlerdir (24,26).

Beard ve Wolf tarafından önerilen tanı ölçütleri(24)

Aşağıdakilerden (1-5) tümünü barındırıyor olması:

1-internet kullanımı ile alakalı zihinsel uğraş (veya bundan önceki online faaliyeti düşünmek veya sonraki online seansı beklemek)(24),

2-İstediği hazzı almak için internette gitgide aşırı kalma gereksinimini duyma(24),

3-internet kullanma isteğini kontrol etme, azaltma veya tümüyle bırakma gayreti başarısız kalma(24),

4-interneti kullanma süresini kesme veya azaltmaya kalkıştığında sinirli, huzursuz, anksiyetik ve depresif olma durumu(24),

5-internette bulunma süresi ile alakalı planlanandan fazla kalma(24),

Aşağıdakilerden en az bir tanenin bulunması;

1-interneti fazla kullanımından dolayı işini, ilişkisini veya eğitimini veya mesleki bir başarı elde etmesi ile ilgili fırsatı tepme(24),

2-interneti fazla kullanmayı gizlemek için aile bireylerine arkadaşların yalan söyleme(24),

3-Sıkıntılardan kaçmak veya negatif duygulardan (çökkünlük, çaresizlik, depresyon, suçluluk gibi) kaçmak için interneti kullanmaktır(24).

Ko ve arkadaşları tarafından belirlenen İnternet Bağımlığının tanı Ölçütleri(13).

Üç aylık periyod süresince rastgele bir zamanda meydana gelen, klinik açıdan aşikâr bir şekilde bozulan veya sıkıntıya sebebiyet veren interneti uygun olmayan şekilde kullanma ve aşağıda bulunan bulgulardan altısının görülmesi(13):

1-internette yapılmış faaliyetler ile alaka aşırı zihinsel meşguliyet(13),

2-interneti fazla kullanma şevkine engel olma konusunda tekrarlayıcı bir şekilde başarılı olamama(13),

3-Toleransın gelişmesi: engellenemeyen internet kullanma ihtiyacı(13),

4-Yoksunluğun gelişmesi: bunlardan bir tanesinin bulunması(13);

a-internet kullanımından uzak kalınca negatif duygu durumu oluşması irritabilite, anksiyete, suçluluk ve sıkılma hissiyatı

b-Yoksunluk semptomlarının gelişmesini engellemek için interneti fazla kullanmak

5- İnterneti planlanan daha uzun süre kullanma(13),

6-internetin fazla kullanımını kontrol altına alma gayreti daima başarısız olma(13),

7-internetteki faaliyetler ile alakalı haddinden fazla vakit kaybetme(13),

8-internete ulaşmak için gereken faaliyetler ile alakalı cok fazla zaman kaybetme(13),

9- internetin fazla kullanımının neden olduğu veya arttırmış olabileceği, daima gelen istek ve yinelenen bir şekilde meydana gelen psikolojik veya fiziksel bir sıkıntının farkında olmasına rağmen internette bulunmayı sürdürmesidir(13).

2.1.5.İnternet Bağımlılığın Sınıflandırma Sistemleri

APA (Amerikan Psikiyatri Birliği) aracılığıyla 1994‟te duyurulan” Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı’nda (DSM-IV) ile Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) aracılığıyla 1994‟te yayınlanan " ICD-10’da (Hastalıkların Uluslararası Sınıflaması) İB (İnternet bağımlılığı) hastalık olarak geçmediğini bildirmiştir(27). Son zamanlarda süratle artan internet kullanımına bağlı belirli şahıslarda internet kullanımının bağımlılığa ulaşacak seviyelere vardığına ilişkin eser ile vaka bildirimleri süratle artması ve İB (İnternet bağımlılığı) rehberinin 5. Baskısı‟na (DSM-5) dahil edilebilecek bir hastalık olabileceği dair karşılıklı fikir alışverişine başlanılmıştır(23,24,27). İB (İnternet bağımlılığı) diye düşünülen olguların fazla kullanım, tolerans, yoksunluk, işlevsellikte bozulma ve olumsuz sosyal yansımalar benzerleri ile öbür bağımlılıklarla aynı özellikleri göstermesi İB (İnternet bağımlılığı) ‟da opiaterjik yolaklarda hasar olabileceğine kanıt yayınlar; İB (İnternet bağımlılığı) hastalık olarak tanımlanması ile İB olan şahısların tedaviyi görme açısının fazla olduğu ile ilgili öngörüler bulunmaktadır(27). İB DSM-5‟te kendine yer edinmesine sebep

olan nedenlerdi(27). İB'nin DSM-5"te yer edinmesine karşı çıkan yazarlar ise tolerans ve yoksunluk belirtilerini destekleyen çalışmalarla, fonksiyonelliğin bozulmasının altında yatan başka bir nedenin sebep olabileceği, ya da teknolojinin süratle kullanımına, ilerlemesine bağlı oluşan "normal" bir tavrın "patolojik" olarak lanse edilmesinin yanlış olabileceği yönünde görüş ayrılıklarına sahiptir(28).

Mayısın 2013'ünde yayınlanan DSM-5"te bağımlılık ile alakalı bozukluklar açısından anlamlı farklılıklar bulunmaktadır(24). DSM-IV" te bağımlılık terimi bilinen anlamıyla "Madde ile ilişkili bozukluklar" kategorisinde kendine bulmaktadır. DSM-5"te ise "Madde ile ilişkili bozukluklar ve bağımlılık bozuklukları" adı altında "madde ile ilişkili olmayan bozukluklar" sınıfı tarif edilmiştir(24). Bu kategoride bir tek "Kumar Oynama Bozukluğu" yer edinmektedir(24). İB (İnternet bağımlılığı), yetecek kadar kontrollü çalışmanın yapılmaması, yapılan araştırmalarda tanı kriterlerinin değişiklik göstermesi ve birbirinin aynısı olmaması, epidemiyolojik çalışmalarda yaygınlığın oldukça büyük aralığı kapsaması nedeniyle tanı sınıflandırmasına kendine yer edinememiştir(13). Yapılan araştırmalar daha çok online oyunlarla ilgiliydi, bu istikametten DSM-5"te, sunulan koşullar ile daha ileri çalışmayı cazibe haline getiren, bozuklukları kapsayan Bölüm 3"te "İnternette oyun oynama bozukluğu (Internet Gaming Disorder)" kavramı yer edinmektedir(29). Bu yapılanmanın davranışsal bağımlılıklar bölümünde daha öne ve daha kontrollü araştırmaların yürütülmesi açısından cazibeli olacağı düşünülmektedir(13,29).

2.1.6. İnternet Bağımlılığın Etiyoloji

Hayatımıza girişi çok uzun bir tarih olmayan internet, hayatımızın epeyce yer edinmiş ve vazgeçilmez bir unsur haline gelmiştir(30). Bilgisayarda oyun oynama, alışveriş yapma, sosyalleşmek, araştırma yapma, resmi işlerini yürütme ve buna benzer birçok dalda A'dan Z'ye kadar her kesime hitapta bulunan internetten kişiler (toplumsal veya bireysel) gereksinimlerini değişik yönlerden karşılamaktadır(31). Kolombiya üniversitesinde araştırmacılar 1940'lı zamanlarda kişilerin birçok

gereksinimi gidermek amacıyla toplu haberleşme kanallarını kullanmaları yaptığı çalışmalara dahil ederken, bunu ilk defa 1959 senesinde çalışmasında yazılı halde kâğıda döken ise Elihu Katz'dır(30). İnsanların interneti kullanma etiyolojisi, motivasyonlarını ve çıkar sağladıkları doyumu birden fazla çalışmaya kaynak olmuştur(31). İnternet kullanılmasını ve geçen zamanının sürekli artması ve bunu oluşturan nedenler araştırmalar için önem kazanmıştır ve birden fazla araştırmaya da kaynak olmuştur(30,31)

McQuail, Blumler ile Brown (1972) doyumlar kısmını dört ana gruba ayırmıştır(30)**.**

1-Oyalanmak

2-Kişisel ilişkiler

3-Bireysel psikoloji veya kişisel kimlik

4-Gözetmek (30)**.**

Katz, Grevitch ile Haas (1973) ise bireylerin internet kullanım isteklendirmesini beş bölümde ele almıştır(30).

1-Bilişsel (etrafta olan biteni anlama, bilgiyi arama),

2-Duygusal (haz veren tecrube),

3- Kişisel bütünleşme (güvenilirlik, İnanılırlık, statü kuvvetlendirme ve istikrar bulma arzusu),

4-Sosyal bütünleşme maksadıyla (arkadaş, iş ile aile hayatındaki sosyal bağlarını kuvvetlendirme arzusu),

5- Gerilimden uzaklaşma ihtiyacından (Sıkıntılardan uzaklaşmak maksadıyla gerçeklerden kaçma, oyalanma, eğlenme arzusu)(30).

Berger ise sosyal medyada fazla zaman geçirme sebeplerini; çevre ve dünya ya ilişkin fikir edinmek, neşelenmek, ruhsal, ahlaki ve kültürel değerleri tasdiklemek, özdeşlik, hükmetmeyi simgeleyenlerin itibarsızlaştırma veya yüceltilmesini görmek, güzelliklerden yararlanma, başka kişilerin hayat tecrübelerinden faydalanma, merakını gidermek ve bilgi edinmek için, ilahi olanla bütünleşmek, dert sıkıntıyı azaltmak, deşarj olabilmek, zaman geçirmek, cinsel olarak tatmin olmak, adalete olan inancını tazelemek gibi, kimlik edinmek, tarihine yabancı kalmamak gibi gereksinimini gidermek için kullanıldığını dile getirmiştir(30,32).

Kaye (1998) ise yaptığı çalışmada internet kullanımında 6 motivasyon nedenini ele almıştır(30)**. Bunlar;**

a-Eğlenmek için,

b-Boş vakit geçirmek için,

c-Sosyal faaliyetlerden uzaklaşmak için,

d-Sosyal ekilesim maksadı,

e-Bilgi edinme,

f-web site seçimi şeklinde ele almıştır(30).

Stafford ile Stafford (2004) internet kullanma ihtiyaçları hakkında 3 ana gurup ele almıştır(30)**.**

1-Erişme ihtiyacı için; web sitesinde gezinme, bilgiyi arama, erişme, motorlarını kullanmak,

2- İçerik kısmındaki ihtiyaçlar için; Eğitim, öğrenmek, haberlere ulaşmak ve araştırmak için interneti kullanma,

3- Sosyal ihtiyaçlar için; Sohbet, yeni yüzler ya da tanıdıklarla konuşma(30).

Song vd. (2004) internet kullanımının yedi tane doyum saptamıştır(30)**.**

1-Sanaldeki topluluk gereksinimleri: Yeni yüzler bulma,

2-Bilgiyi aramak: Sağlık, mesleki, haber, yaşama dair bilgiler,

3-Estetik deneyim için; birbirinden farklı resim ile farklı web site arama,

4-Ekonomik kazanç sağlamak için; indirimdeki ürünleri aram ya da para elde etme yolları arama,

5-Eğlenmek için; eğlence, heyecan, aksiyon ve rahat hissetme maksadıyla,

6-Kişisel pozisyon için; kişisel gelişimine katkıda bulunma,

7-Bulunduğu ilişkiyi sürdürmek için; tanıdık bireylerle iletişimde olmaktır(30).

Papacharissi ile Rubin (2000) 279 öğrenci üstünde yaptıkları araştırmada internet kullanım motivasyonlarını çalışmasında beş gurupta meydana koymuştur(30)**.**

1-Sosyal etkileşim maksadıyla (kişiler arası çıkarlar)(30),

2-Vakit geçirme (boş vaktini harcama)(30),

3-Bilgiyi aramak (Çalışma yapma)(30),

4-Kolaylık ile rahatlık sağladığı için (iletişim e-mail)(30),

5-Eğlenmek (haz duyma) amacıyla kullanırlar(30).

Kişilerin niçin bu kadar fazla internette zaman geçirdikleri sorusu son zamanlarda araştırıcıların dikkatini çeken konular arasındadır(30). İnternette çok zaman geçirme nedenleri aynı zamanda internetin bağımlılığı için risk faktörü olabilir(33). Young (1998)' in düşüncesine göre internette fazla zaman geçirme nedeni gerçek olanlardan kaçma ve boş vaktini doldurmaktır(33). İnternetin aşırı kullanımının nedenlerini araştırmak, kişilerin sağlıklı ve güvenli kullanımı sağlamak için önem teşkil eder(30,33).

2.2. İnternet Bağımlılığın Sıklığı

Teknolojinin gittikçe ilerlemesi ve rahat ulaşıyor olmamız nedeniyle yaşadığımız hayatta büyük yer kaplayan internet, sunmuş olduğu konfora, giderek artan kullanım yerleri ile hayatımızda ki vazgeçilmezi daha da artmıştır(30). Hayatımızın büyük bir kısmında kullandığımız internet sağladığı yararlar ve eğlenceli yönünden ötürü boş zamanı doldurma huyumuza da değişiklik getirmiştir, 1983'den beri var olan internet dünyasına Türkiye 1993'de kullanılmaya başlanıldı(30). Globalleşen ve herkes tarafından kısa bir zamanda kabul edilen internetin tüm ülkelerde kullanan sayısı süratle artmaktadır, kısa vakitte kabullenen ve globalleşen internetin dünyamızda zamanla ne kadar yer edindiğini anlaşılır hale dönüştürmek için oranlara göz atmak internet hakkında yeterli fikir verir(30).

Durak Batıgün ve Kılıç İnternet kullanımdaki sıklığın süratle arttığını; 30 Haziran 2010 senesinde toplanan verilere dayanarak dünyada 1.966.514.816 kişiye, 2000- 2010 seneleri kapsamında %444,8'lik bir yükseliş ifade edilmektedir(34). Türkiye'de de bu durum çok hızlı bir şekilde artış göstermiştir, 2005 yılarında

7.270.000 internet kullananı bulunan Türkiye, Haziran 2010 senesinde 35.000.000 kullanana, Aralık 2017 senesinde 56.000.000 kitleye ulaşmıştır(30). 2018 senesinin haziran ayına istinaden dünya bulunan kişilerin 4.208.571.287 ‘i interneti kullanıyor(30,34).

TÜİK’in (Türkiye İstatistik Kurumu,2018) Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması istatistiğine nazaran Türkiye’de 16-74 yaş bandında yapılan çalışmada, bilgisayarı kullananların oranı 56,6 ve interneti kullananların oranı 72,9 bulunmuştur, aynı araştırmada internet kullanan erkek kısmında oran 80,4 olup kadınlardaki oran 65,5’dur(30). İnterneti kullanan şahısların (TÜİK, 2018), her gün veya haftada minimum bir defa interneti kullanan bireylerden oluşan sistematik internet kullanıcı istatistiklerin sonuç ortalamasını baz alırsak oranı 2018 senesinin başlangıçta ki üç ayında %94,9 bulunmuştur(30). Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım (TÜİK, 2018) incelemesi Nisan ayı neticesine dair yüzde 83,8’i evde internete ulaşma imkanına sahiptir(30)

İnternet kullananların gittikçe çoğalması daha sonraki senelerde toplumun en önemli meseleleri arasında kendine yer edineceği düşünülüyor(35). Bilinçli değerlendirildiği zaman kazanım ve rahatlık sağlamanın yanında diğer türlü de bağımlılık ve bu bağımlılığın neden olduğu sıkıntılarda görünebilmektedir(35). Kendini sürekli yenileyen dünya ve teknolojiye ayak uydurmak için internet kullanma zamanımız gittikçe çoğalmaktadır, internet kullanımın gittikçe çoğalmasından ötürü internet kullanım sebepleri, internet kullanmanın alışmışlığı, internetin bizde bıraktığı etki ve benzeri araştırmalar yapılmaya başlanılmıştır(35). İnternet kullanmanın artı ve eksi yönleri ve internet kullanma neticesinde meydana gelen sıkıntılar araştırmalara konu olmuştur(35). İnternet bir taraftan insanoğlunun birden fazla gereksinimini giderip bulunduğu döneme ayak uydurmayı sağlarken, diğer taraftan negatif olarak bağımlılığın oluşmasına sebebiyet verir(35). Yeryüzünde internet kullanma oranını böyle yaygınlaşması artıları olduğu kadar eksi sonuçları da birlikte getirmişti.(30,35).

İnternetin akışına tutulmak mesleğini veya ailesine gerekli zamanı oraya harcayan ve sosyal yaşamdan ayrılan bireyler olgu şeklinde karşımıza çıkar(30).

İnternetin süratle yaygınlaşması, tüm alanlarda rahatlık sağlaması, ulaşmanın kolaylaşması, tüm yaş guruplarına seslenen içeriklerinin bulunmasından ötürü pozitif olduğu kadar negatif neticeleri de önümüze sermiştir, İnternetin süratle yaygınlaşmasından mütevellit çeşitli fikirler tarafından masaya yatırılmış olup şahıslarda bıraktığı psikolojik etkileri araştırmışlardır(30). İnternet yaşamamızın birçok alanında rahatlık sağlamasına yardımcı olsa da bağımlılığın oluşmasına engel olamamaktadır, bu nedenden ötürü hızlı bir şekilde hayatımıza yayılan internet kullanımı insanoğlu üzerinde bıraktığı psikolojik tesirlerin incelenmesi önem ifade ekmektedir(30)

2.3.Anksiyete Hakkında Genel Bilgiler

2.3.1 Anksiyetenin Tarihçesi

Tahminen 100 yıl önce, S. Freud "Anksiyete Nörozu" terimini oluşturmasıyla birlikte anksiyetenin 2 çeşidini tanımlamıştır (Breuer and Freud 1893 1895/1955)(36). Anksiyetenin bir türü başa çıkılmamış Libidodan kaynaklandığını ifade eder, başka bir deyişle ifade edecek olursak, işlevsel bir vakanın mental versiyonu olan, libidonun yükselmesinden kaynaklanarak oluşan cinsel gerginlikteki işlevsellik artıştır(36). Bu tipteki gerginliklerin normal boşalması, Freud'un fikrine göre, seksüel yolla olur ama, öbür seksüel aktiviteler, böyle ki, seksüel yoksunluk ile koitus interruptus gerginliğin boşalmasını önler ve şimdiki nörozla neticelenir(36). Libidinal blokaja dayanarak anksiyetenin artmasının hükmü neticesinde hipokondriazis, nevrasteni ve anksiyete nörozu oluşmakta ve bu bahsettiklerimiz Freud'un fikrine göre biyolojik esasa sahip belirmelerdir(36). Anksiyetenin öbür yapısı, baskılanmış arzu ve düşüncelerin özgün yapılarının güçlüğünü ve kaygısını derin bir şekilde yaşaması olacak şekilde tanımlanabilir(36). Anksiyetenin bu yapısı, histeri, obsesyonel nöroz ve fobi ye benzer psikonörozlardan yükümlüdür(36). Freud, aşina olduğu koşullar ve onlarla irtibatlı olarak türeyen anksiyeteyi, fizyolojik etkenlerden çok psikolojik etkenlere bağdaştırmaktadır(36). İntrapsişik çatışmalar

psikonöroz ve anksiyeteye sebebiyet oluşturur(36). Freud güncel nörozda incelediğinden daha düşük dramatik ve yoğunluğu daha az bir anksiyete neticelendiğini ispatladı.(36)

"Inhibitions,. Symptoms and Anxiety" (Freud 1926) adıyla 1926'da basılan kitabında Freud, anksiyete ile alakalı yepyeni bir kuram tasarladı, bu kuramda, reel dış kaynaklı anksiyete ve nörotik iç kaynaklı anksiyetenin ikisininde riskli vaziyete bağlı yanıt olduğunu düşünüyor(36). Freud anksiyeteyi yapan olayları ikiye ayırdı; onlardan ilki doğum süreciyle birlikte ilk prototipi oluşturan, içgüdüsel uyarana engellenemez etkidir, Buna benzer olaylarda EGO'ya ulaşmayı engelleyen bariyer baskıya dayanmayarak dürtünün bütün faaliyetini keşfederek, travmatik bir durum mutsuzluğa sebebiyet verir, İkincisi ve daha fazla oluşan olay ise, tehlikenin yaptığı olaydan farklı, tehlike oluşma beklentisiyle var olan anksiyetenin oluşmasıdır(36). Organizmaya özgü oluşan tehdit, anksiyete işareti veya belirtisi şeklinde düşünülmektedir(36). Bu anksiyete bilinçsizce yapılır ve egonun olanaklarını, tehdidi diğer yöne konumlandırarak sabitlemeye çalışır(36). Eksternal ve internal kaynaklı tehditlerin her ikisi de kendini düşmandan sakınmaya karşı düzenlenmiş EGO'nun spesifik savunma düzenine yönelten işaret olarak ortaya atılmış olabilir ya da içten gelen uyartının derecesini standart seviyede tutmak olabilir(36).

2.3.2. Anksiyetenin Tanımı

Anksiyete: kaygı, endişe, gerginlik, korku, sıkıntı, huzursuzluk durumudur(37). Şuursuzca oluşan ve objesi kişi tarafından tanımlanamayan, içsel tehditte yönelik gelişen reaksiyondur, başka bir şekilde açıklayacak olursak anksiyete, dış etkenlerden oluşan bir tehdit ya da tehdit ihtimaline karşın oluşan yoğun duygu durumudur(38). Düşük seviyede anksiyete kendiliğinden odaklanmayı, atılganlığı ve cesareti yükseltirken, yüksek seviyedeki kişinin kavrama, algılama ve karar verme yetisini düşürmektedir(37–39).

Durumluk Anksiyete: Çevre ile ilgili şartlara bağlı olarak stresten meydana gelen tehdit veya tehlike durumunda bireyin verdiği karmaşık aşırı tepkilerin toplamıdır(39).

Sürekli Anksiyete: Bireyin içerisine düştüğü durumu sürekli stresli seklinde algılayarak yorumlama şeklidir(39).

YAB (Yaygın Anksiyete Bozukluğu): Süreklilik teşkil eden endişe, fazla uyanıklık ve otonomik şeklinde hiperaktivite belirtileri gösterip minumum altı ay devam eden bozukluktur. (YAB, belli bir objeye, organa, yere, obsesif fikre odaklanmamış, yani belirli bir fikre veya tekrarlayıcı içeriğe sahip olmayan, organizmada yaygın fizyolojik ile ruhsal belirtileri ile giden bir rahatsızlıktır(40).

Yirminci yüzyılın 2. devresinde "anksiyete" teriminden gereğinden fazla konuşulmaya başlanmış olup "Anksiyete Çağı" ifadesi ile anılmaya başlanılmıştır(39). Kaynaklarda ''anksiyete'' terimini birden çok teorisyen farklı yorumlar ile tanımını yapmaya çalışmışlardır(39). Bunlar;

Freud, ruhbilim bölgesinde anksiyete kelimesini ilk telaffuz eden ve anksiyeteyi bir kavram şeklinde niteleyen kuramcıdır, Freud'un düşüncesine göre kişi davranışlarını bütün yönleriyle uyumlu yapmaya özen gösterir(39). Herhangi bir davranış rastgele değildir ve organizmanın oluşturduğu tüm hareketler yaşamını sürdürme gayretinin farklı şekilleridir, Freud'un düşüncesine göre anksiyete, toplumsal veya fiziksel çevreden gelebilecek tehditlere karşı kişiyi uyarma, gerekli olabilecek uyumu yakalama ve yaşamını sürdürme fonksiyonuna katkı sağlar(39). Yalnız anksiyete, "nevrotik anksiyete"de ki gibi mantıklı olmayn bir özellik alırsa uyum foksiyonunu kaybeder ve normal olmayan davranışların meydana gelmesine sebep olur. Freud 3 tür anksiyete betimler:

a-Gerçeklik Anksiyete: Gündelik hayatta arasıra her insanın yaşabileceği anksiyetedir ve korkuyla eş anlamlıdır, gerçeklik anksiyetesi dış etkenlerden yaratılır ve anksiyete şiddeti, dış tehditin büyüklüğü ile orantılı artar(39).

b-Suçluluk Anksiyetesi: Egoda utanç veya suçluluk duygusu oluşturan, bilhassa süperegonun vicdan tarafından onaylanmayan durumlarda meydan gelir(39).

c-Nevrotik Anksiyete: İçgüdülerden oluşup gelen tehlikenin hissetmesiyle meydana gelen ve içgüdülerin, egonun boşalma arzularının engelleyemediğinden, neticenin ne olacağın dair korkudur. Freud nevrotik anksiyeteyi, içgüdüsel kaynaklı açıklamasına karşı, Freud'dan sonra gelen kuramcılar kültürel ve toplumsal etmenlere fazlaca ilgi göstermiştir(39).

Sullivan, kişiyi kültürün tamamlayıcı bir parçası şeklinde düşündüğünden, anksiyetenin de bireyin, ilişkisini karıştıran durumlardan oluştuğunu savunmuştur. Bundaki kuramda çocuk -anne ilişkisinin karakteri ve annenin anksiyetesinin çocuğa geçmesi önem arz eder(39).

Horney'e göre anksiyete bakacak olursak, küçük çocuk potansiyel açıdan düşman bir evrende yardımsız ve tek başına kaldığında oluşur. Horney, buna "Temel Anksiyete" olarak tanımlamıştır. Bireyler küçüklükten itibaren bu ana anksiyete duygusu ile baş edebilme, potansiyel açıdan düşmanca takınan evrende "güvenlik'lerini sağlamak için çalışırlar(39).

Spielberger, anksiyeteyi şu şekilde tanımlamıştır:

- Anksiyete ileriye yönelik kaygı biçimidir

-Negatif bir duygu durumudur

-Bu duygu durum kişiye keder verir

-Vücudumuzda gerginlik oluşturur(39).

Kierkegaord, ölümüne kadar süren bir rahatsızlık olarak tanımlayan anksiyeteyi hayatın kaçınılmaz bir bütünü olarak tanımlar(39).

Mcdougall'a göre anksiyeteye bakacak olursak, gelecek hakkında herhangi bir fikre ship olmamanın oluşturduğu duygudurumdur(39).

Hiddegard Peplau hemşirelerdeki ilk teorisyendir, Anksiyetenin hafif, orta ve şiddetli ile panik seviyelerini tanımlamıştır(39).

Jung'a göre bakacak olursak, ortaklaşa biçimde bilinç altından gelen imajların ve kuvvetlerin kişinin bilincini sarmasına rağmen bireyin tepkisidir(39).

Adler'e göre, anksiyetenin sebebi tam olarak aşağılık duyguları üstünde durur. Bireyin kendisini kanıtlama isteği engellendiği vakit anksiyete meydana gelir(39).

2.4.Yaygın Anksiyete Bozukluğu (YAB)

YAB genellikle göz ardı edilen ve gereğince tanınan bir ruhsal hastalık olduğunu söylenemez(41). Hastalar ilk başta birinci basamakta bulunan doktorlara ya da psikiyatri dışındaki doktorlara gittiklerinden hem de bununla birlikte önemli bir halk sağlığı sorunu teşkil eder, klinikte çalışanların çoğu hastalığın kronik ilerleyişinden ve ciddiyetinden habersizdirler(41). YAB (yaygın anksiyete bozukluğu) yalnızca "endişeli" halde bulunmaktan oluşmamaktadır; anksiyete daima hissedilen bir durumdur(41).

1980 yılında yayınlanmış olan DSM-V'te "anksiyete nevrozları" tanımından vazgeçmesiyle, YAB farklı bir teşhis sınıflandırması seklinde kabul görmüştür(42). DSM-V teşhis sınıflanmasına göre YAB, öbür anksiyete bozukluklarını dışladıktan sonra fark edilebilen "artık" sınıflandırma olarak tanımlanmıştır(43). Yalnız, yakın zamanda yapılan epidemiyolojik araştırmalar, YAB'nun gereğinden fazla ve birinci basamakta çalışan doktorların en sık karşılaştığı ankiseyete tipidir(42,43). Ayrıyeten, ilk önce depresyon olmak üzere diğer anksiyete bozuklukları dahil birçok psikiyatrik hastalıkları için risk faktörüdür(41). Bundan ötürü, adölesan ile genç erişkin dönemlerinde tanınması halk sağlığı yönünden önem teşkil etmektedir(41)

YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu), daima endişe, gereğinden fazla uyanık olma ile otonomik hiperaktivite gibi belirtilerle ayırt edilmiş olup minimum altı ay devam eden bir bozukluktur(37,44–46).

YAB, bilinen bir yere, organa, nesneye, tekrarlayan düşünce veya engellenemeyen odaklaşamamak, diğer bir deyişle bilinen bir fikri ya da hareketsel içeriği bulunmayan, vücutta geniş düşünsel ve fizyolojik sıkıntı belirtileriyle oluşan bir hastalıktır(47).

YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) bulunan bireylerin negatif duygularını daima abartılı bir şekilde ifade etseler de daima üzüntü duymalarından dolayı sıkıntı hissettiklerini, negatif duyguları kontrol altına almayı başarmakta zorlandığını veya toplumsal olaylarda, mesleki alanla ilgili ya da fonksiyonelliğin öbür önem arz eden alanlarında bunla alakalı bir bozulma olduğunu söylerler(45).

2.4.1. Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Epidemiyoloji

YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu), genç yaş ile beraber sinsi bir başlangıca sahip hastalık çeşididir(41). Yetersiz miktarda remisyon periyotlarıyla beraber, bulgularda parlama ve sönme olmak üzere iki tiptir(48). Teşhis ölçütlerindeki

farklılıklardan dolayı, prevalans faaliyetleri neticesi %2,8 ile %8,5 aralığında değişebilmektedir, Ortalama prevalans değeri ise yüzde 5,8 bulunmuştur(48). Birinci basamakta yer alan doktorların YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) tanılı hasta ile karşılaşma oranı %8 civarındadır (41,48).

YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu)'nün bayanlarda bulunma oranı erkeklere kıyasla daha fazla bulunmuştur(49). Ara yaş ile biraz nispeten ilerlemiş yaşlarda prevalans yüksek iken, ergenlikte rölatif daha düşüktür bulunmuştur(41,49,50) Türkiye Ruh Sağlığı biyografi çalışmasında, YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) son on iki aylardaki sıklığı yüzde 0,7 görülmüştür(51). Doğan ve arkadaşlarının Sivas ilinin merkezinde uyguladığı çalışmada bahsedecek olursak YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) sıklığı son senesinde yüzde 10,5, yaşadığı süre zarfında %12,1 görünmüştür(41). Bayanların, negatif yaşam hadiseleri karşısında erkeklere kıyasla birz daha fazla hassas oluşları ve aylık âdet kanamaların verdiği duygusal ve hormonal süreçlerden dolayı erkeklere oranla olaylar karşısında ekstra etkilendiği görülmüştür (50). Türkiye Ruh Sağlığı biyografi çalışmasında YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) son on iki ayda erkeklerde sıklığı yüzde 0,5 ve kadınlardaki sıklığı yüzde 0,8 görülmüştür (51).

Doğan ve arkadaşları Sivas ilinin merkezinde gerçekleştirdiği araştırmada ise kadının erkeğe 2'den yüksek görünmüştür(37,41). Avustralya ülkesinde gerçekleştirilen epidemiyolojik araştırmada, eşinden boşanmış ile eşi ölmüş olanlar, okuryazar olmayan ile herhangi bir işte çalışmayan bireylerde YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) daha fazla görülmüştür (51). Doğan ve arkadaşlarının araştırmasına değinecek olursak YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) sıklığı, kişinin yaşı, onun eğitim düzeyi, bireyin medeni hali, kişinin aile yapısı ve hanenin maddi durumuna göre değiştiği, ancak ailesinde psikiyatrik bir rahatsızlığı bulunanlarda herhangi bir psikiyatrik bozukluğu olmayanlara kıyasla daha fazla olduğu bulunmuştur(37,41).

2.4.2. Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Etiyolojisi

YAB'ın sebebi de hemen hemen tüm psikiyatrik hastalarda olduğu gibi nedeni tam çözülmemekle beraber, belli bir noktaya olan kaygıyı standart seviye tabi tutulduğu ve bireyin hayatı daha kolay yaşaması için gereken standart anksiyeteyi YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) den ayırt etmek oldukça zordur(52). Ayriyeten nedenler arasında bulunan biyolojik etkenler ile psikolojik etmenleri birbirinden ayırt etmek oldukça güçtür, bu etkenler büyük ihtimaller beraber etki ediyordur (52).

YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu)'ın etyopatogenezine değinecek olursak, farklı düşünme tarzları sayesinde apayrı modeller bulunmuştur(53). Tüm modellerin olguda muhakkak etkisinin olduğunu görürüz(53). Biyolojik etkenler bireyin kalıtımsal yöntemiyle anksiyete hastalıkları için risk faktörü olduğu belirtilmiştir, davranışçı etkenler bilgiyi öğrenme teorisine dayandırmaktadır (53).

Anksiyete bozukluklarında bilişsel etkenlere değinecek olursak, duygusal hayatına dokunmada özgün inanç ile yöntemleri rol oynamıştır(54). Psikodinamik etkenlerde anksiyete tehtidsel ve seksüel arzular ile bu arzulara yönelik gösterilen savunma tepkileri içinde intrapsişik çatışmalar neticesinde meydana çıkar (54).

Biyolojik sebebler

YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) olması hakkında çalışılan araştırmalarda biyolojik etmenlerin payının yüksek olduğu gözlenmiştir(55). YAB ile alakalı beyindeki kritik bölge limbik alan olduğu tespit edilmiştir(56). Kalıtımsal yolla alakalı olan bu bozukluk hakkında yeterli araştırma olmadığı gibi gerçekleştirilen aile araştırmalarında anne baba da hastalık var olduğunda yaygın anksiyete bozukluğu 4-5 kata kadar daha fazla görülme ihtimali oluşur(55,56).

Endokrin İşlevler

Noradrenalin, GABA, serotonin gibi nörotransmitterlerinin YAB'ın oluşmasında etkili olduğu yapılan araştırmalarda gösterilmiştir(57,58).

Nörokimyasal nedenler

Stres veya tehlike gibi durumlarda insan bedeni beynin çeşitli alanlarında nörotransmitterlerin salınımını negatif veya pozitif yönde düzenler(59). Bunlarla karşı karşıya kaldığı durumlarda ‘’kaç ya da savaş’’ mekanizması aktif hale gelebilir (59).

Noradrenerjik sistem:

İlk olarak Noradrenalin beynin pons bölgesindeki locus ceruleusta bulunan katekolaminin yapılarından olan bir nörotransmitterdir(60). Noradrenalin deşarjı, glutamat, serotonin, GABA ve dopamin deşarjı ile yakın beraberlik içinde bulunmaktadır(60). Noradrenalin gerginlik ve strese karşı fizyolojik cevpta aktif şekilde rol oynar, öbür anksiyete bozukluklarında daha fazla araştırma yapılmasına rağmen anksiyete bozuklukların genelinde nöradrenalin salınımı etkilendiği gözlenmiştir(60).

Hipotalamik hipofiz adrenal eksen:

Kortizol, adrenal bezden salgılanan glukokortikoid bünyesindeki hormonlardan biridir, stres ve üzüntü ile karşılştığında vücut kortizol salınımı artar(61).

Kortikotropin salan hormon (corticotropin releasing hormon = CRH)

Stres ve üzüntüye karşı işlevsel yanıtlardan olan kortikotropin salan faktöre bağlı CRH'un farklılaşmasıdır(62). Strese ve üzüntüye işlevsel yanıt oluşturup, CRH salınımına neden olur(62).

Dopaminerjik sistem:

Akut strese karşı dopamin yanıtı beynin çeşitli alanlarında salınımına neden olan katekolamin türde bir nörotransmitterdir(63).

Serotonin:

Vücudun strese karşı yanıtında dorsal raphe çekirdeğinden üretilen nörotransmitterlerden biridir(64). serotonin aslında bakılacak olursa anksiyetede çift taraflı bir rol oynar(64). Amygdala ve prefrontal kortekste anksiyeteyi artırıcı etkide bulunurken öbür alanlarda üretimi anksiyeteyi artırıcı etki gösterir(64). Yaygın kaygı bozukluğu (YAB) ile diğer kaygı bozukluklarında serotonin hedefi üzerinden birden fazla ilaç tedavi amaçlı kullanılmaktadır (64).

Benzodiyazepin ve GABA Sistemi:

Birinci sırada sayabileceğimiz inhibitör nörotransmiter olan GABA beyinde glutamattan salgılanır(65). anksiyete de kullanılan bir sürü ilaç GABA üstünden etki etmektedir(65). Gaba üzerinden etki gösteren ilaç guruplarından biride benzodiyazepinlerdir(65).

Glutamat Sistemi:

Beyinde en etkili uyaran nörotransmitterlerden biri olan glutmattır(66). YAB ile diğer anksiyete bozukluklarından sorumlu olan glutamat reseptörü N-metil d aspartat (NMDA)'tır(66). Tedavi etmek amacıyla kullanılan ilaçlardan lamotrijin, tiyagabin ve pregabalin glutamat üzerinden etki gösterir(66).

Bu konuşulanlar dışında galanin, nöropeptit Y, opioid peptitler, nörosteroidler ,kolesistokinin, arjinin-vazopressin de YAB sebepleri arasında yer alır.

2.4.3.Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Klinik Belirtileri

YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu), gerek ruhsal gerekse bedensel bulgularla ayırt edilmiş olur, özellikle beklediğimiz olumsuz haller, odaklanma güçlüğü, öfkesellik, gerginlik hissi gibi ruhsal semptomlara sahip olur(41). Hasta olanların birçoğu, bellek ile ilgili sıkıntılarından söz etmesine rağmen, genellikle dikkat eksikliğine ikincil oluşur(41). Sürekli Tekrarlayıcı kaygılı fikirlerin içeriğini, günlük olaylar dışında ekstra bedensel şikâyetleri de kapsamaktadır, örnek verecek olursak; otonom hassasiyeti yüksek olayda, hasta kendi kalp atış sesini atımını hissedecek olursa kalp krizi şeklinde düşünüp kaygı duymaya başlar(41).

Bedensel şikayetler, kaslarda oluşan gerginlik ile otonom aşırı hassasiyetten kaynaklanır(41). Kaslarda oluşan gerginlik, titreme ve bilhassa omuz ve sırt alanında oluşan ağrıya ek olarak daha çok oksipital ile frontal alanda oluşan gerilim tipindeki baş ağrılarına sebebiyet verir(41). Otonom aşırı duyarlılığı diyecek olursak, vücuttaki bulunan tüm sistemlerine etki ederek çeşitli semptomlara sebebiyet verir(41). Örnek verecek olursak, solunum sistemine etki etmesi, göğüs kafesinin sıkışmış hissi ile hızlı nefes alıp vermeye sebep olurken, kardiyovasküler şikayetlerden çarpıntı ile göğüs ağrısı genellikle olur(41).

Güncel hayatta bireyler hekime ruhsal sıkıntılar dan daha çok bedensel sıkıntılarla başvurur(67). Yapılan araştırmalarda, bu tip hastaların psikiyatri dışı bölümlerle psikiyatri ile kıyaslandığında bu oran 2 katından daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir(67,68). Kardiyak nedenli olmayan göğüs ağrıları bulunan semptomu hastaların YAB olma ihtimali çok yüksektir(69–71). YAB'lı hastaların kardiyoloji polikliniklerine gitmeleri, panik atak bozukluğu hastalarıyla yaklaşık olarak aynı sayıdadır, ama bilhassa son zamanlarda teknoloji ile artan sosyal medya kullanımından dolayı panik atak bozukluğu YAB'tan daha çok tanı alır (72). Göğüs ağrısına ek olarak, hiperventilasyon sendromu, irritabl barsak sendromu ile çabucak yorulma YAB'taki semptomların diğerini oluşturur(73,74). Bundan dolayı hastaların birçoğunun tanısını araştırmasında yapılan ekokardiyogram, egzersiz EKG'si, endoskopi ve koroner anjiyogram gibi tetkikler sağlık sektöründe maddi ve manevi kayıp oluşturur(74).

Bu hastalar, YAB semptomlarını genellikle tüm yaşamı boyunca hisseder ve bu duruma da alışmışlardır(75). Bundan sebep, depresyon, alkol, diğer anksiyete bozuklukları ve diğer maddeleri kötüye kullanım benzeri diğer psikiyatrik sıkıntıları oluşana kadar tanı ve tedavi için hastaneye başvurmazlar(75). Komorbid şeklinde bulunan psikiyatrik hastalıklar, YAB tanısını koymada zorlaşır. Dolayısıyla, YAB tanısını koymada sayının bu denli az olmasını açıklayabilir(75). YAB'ın tanınması az olması, tedavi geç ve yetersiz olmasına ayrıyeten ileriki süreçte prognozunda kötüleşmesine neden olur(75).

2.4.4. Yaygın Anksiyete Bozukluğu Tanı Kriterleri

YAB (Yaygın Anksiyete Bozukluğu) DSM-IV Tanı Ölçütleri(76)

A-Minimum altı ay süresince neredeyse her gün meydana gelen, sayısız olay veya faaliyet hakkında (okulda veya iş kısmındaki başarı gibi) fazla anksiyete ve endişeli beklentiler hissetme(76),

B- Birey, kederini kontrol altına almakta zorlanır(76),

C-Üzüntü ile anksiyete, aşağıda bulunan 6 semptom içinden 3 ya da daha fazlasına iştirak eden (son 6 ay süresince neredeyse her zaman hiç yoksa bazı semptom bulundurur). Not: Çocuklarda ise yalnızca bir maddenin görülmesi yeterlidir(76),

1-Aşırı heyecan, huzursuzluk veya endişe duyma,

2- çabuk yorulma,

3- düşüncelerini toplamada sıkıntı çekme veya zihninin duraksamış gibi hissetme,

4- irritabilite halinde olma,

5- kasta oluşan gerginlik,

6- uyku problemi (uykuyu sürdürme veya dalmada sıkıntı çekme veya dinlendirme özelliği olmyan huzursuz uyku)

D- Üzüntü ve anksiyete odağı bir Eksen 1 bozukluğu niteliklerden ibaret değildir, örnek verecek olursak anksiyete veya üzüntü bir Panik Atağı olabileceği (Panik Bozukluğunda olabileceği gibi), toplu bir alanda utanç duyabileceği (Sosyal Fobide ki gibi), hastalık kapmış olma (Obsesif-Kompulsif Bozuklukta olduğu gibi), evinden veya tanıdıklarından uzaklaşma (Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğunda olduğu gibi), tartı artması (Anoreksiya Nervozada olduğu gibi), birdençok kiilinik belirtisinin olması (Somatizasyon Bozukluğunda olduğu gibi) veya ciddi bir rahatsızlığının bulunması (Hipokondriazisde olduğu gibi) ile alakası bulunmamaktadır ve üzüntü ile anksiyete yalnızca Posttravmatik Stres Bozukluğu esnasında meydna gelmemektedir(76),

E- Üzüntü, anksiyete veya fizik yakınmaları olan klinik çerçevede bariz bir strese veya mesleki, toplumsal alanlarda veya fonksiyonelliğin önemli olduğu durumlarda bozulmalara sebep olur(76),

F- Bu rahatsızlık bir maddenin (örnek verecek olursak kötü amaçlı kullanabilen herhangi bir ilaç, tedavi için kullanılan bir ilaç) veya genel tıbbi olayın (örneğin hipertiroidizm) direk fizyolojik güçüne bağlı değildir ve yalnızca bir Duygudurum Bozukluğu, Yaygın Gelişimsel Bozukluk veya Psikotik bir Bozukluk esnasında meydana gelmemektedir(76).

2.4.5. Yaygın Anksiyete Bozukluğu Ayırıcı Tanı

Anksiyete bir sürü tıbbi alan ile ilgili durumlar ve ruhsal bozuklukta kendini gösteren bir semptom olduğundan dolayı başka hastalık kategorisinde

değerlendirilebilir ya da YAB ile birlikte olduğu durumu göz ardı edebilir(76). Bundan dolayı, güzel bir anamnez alma, ruhsal ve bedensel muayenesinin detaylı yapılması ve bunlara özgü labaratuvar testlerinin yapılması tanısını koymamızı basite indirger (76). Hastalık derecesinde olmayan anksiyete ile YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) ayırt etmek için anksiyetenin işlevsel bozukluğuna ve ne kadar süre ile incelendiğine dikkat edilmesi gerekir(77).

YAB hastalarının 12 aylık dönemini inceleyecek olursak bir depresif bozukluk veya anksiyete bozukluğu ek tanısı birlikteliği oranı %90,8 olarak gözlemlenmiştir(78). Bundan dolayı YAB çoğu kez başka bir hastalık olarak görünmekte ve göz ardı edilmektedir(41). Bunları düşündüğümüzde YAB'ın tanısını atlamamamız için diğer hastalıklardan ayırıcı özelliklerini iyi öğrenmemiz gerekir(41).

YAB karıştığı hastalıklara gelecek olursak genellikle panik bozukluğu ve depresyonla karışabiliyor(76). YAB'ın oluşturduğu anksiyete daha aşikâr, yaygın ve diğerlerinden daha uzun sürelidir(76). Panik bozukluğunda bulunan anksiyete daha kısa süreli ile ani değişimi bulunan bir anksiyete çeşididir(76). Depresyonda bulunan anksiyete zayıf ve dirençli bir mizaçtan dolayı ortaya çıkar(76). Şizofrendekine değinecek olursak baştaki döneminde yoğun anksiyete ile karşılaşabiliriz, lakin bunun düşünce bozukluğu ile ayırt etmemiz gerekir(77). Alkolü kötüye kullanma ve borderline ile de karışabilir, ayrıyeten anksiyete bulguları herhangi bir tıbbi durumla bağdaştırabiliyorsa, durumla ilişkili anksiyete bozukluğu tanısını koyarız(77).

2.4.6. Yaygın Anksiyete Bozukluğu Tedavisi

YAB tedavisinde destekleyici, bilişsel-davranışçı ve iç görü yönelimli terapi ve farmakoterapinin görevi vardır. Bozukluğun yapısı gereği uzun sürmesi nedeniyle tedavide planı dikkatli düzenlemeli ve hasta ile hasta yakınları detaylı bilgilendirilmelidir (79,80).

Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT)

Uygulama: BDT'de bir tür taktik vasıtasıyla YAB'in farklı davranışsal, fizyolojik ve bilişsel özellikler dikkatle incelenip ele alınmalıdır(80):

1. İlkönce; negatif durumları abartarak söylemesi ve hayret edilecek neticeye getirme eğilimi delile dayanmış düşünmeyi, problemi çözebilme noksanlığı ile mücadele etmeyi yüreklendiren bilişsel becerileri ele alır(80).

2. Davranışçı pratiklere bakacak olursak, olayı ertelemeyi, aşırı kontrolcü olması ve öbür kaygı davranışlarını azaltmayı amaçlamaktadır (80).

3. Ayrıyeten, fiyasko görüntülerine sürekli tekrarlayıp alıştırma şekliyle, duygusal reaksiyon ile otonom cevap düşürür, bunlardan dolayı çeşit görüntülere engel olmak amacıyla aşırı derecede endişeye yönelim güdüsü azalır(80). Dördüncü ve son olarak, ilerici gevşetme talimleriyle, aşırıya kaçan kas gerginliğini ile kasın uyarılmasını azaltılması amaçlanmıştır(80).

BDT, YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu)'ta hasta eğitimi, kendini görüntülerini izleme, gevşeme ile ilgili eğitimi, bilişsel tekrar yapılandırma, endişeye meal veren durumlara tolerans geliştirmeye ve tekrarlayıcıyı durumu engelleme benzeri yaklaşımları kapsayan geniş bir çalışmadır(80). YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu)'ta BDT'nin kitlendiği noktalar şunlardır:

1. Kontrol edilemeyen ve aşırı kaygıya yönelik bilişsel bulgular (80)

2. Kast oluşan gerginliği, huzursuzlanmak, rahatlayamama, çokça uyarılma, konsantre olma ve uyku bozukluğuna ilişkin bedensel belirtiler(80)

3.Birşeyleri sürekli erteleme, Aşırı kaçan hazırlık yapması, karar vermede ki güçlükleri ve kaçınmaya dair davranışsal belirtiler(80).

Farmakoterapi

YAB tedavisinde kullanılan başlıca ilaçlar SSRI, buspiron, benzodiazepinler ve venlafaksin'dir(79). İlaçla olan tedavileri 6 ile 12 aya kadar devam ettirilse dahi tedavilerinin kesilmesini takiben hastaların yaklaşık olarak yüzde 25'inde birinci ay, yaklaşık olarak yüzde 60-80'inde birinci sene içinde tekrar gözlemlenir(79). SSRİ kullanmayı düşünen hastalarda, bu ilacın kısa bir süre endişeyi arttırabileceğini düşünerek tedavi edilmesi lazımdır (79).

Benzodiazepinlere gelecek olursak, terapotik aralığın asgari miktarıyla başlatıp yanıt durumuna göre doz artırımı yapılmalıdır(79). Alkol kullanımı ve benzodiazepin kullanımı takiben benzer şekilde disinhibisyon gözlenebileceği akılımızın bir köşesinde bulundurmamız lazım.(79).

Öbür tedavilerden olan buspiron, 5-HT1A reseptör agonisti olan, hasta olanlarda yüzde 60-80'inde etkili bulunmuştur(79). Fakat benzodiazepinle tedavi olmuş hastalar buspirona cevap verme olasılığı düşüktür(79).

Yaygın anksiyete bozukluğunun (YAB) bulguları için venlafaksin oldukça iyi bir tedavi seçeneklerinden biridir(79). Tedavide ilaç dozu olarak 37.5-75 mg/gün şeklinde başlayıp, iki ile üç hafta süresince bir benzodiazepinle beraber uygulamak daha verimli olacaktır, ayriyeten YAB'ta yararı gösterilmiş öteki ilaç gurupları; TAD ve beta adrenerjik reseptör antagonistlerdir(79).

BDT ile ilaçların birlikte kullanımı

Klinik araştırmalarda elde edilen sonuçlara göre, YAB (Yaygın anksiyete bozukluğu) tedavisinde gözlemlendiği sonuç BDT'nin sertralin veya BDZ ile birlikte uygulamasının, yalnızca ilaç tedavilerine oranla daha etkili olduğunu gözlemlenmiştir(80). Escitalopram'a BDT katılması cevap oranlarını yükseltmektedir(80).

2.5. Dijital Para

2.5.1.Dijital para Tanımı

Dijital para birimi tanımına gelecek olursak, teknolojide e-ticaret ve internetin gelişmesiyle beraber kendini göstermiş, merkezden herhangi bir otorite emrine bağlı kalmayan ile kriptografik gibi sistemler ile beraber emniyetini oluşturan dünyada çoğu ülke tarafından kabul edilen para birimidir(81–83). Popüler olanı Bitcoin olması ile farklı kriptografiğe sahip para birimi bulunuyor(81). Bu gibi kripto para birimine olan alakanın artması ve gittikçe daha fazla kullanılması bu alnın hukuk, muhasebe ve vergi kısmının da incelenmesi lazımdır(81). Araştırmaya bakılacak olursak kripto para birimi, kriptografi ve bunların muhasebe defterinde ne nasıl bulunmsı gerektiği görüşülmüştür(81).

2.5.2.Dijital para Tarihçesi

2008 senesindeki dünya çapındaki finansal sıkıntıda, birden fazla ülke merkez bankası kendi parasını bastırıp faizi düşürüp, birçok bankanın batmasını engelleyip ama bu ülkede bulunan para biriminin değerini düşürüp, vergilerin artmasına neden olduğu için halk ekonomik sıkıntılar çekmeye başlamıştır(84). Dünya çapında oluşan ekonomik sıkıntılar neticesinde bu işkolunda bulunan finansal kuruluşlar, şirkette ve borsa da güven ve puan kaybetmesi, ekonomide çökme hatta batma eşiğine kadar getirmiş olup iflas edenler olmuştur (85). 2008 de dünya çapında yaşanan kriz bankaların güvenirliğini azalttığı için kişiler parasını banka yerine daha güvenirliği yüksek alternatif alanlar arayışına girmeye başlamışlardı(86). Kasımın 2010 senesinde Avrupa ve Güney Kıbrıs'ta ekonomik sıkıntılar sonrasında bankalarda oluşan krizler neticesinde insanlar 2008 senesinden kalan alışkanlıkları ile birlikte hareket edince bitcoin para birimine yönelim göstermiştir (86). Bunlardan sebep banka, aracı kurum, merkez bankaları hatta yönetime olan güvenin azaldığı bir bir

ortam oluşunca, yeni oluşmaya başlayan Bitcoin, otoriteye sahip olmayan para birimi oldu (84). Bitcoin, finansal sıkıntılardan ve Euro, dolar benzeri kaynağı güçlü olan para birimlerine seçenek şeklinde ortaya atılmıştır (85). 1990'lı senelerden başlayarak denemeye alınmış DigiCash, e-gold benzeri sistemlerin bilgisinden faydalanmak kaydıyla bu sistemlerde olan sıkıntıları çözmek amacıyla oluşan Bitcoin'in kısaltması BTC ile ifade edilir(86).

İlk başta oluşan ve piyasaya sürülen ayrıyeten en popüler olan kripto para biriminden olan bitcoin hala en fazla kullanılan, aynı anda en çok adından söz ettiren ve en yüksek hacmine sahip para birimidir(87–89). Satoshi Nakamoto adlı bireyin oluşturduğu özellikli bir yapı olan kriptolama sistem tarafından oluşturulan Bitcoin, bu bireyin 1.10.2008 senesinde kâğıda döktüğü "Bitcoin: A Peer-toPeer Elektronic Cash System" ismi ile anılan makale dünyanın her tarafına tanıtılmıştır(86,90). "Bitcoin" adı ile anılan daha önce bahsedilmemiş dijital para birimi ve sistemin işleyiş tekniğinden bahseden makale,2009 senesinde e-posta aracılığıyla bu dijital para birimine ilgisi olan birçok kişiye ulaşılmıştır. (87). Bitcoin ilk defa 2009 senesinde güncel piyasada ödeme seçeneği şeklinde kullanılmaya başlamıştır, Bitcoin doğduğu gün olarak 03.06.2009 senesini kabul ederler (87,91).

Bitcoin'in Satoshi Nakamoto kişisi ile yaratıldığı söyleneninse de asıl yaratıcısının bunun olup olmadığı konusunda tam emin değillerdir (89). Bu zamana kadar kişinin "Satoshi Nakamoto" olduğunu ifade eden bir sürü şahıs ismi geçmesine rağmen gerçekte kim olduğu ve sahiden böyle bir şahsın var olduğunu daha kanıtlayabilmiş değildir(89). Bitcoin ve sistemini yaratan şahsın bu sistemi yarattıktan 1 sene sonra kayıplara karışmıştır(89). Projeyi tamamlamadan bıraktığı söylenmesine rağmen diğer şahıslar tarafından üzerinde çalışıp geliştirerek şeffaflık ve matematiksel çerçeve içerisinde daha da devam ettiriyorlar(84,87). Satoshi Nakamoto'mu ilk yıllarında tahmini bir milyona yakın BTC'ye sahip olduğunu belirtmişler (87).

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Çalışmanın Genel Özellikleri

Bu çalışmanın evreni;

Genç erişkinlerde internet bağımlılığının yaygın anksiyete ve sosyodemografik özellikler ile ilişkisini incelemek amacıyla 2022-2023 tarihleri arasında Giresun Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler arasında yapılmıştır. Bu çalışmada evrenimiz Giresun üniversitesinde okuyan 500 öğrenciden oluşmaktaydı ancak çalışmaya toplam 542 gönüllü dahil olmuştur.

Araştırmamızın tipi:

Kesitsel tipte, tanımlayıcı, analitik özellikleri olan ve tek merkezli planlanmış çalışmadır.

Araştırmanın yeri;

Giresun Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilimdalı tarafından planlanan çalışma Giresun Üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler üzerinden yürütülmüştür. Bu çalışmanın etiğini Giresun Üniversitesi Sosyal Bilimler Fen ve Mühendislik Bilimleri Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 6 Temmuz 2022 tarihli ve 24/16 sayılı tarihli etik kurul onayı alınmış olup veriler toplanmaya başlanmıştır.

Çalışmamıza dahil edilme kriterleri;

4 yıllık ve üstü öğrenim gören öğrenci,18-32 yaş aralığında olma ve çalışmaya katılmayı gönüllü kabul etmektir. Bu kuralların dışında kalanlar ve çalışmaya katılmayı gönüllü olarak kabul edip formları eksik veya yanlış dolduranlar araştırmadan çıkarılmıştır olup çalışmaya dahil edilmemiştir.

Araştırmanın bütçesi;

Formlarının çıktı masrafı, kalem kâğıt gibi kırtasiye araçlarının masrafı araştırmacı tarafından karşılanmıştır. Herhangi bir kurum veya kişiden destek almamıştır.

Araştırmanın takvimi;

Ocak 2022 tarihinden itibaren konu ile ilgili literatür taramasına başlandı. İnternet bağımlılığı tanımı, değerlendirilmesi, sık eşlik eden rahatsızlıklardan biri olan anksiyetenin tanımı, değerlendirilmesi ve internet bağımlılığı ile anksiyete arasındaki ilişkinin ve alakanın değerlendirilmesi konularında veriler toplandı. 1 Ağustos 2022‟de başlayan çalışma 1 Aralık 2022‟tarihinde sonlandırılmıştır.

Kullandığımız veri toplama formları;

Araştırmaya katılmaya gönüllü olanlar üç kısımdan oluşan veri toplama formu uygulanmıştır. Kendi oluşturduğumuz sosyodemografik kısmı tanımlayıcı sorular (yaş, cinsiyet, gelir durumu…vb.), Young İnternet Bağımlılığı kısa formu ve Yaygın Anksiyete Bozukluğu-7 (YAB-7) ölçeğini kapsayan anket çalışması çevrimiçi (e-mail topluluğu ve whatsapp gurupları aracılığıyla) kullanılmıştır. Young İnternet Bağımlılığı kısa formu ve Yaygın Anksiyete Bozukluğu-7(YAB-7) kullanılmadan önce gerekli izinler alınmış ek olarak tez sonunda belirtilmiştir.

Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Form

Young adlı kişi aracılığıyla daha da geliştirilen daha sonra Pawlikowski ile arkadaşları aracılığıyla kısa forma çevrilen YİBT-KF, 12 maddeden oluşmuş olup 5'li Likert (1=Hiçbir zaman, 5=Çok sık) şeklinde bir testtir(92). Doğrulayıcı değişken incelemesi neticesinde YİBT-KF'nin birlikte iyi uyum içinde olduğu saptanmıştır

($\chi 2$=173.58, sd=53, CFI=0.95, SRMR=0.064 ve RMSEA=0.079)(93). Testin iç tutarlık güvenilirlik katsayısı 0,85 şeklinde hesap edilmiştir(92,93). Geçerlilik ve güvenilirlik araştırmalarında varılan neticeler ‘’Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun’’ geçerlilik ile güvenilirliğinin edindiğini belirtmektedir(94). Testte tersten puanlanmakta madde bulunmamaktadır. Testtin sonunda edinilen puan yüksek olunca internet bağımlılığı oranı yüksek olduğunu belirtmektedir(94).

Yaygın Anksiyete Bozukluğu-7 (YAB-7)

YAB-7 Spitzer ve ark. aracılığıyla DSM-IV-TR ölçütlerine göre geliştirilmiş, yaygın anksiyete bozukluğunu değerlendiren kısa, öz bildirimle doldurulan bir testtir (95). Sondaki iki haftayı baz alarak testte sorulan sorular ile yaşantıları analiz eden yedi sorulu 4’lü likert (0=hiç, 1=Birçok gün, 2=günlerin yarısından fazlasında, 3=hemen hemen her gün), kalem-kâğıt benzeri bir testtir(96). Testten toplanan puan sırasıyla 5, 10, ve 15 şeklinde hafif, orta ve ciddi anksiyete olarak tanımlanır. Toplamda 10 veya üzerinde puan alaların, başka şekilde YAB olarak konulan tanının incelenmesi ve doğrulanması gerekmektedir(96). Toplam baz puan eşik değeri 10 olarak kabul edildiğinden YAB tanısı değerlendirmek için özgüllüğü ise yüzde 82, duyarlılığı yüzde 89 olarak bulunmuştur(96,97).

Ölçeğin Türkçe Formunun Yapılması

Testin kendine özgün formunu düzelten ve geçerlik araştırmasını yapmış olan araştırmacılardan gerekli onamı alarak Türkçe formunun oluşturmuştur(96). YAB-7 testi birbiri ile herhangi bir ilişkisi olmayan Türkçe ve İngilizce lisansına sahip psikiyatri alanında uzmanlaşmış kişi tarafından Türk diline çevrildi(96). Akademik İngilizce eğitimi alan ve aktif olarak İngilizce eğitim sunan görüşlere sunularak Türkçe çeviriler oluşturulmuştur(96). Bunu uzmanlar aracılığıyla maddeleri en iyi şekilde sunan çeviri Türkçeye çevrilerek tamamlanmıştır(96). Her iki lisan ile psikometrik analizlere sahip kişiler aracılığıyla test Türkçeden orijinaline tekrardan çevrilerek uyumluluğu test edilmiştir(96).

Hazırladığımız Kişisel Bilgiler ve Sosyodemografik Bilgi Formu

Bu form 25 sorudan oluşmaktadır. Bu sorular öğrencilerin kişisel bilgilerini ve tercihlerini sorgulayacak şekilde hazırlanmıştır. Öğrenciler formun üzerine ismini yazmak zorunda değildir. Bu bilgilerin sadece bilimsel amaçlar için kullanılacağı ve kesinlikle başka kişiler ile paylaşılmayacağı, başka amaç ile kullanılmayacağı öğrencilere anket doldurma esnasında taahhüt edilmiştir.

Verilerin Analizi

İstatistiksel analizler SPSS 22.0 for Windows kullanılarak yapılmıştır. Tanımlayıcı ölçütler; ortalama ve standart sapma, yüzde dağılımı olarak sunulmuştur. Verilerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testi ile kontrol edilmiştir. Gruplar arası sürekli değişkenlerin karşılaştırılması için ikili gruplarda Student-t testi, ikiden fazla grup karşılaştırılmasında ise One-Way ANOVA testi uygulanmıştır. Gruplar arası yüzde dağılımlarının karşılaştırılması için ki-kare analizi uygulanmıştır. Sürekli değişkenler arasındaki korelasyonun incelenmesi amacıyla Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi için $p<0,05$ olarak alınmıştır.

4.BULGULAR

Araştırmaya toplam 542 kişi alınmış olup kişilerin yaşları ortalamaları 23,5±4,0 (min 18 max 32)'dir. Araştırmaya alınan kişilerin %57,6'sı kadın %42,4'ü erkektir.

Tablo 1. Araştırmaya katılanların çeşitli özellikleri

	Sayı	Yüzde
Cinsiyet		
Erkek	230	42,4
Kadın	312	57,6
Üniversitede sınıf tekrarı oldu mu?		
Hayır	429	79,2
Evet	113	20,8
Kiminle yaşıyorsunuz?		
Ailemle	220	40,6
Evde Arkadaşlarla	66	12,2
Yalnız	101	18,6
Yurtta	139	25,6
Diğer	16	3,0
Günlük yaşantınızı karşılarken maddi anlamda güçlük çekiyor musunuz?		
Hayır	109	20,1
Evet	200	36,9
Kısmen	233	43,0
Bedensel engeliniz var mı?		
Hayır	513	94,6
Evet	29	5,4
Anne babanız hayatta mı?		
Anne vefat etti; baba hayatta	17	3,1
Baba vefat etti; anne hayatta	47	8,7
İkisi de hayatta ve ayrı	53	9,8
İkisi de hayatta ve birlikte	421	77,7
İkisi de vefat etti	4	0,7
Ailenizin aylık geliri?		
5500 ve altı	149	27,5
5501-10000	198	36,5
10001-15000	88	16,2
15001-20000	51	9,4

20000 üstü	56	10,3
Sevgiliniz var mı?		
Hayır	303	55,9
Evet	239	44,1
Sigara kullanıyor musunuz?		
Hayır	332	61,3
Evet	174	32,1
Bıraktım	36	6,6
Alkol kullanıyor musunuz?		
Hayır	414	76,4
Evet	100	18,5
Bıraktım	28	5,2
Sosyal medya hesabınız var mı?		
Hayır	105	19,4
Evet	437	80,6
Kitap okur musunuz?		
Pek ilgim yok	115	21,2
Ayda bir iki	198	36,5
Yılda bir iki	229	42,3
Babanın eğitim durumu		
Okuryazar değil	29	5,4
Okuryazar	82	15,1
İlkokul mezunu	146	26,9
Ortaokul mezunu	87	16,1
Lise mezunu	103	19,0
Üniversite mezunu	95	17,5
Annenin eğitim durumu		
Okuryazar değil	114	21,0
Okuryazar	92	17,0
İlkokul mezunu	134	24,7
Ortaokul mezunu	82	15,1
Lise mezunu	69	12,7
Üniversite mezunu	51	9,4
İnterneti en çok hangi amaçla kullanıyorsunuz?		
Müzik dinlemek ve/veya film izlemek	96	17,7
Oyun oynamak	15	2,8
Ödevlerimi yapmak ve/veya araştırma yapmak	97	17,9
Sanal sohbet etmek	16	3,0
Sosyal medyayı (instagram,facebook,Twitter vb.)	318	58,7
Geleceğe ilişkin beklentiniz ne yöndedir?		

Olumsuz	207	38,2
Olumlu	335	61,8

Tablo 2. Araştırmaya katılanların Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği puanları ortalamaları

	Ortalama	Standart Sapma	Min-Max
Young internet bağımlılığı ölçeği	26,1	8,9	12-60
Anksiyete ölçeği	7,6	5,5	0-21

Tablo 3.Kadın ve Erkek cinsiyet arasında young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği puanları ortalamaları karşılaştırılması

	Kadın Ort±SS	Erkek Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	26,0±8,5	26,3±9,4	0,221
Anksiyete ölçeği	8,0±5,5	7,1±5,4	0,052

Student-t testi

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda kadın ve erkek cinsiyetler arasında young internet bağımlılığı ölçeği ve anksiyete ölçeği puanları ortalamaları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı (p>0,05)

Tablo 4. Yaş ile Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesi

	Young Ölçek Puanı R(p değeri)	Anksiyete Ölçek Puanı R(p değeri)
Yaş	-0,05(0,542)	-0,111(0,010)

Pearson Korelasyon Analizi

Yapılan korelasyon analizi sonucunda yaş ve young internet bağımlılığı ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmadı(p>0,05). Yapılan analiz sonucunda yaş ve anksiyete ölçeği arasında negatif yönde düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon saptandı(p:0,01). Buna göre yaş arttıkça anksiyete ölçeğinden alınan puan azalmaktadır.

Tablo 5. Young internet bağımlılığı ile anksiyete ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesi

	Anksiyete Ölçek Puanı R(p değeri)
Young Ölçek Puanı	0,333 (0,001)

Pearson Korelasyon Analizi

Yapılan korelasyon analizi sonucunda Young İnternet Bağımlılığı ile Anksiyete arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı derecede korelasyon saptandı. Buna göre anksiyete arttıkça kişilerin internet bağımlılıklarının da arttığı söylenebilir. (p:0,001)

Tablo 6. Üniversitede sınıf tekrarı varlığı ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

	Yok Ort±SS	Var Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	25,9±8,8	27,0±9,4	0,699
Anksiyete ölçeği	7,5±5,6	7,9±5,1	0,462

Student t-testi

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda üniversitede sınıf tekrarı olan ve olmayanlar arasında young internet bağımlılığı ölçeği ve anksiyete ölçeği puanları ortalamaları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı (p>0,05)

Tablo 7. Kişinin kiminle yaşadığı ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Ailemle**	25,8±8,6	0,357
	Eve arkadaşlarımla	24,8±8,2	
	Yalnız	25,9±9,5	
	Yurtta	27,4±9,3	
	Diğer	25,9±8,1	
Anksiyete ölçeği	**Ailemle**	6,9±5,4	0,096
	Eve arkadaşlarımla	8,6±5,4	
	Yalnız	7,9±5,7	
	Yurtta	8,1±5,4	
	Diğer	6,8±4,6	

One-WAY ANOVA

Kişilerin kiminle yaşadıkları sorusuna verdikleri yanıtlar arasında Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı (p>0,05)

Tablo 8. Günlük yaşantınızı karşılarken maddi anlamda güçlük çekiyor musunuz? (Size göre gelir düzeyiniz kötü mü? sorusuna verilen yanıtlar ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Hayır**	23,4±7,8	**0,001**
	Kısmen	26,6±8,6	
	Evet	27,1±9,5	
Anksiyete ölçeği	**Hayır**	6,4±4,6	**0,001**
	Kısmen	6,9±5,6	
	Evet	9,1±5,4	

One-WAY ANOVA

Araştırmaya katılanların Günlük yaşantınızı karşılarken maddi anlamda güçlük çekiyor musunuz? (Size göre gelir düzeyiniz kötü mü? Sorusuna verdikleri yanıtlar arasında Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği karşılaştırıldığında, soruya hayır cevabı verenlerin YİB puanı ortalamaları kısmen veya evet yanıtı verenlerin ortalamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşük saptandı (p:0,001), ANK puanı ortalamaları da evet yanıtı verenlerde diğer yanıtları verenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptandı (p:0,001).

Tablo 9. Bedensel engellilik varlığı ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Hayır**	25,9±8,9	0,155
	Evet	28,4±8,9	
Anksiyete ölçeği	**Hayır**	7,6±5,5	0,706
	Evet	7,9±5,2	

Student-t testi

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda bedensel engeli olanlar ve olmayanlar arasında Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı(p>0,05)

Tablo 10. Ailenin gelir durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	5500 ve altı	26,6±9,9	0,242
	5501-10000	25,1±8,2	
	10001-15000	26,5±8,8	
	15001-20000	26,4±7,7	
	20000 üstü	27,8±8,9	
Anksiyete ölçeği	5500 ve altı	8,4±5,5	0,144
	5501-10000	7,3±5,8	
	10001-15000	7,9±5,4	
	15001-20000	6,9±4,4	
	20000 üstü	6,6±5,0	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda ailenin gelir durumu ile Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmadı (p>0,05)

Tablo 11. Sevgilisi olan ve olmayanlar arasında young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri puanlarının karşılaştırılması

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Hayır**	26,1±8,9	0,908

	Evet	26,2±8,9	
Anksiyete ölçeği	**Hayır**	7,4±5,4	0,279
	Evet	7,9±5,5	

Student-t testi

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda sevgilisi olan ve olmayanlar arasında Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı (p>0,05)

Tablo 12. Sigara kullanma durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	**p değeri**
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Hayır**	25,8±8,9	0,237
	Evet	26,3±9,3	
	Bıraktım	28,1±7,3	
Anksiyete ölçeği	**Hayır**	6,7±5,4	**0,001**
	Evet	9,0±5,3	
	Bıraktım	8,6±5,5	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda sigara kullanma durumu ile Young internet bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmadı(p>0,05)

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda sigara içme durumu ile anksiyete ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptandı (p<0,001). Farkın hangi gruplar arasında olduğunun incelenmesi için yapılan bonferroni düzeltmeli post hoc analiz sonucunda farkın içenler ve içmeyenler arasında olduğu saptandı (Sigara içenlerin anksiyete puanları ortalaması içmeyenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksekti).

Tablo 13. Alkol kullanma durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	**p değeri**

Young internet bağımlılığı ölçeği	**Hayır**	25,9±8,9	0,469
	Evet	26,9±9,2	
	Bıraktım	27,2±7,1	
Anksiyete ölçeği	**Hayır**	7,3±5,5	**0,044**
	Evet	8,1±5,3	
	Bıraktım	9,8±4,8	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda alkol kullanma durumu ile Young internet bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmadı(p>0,05)

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda alkol kullanma durumu ile anksiyete ölçeği arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptandı (p<0,001). Farkın hangi gruplar arasında olduğunun incelenmesi için yapılan bonferroni düzeltmeli post hoc analiz sonucunda farkın alkol kullanmayanlar ve daha önce kullanıp da bırakanlar arasında olduğu saptandı (Alkol kullanıp bırakanların anksiyete puanları ortalaması kullanmayanara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksekti).

Tablo 14. Sosyal medya hesabı olan ve olmayanlar arasında young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri puanlarının karşılaştırılması

		Ort±SS	**p değeri**
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Hayır**	24,9±6,5	**0,03**
	Evet	27,4±9,4	
Anksiyete ölçeği	**Hayır**	6,2±5,2	**0,005**
	Evet	7,9±5,5	

Student t testi

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda sosyal medya hesabı olanların Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği puanları ortalamaları sosyal medya hesabı olmayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksekti (Sırasıyla p:0,03 p:0,005)

Tablo 15. Kitap okuma durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Pek ilgim yok**	28,3±9,9	**0,001**
	Ayda bir iki	24,4±9,3	
	Yılda bir iki	26,5±7,7	
Anksiyete ölçeği	**Pek ilgim yok**	8,5±5,9	0,115
	Ayda bir iki	7,5±5,4	
	Yılda bir iki	7,2±5,3	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda kitap okuma durumu ile young internet bağımlılığı ölçeği puanı ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptandı. Farkın hangi gruplar arasından kaynaklandığını belirlemek için yapılan bonferroni düzeltmeli post hoc analiz sonucunda pek ilgim yok yanıtını verenlerin ölçek puanı ortalaması diğer yanıtları verenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşüktü (p:0,001)

Gruplar arasında anksiyete ölçeği ortalaması açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı (p>0,05)

Tablo 16. Babanın eğitim durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Okuryazar değil**	26,6±8,4	0,571
	Okuryazar	24,4±7,6	
	İlkokul mezunu	26,1±9,4	
	Ortaokul mezunu	26,3±9,5	
	Lise mezunu	26,8±8,5	
	Üniversite mezunu	26,5±9,2	
Anksiyete ölçeği	**Okuryazar değil**	7,6±5,3	0,296
	Okuryazar	8,5±4,7	
	İlkokul mezunu	8,1±5,4	
	Ortaokul mezunu	7,1±5,6	
	Lise mezunu	7,2±6,2	
	Üniversite mezunu	6,9±5,1	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda babanın eğitim durumu ile Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği puanları ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmadı(p>0,05)

Tablo 17. Annenin eğitim durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Okuryazar değil**	25,4±9,3	**0,045**
	Okuryazar	26,3±8,6	
	İlkokul mezunu	26,6±9,1	
	Ortaokul mezunu	24,1±7,8	
	Lise mezunu	27,7±8,4	
	Üniversite mezunu	27,2±9,9	
Anksiyete ölçeği	**Okuryazar değil**	7,1±5,4	0,128
	Okuryazar	8,0±4,9	
	İlkokul mezunu	8,6±5,6	
	Ortaokul mezunu	6,7±5,7	
	Lise mezunu	7,3±5,6	
	Üniversite mezunu	7,2±5,5	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda annenin eğitim durumu ile young internet bağımlılığı ölçeği puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptandı (0,045). Annenin eğitim durumu ile ölçek puanı arasındaki ilişkinin daha ayrıntılı incelenmesi için eğitim grubu bir sonraki analizde ikili gruplandırılarak analiz edildi.

Tablo 18.Annenin eğitim durumu ile young internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Ortaokul ve altı**	24,7±8,8	**0,033**
	Lise ve üstü	27,5±9,1	

Student-t testi

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda annenin eğitim durumu lise ve üstü olanların young internet bağımlılığı ölçeği puanı ortalamaları ortaokul ve altı eğitim durumuna ait olanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptandı (p:0,033)

Tablo 19. Annenin ve babanın durumu ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Anne vefat etti; baba hayatta**	25,2±5,2	0,596
	Baba vefat etti; anne hayatta	25,4±7,6	
	İkisi de hayatta ayrı	26,8±8,3	
	İkisi de hayatta birlikte	26,1±9,2	
	İkisi de vefat etti	32,3±7,1	
Anksiyete ölçeği	**Anne vefat etti; baba hayatta**	9,3±5,7	0,236
	Baba vefat etti; anne hayatta	8,3±5,6	
	İkisi de hayatta ayrı	7,9±4,9	
	İkisi de hayatta birlikte	7,4±5,5	
	İkisi de vefat etti	11,8±4,1	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda anne ve babanın durumu ile YİB ve Anskiyete ölçekleri arasındaki ilişki karşılaştırıldığında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı. (p>0,05)

Tablo 20. Geleceğe ilişkin beklentiniz ne yöndedir sorusuna verilen yanıt ile young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Olumsuz**	27,8±9,4	**0,001**
	Olumlu	25,1±8,5	
Anksiyete ölçeği	**Olumsuz**	8,5±6,1	**0,003**
	Olumlu	7,1±5,0	

Student-t testi

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda geleceğe ilişkin olumsuz beklentisi olanların young internet ölçeği puanı ortalamaları olumlu beklentisi olanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptandı (p:0,001)

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda geleceğe ilişkin olumsuz beklentisi olanların anksiyete ölçeği puanı ortalamaları olumlu beklentisi olanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptandı (p:0,003)

Tablo 21. Araştırmaya katılanların kripto paralarla ilgili sorulara verdikleri yanıtların dağılımı

	Asla		**Bazen**		**Çoğu Zaman**	
	Sayı	**%**	**Sayı**	**%**	**Sayı**	**%**
1. Farklı tür kripto paraları düşünürken çok fazla zaman geçiriyor musunuz?	416	76,8	102	18,8	24	4,4
2. Kripto paralar için yüksek meblağlarda harcama yapıyor musunuz?	401	74,0	109	20,1	32	5,9
3. Kripto para alım satımında kendinizi yavaşlatmayı ya da buna bir son vermeyi düşündünüz ama başaramadınız mı?	397	73,2	102	18,8	43	7,9
4. Kripto paralarla ilgili bilgisayar, telefon gibi ekranlar başında geçirdiğiniz süre azaldığında kendinizi huzursuz ve asabi hissediyor musunuz?	409	75,5	94	17,3	39	7,2
5. Kripto para alım satımının, ilişkileriniz ya da işiniz üzerinde bir etkisi oldu mu?	412	76,0	89	16,4	41	7,6
6. Bir yatırımınızı kaybettiğinizde başka insanlardan para almayı denediniz mi?	420	77,5	94	17,3	28	5,2
7. Para kaybettikten sonra kripto para alım satımına devam ediyor musunuz – geri kazanmak için?	405	74,7	95	17,5	42	7,7
8. Kripto para alım satımı için harcadığınız meblağ ve zaman hakkında başka insanlara yalan söylediniz mi?	424	78,2	91	16,8	27	5,0

Tablo 22. Farklı tür kripto paraları düşünürken çok fazla zaman geçiriyor musunuz? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Asla**	25,6±8,6	0,119
	Bazen	27,7±8,7	
	Çoğu Zaman	28,8±13,5	
Anksiyete ölçeği	**Asla**	7,1±5,5	**0,001**
	Bazen	9,2±4,8	
	Çoğu Zaman	10,3±5,5	

One WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda Farklı tür kripto paraları düşünürken çok fazla zaman geçiriyor musunuz? sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı. (p:0,001)

Tablo 23. Kripto paralar için yüksek meblağlarda harcama yapıyor musunuz? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Asla**	25,5±8,8	**0,019**
	Bazen	28,0±8,7	
	Çoğu Zaman	27,6±10,4	
Anksiyete ölçeği	**Asla**	6,9±5,5	**0,001**
	Bazen	9,3±4,6	
	Çoğu Zaman	10,2±5,2	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda Kripto paralar için yüksek meblağlarda harcama yapıyor musunuz? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça YİB ve

anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı. Sırasıyla (p:0,019 ve 0,001)

Tablo 24. Kripto para alım satımında kendinizi yavaşlatmayı ya da buna bir son vermeyi düşündünüz ama başaramadınız mı? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Asla**	18,1±6,0	**0,011**
	Bazen	18,6±5,4	
	Çoğu Zaman	19,9±6,6	
Anksiyete ölçeği	**Asla**	7,0±5,6	**0,001**
	Bazen	9,0±4,7	
	Çoğu Zaman	9,6±4,4	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda Kripto para alım satımında kendinizi yavaşlatmayı ya da buna bir son vermeyi düşündünüz ama başaramadınız mı? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça YİB ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı. Sırasıyla (p:0,011 ve 0,001)

Tablo 25. Kripto paralarla ilgili bilgisayar, telefon gibi ekranlar başında geçirdiğiniz süre azaldığında kendinizi huzursuz ve asabi hissediyor musunuz? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Asla**	25,3±8,7	**0,001**
	Bazen	28,4±8,3	
	Çoğu Zaman	28,9±11,0	
Anksiyete ölçeği	**Asla**	6,9±5,6	**0,001**
	Bazen	9,3±4,6	
	Çoğu Zaman	10,1±4,5	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda Kripto paralarla ilgili bilgisayar, telefon gibi ekranlar başında geçirdiğiniz süre azaldığında kendinizi huzursuz ve asabi hissediyor musunuz? sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça YİB ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı. Sırasıyla (p:0,001 ve 0,001)

Tablo 26. Kripto para alım satımının, ilişkileriniz ya da işiniz üzerinde bir etkisi oldu mu? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Asla**	25,4±8,8	**0,003**
	Bazen	27,9±8,4	
	Çoğu Zaman	29,4±10,2	
Anksiyete ölçeği	**Asla**	6,9±5,6	**0,001**
	Bazen	8,9±4,6	
	Çoğu Zaman	10,7±4,4	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda Kripto para alım satımının, ilişkileriniz ya da işiniz üzerinde bir etkisi oldu mu? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça YİB ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı. Sırasıyla (p:0,003 ve 0,001)

Tablo 27. Bir yatırımınızı kaybettiğinizde başka insanlardan para almayı denediniz mi? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Asla**	25,3±8,6	**0,001**
	Bazen	28,2±8,8	
	Çoğu Zaman	32,0±11,0	
Anksiyete ölçeği	**Asla**	6,9±5,5	**0,001**
	Bazen	9,1±4,5	
	Çoğu Zaman	11,9±5,1	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda Bir yatırımınızı kaybettiğinizde başka insanlardan para almayı denediniz mi? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça young internet bağımlılılığı ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı. Sırasıyla (p:0,001 ve 0,001)

Tablo 28. Para kaybettikten sonra kripto para alım satımına devam ediyor musunuz – geri kazanmak için? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Asla**	25,5±8,8	**0,012**
	Bazen	27,8±7,5	
	Çoğu Zaman	28,6±11,9	
Anksiyete ölçeği	**Asla**	6,9±5,5	**0,001**
	Bazen	9,2±4,8	
	Çoğu Zaman	9,8±5,1	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda Para kaybettikten sonra kripto para alım satımına devam ediyor musunuz – geri kazanmak için? Sorusuna verilen yanıtlara

göre sıklık arttıkça YİB ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı. Sırasıyla (p:0,012 ve 0,001)

Tablo 29. Kripto para alım satımı için harcadığınız meblağ ve zaman hakkında başka insanlara yalan söylediniz mi? sorusuna verilen yanıtlar arasında Young İnternet Bağımlılığı ve Anksiyete ölçeği puanları ortalamalarının karşılaştırılması

		Ort±SS	p değeri
Young internet bağımlılığı ölçeği	**Asla**	25,4±8,8	**0,001**
	Bazen	27,6±7,9	
	Çoğu Zaman	32,2±11,6	
Anksiyete ölçeği	**Asla**	7,1±5,6	**0,001**
	Bazen	8,9±4,4	
	Çoğu Zaman	12,2±4,2	

One-WAY ANOVA

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda Kripto para alım satımı için harcadığınız meblağ ve zaman hakkında başka insanlara yalan söylediniz mi? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça young internet bağımlılılığı ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı. Sırasıyla (p:0,001 ve 0,001)

5. TARTIŞMA

5.1.Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı

İnternet bağımlılığı ile alakalı çalışmalar genellikle genç erişkin ya da ergenlik ile erişkinlik arası dediğimiz yılları kapsamaktadır. Lakin üniversite de okuyan öğrenciler ile alakalı çok fazla araştırma bulunmaktadır. Yaptığımız çalışmanın neticesi öğrencilerin Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği puan ortalamaları 18,3±5,9 elde edilmiştir. Usta'nın(98) çalışmasında 32.70±17.35, Kıygı‟nın(99) çalışmasında 34.17±19.09, Yücelten‟ in(100) çalışmasında 28.11±15.64, Sulak‟ın(101) çalışmasında ise 26.67±18.36 bulunmuştur(98–101). Yapılan çalışmalardaki bulgulara bakıldığında bizim çalışmamızda İBÖ daha düşük bulunmuştur. İnternet bağımlılığı yaygın olarak kullanımı üniversite öğrencilerinde, ilköğretim ile lise öğrencileri de dahil öbür yaş guruplarına oranla daha yüksek yaygınlık tespit edildi.

Yaşları ortalaması otuz üç olan 17.251 gönüllü katılımcı ile olan çalışmada internet bağımlılık yaygınlığı %6 şeklinde saptanmıştır(102). Yaş aralığı 12-18 olan toplamda 2200 lise de öğrenim gören öğrenciler arasında yapılan çalışmada internet yaygınlığı yüzde 8,2 olarak saptanmıştır(103). 576 dahil edildiği üniversite öğrencilerinde yapılan bir başka çalışmada internet bağımlılığı yaygınlığı yüzde 9,3 şeklinde saptanmıştır(24). Türkiye de 328 üniversite öğrencisinin katıldığı bir çalışmada internet bağımlılığı yaygınlığı yüzde 1,8 olarak elde edilmiştir(104). Bir diğer çalışmada ise 18-27 yaş aralığında bulunan 1034 üniversite de öğrenim gören üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı yaygınlığı yüzde 9,7 olarak saptanmıştır(105). Ülkemizde tıp fakültesi öğrencilerinde toplamda 386 kişi yapılan çalışmada internet bağımlılığı oranı yüzde 0,8 olarak elde edilmiştir(106). Nepal'de yapılan 130 tıp fakültesinde öğrenim gören öğrencide yapılan çalışmada internet bağımlılığı yaygınlığı yüzde 3,01 şeklinde saptanmıştır(107). Türkiye de başka bir çalışmada tıp fakültesinde öğrenim gören 437 öğrencide yapılan çalışmada internet bağımlılığı yaygınlığı yüzde 0 olarak elde edilmiştir(24). Kendi çalışmamızda

kullandığımız ölçekten dolayı bağımlılık oranı hesaplanamamıştır, yapılacak başka çalışma da sıklığı hesaplayabilecek ölçek kullanılmalıdır.

5.2.İnternet Bağımlılığın Yaş ve Cinsiyet ile İlişkisi

Çalışmamızdaki katılımcıların yaş genel ortalaması 23,5±4,0 olmakta olup yalnızca üniversite de öğrenim gören öğrencileri içerdiği için yaş aralığı grubu dardır. Bundan dolayı internet bağımlılığı ile yaş arasındaki alakayı araştırmayı kısıtlamaktadır. Tüm toplumdaki internet bağımlılığı ile yaş arasındaki bağlantıyı araştırmak için yaş aralığı geniş olacak şekilde örnekleme ihtiyaç bulunmaktadır.

Erkeklerde riskli bulunan internet kullanımı kadınlara oranla daha yüksek bulunmakla birlikte anlamlı derecede fark görülmemiştir(108). Birçok araştırmada internet bağımlılığı yaygınlığının erkek bireylerde daha yüksek olduğu(108–111), buna oranla daha az sayıda araştırmada kadın erkek arasında farkın olmadığını verilendirmiştir(112). 2793 üniversite de öğrenim gören üniversite öğrencisi arasında yapılan bir araştırmada internet bağımlılığı erkeklerin kadınlara kıyasla anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür(113). Ülkemizde 2096 üniversitede öğrenim gören öğrenci arasında yapılan internet bağımlılığı araştırmasında erkeklerin kadınlara kıyasla daha fazla internet bağımlılığı olduğu gözlemlenmiştir(114).

5.3.Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile İlişkili Olabilecek Diğer Faktörler

İnternet ile gelir durumu arasındaki durumu araştıran literatürde çalışma mevcuttur. Araştırılan bir çalışmaya göre gelir durumu düşük olan bireylerin internete olan bağımlılığı daha fazla bulunmuştur(115). Başka bir çalışmada gelir durumu yüksek olan ergen kişilerin, gelir durumu orta düzeyde olan ergen kişilere oranla daha yüksek derecede problemli internet kullanımına sahip olduğu gösterilmiştir(111).

Kaynak çalışmalarında bu konu ile ilgili farklı sonuçlar elde edilmiştir. Bizim çalışmamızın sonucunda gelir düzeyi daha iyi olanların interneti daha fazla kullandığını gösteriyor.

Literatürde internet bağımlılığı ile sigara arasındaki bağlantıyı araştıran çalışma fazla bulunmamaktadır. Kore'de 73.238 ortaokul ve lise öğrencisi arasında yapılan bir araştırmada sigara içenlerin internet bağımlılık düzeyi sigara içmeyenlere göre daha anlamlı bulunmuştur(116). Tsai ve arkadaşları tarafından yürütülen 1360 üniversite öğrencisi ile oluşan çalışmada istatiksel olarak internet bağımlılığı ile sigara arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır(117). Bizim çalışmamızın sonucunda ise üniversite öğrencilerinde sigara içenler ile sigara içmeyenler arasında istatiksel olarak bir farklılık saptanmamıştır.

Literatür taramasına gelecek olursak internet bağımlılığı ile alkol ve diğer madde bağımlılıkların genellikle birliktelik olmasından dolayı davranışsal bağımlılık ve kimyasal bağımlılıkların ortak biyolojik özelliklere sahip olabileceği söylenmektedir(118). Kendi çalışmamızda alkol kullananlar ile alkolü kullanmayanların internet bağımlılığı arasında istatiksel olarak anlamlı fark saptanmamıştır. Bunun sebebi alkol kullananların sayısının 100 olması yani %18,5 olmasından kaynaklanıyor olabilir. Yanı alkol kullanmayanların sayısı çok daha fazladır, ayrıca kullananların alkol bağımlısı olup olmadığını da bilinmemektedir.

Bernardi ve arkadaşları internet bağımlısı için yaptığı araştırmada kızların interneti kullanmada anlamlı şekilde yüksek derecede sohbet etme maksadı ile, erkeklerin ise daha fazla oranda oyun oynamak amacıyla kullandıkları söylenmiştir(112). Üniversitede öğrenim gören öğrenciler arasında yapılan bir çalışmada erkeklerin daha çok çevrimiçi oyun oynama ile video izleme olduğunu saptamıştır(104). İnterneti kullanma maksatlarının cinsiyetler arasında değişkenlik göstermesinin sebebi daha sonraki çalışmalara önemli araştırma konusu olabilir.

Yaptığımız çalışmada internette en çok yani %58,7 sosyal medya (instagram, facebook, twitter vb.) amaçlı kullandıkları görülmüştür. YİBO puan ortalaması 18,7±6,3 bulunmuştur. Bakken ve arkadaşları yapılan bir çalışmada amaçsızca gezinme, sohbet etme, eğlence ve oyun oynama amacı ile internete girme oranı internet bağımlılıklarında ve riskli gurupta, ortalama internet kullanıcılarına oranla anlamlı derecede yüksek bulunmuştur(111). Bir başka çalışmada Denizli'de üniversitede öğrenim gören 2096 öğrencide yapılan çalışmada oyun oynayanların internet bağımlılığı ölçek puanları ile haftalık internet kullanım süresi diğer aktivitelere göre anlamlı düzeyde yüksek saptandığı; internet kullanımı akademik faaliyetler için kullananlar ise YİBÖ puanları ve ortalama internet kullanım süreleri en düşük düzeyde olduğu saptanmıştır(119).

Yaptığımız çalışmada engelli olduğunu belirtenler 542 kişiden sadece 24 yani %5,4 kişi ankete katılmıştır. Bedensel engeli olan öğrenciler ile olmayanlar öğrencilerin young internet bağımlılık ölçeği açısından anlamlı bir fark saptanmadı. Bir başka çalışmada 506 öğrenciden 4 tanesi bedensel engelli olduğunu, bu dört öğrencinin de riskli internet kullandığını tespit etmiştir(13).

Sınıfta kalan öğrenci ve kalmayan öğrenci arasında yapılan çalışmada YİBÖ açısından istatiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı. Bir üniversite öğrencilerinde yapılan bir çalışmada bizim çalışmaya benzer şekilde sınıf tekrarı olan ve olmayan arasında YİBÖ açısından istatiksel olarak fark saptanmamıştır(13). Bir üniversite öğrencilerini kapsayan yurtta yapılan çalışmada sınıf tekrarı olan öğrenci, olmayan olamayan öğrenciye göre YİBÖ açısından istatistiksel olarak anlamlı yüksek saptanmıştır(120). Literatürde bu konu ile ilgili çok fazla araştırma yoktur.

Araştırmamızda katılan öğrenciler arasında sevgilisi olan ile olmayanların YİBÖ açısından istatiksel olarak anlamlı fark saptanmadı. Başka bir çalışmada sevgilisi olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları, sevgilisi olmayan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamalarından anlamlı yüksek

saptanmıştır(121). Bir başka çalışmada öğrencilerin duygusal ilişkilerinin olup olmaması ile internet bağımlılık skorları arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır(122,123). Bu iki çalışma bizim çalışmamızın sonucu ile benzer özellikler taşıyor.

Üniversitede öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlığı ile ilgili gelecek dair beklentileri doğrultusundaki ilişkiye baktığımızda öğrenci gurupların gelecek beklentileri ile internet bağımlılığı arasında negatif bir ilişki içindeler(124). Bizim çalışmamızda yapılan istatistiksel analiz sonucunda geleceğe ilişkin olumsuz beklentisi olanların young internet ölçeği puanı ortalamaları olumlu beklentisi olanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptandı. İnternet bağımlısı bireyler günün büyük bölümünü internet ortamında harcadığı için geleceğe dair beklentileri de bu doğrultuda olumsuz etkileniyor, bu doğrultu neticesinde literatürde bunula uyumlu çalışmalar mevcuttur(34).

Bizim çalışmamızda yapılan istatistiksel analiz sonucunda kitap okuma durumu ile young internet bağımlılığı ölçeği puanı ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptandı. Pek ilgim yok yanıtını verenlerin ölçek puanı ortalaması diğer yanıtları verenlere göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşüktü. Şaşmaz ve arkadaşlarının yaptığı araştırmaya göre kitap okuyanlar internet bağımlılık düzeyi okumayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı düşük saptanmıştır(125). Yapılan başka bir çalışmada ise kitap okuyan ve okumayan arasında anlamlı fark tespit edilmedi(126). Bu konuda daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Yaptığımız çalışmada kişilerin kiminle yaşadıkları sorusuna verdikleri yanıtlar arasında Young internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı. Başka bir çalışmada Balcı ve Gülnar internet bağımlılık ölçeği puanlarının edinilen yere göre farklılaşmadığı saptanmıştır(127). Akdağ ile arkadaşları 2014 yılında üniversitede öğrenim gören öğrenciler üzerinden yaptıkları çalışmada yaşanılan yerin internet bağımlılığı ile ilişkisi saptanmadığı görülmüştür(128). Gorgich et al. (2017) araştırmasında yurtta ikamet eden erkek öğrencilerin internet

bağımlılığı toplam aldıkları puan diğerlerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir(122). Ganesh et al. (2017) Hindistan' da yaşayan üniversite de öğrenim gören öğrenciler ile yaptığı çalışma neticesi hostelde bulunanlar internet bağımlılık ölçeği puanlarının öbür değişkenlerle kıyaslandığında daha yüksek tespit edilmiştir(129).

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda anne ve babanın beraberlik durumu ile YİB arasında anlamlı bir ilişki tespit edilemedi. Araştırmadan farklı olacak şekilde Devi and Zambre (2018) çalışmasında aile tipi ile internet bağımlılığı ile anlamlı bir ilişkide olduğu saptanmıştır(130). Turan (2017) ise çalışmasında anne baba ayrı bireylerin internet bağımlılık düzeyi daha fazla olduğu görülmüştür(131). Arslan (2017) çalışmasında anne babası ayrı olan üniversite öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeği puanlarının diğer seçeneklere oranla daha anlamlı bulunmuştur. Turan (2015) çalışmasında anne babası ayrılmış veya dul kalmış internet bağımlılık riski bulunan öğrencilerin oranının anne babası evli olan üniversite öğrencilere kıyasla anlamlı olarak daha fazla gözlemlenmiştir(126). Anne- babası ayrılmış olan üniversite öğrencilerin aile içinde sosyalleşme ortamının yeteri kadar düzenlenmediği zaman, sosyalleşme gereksinimini internet ile dengelemeye çalışmaları sebebi ile internet bağımlılık ölçeği puanlarının öbür aile yapılarına sahip kişilere oranla daha yüksek çıktığı gözlemleniyor.

Araştırmaya katılanların Günlük yaşantınızı karşılarken maddi anlamda güçlük çekiyor musunuz? (Size göre gelir düzeyiniz kötü mü? Sorusuna verdikleri yanıtlar arasında Young internet bağımlılığı ve anksiyete ölçeği karşılaştırıldığında, soruya evet cevabı verenlerin YİBÖ puanı ortalamaları kısmen veya hayır yanıtı verenlerin ortalamalarına göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek saptandı. Deng and Xuan (2009) araştırmamızı destekleyen veri sonuçlarını bulmuştur(132). Ganesh et al. (2017) çalışmasında lisansüstü tıp fakültesi öğrencilerinin ekonomik gelirlerinin öteki bölümlere kıyasla daha fazla olması sebebi ile internet bağımlılığı ölçeği puanlarının öbür bölümlere kıyasla daha fazla olduğu tespit edilmiştir(129). Batıgün ve Kılıç (2011) çalışmasında sosyoekonomik düzeyi iyi

olan öğrencilerin alt ve orta sosyoekonomik alanda yer alan öğrencilere kıyasla internet bağımlılığı ölçeği puanlarının anlamlı olacak düzeyde yüksek olduğunu gözlemlenmiştir(34). Işık (2009) maddi gelir seviyesi ile internet bağımlılığı düzeyi ile arasında anlamlı bir fark gözlememiştir(133). Balcı ve Gülnar (2009) öğrencilerin sosyoekonomik durumu ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir fark olmadığını tespit etmiştir(127). Arslan (2017) çalışmasında maddi durum ile internet kullanım, internet bağımlılığı ölçek puanlarının farklılık olmadığını göstermiştir(134). Çalışmaların neticelerin birbirinden farklı olması, araştırmaların birbirinden farklı kültürlerde, farklı coğrafyalarda, ayrı örneklem grupları ile farklı ekonomik düzeydeki grupları ele alan araştırma olmasından dolayı birbirinden farklı sonuçlar ortaya çıkmıştır.

Baba için yapılan çalışmamızda istatistiksel analiz sonucunda babanın eğitim durumu ile Young internet bağımlılığı ölçeği puanı ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmadı. Anne için yapılan istatistiksel analiz sonucunda annenin eğitim durumu ile young internet bağımlılığı ölçeği puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptandı. Annenin eğitim durumu ile ölçek puanı arasındaki ilişkinin daha ayrıntılı incelenmesi için eğitim grubu bir sonraki analizde ikili gruplandırılarak analiz edildi. Yapılan bu istatistiksel analiz sonucunda annenin eğitim durumu lise ve üstü olanların young internet bağımlılığı ölçeği puanı ortalamaları ortaokul ve altı eğitim durumuna ait olanlara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu saptandı, Bu konu ile ilgili çalışmalara gelecek olursak Çevik ve Çelikaleli(2010) yapmış oldukları çalışmada anne eğitim durumuna göre ergenlerin internet bağımlılığı farklılaştığı, anne ebeveyn lise mezunu olmaları internet bağımlılık düzeyinin, anne ebeveynin öğretim mezunu olması ile okuryazar olmayana göre statiksel olarak daha yüksek tespit edilmiştir(135). Gökçekarslan ve günbatar (2012) yaptıkları araştırma neticesinde internet bağımlılığının anne ile baba eğitim düzeyine göre anlamlı derecede farklılık tespit edilmemiştir(136). Bu durum anne ve babanın eğitim durumu ile internet bağımlılığı ile olan ilişkisinde aracı rol oynayan değişkenler olabildiği, bundan sonraki çalışmalarda bu aracı değişkenlere yönelik çalışmaların olabileceği öngörülmektedir.

5.4.İnternet Bağımlılığı ile Anksiyete İlişkisi

Son zamanlarda internet kullanımı tüm dünyada göründüğü gibi Türkiye'de de kullanımı artmıştır. Sosyal medya; İnstagram, Facebook, Twitter benzeri hesaplar kişilerin birbirleriyle temasa geçmesine, kendi düşünce, görüş, video ve fotoğraflarını paylaşabileceği mecralar sağlar(137). Kendi çalışmamızda Yapılan korelasyon analizi sonucunda Young İnternet Bağımlılığı ile Anksiyete arasında pozitif yönde orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı derecede korelasyon saptandı(138). Buna göre anksiyete arttıkça kişilerin internet bağımlılıklarının da arttığı söylenebilir(139). Bizim çalışmamızı destekleyen araştırmalar mevcuttur(137–139). İran örneğine gelecek olursak sosyal medya bağımlılığı anksiyete'yi artırdığı gözlemlenmiştir. Andreassen ve arkadaşları araştırmasında sosyal medyaya olan bağımlılık anksiyeteyi depresyona oranla daha fazla arttırdığını tespit etmiştir(140).

Regresyon modelini inceleyecek olursak, kişiler daha endişeli ve daha depresif olması internet bağımlılığı riskinde artışla ilgili olduğu tespit edilmiştir(141). Yen ve arkadaşları yaptıkları çalışmada psikolojik sıkıntısı ile internet bağımlılığı bulunan genç bireylerin, internet bağımlılığı olmayan bireylere göre psikiyatrik bulguları daha fazla olduğu tespit edilmiştir(141). Örnek verecek olursak Farahani ve arkadaşlarının İran bölgesinde yaptıkları araştırma neticesinde anksiyete internet bağımlılığını 2,3 kat artırdığını; Kitazawa ve arkadaşlarının Japonya bölgesinde yaptıkları araştırmada 1,4 kat artırdığını, Gupta ve arkadaşlarının Hindistan bölgesinde yaptıkları araştırmada anksiyete 2,3 kat internet bağımlılığını artırdığını gözlemlemiştir(142–144). Çalışmamızdaki neticeye bakacak olursak internet bağımlılığı ile anksiyete arasında pozitif ve anlamlı ilişki olduğu gösteren önemli ülkelerde çalışılan araştırma sonuçları ile desteklenmektedir(145). Kişilerin anksiyete belirtilerini daha az yaşamaları için internet bağımlılığını önlemeye veya azaltmaya yönelik girişimler çalışmalar yapmalıdır(145,146).

5.5.İnternet Bğımlılığı ve Anksiyete'nin Dijital Para ile İlişkisi

Yapılan istatistiksel analiz sonucunda;

Farklı tür kripto paraları düşünürken çok fazla zaman geçiriyor musunuz? sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı.

Kripto paralar için yüksek meblağlarda harcama yapıyor musunuz? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça YİBÖ ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı.

Kripto para alım satımında kendinizi yavaşlatmayı ya da buna bir son vermeyi düşündünüz ama başaramadınız mı? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça YİBÖ ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı.

Kripto paralarla ilgili bilgisayar, telefon gibi ekranlar başında geçirdiğiniz süre azaldığında kendinizi huzursuz ve asabi hissediyor musunuz? sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça YİBÖ ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı.

Kripto para alım satımının, ilişkileriniz ya da işiniz üzerinde bir etkisi oldu mu? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça YİBÖ ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı.

Bir yatırımınızı kaybettiğinizde başka insanlardan para almayı denediniz mi? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça anksiyete ölçeği ve YİBÖ puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı.

Para kaybettikten sonra kripto para alım satımına devam ediyor musunuz – geri kazanmak için? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça YİBÖ ve anksiyete ölçeği puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı.

Kripto para alım satımı için harcadığınız meblağ ve zaman hakkında başka insanlara yalan söylediniz mi? Sorusuna verilen yanıtlara göre sıklık arttıkça anksiyete ölçeği ve YİBÖ puanının da istatistiksel olarak anlamlı derecede arttığı saptandı.

Hisse senet alış satışında elde edinilen 3 haz (yüksek getiri özlemi, heyecan arayışı ve vakit geçirme) arasından daha fazla özlem ile heyecan arayışında olma kumar güdüsü şeklinde algılanır (147). Griffiths, Kripto para alış satışını günlük online alış satış bağımlılığının bir alt kategorisi şeklinde veya borsa bağımlılığı şeklinde yorumlanmıştır (148). Kripto paraların üretimi bilgisayar yardımıyla olur ayrıyeten ticareti (alım satımı) de internet yoluyla yapılmaktadır (149). İnternette harcanılan vaktin kontrol altına alınamaması genel tabiriyle internet bağımlılığı şeklinde tanımlanır(150). Menteş ile ark. kripto paranın internet ve kumar bağımlılığıyla benzerliğinden dolayı sorunlu kripto para kullanım ölçeğini daha da geliştirmiştir(151). Bu araştırmada kripto para kullanımının temel sebebine bakacak olursak kumar bağımlılığına benzer ve işlemlerinin internet ile bilgisayar yardımıyla olmasından yola çıkarak internet bağımlılığı ve kumar bağımlılığına özgü ölçekler desteğiyle sorunlu kripto para kullanımına özgü ölçek oluşturulmuştur(151). Ölçek içeriği 15 maddeden oluşmaktadır(151). Ölçekte bulunan sorular 2 faktörlü olacak şekilde ayrılmıştır; araştırmada 1. Faktör "yoksunluk ve tolerans" olacak şekilde isimlendirilmiş olup 2. faktör ise "para bulma davranışı ve inkâr" olacak şeklinde adlandırılmıştır(151).

Gece piyasanın sürekli takip edilmesi tabii ki uyku problemini doğurduğunu görüyoruz. Uykusuzluğun da gün içerisinde ankisiyeteye kaygıya, öfke gibi durumlara neden oluyor. Patolojik kumarın diğer psikiyatrik hastalıklar ile birlikteliği sıktır(152). Patolojik kumar oynamak anksiyete ile daha bir sürü psikiyatrik hastalıkla birlikte görülebilir(153).

6. SONUÇ

Bu çalışma üniversitede 4 yıllık ve üstü öğrenim gören öğrenciler tarafından oluşturulmuştur.

a. Anksiyete artıkça kişilerin internet bağımlılıklarının da artığı saptanmıştır.

b. Kadın ve erkek cinsiyetler arasında internet bağımlılığı açısından bir fark gözlenmedi.

c. Üniversitede maddi anlamda sıkıntı çekenler kısmen ya da hiç maddi sıkıntı çekmeyene oranla internet bağımlılığı daha fazladır.

d. Annesinin eğitim durumu lise ve üstü olan bireylerin, annesinin eğitim durumu ortaokul ve altı eğitim durumuna ait olanlara göre internet bağımlılığı daha yüksektir.

e. Bireyin babasının eğitim durumu ile internet bağımlılığı arasında ilişki saptanmamıştır.

f. Anne babanın birliktelik durumu ile internet bağımlılığı arasında ilişki saptanmadı.

g. Bireyin sigara, alkol kullanma durumu ile internet bağımlılığı arasında ilişki saptanmadı.

h. Geleceğe ilişkin olumsuz beklentisi olanlar, olumlu beklentide olanlardan daha yüksek internet bağımlılığına sahiptir.

i. Sevgilisi olan ya da olmayanların internet bağımlılığı acısından bir fark gözlenmedi.

j. Ailenin gelir durumu ile öğrencilerin internet bağımlılığı arasında ilişki saptanmadı.

k. Öğrencilerin üniversite tekrarı ile internet bağımlılığı arasında ilişki saptanmadı.

l. Kitap okuyanların kitap okumaya pek ilgisi olmayanlara göre internet bağımlılığı daha yüksek saptanmıştır.

m. Kişilerin kimle yaşadığı ile internet bağımlılığı arasında ilişki saptanmamıştır.

n. Sosyal medya hesabı olanlar, olmayanlara göre internet bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur.

o. Kişilerin bedensel engelliği olup olmaması internet bağımlılığı ile ilişkisi saptanmadı.

p. Dijital para ile uğraşanlar uğraşmayanlara oranla anksiyete oranı ve internet bağımlılığı daha yüksek saptanmıştır.

7.ÖNERİLER

Bu çalışmadan elde edilen neticeye göre genç erişkinlerde internet kullanımında detaylı bir şekilde bilinçlendirilmesi önem arz etmektedir.

1. Üniversitelerdeki gençleri bağımlılıklar hakkında eğitme ve önleme çalışmalarının yürütülmesi ve farkındalığın yükseltilmesi önerilir.

2. Üniversitelerde bu tip bağımlılıkla mücadele birimi kurup bireysel veya grupça çalışmalar yapılabilir.

3. Bu çalışmaya genç erişkinler dahil edilmiştir. Ancak her yaş gurupları için internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar gerekmektedir.

4. Çalışmamızda sadece üniversite de öğrenim gören öğrencilere ulaşılmıştır. Bundan dolayı üniversite de öğrenim görmeyen bireylerle karşılaştırmalı çalışmalar yapılabilir.

5. İnternet bağımlılığında sosyodemografik bilgileri daha da çeşitlendirerek karşılaştırmalı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

6. İnternet bağımlı çalışmamızdaki değişkenlerden farklı değişkenlerle ilişkisinin araştırılması gerekmektedir. İnternet bağımlılığının başka tür bağımlılıklarla ilişkisini araştıran çalışmalara gerek duymaktadır.

8.KAYNAKLAR

1. Ünal FP. Erken Çoçukluk Döneminde Dijital Bağımlılık Alanyazın Değerlendirilmesi. A Revıew Of The Lıterature On Eaerly Chıldhood Dıgıtal Addıctıon. Uygulamada Eğitim ve Yönetim Bilimleri Dergisi. 2022;2(1):62–77.
2. Arda N, Sungur MZ. Üniversite Öğrencilerinde İnternet bağımlılığı, Yalnızlık Düzey ve Sürekli Öfke Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. (istanbul). 2021.
3. al Mukhaini AM, al Houqani FA, al Kindi RM. Internet Addiction and Depression Among Postgraduate Residents. Sultan Qaboos University Medical Journal [SQUMJ]. 2021 Aug 29;21(3):408–15.
4. Yakın V, Aytekin P. İnternet bağımlılığı Onlıne Kompulsif VE Olıne Anlık Satın Alma Davranışlara Etkisi. Dokuz Eylül Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi. 2019 Jun 24;20(1):199–222.
5. Penninx BW, Pine DS, Holmes EA, Reif A. Anxiety disorders. The Lancet. 2021 Mar;397(10277):914–27.
6. Varlık Özsoy E. Sosyal anksiyete ve performans anksiyetesi bağlamında müzik performans anksiyetesi. International Journal of Social Sciences and Education Research. 2021 Jul 11;285–301.
7. Sönmez A. Sanal Para Bıtcoin. The Turkish Online Journal of Design [Internet]. 2014 [cited 2022 Oct 6];4. Available from: http://tr.wikipedia.org/wiki/Peer-to-peer,
8. Ateş B.A. Kripto Para Birimleri, Bitcoin ve Muhasebesi. Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2016;7(1):349–66.
9. Aba Şenbyrm E. Paranın Geldiği Uç Nkta: Bitcoin. Econharran Harran Üniversitesi İİBF Dergisi. 2019;3(4):72–92.
10. Doğan TN. Genç Yetişkinleri Anlamak- İlişki Psikoterapileri Enstitüsü [Internet]. 2022 [cited 2022 Oct 21]. Available from: https://iliskipsikoterapileri.com/genc-yetiskinleri-anlamak
11. Genç G. Ergenlik (Puberte)'te Fizyolojik Değişiklikler. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi. 1989;5(2):60–7.

12. Arda N, Sungur MZ. Üniversite Öğrencilerinde İnternet bağımlılığı, Yalnızlık Düzey ve Sürekli Öfke Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. (istanbul). 2021.

13. Yilmaz G, Çeltek NY. İnternet bağımlılığı Yaygınlığı, İnternet bağımlılığı Öğrencilerin Depresyon Düzeyi ve Sosyodemografik Özellikleri ile İlişkisi. [Tıpta Uzmanlık Tezi]. [Tokat]; 2019.

14. Çağıltay K. Herkes İçin İnternet, Tubitak-Odtü Yayınları, Ankara 1994. Tubitak-Odtü Yayınları. 1994;

15. Kaplan N, Aktaş B. Ortaokul Öğrencilerinde İnternet bağımlılık Düzeylerinin Sağlık Üzerine Etkilerinin İncelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi] izmir. 2016.

16. Çakir Balta Ö, Barış Horzum M. The Factors that Affect Internet Addiction of Students in a Web Based Learning Environment. Journal of Faculty of Educational Sciences. 2008;41(1):187–205.

17. Johansson A, Götestam KG. Problems with Computer Games without Monetary Reward: Similarity to Pathological Gambling. Psychol Rep. 2004 Oct 1;95(2):641–50.

18. Whang LSM, Lee S, Chang G. Internet Over-Users' Psychological Profiles: A Behavior Sampling Analysis on Internet Addiction. CyberPsychology & Behavior. 2003 Apr;6(2):143–50.

19. Öztürk Ö, Odabaşıoğlu G, Eraslan D. İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi [Internet]. Vol. 8, Journal of Dependence. 2007. Available from: www.bagimlilik.net

20. Yar A., Yıldız Ö. Ruhsal Bozukluğu olan ve olmayan ergenlerde internet bağımlılığı yaygınlığı. [Tıpta Uzmanlık Tezi]. [Kocaeli]: Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilimdalı; 2012.

21. Demir K, Şar AH. Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ile Utangaçlık ve Denetim Odağı Arsındaki İlişki. [Yüksek Lisans Tezi] [İstanbul]: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2021.

22. Young KS. Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, And Treatment. 1999;

23. ARISOY Ö. İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi- Internet Addiction and Its Treatment. Psychiatry [Internet]. 2009 [cited 2022 Oct 9]; 1:55–67. Available from: www.cappsy.org/archives/vol1/

24. Telkök Şen A. Koceli Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı, İnternet Bağımlılığın Sosyodemoğrafik Özellikler, Depresyon ve Sosyal Fobi ile İlişkisi. [Tıpta Uzmanlık Tezi] (Kocaeli) 2015.

25. Shapira NA, Goldsmith TD, Keck PE, Khosla UM, McElroy SL. Psychiatric features of individuals with problematic internet use. J Affect Disord. 2000 Jan 1;57(1–3):267–72.

26. Beard KW, Wolf EM. Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. CyberPsychology & Behavior. 2001 Jun;4(3):377–83.

27. Block JJ. Issues for DSM-V: Internet Addiction. American Journal of Psychiatry. 2008 Mar;165(3):306–7.

28. Pies R. Should DSM-V Designate "Internet Addiction" a Mental Disorder? Psychiatry (Edgmont). 2009 Feb;6(2):31–7.

29. Petry NM, O'Brien CP. Internet gaming disorder and the DSM-5. Addiction. 2013 Jul;108(7):1186–7.

30. Karaca BM, Türkçapar MH. İnternet Bağımlılığın, Yenilik Arama ve Risk Alma Davranışı ile İlişkinin İncelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. [Gaziantep]: Hasan Kalyoncu Üniversite Sosyal Bilimler Estitüsü

; 2019.

31. Balcı Ş, Ayhan B. Üniversite Öğrencilerin İnternet Kullanım ve Doyumlar Üzerine Bir Saha Araştırması. Selçuk İletişim [Internet]. 2007 [cited 2022 Oct 12];5(1):174–97. Available from: www.haber7.com

32. Berger AA. Essentials of Mass Communication Theory [Internet]. London; 1995 [cited 2022 Oct 12]. Available from: https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=AfTl2r4K_wUC&oi=fnd&pg=PP11&dq=Berger,+A.+A.(1995).+Essential+of+mass+communication+theory.+London:+Sage+Publication.&ots=jpNQzKVdCX&sig=dtHXyjUSp-Bgon5UbYIkjz_rhrY&redir_esc=y#v=onepage&q=Berger%2C%20A.%20A.(1995).%20Essential%20of%20mass%20communication%20theory.%20London%3A%20Sage%20Publication.&f=false

33. Papacharissi Z, Rubin AM. Predictors of Internet Use. J Broadcast Electron Media. 2000 Jun 7;44(2):175–96.

34. Durak Batıgün A, Kılıç N İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografi k Değişkenler Arasındaki İlişkiler. 2011 [cited 2022 Oct 12]; Türk Psikoloji Dergisi.26(67):1–10.

35. Davis RA. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. Comput Human Behav. 2001 Mar 1;17(2):187–95.

36. Özakkaş T. Anksiyete Bozuklukları ve Tedavisi. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları. 2014;5–30.

37. Doğan O. Anksiyete bozukluklarinda koruma ve önleme. Anadolu Psikiyatri Derg. 2022; 3:174–82.

38. Akşit S, Cimete G. Cocuğun Yoğun Bkım Ünitesine Kabülünde Annelere Uygulanan Hemşirelik Bakımın Annelerin Anksiyete Düzeyine Etkisi. [Yüksek Lisans Tezi]. [İstnbul]: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Ensitüsü; 1998.

39. Gezgin H., Çam O. Yaygın Aksiyete Bozukluğu Tanılı Bireylere Verilen Psikoeğitimin Tedavideki Etkinliğin İncelenmesiİ. [Yüksek Lisans Tezi] [İzmir]: Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Ensitüsü İzmir; 2010.

40. Konkan R, Şenormancı Ö, Güçlü O, Aydın E, Z. Sungur M. Yaygın Anksiyete Bozukluğu-7 (YAB-7) Testi Türkçe Uyarlaması, Geçerlik ve Güvenirliği. Noro Psikiyatr Ars. 2013 Mar 5;50(1):53–8.

41. Ünsalver BÖ, Balcıoğlu İ. Yaygın Anksiyete Bozukluğu: Epidemiyoloji, Prognoz ve Farmakolojik Olmayan Tedaviler. Cerrahpaşa Tıp Dergisi. 2006;3(7):115–20.

42. Roy-Byrne PP, Wagner A. Physıcıans Postgraduate Press INC. Primary Care Perspectives on Generalized Anxiety Disorder. J Clin Psychiatry. 2004;65(13).

43. Ronald C., Wittchen HU. Patterns and Correlates of Generalized Anxiety Disorder in Community Samples. J Clin Psychiatry. 2002;63(8):4–10.

44. Aklın T. Psikiyatri Dünyası, Yaygın Anksiyete Bozukluğu. Psikiyatri Dünyası. 1997; 1:33–9.

45. Köroğlu E, Cilt. Psikiyatrida Güncel Yaklaşımlar. Vol. 1, Psikiyatrik Eğitim ve Güncelleme Dergisi. 2009. 1–79 p.

46. Townsend MC, Morgan KI. Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidence-Based Practice [Internet]. philadelphia. 2018 [cited 2022 Oct 14]. Available from: https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=3a0-DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Townsend,+M.+(2006).+Psychiatric+Mental+Health+Nursing,+Concepts+of+Care+in+Evidence-Based+Practice,+Fifth+Edition,+s:526-528,+US+&ots=mTYiLvPMBE&sig=AufjFmssCZnNBqoTP5Z13TAGOKI&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

47. Öztürk O, Uluşahin aylin. Ruh Sağlığı ve Bozuklukları. Haccetepe Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı. 2011.

48. Roy-Byrne PP, Wagner A. Physıcıans Postgraduate Press, INC. Primary Care Perspectives on Generalized Anxiety Disorder. J Clin Psychiatry. 2004;65(13).

49. Wittchen HU. Generalized anxiety disorder: prevalence, burden, and cost to society. Depress Anxiety. 2002;16(4):162–71.

50. Howell HB, Brawman-Mintzer O, Monnier J, Yonkers KA. Generalized Anxiety Disorder in Women. Psychiatric Clinics of North America. 2001 Mar 1;24(1):165–78.

51. Cengiz K. Türkiye'de Ruhsal Hastalıkların Yaygınlığı ve Ruhsal Tedavi İhtiyacı Konusunda Neredeyiz? Toplum ve Hekim. 2020;35(3):179–87.

52. Beidel DC. Social Anxiety Disorder: Etiology and Early Clinical Presentation. Vol. 59, J Clin Psychiatry. 1998.

53. Sadock BJ, Ahmd S, Sadock VA. Compherensive Textbook of Pshychiatry/VIII. 8th ed. New York University Medical Center. 2019;

54. Nutt DJ. Neurobiological mechanismsin generalized anxiety disorder. J Clin

55. Ballash N, Leyfer O, Buckley AF, Woodruff-Borden J. Parental Control in the Etiology of Anxiety. Clin Child Fam Psychol Rev. 2006;9(2):113–33.

56. Creswell C, Cartwright-Hatton S. Family Treatment of Child Anxiety: Outcomes, Limitations and Future Directions. Clinical Child and Family Psychology. 2007;10(3):232–52.

57. Sevy S, Papadimitriou GN, Surmont DW, Goldman S, Mendiewicz J. Noradrenergic function in generalized anxiety disorder, major depressive disorder, and healthy subjects. Biol Psychiatry. 1989 Jan;25(2):141–52.

58. Redmond DE, Huang YH. II. New evidence for a locus coeruleus-norepinephrine connection with anxiety. Life Sci. 1979 Dec;25(26):2149–62.

59. Compton SN, March JS, Brent D, Albano AM, Weersıng VR, Curry J. Cognitive-Behavioral Psychotherapy for Anxiety and Depressive Disorders in Children and Adolescents: An Evidence-Based Medicine Review. J Am Acad Child Adolesc Psychiatry. 2004 Aug;43(8):930–59.

60. Ober K, Benson S, Vogelsang M, Bylica A, Günther D, Witzke O, et al. Plasma Noradrenaline and State Anxiety Levels Predict Placebo Response in Learned Immunosuppression. Clin Pharmacol Ther. 2012 Feb 14;91(2):220–6.

61. Burke HM, Davis MC, Otte C, Mohr DC. Depression and cortisol responses to psychological stress: A meta-analysis. Psychoneuroendocrinology. 2005 Oct;30(9):846–56.

62. Staufenbiel SM, Penninx BWJH, Spijker AT, Elzinga BM, van Rossum EFC. Hair cortisol, stress exposure, and mental health in humans: A systematic review. Psychoneuroendocrinology. 2013 Aug;38(8):1220–35.

63. Lodge DJ, Grace AA. Developmental pathology, dopamine, stress and schizophrenia. International Journal of Developmental Neuroscience. 2011 May 19;29(3):207–13.

64. Reimold M, Knobel A, Rapp MA, Batra A, Wiedemann K, Ströhle A, et al. Central serotonin transporter levels are associated with stress hormone response and anxiety. Psychopharmacology (Berl). 2011;563–72.

65. Wood AJJ, Shader RI, Greenblatt DJ. Use of Benzodiazepines in Anxiety Disorders. New England Journal of Medicine. 1993 May 13;328(19):1398–405.

66. Baldwin DS, Ajel K, Masdrakis VG, Nowak M, Rafiq R. Pregabalin for the treatment of generalized anxiety disorder: an update. Neuropsychiatr Dis Treat. 2013; 9:883–92.

67. Roy-Byrne PP, Wagner A. Physıcıans Postgraduate Press, INC. Primary Care Perspectives on Generalized Anxiety Disorder. J Clin Psychiatry. 2004;65(13).

68. Kessler RC, Wittchen HU. Patterns and Correlates of Generalized Anxiety Disorder in Community Samples. J Clin Psychiatry. 2002;63(8):4–10.

69. Carter CS, Maddock RJ. Chest Pain in Generalized Anxiety Disorder. The International Journal of Psychiatry in Medicine. 1992 Sep 1;22(3):291–8.

70. Kane FJ, Harper RG, Wıttels E. Angina as a Symptom of Psychiatric Illness. South Med J. 1988 Nov;81(11):1412–6.

71. Cameron S. Carter, David Servan-Schreiber, William M. Perlstein. Anxiety Disorders and the Syndrome of Chest Pain With Normal Coronary Arteries: Prevalence and Pathophysiology. J Clin Psychiatry. 1997;58(suppl 3):70–3.

72. Logue MB, Thomas AM, Barbee JG, Hoehn-Saric R, Maddock RJ, Schwab J, et al. Generalized anxiety disorder patients seek evaluation for cardiological symptoms at the same frequency as patients with panic disorder. J Psychiatr Res. 1993 Jan 1;27(1):55–9.

73. Schweizer E, Rickels K. Strategies for Treatment of Generalized Anxiety in the Primary Care Setting. J Clin Psychiatry. 1997;58(suppl 3):27–31.

74. Nutt D, Argyropoulos S, Hood S, Potokar J. Generalized anxiety disorder: A comorbid disease. European Neuropsychopharmacology. 2006 Jul;16:S109–18.

75. Yargic LI, Corapcioglu A, Kocabasoglu N, Erdogan A, Koroglu G, Yilmaz D. A prospective randomized single-blind, multicenter trial comparing the efficacy and safety of paroxetine with and without quetiapine therapy in depression associated with anxiety. Int J Psychiatry Clin Pract. 2004 Dec 12;8(4):205–11.

76. Saatçioğlu Ö. Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Tedavisi ve Yeni Yaklaşımlar. Klinik Psikofarmokoloji Bülteni. 2001;11(1):60–77.

77. Gürbüz T, Öngel K. Anksiyete bozukluğu tanısı ile takip edilen hastalarda anksiyete şiddeti ve serum lipid profili ilişkisi. [Tıpta Uzmanlık Tezi]. (ısparta) 2010.

78. Özcan Muf, ÇA. Ayaktan Psikiyatri Hastalarında Yaygın Anksiyete Bozukluğunun Yaygınlığı ve Ek Tanılar. Türk Psikiyatri Dergisi. 2006;17(4):276–85.

79. Tamam L, Demirkol ME. Evaluation of the Cyp polymorphisms in psychiatry patients View project. 2019 [cited 2022 Oct 19];1641–3. Available from: https://www.researchgate.net/publication/334376120

80. Çıtak S. Anksiyete Bozukluklarında Tedavi Yaklaşımları: Psikoterapi ve Farmakoterapi. Türkiye Klinikleri J Fam Med-Special Topics. 2018;9(3):141–9.

81. Ateş BA. Kripto Para Birimleri, Bitcoin ve Muhasebesi. Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2016;7(1):349–66.

82. Güven Ö., Bulut Ş. Güncel Haliyle Bitcoin ve Piyasadaki Değeri Üzerine Bir İnceleme. Troyacademy. 2021;6(1):80–9.

83. Şenbayram EA. Paranın Geldiğiİ Uç Nokta: Bitcoin. Econharran Harran Üniversitesi İİBF Dergisi. 2019;3(4):72–92.

84. Çarkacioglu A. Kripto-Para Bitcoin. Sermaye Piyasası Kurulu Araştırma Dairesi. 2016.

85. Dilek Ş. Blochain Teknolojisi ve Bitcoin. 2018.

86. Cengiz K. En Popüler Kripto Para Birimi: Bitcoin. Banüsd. 2018;1(2):877–100.

87. Mancar B (2017). Bitcoin Hakkında Bilmeniz Gereken 9 Önemli Bilgi [Internet]. 2017 [cited 2022 Oct 20]. Available from: https://webmasto.com/bitcoin-hakkinda-bilmeniz-gereken-9-onemli-bilgi

88. Göde B, Küçükşahin H. Kripto Para Birimlerinin Kayıtdışı Ekonomi Üzerine Etkileri; Bitcoin Örneği. undefined. 2017;

89. Eğilmez M (2013). Kripto Paralar, Bitcoin ve Blockchain [Internet]. 2017 [cited 2022 Oct 20]. Available from: https://www.mahfiegilmez.com/2017/11/kripto-paralar-bitcoin-ve-blockchain.html

90. Nakamoto S. Bitcoin: A Peer-to-Peer Electronic Cash System. 2008 [cited 2022 Oct 20];1–9. Available from: www.bitcoin.org

91. Dizkırıcı AS, Gökgöz A. Kripto Para Birimleri ve Türkiye'de Bitcoin Muhasebesi (Crypto Currencies and Accounting of Bitcoin in Turkey). Journal of Accounting, Finance and Auditing Studies. 2018;4(2):92–105.

92. Young KS. Caught in the Net: How to Recognize the Signs of Internet Addiction and a Winning [Internet]. Strategy for Recovery. 1998 [cited 2022 Oct 24]. Available from: https://books.google.com.tr/books?hl=tr&lr=&id=kfFk8-GZPD0C&oi=fnd&pg=PA194&dq=Young+KS.+Caught+in+the+Net:+How+to+Recognize+the+Signs+of+Internet+Addiction+and+a+Winning+Strategy+for+Recovery.+New+York:+John+Wiley+%26+Sons,+1998.&ots=gFiTLjTSe2&sig=zFSUgPdREKUMJ-LWfn8kqYDR3zQ&redir_esc=y#v=onepage&q=Young%20KS.%20Caught%20in%20the%20Net%3A%20How%20to%20Recognize%20the%20Signs%20of%20Internet%20Addiction%20and%20a%20Winning%20Strategy%20for%20Recovery.%20New%20York%3A%20John%20Wiley%20%26%20Sons%2C%201998.&f=false

93. Pawlikowski M, Altstötter-Gleich C, Brand M. Validation and psychometric properties of a short version of Young's Internet Addiction Test. Comput Human Behav. 2013 May;29(3):1212–23.

94. Kutlu M, Savci M, Demir Y, Aysan F. Young internet bağımlılığı testi kısa formunun türkçe uyarlaması: Universite öğrencileri ve ergenlerde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. Anadolu Psikiyatri Derg. 2016; 17:69–76.

95. Spitzer RL, Kroenke K, Williams JBW, Löwe B. A Brief Measure for Assessing Generalized Anxiety Disorder. Arch Intern Med. 2006 May 22;166(10):1092.

96. Konkan R, Şenormanci Ö, Güçlü O, Aydin E, Sungur MZ. Validity and reliability study for the Turkish adaptation of the generalized anxiety disorder-7 (GAD-7)scale. Noropsikiyatri Arsivi. 2013;50(1):53–8.

97. Kroenke K, Spitzer RL, Williams JBW, Monahan PO, Löwe B. Anxiety Disorders in Primary Care: Prevalence, Impairment, Comorbidity, and Detection. Ann Intern Med. 2007 Mar 6;146(5):317.

98. Erginsoy Osmanoğlu D. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Duygusal Zekâ Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. e-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi. 2019 Sep 27;

99. Kıygı E., Tan O. Üniversitesi Öğrencilerinde internet Bağımlılığı ve Öfke Arasındaki ilişkinin incelenmesi. [Tıpta Uzmanlık Tezi]. İstanbul. 2018.

100. Yücelten E., Narter M. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ile İlişkisinin İncelenmesi. [Tıpta Uzmanlık Tezi]. İstanbul 2016.

101. Kır İ, Sulak Ş. Eğitim Fakültesi Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Düzeylerin İncelenmesi. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi. 2014 Oct 15;13(51).

102. Greefield DN. Psychological Characteristics of Compulsive Internet Use: A Preliminary Analysis. CyberPsychology & Behavior. 1999 Oct;2(5):403–12.

103. Siomos KE, Dafouli ED, Braimiotis DA Mouzas OD, Angelopoulos N v. Internet Addiction among Greek Adolescent Students. CyberPsychology & Behavior. 2008 Dec;11(6):653–7.

104. ŞAHİN M. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Saldırganlık. Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences. 2014;27(1):43–52.

105. Canan F, Ataoğlu A. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Dissosiyatif Belirtiler ve Sosyodemoğrafik Özellikler Arasındki İlişki. [Tıpta Uzmanlık Tezi]. Düzce. 2010.

106. Ergin A, Uzun SU, Bozkurt Aİ. Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve etkileyen etmenler. Pam Tıp Derg . 2013 Oct 1;6(3):134–42.

107. Pramanik T, Sherpa MT, Shrestha R. Internet addiction in a group of medical students: a cross sectional study. Nepal Med Coll J. 2012 Mar;14(1):46–8.

108. Krajewska-Kułłak E, Kułak W, Marcinkowski JT, Damme-Ostapowicz K van, Lewko J, Lankau A, et al. Internet addiction among students of the medical university of białystok. CIN- Computers Informatics Nursing. 2011 Nov;29(11):657–61.

109. Morahan-Mart'in J, Schumacher P. Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. Comput Human Behav. 2000 Jan;16(1):13–29.

110. Chou C, Condron L, Belland JC. A Review of the Research on Internet Addiction. Educ Psychol Rev. 2005;17(4).

111. Bakken IJ, Wenzel HG, Götestam KG, Johnsson A, Øren A. Internet addiction among Norwegian adults: A stratified probability sample study. Scand J Psychol. 2009 Apr;50(2):121–7.

112. Bernardi S, Pallanti S. Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. Compr Psychiatry. 2009 Nov;50(6):510–6.

113. Yen JY, Ko CH, Yen CF, Chen CS, Chen CC. The association between harmful alcohol use and Internet addiction among college students: Comparison of personality. Psychiatry Clin Neurosci. 2009 Apr;63(2):218–24.

114. Günüç S., Kayri M. İnternet bağimlilik ölçeğinin geliştirilmesi ve bazi demografik değişkenler ile internet bağimliliği arasindaki ilişkilerin incelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. Van. 2009

115. Liu QX, Fang XY, Deng LY, Zhang JT. Parent–adolescent communication, parental Internet use and Internet-specific norms and pathological Internet use among Chinese adolescents. Comput Human Behav. 2012 Jul;28(4):1269–75.

116. Lee YS, Han DH, Kim SM, Renshaw PF. Substance abuse precedes internet addiction. Addictive Behaviors. 2013 Apr;38(4):2022–5.

117. Tsai HF, Cheng SH, Yeh TL, Shih CC, Chen KC, Yang YC, et al. The risk factors of Internet addiction—A survey of university freshmen. Psychiatry Res. 2009 May;167(3):294–9.

118. Alavi SS, Ferdosi M, Jannatifard F, Eslami M, Alaghemandan H, Setare M. Behavioral Addiction versus Substance Addiction: Correspondence of Psychiatric and Psychological Views. Int J Prev Med [Internet]. 2012 Apr 1 [cited 2022 Oct 29];3(4):290. Available from: /pmc/articles/PMC3354400/

119. Alaçam H, Ateşçi FÇ. Denizli Bölgesi Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığın Görülme Sıklığı ve Yetişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ile İlişkisi. [Tıpta Uzmanlık Tezi]. Denizli. 2012.

120. Senih Mayda A, Yılmaz M, Bolu F, Çetin Dağlı S, Çağdaş Gerçek G, Teker N, et al. Bir Öğrenci Yurdunda Kalan Üniversite Öğrencilerindeki İnternet Bağımlılığı ile Beck Depresyon Ölçeği Arasındaki İlişki. Konuralp Tıp Dergisi. 2015 Apr 1;7(1):6–14.

121. Terzioğlu B.C., Deniz ME. İnternet Bağımlılığın Yordayıcıları Olarak Duygusal Zekâ ve Kişiler arası Problem Çözme [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul. 2017.

122. Alhagh E, Gorgich C, Moftakhar L, Barfroshan S, Arbabisarjou A. Evaluation of Internet Addiction and Mental Health Among Medical Sciences Students in the Southeast of Iran. 2018;19(1):55561.

123. Topal E, Babaoğlu E. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Faktörlerin İncelenmesi. [Yüksek Lisans Tezi]. [İstanbul]: İstanbul-2018T.C. Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstütüsü; 2018.

124. Çimen F, Dilmaç B. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Sahip Olduğu Değerlerle Gelecek Beklentisi Arasında Yordayıcı İlişkiler. [Yüksek Lisans Tezi]. [Konya]: Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleriİ Enstitüsü; 2021.

125. Sasmaz T, Oner S, Kurt AO, Yapici G, Yazici AE, Bugdayci R, et al. Prevalence and risk factors of Internet addiction in high school students. The European Journal of Public Health. 2014 Feb 1;24(1):15–20.

126. Turan RT, Erdal R. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Sıklığı ve İlişkili Faktörler. [Tıpta Uzmnlık Tezi]. İstanbul. 2015.

127. Balcı Ş, Gülnar B. Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılarının Profili. Selçuk İletişim. 2013 Nov 19;6(1):5–22.

128. Akdağ M. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Cilt. 2014; 15:73–96.

129. Ganesh A, Pragyakumari D, Rmsudrsaan N, Rajkumar M, Shyam S, Balajı SK. Self-Reported Behaviour about Internet Addiction among Medical and Paramedical Students. Journal of Clınıcl and Dıagnostıc Reserch. 2017;11(10).

130. Devi MRR, Selvi ST, Priya V, Priya MU. Assessment of the Level of Internet Addiction among Nursing Students at Selected College, Kancheepuram District. International Journal of Nursing Education. 2019;11(3):57.

131. Turan F, Metin B. Ergenlerde internet bağımlılığının anne baba tutumları açısından incelenmesi. [Yüksek LisansTezi]. İstanbul.2017.

132. Deng G, Xuan Y. Internet Addiction and Mental Health Status of Chinese College Freshmen. In: 2009 3rd International Conference on Bioinformatics and Biomedical Engineering. IEEE; 2009. p. 1–4.

133. Işik U. Medya Bağımlılığı Teorisi Doğrultusunda İnternet Kullanımın Etkileri ve İnternet Bağımlılığı [Internet]. Vol. 7. 2009. Available from: http://www.internetworldstats.com/stats.htm

134. Arslan G, Demirli C. Anne babası boşanmış ve boşanmamış olan ergenlerin internet bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi. [Yüksek LisansTezi]. İstanbul. 2017.

135. Çevik G.B., Çelikkaleli Ö. Ergenlerin Arkadaş Bağlılığı Ve internet Bağımlılığının Cinsiyet Ebeveyn Tutumu Ve Anne baba Eğitim Düzeylerine Göre incelenmesi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2010 Sep 1;19(3):225–40.

136. Gökçearslan Ş, Günbatar MS. Ortaöğrenim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı. Vol. 2, Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama. 2012. 10–24 p.

137. Koc M, Gulyagci S. Facebook Addiction Among Turkish College Students: The Role of Psychological Health, Demographic, and Usage Characteristics. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 2013 Apr;16(4):279–84.

138. Lin CY, Broström A, Nilsen P, Griffiths MD, Pakpour AH. Psychometric validation of the Persian Bergen Social Media Addiction Scale using classic test theory and Rasch models. J Behav Addict. 2017 Dec;6(4):620–9.

139. Pantic I, Damjanovic A, Todorovic J, Topalovic D, Bojovic-Jovic D, Ristic S, et al. Assocıatıon Between Onlıne Socıal Networkıngand Depresssıon ın Hıgh School Students: Behavıoral Physıology Vıewpoınt. Psychiatr Danub. 2012;24(1):90–3.

140. Andreassen CS, Billieux J, Griffiths MD, Kuss DJ, Demetrovics Z, Mazzoni E, et al. The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. Psychology of Addictive Behaviors. 2016 Mar;30(2):252–62.

141. Yen JY, Ko CH, Yen CF, Chen SH, Chung WL, Chen CC. Psychiatric symptoms in adolescents with Internet addiction: Comparison with substance use. Psychiatry Clin Neurosci. 2008 Feb;62(1):9–16.

142. Kitazawa M, Yoshimura M, Murata M, Sato-Fujimoto Y, Hitokoto H, Mimura M, et al. Associations between problematic Internet use and psychiatric symptoms among university students in Japan. Psychiatry Clin Neurosci. 2018 Jul;72(7):531–9.

143. Farahani M, Alavi SS, Mirzamani Bafghi M, Esmaili Alamuti S, Taghavi Z, Mohammadi M. Psychological Factors Including Demographic Features, Mental Illnesses, and Personality Disorders as Predictors in Internet Addiction Disorder. Iran J Psychiatry. 2018 Apr;13(2):103–10.

144. Gupta A, Khan A, Rajoura O, Srivastava S. Internet addiction and its mental health correlates among undergraduate college students of a university in North India. J Family Med Prim Care. 2018;7(4):721.

145. Weinstein A, Curtiss Feder L, Rosenberg KP, Dannon P. Internet Addiction Disorder: Overview and Controversies. In: Behavioral Addictions: Criteria, Evidence, and Treatment. Elsevier Inc.; 2014. p. 99–117.

146. Smahel D, Brown BB, Blinka L. Associations between online friendship and Internet addiction among adolescents and emerging adults. Dev Psychol. 2012;48(2):381–8.

147. Arthur J, Delfabbro P, Williams R. Is There A Relationship between Participation in Gambling Activities and Participation in High-Risk Stock Trading? The Journal of Gambling Business and Economics. 2016 Jan 6;9(3):34–53.

148. Griffiths M. Onlıne Gamblıng Lawyer 10 Problem Gamblıng. 2018 [cited 2022 Oct 31]; Available from: http://www.who.int/features/qa/gaming-disorder/en/

149. Park S, Im S, Seol Y, Paek J. Nodes in the Bitcoin Network: Comparative Measurement Study and Survey. IEEE Access. 2019; 7:57009–22.

150. Yellowlees PM, Marks S. Problematic Internet use or Internet addiction? Comput Human Behav [Internet]. 2007 May;23(3):1447–53. Available from: https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0747563205000439

151. Mentes N, Yolbas I, Bulut M. Development and Verification of Problematic Cryptocurrency Trading Scale. Psychiatry and Clinical Psychopharmacology. 2021 Sep 24;31(3):310–8.

152. Bland RC, Newman SC, Orn H, Stebelsky G. Epidemiology of Pathological Gambling in Edmonton. The Canadian Journal of Psychiatry. 1993 Mar 1;38(2):108–12.

153. Crockford DN, el-Guebaly N. Psychiatric Comorbidity in Pathological Gambling: A Critical Review. The Canadian Journal of Psychiatry. 1998 Feb 1;43(1):43–50.

9.EKLER

EK-A: Kişisel Bilgiler ve Sosyodemografik Özellikler Bilgi Formu

SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1.Cinsiyetiniz nedir?
Erkek Kız

2.Yaşınız kaç?

3.Üniversite de sınıf tekrarı oldu mu?
Evet Hayır

4.Kiminle yaşıyorsunuz?
Yalnız Ailemle Yurtta Evde arkadaşlarla Diğer

5.Günlük yaşantınızı karşılarken maddi anlamda güçlük çekiyor musunuz? (Size göre gelir düzeyiniz kötü mü?)
Evet Kısmen hayır

6.Bedensel engeliniz var mı?
Evet Hayır

7.Anne ve babanız hayatta mı?
İkisi de hayatta birlikte İkisi de hayatta ayrı Baba vefat etti; anne hayatta Anne vefat etti; baba hayatta İkisi de vefat etti

8.Ailenizin aylık geliri? (Ortalama)
5.500 ve altı 5.500-10.000 10.000-15.000 15.000-20.000 20.000 üstü

9.Sevgiliniz var mı?
Evet Hayır

10.Sigara kullanıyor musunuz?
Evet Hayır Bıraktım

11.Alkol kullanıyor musunuz?
Evet Hayır Bıraktım

12.Sosyal medya hesabınız var mı?
Evet Hayır

13.Kitap okur musunuz? (Ders kitapları dışında)
Pek ilgim yok Yılda bir iki Ayda bir iki

14.Babanın eğitim durumu nedir?
Okuryazar değil Okuryazar İlkokul Mezunu Ortaokul Mezunu Lise Mezunu Üniversite Mezunu

15.Annenin eğitim durumu nedir?
Okuryazar değil Okuryazar İlkokul Mezunu Ortaokul Mezunu Lise Mezunu Üniversite Mezunu

16.İnterneti en çok hangi amaçla kullanıyorsunuz?
Ödevlerimi yapmak ve/veya araştırma yapmak. Sosyal medyayı (instagram,facebook, twitter vb.) takip etmek. Müzik dinlemek ve/veya film izlemek Oyun oynamak Sanal sohbet etmek.

17.Geleceğe ilişkin beklentiniz ne yöndedir?
Olumlu Olumsuz

DİJİTAL PARA BAĞIMLISI MISINIZ?

1.Farklı tür kripto paraları düşünürken çok fazla zaman geçiriyor musunuz?
Asla Bazen Çoğu Zaman
2. Kripto paralar için yüksek meblağlarda harcama yapıyor musunuz?
Asla Bazen Çoğu Zaman
3. Kripto para alım satımında kendinizi yavaşlatmayı ya da buna bir son vermeyi düşündünüz ama başaramadınız mı?
Asla Bazen Çoğu Zaman
4. Kripto paralarla ilgili bilgisayar, telefon gibi ekranlar başında geçirdiğiniz süre azaldığında kendinizi huzursuz ve asabi hissediyor musunuz?
Asla Bazen Çoğu Zaman
5. Kripto para alım satımının, ilişkileriniz ya da işiniz üzerinde bir etkisi oldu mu?
Asla Bazen Çoğu Zaman
6. Bir yatırımınızı kaybettiğinizde başka insanlardan para almayı denediniz mi?
Asla Bazen Çoğu Zaman
7. Para kaybettikten sonra kripto para alım satımına devam ediyor musunuz – geri kazanmak için?
Asla Bazen Çoğu Zaman
8. Kripto para alım satımı için harcadığınız meblağ ve zaman hakkında başka insanlara yalan söylediniz mi?
Asla Bazen Çoğu Zaman

EK-B: Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Form

YOUNG İNTERNET BAĞIMLILIĞI TESTİ - KISA FORMU (YİBT-KF)

AÇIKLAMA: Lütfen aşağıdaki sorularda belirtilen durumları hangi sıklıkta yaşadığınızı belirtiniz. Lütfen her soru için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir soruyu boş bırakmayınız.
1-Hiçbir zaman, 2-Nadiren, 3-Bazen, 4-Sıklıkla, 5-Her zaman

	1	2	3	4	5
1. Hangi sıklıkta planladığınızdan daha fazla internette kalırsınız?	( )	( )	( )	( )	( )
2. Hangi sıklıkta ailenizle ilgili işleri ihmal ederek internette daha fazla zaman harcarsınız?	( )	( )	( )	( )	( )
3. Okul veya ders ile ilgili çalışmalarınız hangi sıklıkta internette harcadığınız süre yüzünden zarar görmektedir?	( )	( )	( )	( )	( )
4. Birileri internette ne yaptığınızı sorduğunda hangi sıklıkta sır gibi saklar veya savunmaya geçersiniz?	( )	( )	( )	( )	( )
5. Birileri siz internette iken canınızı sıkarsa hangi sıklıkta onları tersler, onlara bağırır ve öfkeli davranırsınız?	( )	( )	( )	( )	( )
6. Hangi sıklıkta gece internette harcadığınız süre yüzünden uykusuz kalırsınız?	( )	( )	( )	( )	( )
7. İnternete bağlı değilken hangi sıklıkta internetle avunur veya internete bağlı olduğunuz hayalini kurarsınız?	( )	( )	( )	( )	( )
8. İnternette iken hangi sıklıkta kendinizi 'birkaç dakika daha' derken bulursunuz?	( )	( )	( )	( )	( )
9. Hangi sıklıkta internette harcadığınız zamanı azaltmak için uğraşırsınız ve başarısız olursunuz?	( )	( )	( )	( )	( )
10. Ne kadar süre internette olduğunuzu hangi sıklıkta saklamaya çalışırsınız?	( )	( )	( )	( )	( )
11. Hangi sıklıkta başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman harcamayı tercih edersiniz?	( )	( )	( )	( )	( )
12. İnternete bağlanamadığınızda hangi sıklıkta kendinizi bunalımda, karamsar ve sinirli hissedip, internete bağlandığınızda bu şikayetlerinizin hemen geçtiğini görürsünüz?	( )	( )	( )	( )	( )

Ölçek kaynak gösterilerek kullanılabilir.

Anatolian Journal of Psychiatry 2016; 17(Suppl.1):69-76

EK-C: Yaygın Anksiyete Bozukluğu Testi-7(YAB-7)

Yaygın Anksiyete Bozukluğu 7 Maddeli (YAB-7)testi

Adı Soyadı: Tarih:

Lütfen geçirmiş olduğunuz son 15 gününüzü dikkatlice düşününüz. Aşağıdaki testte sıralanan sorunlar bu 15 gün içerisinde ne kadar rahatsız etti, belirlemeye çalışınız. Seçeneklerden hangisi size daha uygun geliyorsa işaretleyiniz.

YAB-7

Son 2 hafta içerisinde aşağıdaki problemler ne sıklıkta sizi rahatsız etti?	Hiç	Sadece birkaç gün	Günlerin yarısından fazlasında	Hemen hemen hergün
1. Sinirli, kaygılı, uçurumun kenarındaymış gibi hissetme				
2. Endişelenmeyi kontrol edememe ya da durduramama				
3. Farklı farklı konularda çok fazla endişelenme				
4. Gevşeyip rahatlayamama				
5. Yerinizde duramayacak kadar kıpır kıpır ve huzursuz olma				
6. Kolayca kızma ya da rahatsız olma				
7. Her an çok kötü bir şey olabileceği korkusu yaşama				
Sütunlar Toplamı				
Test Toplamı				

EK-D: Etik Kurulu Onayı

T.C.
GİRESUN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal Bilimler Fen ve Mühendislik Bilimleri Araştırmaları Etik Kurulu

Sayı :E-50288587-050.01.04-102674 22.07.2022
Konu :6 Temmuz 2022 tarihli ve 24/16 sayılı Etik Kurul Kararı

DAĞITIM YERLERİNE

Sosyal Bilimler Fen ve Mühendislik Bilimleri Araştırmaları Etik Kurulumuza sunmuş olduğunuz *"Genç Erişkinlerde İnternet Bağımlılığı"* başlıklı çalışmanız 6 Temmuz 2022 tarihli ve 24/16 sayılı Etik Kurulumuzca değerlendirilmiş olup etik açıdan uygun bulunmuştur.
Bilgilerinize sunulur.

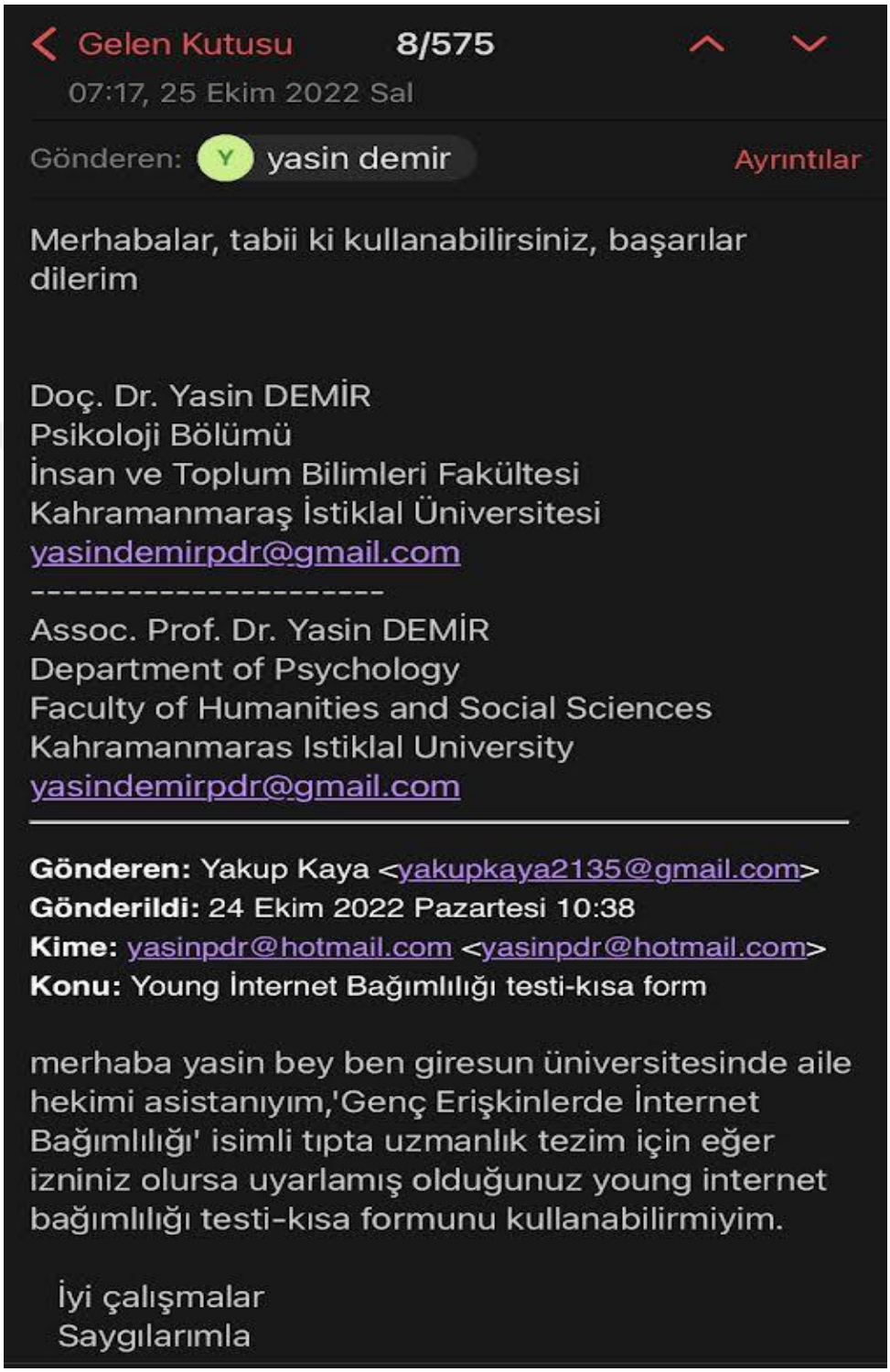
Prof. Dr. Eyüp NEFES
Kurul Başkanı

Dağıtım:
Gereği:
Sayın Yakup KAYA
yakupkaya2135@gmail.com

Bilgi:
Sayın Dr.Öğr.Üyesi Arzu AYRALER

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Doğrulama Kodu: FB36AFAB-8539-4469-9A27-56E6266067B1 Doğrulama Adresi: https://www.turkiye.gov.tr/
Giresun Üniversitesi Rektörlüğü Güre Yerleşkesi Gaziler Mah. Prof. Ahmet Taner Kışlalı Cad. 28200 Merkez/GİRESUN E-Posta Adresi: bilgi@giresun.edu.tr İnternet Ağı: www.giresun.edu.tr
Telefon No : (454) 310 10 00 Belgegeçer No : (454) 310 11 19
KEP Adresi : gru@hs01.kep.tr
Bilgi için:Ahmet ÖLKEN
Bilgisayar İşletmeni
Telefon No:(454) 310 21 00

EK-E: Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Form kullanım izni



Gelen Kutusu 8/575

07:17, 25 Ekim 2022 Sal

Gönderen: Y yasin demir Ayrıntılar

Merhabalar, tabii ki kullanabilirsiniz, başarılar dilerim

Doç. Dr. Yasin DEMİR
Psikoloji Bölümü
İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi
Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi
yasindemirpdr@gmail.com

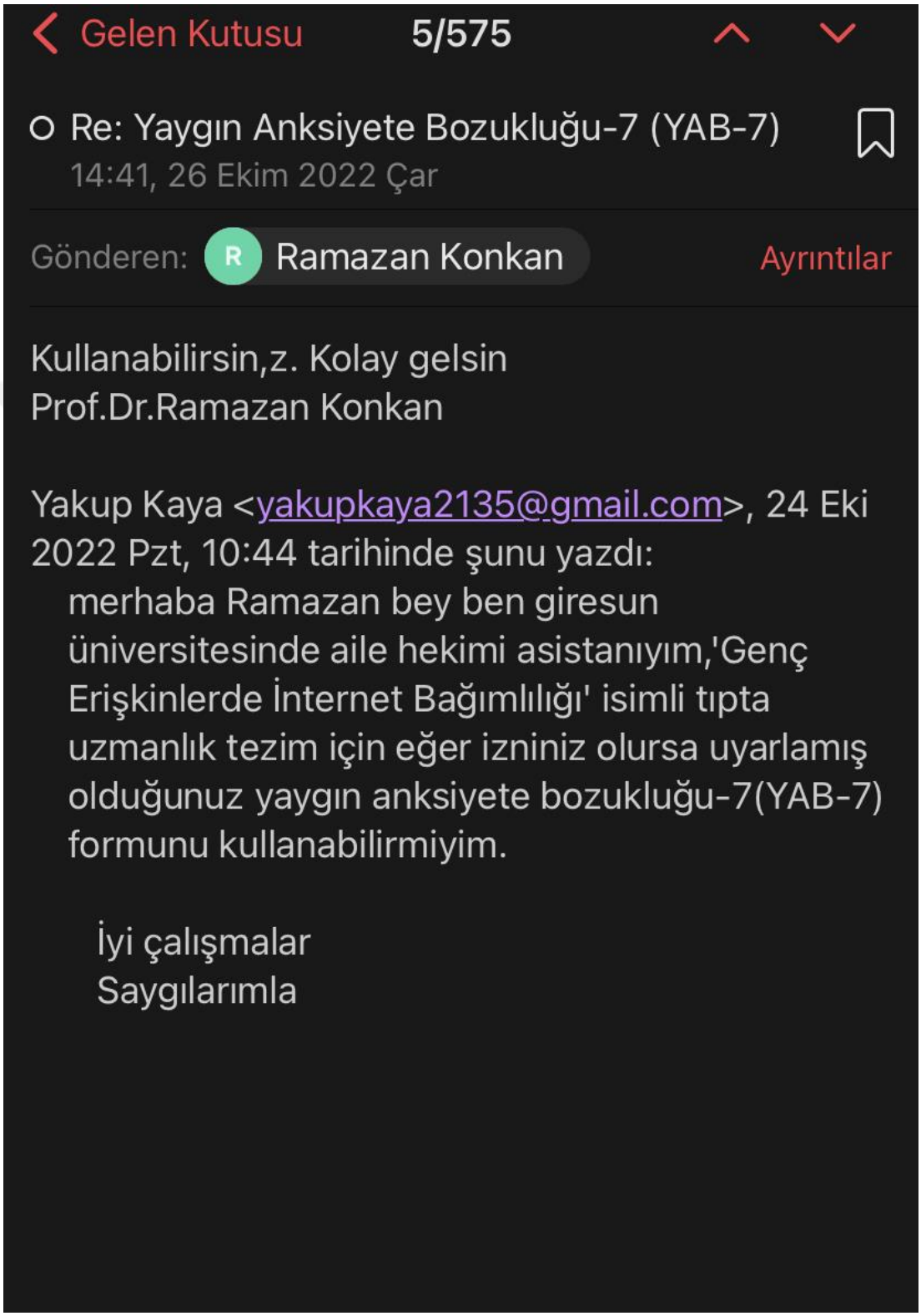
Assoc. Prof. Dr. Yasin DEMİR
Department of Psychology
Faculty of Humanities and Social Sciences
Kahramanmaras Istiklal University
yasindemirpdr@gmail.com

Gönderen: Yakup Kaya <yakupkaya2135@gmail.com>
Gönderildi: 24 Ekim 2022 Pazartesi 10:38
Kime: yasinpdr@hotmail.com <yasinpdr@hotmail.com>
Konu: Young İnternet Bağımlılığı testi-kısa form

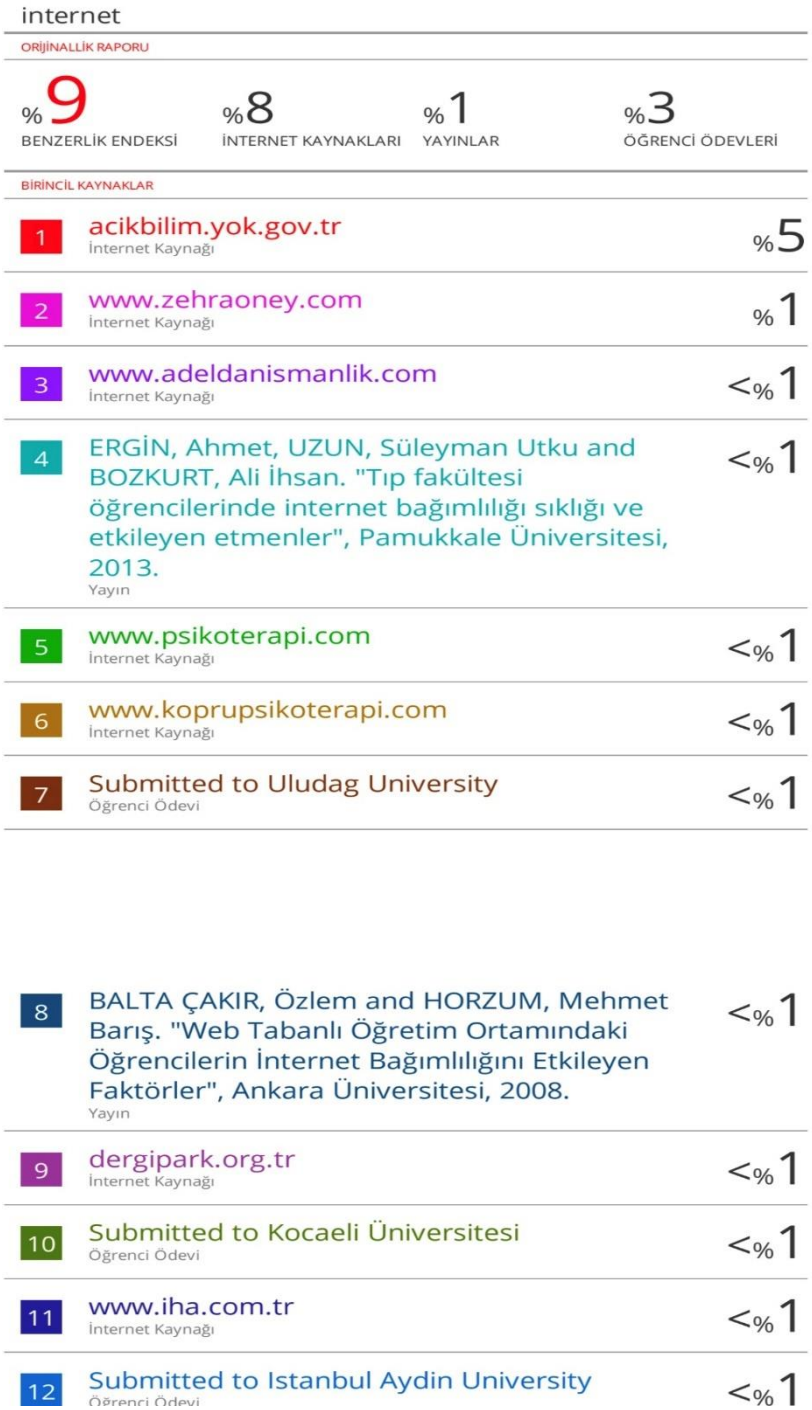
merhaba yasin bey ben giresun üniversitesinde aile hekimi asistanıyım,'Genç Erişkinlerde İnternet Bağımlılığı' isimli tıpta uzmanlık tezim için eğer izniniz olursa uyarlamış olduğunuz young internet bağımlılığı testi-kısa formunu kullanabilirmiyim.

İyi çalışmalar
Saygılarımla

EK-F: Yaygın Anksiyete Bozukluğu Testi-7 kullanım izni



EK- G: EK-G: Tezin Orijinallik Raporu



internet

ORİJİNALLİK RAPORU

%9	%8	%1	%3
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	acikbilim.yok.gov.tr İnternet Kaynağı	%5
2	www.zehraoney.com İnternet Kaynağı	%1
3	www.adeldanismanlik.com İnternet Kaynağı	<%1
4	ERGİN, Ahmet, UZUN, Süleyman Utku and BOZKURT, Ali İhsan. "Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve etkileyen etmenler", Pamukkale Üniversitesi, 2013. Yayın	<%1
5	www.psikoterapi.com İnternet Kaynağı	<%1
6	www.koprupsikoterapi.com İnternet Kaynağı	<%1
7	Submitted to Uludag University Öğrenci Ödevi	<%1
8	BALTA ÇAKIR, Özlem and HORZUM, Mehmet Barış. "Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler", Ankara Üniversitesi, 2008. Yayın	<%1
9	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı	<%1
10	Submitted to Kocaeli Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<%1
11	www.iha.com.tr İnternet Kaynağı	<%1
12	Submitted to Istanbul Aydin University Öğrenci Ödevi	<%1