

## LİSANS ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ\*

Prof. Dr. Tülin ATAN

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, takman@omu.edu.tr,  
Samsun, Türkiye 0000-0001-5660-8910

Dr. Öğr. Üyesi Şaban ÜNVER

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, [saban.unver@omu.edu.tr](mailto:saban.unver@omu.edu.tr),  
Samsun, Türkiye 0000-0001-7378-596X

### ÖZET

Bu araştırma, Spor Bilimleri Fakültesi ve Bilgisayar Teknolojileri Bölümü'nde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerini belirlemek ve karşılaştırmak amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 300 (yaş; 21,92±2,94 yıl) ve Bilgisayar Teknolojileri Bölümü'nde öğrenim gören 300 (yaş; 21,35±1,20 yıl) lisans öğrencisi katılmıştır. Araştırmada lisans öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerini belirlemek için Young (1998) tarafından geliştirilen ve Bayraktar (2001) tarafından Türkçeye uyarlanan "İnternet Bağımlılığı Testi" kullanılmıştır.

Veri analizi SPSS 21 paket programı ile yapılmıştır. İstatistiksel analiz için bağımsız gruplarda t testi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan tüm lisans öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin "sınırlı semptomatik" düzeyde olduğu görülmüştür. Bilgisayar Teknolojileri Bölümü'nde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılığı puanlarının Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerine göre daha yüksek olduğu ancak puanlarının okudukları bölüme göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir (p>0.05). Erkek öğrencilerin internet bağımlılık puanları kız öğrencilere göre istatistiksel olarak daha yüksek bulunmuştur (p<0.05).

Sonuç olarak; Üniversitede öğrenim gören lisans öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri sınırlı semptom gösterme düzeyindedir. Spor Bilimleri Fakültesi ve Bilgisayar Teknolojileri Bölümü'nde öğrenim görmek bu durumu farklılaştırmamaktadır. Erkekler kadınlardan daha fazla semptom göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** İnternet, bağımlılık, öğrenci

\*Bu çalışma "5.Asia Pacific International Modern Sciences Congress" bildiri olarak sunulmuştur.

## INVESTIGATION OF THE INTERNET ADDICTION LEVEL OF UNDERGRADUATE STUDENTS

This study was carried out to determine and compare the internet addiction levels of university students studying at the Faculty of Sports Sciences and the Department of Computer Technologies. 300 (age; 21.92±2.94 years) undergraduate students studying at Faculty of Sports Sciences and 300 (age; 21.35±1.20 years) undergraduate students studying at Department of Computer Technologies participated in the study. In the study, the "Internet Addiction Test" developed by Young (1998) and adapted into Turkish by Bayraktar (2001), was used to determine the internet addiction levels of undergraduate students.

Data analysis was done with SPSS 21 package program. Independent t test was used for statistical analysis. It was observed that the internet addiction levels of all undergraduate students participating in the study were in the "limited symptomatic" level. It was determined that the internet addiction scores of students studying at Department of Computer Technologies were higher than those of Faculty of Sports Sciences students, but the scores did not differ statistically significantly according to the department they studied ( $p>0.05$ ). Internet addiction scores of male students were statistically higher than female students ( $p<0.05$ ). As a result; Internet addiction levels of undergraduate students studying at university are at a level that shows a limited number of symptoms. Studying at Faculty of Sports Sciences and Department of Computer Technologies does not differentiate this situation. Males show more symptoms than females.

**Keywords:** Internet, addiction, student

### 1.GİRİŞ

"İnternet bağımlılığı", bilgisayar başında, internete bağlı olarak, gereğinden fazla zaman geçirme problemi şeklinde tanımlanmaktadır (Young, 1997). "İnternet bağımlılığı" terimi ilk kez psikiyatrist Ivan Goldberg tarafından patolojik internet kullanımını nitelendirmek için teklif edilmiştir. Goldberg (1996) "İnternet Bağımlılığı Bozukluğunu" birden çok temel tanı ölçütü ile tanımlamaktadır. Bunlar; ağda geçirilen zamanı artırma isteği, ağla ilgili hayal kurma, plânlanandan daha uzun süre internette kalma, sürekli fiziksel, sosyal ya da psikolojik sorunlara sahip olmak vb. (Balcı ve Gülnar, 2009; Bayhan, 2011).

Günümüzde ise akıllı telefonları kullanımının artmasından dolayı internet bağımlılığı sadece bilgisayar ortamında değil telefonlarla daha da ileri bir seviyeye erişmiştir. Artık yürürken,

\*Bu çalışma "5.Asia Pacific International Modern Sciences Congress" bildiri olarak sunulmuştur.

tuvaletteyken, yemek yerken, arkadaşla sohbet ederken hatta araç kullanırken bile telefonla internette bağlantılmaktadır. İnternet bağımlılığından dolayı kafasını kaldırmadan telefona bakanların çeşitli kazalar geçirdiklerine bile şahit olunmaktadır. Bağımlılık gitgide hat safhaya ulaşmıştır.

2015 yılında yapılan açıklamaya göre son 15 yılda, İnternet kullanıcılarının sayısı %1000 artmıştır (Live Stats). İnternet bağımlılığı yeni bir zihinsel sağlık sorunu olarak ortaya görülmektedir (Kuss and Lopez-Fernandez, 2016). Sorunlu İnternet bağımlılığı veya aşırı İnternet kullanımı, bilgisayar kullanımı ve İnternet erişimiyle ilgili olarak bozulmaya veya sıkıntıya yol açan aşırı veya kötü kontrol edilen yeniden uğraşlar, dürtüler veya davranışlarla karakterizedir. Şu anda, bağımlılık bozuklukları yelpazesi içinde internet bağımlılığının tanımı yoktur ve bu nedenle buna karşılık gelen bir teşhis yoktur (Weinstein and Lejoyeux, 2010).

Türkiye’de, Balta ve Horzum (2008) Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi’nin altı farklı bölümünden toplam 292 kişiyle görüşmüşlerdir. Yapılan karşılaştırmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Haftada sekiz saatten fazla internete bağlı kalan öğrencilerin, haftada sekiz saatten az internete bağlı kalan öğrencilerden internet bağımlılık düzeyi olarak daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin sosyo ekonomik statüleri ise internet bağımlılığı düzeylerine etkisi bakımından anlamlı bir farklılık oluşturmamaktadır (Aktaran: Balcı ve Gülnar, 2009, Bayhan, 2011).

Bizim çalışmamızda ise iki farklı fakültede de öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri merak edilmiştir. Bu amaçla Spor Bilimleri Fakültesi ve Bilgisayar Teknolojileri bölümünde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri araştırılmıştır.

## 2.METOD

Çalışmamıza Spor Bilimleri Fakültesi’nde öğrenim gören 300 lisans öğrencisi (yaş; 21,92±2,94 yıl) ve Bilgisayar Teknolojileri Bölümü’nde öğrenim gören 300 lisans öğrencisi (yaş; 21,35±1,20 yıl) olmak üzere toplam 600 öğrenci katılmıştır.

Veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu” ve “İnternet Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Katılımcılar ölçek ve kişisel bilgi formu online olarak doldurulmuştur.

**İnternet Bağımlılığı Ölçeği:** Young (1998) tarafından geliştirilen ve Bayraktar (2001) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "İnternet Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. 6'lı Likert tipi bu ölçekte her soru için katılımcılara 0 (Hiçbir zaman), 1 (Nadiren), 2 (Ara sıra), 3 (Çoğunlukla), 4 (Çok sık), 5 (Sürekli olarak) şeklinde puan verilir. Anket sonucunda elde edilen puanların toplanmasıyla 50 puan ve altında alan kullanıcılar "Semptom Göstermeyenler", 50-79 puan aralığındaki kullanıcılar "Sınırlı Semptom Gösterenler", 80 ve üstü puan alanlar ise "Patolojik İnternet Kullanıcısı" olarak sınıflandırılır (Bayraktar, 2001)

**İstatistiksel Analiz:** Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiştir. Verilerin normal gösterdiği belirlendiğinden iki grup arasındaki fark Bağımsız gruplarda t testi ile analiz edilmiştir.

### 3.BULGULAR

**Tablo 1:** Öğrenim Görülen Fakülteye Göre İnternet Bağımlılık Skoru

		n	İnternet Bağımlılık Skoru	Standart Sapma	p
Fakülte	Bilgisayar Teknolojileri	300	57.41	23.25	0.083
	Spor Bilimleri Fakültesi	300	51.34	25.78	

Tablo1'de Spor Bilimleri Fakültesi ve Bilgisayar Teknolojileri Bölümünde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılık puanları verilmiş ve karşılaştırılmıştır. Her iki okulda da öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılık puanlarının "sınırlı semptom gösterenler" düzeyinde olduğu görülmüştür. Her iki bölüm öğrencilerinin internet bağımlılık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 2:** Cinsiyete Göre İnternet Bağımlılık Skoru

		n	İnternet Bağımlılık	Standart Sapma	p
--	--	---	---------------------	----------------	---

\*Bu çalışma "5.Asia Pacific International Modern Sciences Congress" bildiri olarak sunulmuştur.

			Skoru		
Cinsiyet	Kadın	285	48.35	22.64	0.045*
	Erkek	315	59.75	28.34	

\*p<0.05

Tablo 2, öğrencilerin internet bağımlılığı toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını göstermektedir. Yapılan inceleme sonucunda öğrencilerin internet bağımlılığı puanları arasındaki anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (p<0.05). Erkek öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları, kız öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksektir (p<0.05).

**Tablo 3:** Kendilerine Ait Bilgisayar Olup Olmamasına Göre İnternet Bağımlılık Skoru

		n	İnternet Bağımlılık Skoru	Standart Sapma	p
Kendinize ait bilgisayarınız var mı?	Evet	352	54.97	24.12	0.55
	Hayır	248	52.56	26.49	

Kendi bilgisayarı olan ve olmayanların internet bağımlılık puanları karşılaştırılmış ve istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir (p>0.05).

#### 4.TARTIŞMA

Çalışmamızda Spor Bilimleri ve Bilgisayar Teknolojileri Bölümünde öğrenim gören lisans öğrencilerinin İnternet Bağımlılık düzeyleri arasında farklılık olup olmadığı araştırılmıştır. Yapılan İnternet Bağımlılığı ölçeği neticesinde, her iki grubun da “sınırlı semptom gösterenler” grubuna dahil olduğu görülmüştür.

Yapılan bir çalışmada (Yüksel ve ark., 2020) öğrencilerin internet bağımlılığını hem hafta içi hem de hafta sonu internet kullanma durumunun, interneti kullandığı saat diliminin, internet kullanım süresinin, sosyal medya üyeliği ve internet kullanımının ebeveynler tarafından denetlenmemesinin etkilediği belirlenmiştir

İnternet bağımlısı bireyler gerçek hayatta aşırı çevrimiçi davranışlarını bastırmakta güçlük çekseler de, İnternet bağımlılığından sorumlu patofizyolojik ve bilişsel mekanizmalar hakkında çok az şey bilinmektedir. Metodolojik olarak yeterli araştırma olmaması nedeniyle,

\*Bu çalışma “5.Asia Pacific International Modern Sciences Congress” bildiri olarak sunulmuştur.

internet bağımlılığının kanıta dayalı herhangi bir tedavisini önermek şu anda tam olarak bilinmemektedir (Weinstein and Lejoyeux, 2010).

İnternet ayrıca sosyal ağları genişletmek ve dolayısıyla anlamlı ilişkiler, özgüven, sosyal yetenekler ve sosyal destek şansını artırmak için bir forum olarak da kullanılabilir (Campbell, 2006) Ancak gençlerde oldukça sık görülen aşırı internet kullanımı; onların psikolojik ve bedensel gelişimlerini, sosyal ilişkilerini olumsuz yönde etkileyerek, akademik başarılarını düşürmektedir (Cengizhan, 2003).

Çalışmamızda erkek ve kadın lisans öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri karşılaştırılmıştır. Erkek öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları, kız öğrencilerden daha yüksektir. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla internet bağımlısı olduğu görülmektedir. Yapılan bir araştırma sonucunda da İnternet'in çoğunlukla erkek ergenler ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki kişiler tarafından kullanıldığı bulunmuştur (Bayraktar, 2001). Bu bulgu, diğer araştırmalar ile paralellikler göstermektedir. Bayhan (2011) de cinsiyete göre, erkeklerin interneti kullanma oranı ve dolayısıyla internet bağımlılık oranını kızlara göre daha fazla bulmuştur. Yaklaşık 18 yıl önce de durumun aynı olduğu görülmüştür. 2004 yılında yapılan bir çalışmada, Çek Cumhuriyetinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıkları incelendiğinde, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha bağımlı oldukları tespit edilmiştir (Simkova ve Cincera, 2004).

İnternet kullanım amacı, cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Kadınlar daha çok alışveriş ve sosyal medya amacıyla internet kullanırken, erkekler daha ziyade işi için, haber ve oyun-film amacıyla interneti kullanmaktadır (Şahin ve ark., 2018).

Çalışmamızda kendine ait bilgisayarı olan ve olmayan öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri karşılaştırılmıştır. Her iki grubun internet bağımlılık düzeylerinin "Sınırlı Semptom Gösterenler" düzeyinde olduğu ve gruplar arasında farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Bireylerin internet bağımlılıkları ile rekreasyonel aktivite tercihlerini belirlemek amacı ile yapılmış bir çalışmada bireylerin haftalık boş zaman sürelerinin 6-10 saat arasında olduğu belirlenmiş ve katılımcıların internet bağımlılık düzeylerinin "eşik düzeyde" olukları saptanmıştır. Bu kapsamda 24 yaş altı katılımcıların diğer yaş gruplarına oranla boş vakitlerinin fazla olduğu görülmüş ve yaptıkları aktivitelerin çoğunlukla pasif aktiviteler olduğu saptanmıştır. Fakat katılımcıların aktif rekreasyonel aktiviteleri tercihlerini ise daha çok ferdi olarak sosyo kültürel ve mekân dışı aktiviteleri tercih ettikleri görülmüştür. Bu

\*Bu çalışma "5.Asia Pacific International Modern Sciences Congress" bildiri olarak sunulmuştur.

durum üzerinde yapılacak düzenleme ve iyileştirme çalışmalarının bireylerin aktif rekreasyonel faaliyetleri tercih etme oranlarının artacağını ve bununla beraber bireylerin pasif aktiviteden uzaklaşarak internet bağımlılık düzeylerinin de değişeceği belirtilmiştir (Özkaya ve Erkekli, 2021).

İnternet bağımlılığı anlamında üniversite öğrencilerinin verileri değerlendirildiğinde, internet yüzünden bazen randevularımı kaçıyorum önerisinin öğrenciler tarafından yeterince benimsenmediği belirtilmiştir. Öğrencilerin gün içerisinde planladıklarını yapmada henüz programlarını aksatacak noktada bulunmadıkları söylenebilir. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı konusunda internet kullanmaya başladıklarından beri bazı arkadaşlarının kendilerinden uzaklaştıkları önermesi de düşük oranda katılım almıştır. Öğrencilerin sosyal çevrelerindeki arkadaşlarından kopmadıkları, yani arkadaş edinmede gerçek ortamlardan faydalandıkları söylenebilir. Bu sonuçlar ile internet bağımlılığı konusunda üniversite öğrencilerinin sosyal çevrelerinden henüz kopmadıkları söylenebilir (Baz, 2019).

Sonuç olarak üniversitede öğrenim gören lisans öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri “sınırlı semptom gösteren” düzeyindedir. Yapılan araştırma sonuçlarına göre internet bağımlıları, bağımlı olmayanlara nazaran akademik, sosyal ve kişilerarası ilişkilerinde daha fazla problem yaşamaktadırlar (Niemz ve ark., 2005). Bu durumun ilerlemesini engellemek ve bağımlılık düzeyini düşürmek için sosyal etkinlik, egzersiz, rekreasyonel etkinlikler, kitap okuma alışkanlığının güçlendirilmesi gibi önlemlerin alınması gerektiği önerilmektedir.

## **5. KAYNAKLAR**

Balcı, Ş ve Gülnar B. Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılığının profili. Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi, 2009; 6 (1): 5-22.

Balta ÖÇ, Horzum MB. Web tabanlı öğretim ortamındaki öğrencilerin internet bağımlılığını etkileyen faktörler. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 2008: 41(1), 187-205.

Bayhan V. (2011). Lise Öğrencilerinde İnternet Kullanma Alışkanlığı ve İnternet Bağımlılığı (Malatya Uygulaması). XIII. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri 2 - 4 Şubat 2011 İnönü Üniversitesi, Malatya.

Bayraktar, F. (2001). İnternet kullanımının ergen gelişimindeki rolü. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Baz FÇ. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri üzerine bir çalışma. Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi. 2019: 3(2), 209-220.

Campbell AJ, Cumming SR, & Hughes I. Internet use by the socially fearful: addiction or therapy?. *Cyber Psychology & Behavior*, 2006: 9(1), 69-81.

Cengizhan C (2003) Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: bağımlılık. [http://mimoza.marmara.edu.tr/~cahit/](http://mimoza.marmara.edu.tr/~cahit/Yayin/bildiri/inet-tr03/index2.html) Yayın/bildiri/inet-tr03/index2.html.

Internet Live Stats. Internet users, 2015

Kuss DJ, & Lopez-Fernandez O. Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*. 2016: 6(1), 143

Niemz K, Griffiths M ve Banyard P. Prevalence of pathological internet use among university students and correlations with self-esteem, the general health questionnaire (ghq), and disinhibition. *Cyber Psychology & Behavior*. 2005: 8(6), 562-570.

Özkaya H & Erkekli S. Bireylerin internet bağımlılıkları ile rekreasyonel aktivite tercihlerini belirlemeye yönelik bir çalışma Ankara ili örneği. *Journal of Recreation and Tourism Research*. 2021: 8(3), 346-354.

Simkova B ve Cincera J. Internet addiction disorder and chatting in the Czech Republic, *Cyber Psychology & Behavior*, 2004: 7(5), 536-539.

Şahin, H., Topal, B., & Topal, B. İnternet Bağımlılığı Üzerine Bir Araştırma. *Sosyal Bilimler Metinleri*. 2018: (2), 118-136.

Weinstein A, & Lejoyeux M. Internet addiction or excessive internet use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*. 2010: 36(5), 277-283.

Young KS. (1997). What makes the internet addictive: potential explanations for pathological internet use. 105th. Chicago, IL. Annual Conference of the American Psychological Association.



Yüksel R, Kocairi C, Arslantaş H, & Söylemez B. Ergenlerde internet bağımlılığını etkileyen faktörler. Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi. 2020: 9(1), 19-28.