

# BÖLÜM 9

## TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI VE RUHSAL BOZUKLUKLAR

Şenay ÖZTÜRK<sup>1</sup>

### GİRİŞ

Gelişen ve değişen dünyada özellikle internet olmak üzere yeni teknolojilerin kullanımı gittikçe yaygınlaşmış ve pandemi sürecinde de yaşantımızı önemli ölçüde etkilemiştir. Teknolojinin kullanımı hayatımızı oldukça kolaylaştırırken öte yandan sık kullanılmasından kaynaklı çoğu soruna da sebep olmuştur. Özellikle internetin gereğinden fazla kullanımı bir takım psikolojik, sosyal ve eğitim ile ilgili sorunlara yol açabilmektedir. Artan internet kullanımı özellikle gençler olmak üzere neredeyse tüm yaş grubu bireylerin iletişim problemleri yaşamasına, yalnızlaşmaya, yabancılaşmaya, düşük öz saygı gibi problemlere neden olabilmektedir.

Son yıllarda özellikle de pandemi koşulları nedeniyle internete erişebilmenin daha kolay bir hal aldığı ve banka işlemlerinden alışverişe kadar çoğu işi evimizden hallediyor olabilme kolaylığının sağlandığı da görülmektedir. Bilgiye ulaşım açısından geçmişle kıyaslandığında hem ekonomik hem zaman açısından oldukça kolaylık sağlayan internet, internette geçirilen sürenin de artmasını beraberin-

<sup>1</sup> Dr. Öğr. Üyesi, Maltepe Üniversitesi, HemşirelikYüksekokulu, Psikiyatri Hemşireliği, senayakpinar@gmail.com

Teknoloji bağımlılıkları, kişinin akıl ve ruh sağlığı üzerinde ciddi bir etkiye sahip olmakla beraber, kaygı, depresyonu, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB) ve diğer bozuklukları şiddetlendirebilir veya bunlara katkıda bulunabilir. Teknoloji bağımlılığı ayrıca huzursuzluk, sinirlilik, ajitasyon ve öfkeye neden olabilir. Ayrıca, teknoloji bağımlılığı beynin dopamin gibi doğal iyi hissettiren nörotransmitterler üretme yeteneğini etkileyebilir ve dürtüsellüğün artmasına neden olabilir (61).

Ancak teknolojinin uygun kullanımı sağlıklı bir denge oluşturmak için oldukça önemlidir. Teknolojinin birçok insan ihtiyacını karşılayabildiği doğrudur, ancak aşırı kullanımı risk taşır. Teknolojiye bağımlı olmak, bazı yönlerden alkol ve diğer uyuşturuculara bağımlılığa benzer ve çoğu aynı etkiyi geliştirmekte olan beyin üzerinde de gösterir.

Çocuklarımızın hayatında herhangi bir bağımlılığın oluşmasını önlemek için elimizden gelen her şeyi yapmalıyız. Teknoloji, doğru kullanıldığında koruyucu bir faktör olabilir ve sağlıklı yetişkinler, gençlere teknoloji kullanımına sağlıklı ve dengeli bir yaklaşımdan elde edilecek faydaları göstererek, öğrencilerin teknoloji bağımlılığının önlenmesinde rol oynayabilir.

## KAYNAKLAR

1. Stallings W. Computer Networking with Internet Protocols and Technology. *International Edition*, 2004.
2. Ceyhan AA. Ergenlerin problemleri internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*. 2011;18(2): 85-94.
3. Amerikan Psikiyatri Birliği. *Ruhsal bozuklukların tanınması ve sayımsal el kitabı (DSM-5), Tanı ölçütleri el kitabı*. (Çev: Köroğlu, E.), 2014; Ankara: Hekimler Yayın Birliği. (Özgün çalışma 2013)
4. Robbins T, Clark L. Behavioral addictions, *Current Opinion in Neurobiology*. 2015;(30): 66–72. DOI: 10.1016/j.conb.2014.09.005
5. Karim R, Chaudhri P, Behavioral addictions: An Overview. *Journal of Psychoactive Drugs*. 2012;44(1): 5–17. doi:10.1080/02791072.2012.662859
6. Petry NM. Introduction to Behavioral Addictions. In: N. M Petry(ed) *Behavioral Addictions*. Oxford University Press, Newyork, 2016; p.1.
7. Griffiths M. Internet addiction - Time to be taken seriously? *Addiction Research and Theory*. 2000;8(5): 413- 418. doi:10.3109/16066350009005587
8. Young K. Internet addiction over the decade: A personal look back. *World Psychiatry*. 2010;9(2): 91-91. doi: 10.1002/j.2051-5545.2010.tb00279.x
9. Morgan C, Cotten SR. The relationship between internet activities and depressive symptoms in a sample of college freshmen. *CyberPsychology & Behavior*. 2004;(6):133–142. <http://dx.doi.org/10.1089/109493103321640329>.
10. Arısoy Ö. İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches In Psychiatry*. 2009; 1:55-67.
11. Küçükvardar M, Tingöy Ö. Teknoloji Bağımlılığının Semptomlar Temelinde İncelenmesi, *Online Academic Journal of Information Technology, Informatics and Communication Technologies Special Issue/İletişim ve Bilişim Teknolojileri*. 2018;Özel Sayı-9(35): 111-123. doi:10.5824/1309-1581.2018.5.008.x



12. Griffiths MD. Behavioral addictions: An issue for everybody? *The Journal of Workplace Learning*. 1996; (8):19-25.
13. Lee J, Hwang JY, Park SM, Jung HY, Choi SW, Lee JY, Choi JS. Differential resting-state EEG patterns associated with comorbid depression in Internet addiction. *Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry*. 2014;(50):21-26. doi: 10.1016/j.pnpb.2013.11.016
14. Kalaitzaki AE, Birtchnell J. The impact of early parenting bonding on young adults' internet addiction, through the mediation effects of negative relating to others and sadness. *Addictive Behaviors*. 2014;39(3):733-736. doi 10.1016/j.addbeh.2013.12.002
15. Laconi S, Rodgers RF, Chabrol H. The measurement of Internet addiction: a critical review of existing scales and their psychometric properties. *Computers in Human Behavior*. 2014;(41):190-202. doi.10.1016/j.chb.2014.09.026
16. Young KS. Internet addiction: a new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*. 2004; (48):402-15. doi 10.1177/0002764204270278
17. Cai H, Xi HT, An F, Wang Z, et al. The Association Between Internet Addiction and Anxiety in Nursing Students: A Network Analysis. *Frontiers in Psychiatry*. 2021;(12):723355. doi 10.3389/fpsyt.2021.723355
18. Ertemel AV, Eroğlu Pektaş GÖ. Dijitalleşen Dünyada Tüketici Davranışları Açısından Mobil Teknoloji Bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Nitel Bir Araştırma. *Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 2018; 2(2):18-34.
19. Twenge JM. *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy and Completely Unprepared for Adulthood*. New York, NY: Atria. ISBN: 978-1-5011-5201-6 paperback. 342 pp.
20. Shapira NA, Goldsmith TD, Keck Jr PE et al. Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorders*. 2000;57(1-3):267-272. Doi.10.1016/s0165-0327(99)00107-x
21. Kratzer S, Hegerl U. Ist „Internetsucht“ eine eigenständige Erkrankung? Eine Untersuchung von Menschen mit exzessiver Internetnutzung. *Psychiatrische Praxis*. 2007; (34): 1-5. Doi.10.1055/s-2007-970888
22. Cao F, Su L. Internet addiction among Chinese adolescents: prevalence and psychological features. *Child Care, Health and Development*. 2007;33(3):275-281. DOI: 10.1111/j.1365-2214.2006.00715.x
23. Ha JH, Kim SY, Bae SC et al. Depression and Internet addiction in adolescents. *Psychopathology*. 2007;40(6): 424-430. Doi.10.1159/000107426
24. Whang LSM, Lee S, Chang G. Internet over-users' psychological profiles: A behavior sampling analysis on internet addiction. *CyberPsychology and Behavior*. 2003; 6 (2): 143-150. Doi.10.1089/109493103321640338
25. Yen JY, Yen CF, Che et al. Family factors of internet addiction and substance use experience in Taiwanese adolescents. *Cyberpsychology and behavior*. 2007;10(3): 323-329. DOI: 10.1089/cpb.2006.9948
26. Te Wildt BT, Putzig I, Zedler M et al. Internetabhängigkeit als ein Symptom depressiver Störungen. *Psychiatrische Praxis*. 2007;(34):318-322
27. Young KS, Rogers RC. The relationship between depression and Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*. 1998; 1(1): 25-28. doi.10.1089/cpb.1998.1.25
28. Kim K, Ryu E, Chon MY et al. Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: a questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*. 2006;43(2):185-192. doi: 10.1016/j.ijnurstu.2005.02.005
29. Bessièrè K, Kiesler S, Kraut R, Boneva BS. Effects of Internet use and social resources on changes in depression. *Information Communication and Society*. 2008;11(1):47-70. doi:10.1080/13691180701858851

30. Bozoglan B, Demirer V, Sahin I. Problematic Internet use: Functions of use, cognitive absorption, and depression. *Computers in Human Behavior*. 2014;37:117–123. doi:10.1016/j.chb.2014.04.042
31. Dalbudak E, Evren C, Aldemir S, Coskun KS, Ugurlu H, Yildirim FG. Relationship of Internet addiction severity with depression, anxiety, and alexithymia, temperament and character in university students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2013;16(4):272–278. doi:10.1089/cyber.2012.0390 PMID:23363230
32. Ko CH, Liu TL, Wang PW, Chen CS, Yen CF, Yen JY. The exacerbation of depression, hostility, and social anxiety in the course of internet addiction among adolescents: A prospective study. *Comprehensive Psychiatry*. 2014;55(6), 1377–1384. doi:10.1016/j.comppsy.2014.05.003 PMID:24939704
33. Özdemir Y, Kuzucu Y, Ak Ş. Depression, loneliness and Internet addiction: How important is low self-control? *Computers in Human Behavior*. 2014;34:284–290. doi:10.1016/j.chb.2014.02.009
34. Scimeca G, Bruno A, Cava L, Pandolfo G, Muscatello MRA, Zoccali R. The Relationship between Alexithymia, Anxiety, Depression, and Internet Addiction Severity in a Sample of Italian High School Students. *The Scientific World Journal*. 2014. PMID:25401143
35. Yang L, Sun L, Zhang Z, Sun Y, Wu H, Ye D. (). Internet addiction, adolescent depression, and the mediating role of life events: Finding from a sample of Chinese adolescents. *International Journal of Psychology*. 2014;49(5):342–347. doi:10.1002/ijop.12063 PMID:25178955
36. Yen JY, Ko CH, Yen CF et al. Psychiatric symptoms in adolescents with Internet addiction: Comparison with substance use. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 2008; 62(1): 9–16. Doi:10.1111/j.1440-1819.2007.01770.x
37. Yoo HJ, Cho SC, Ha J et al. Attention deficit hyperactivity symptoms and Internet addiction. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 2004;58(5):487–494. Doi:10.1111/j.1440-1819.2004.01290.x
38. Chan PA, Rabinowitz T. A cross-sectional analysis of video games and attention deficit hyperactivity disorder symptoms in adolescents. *Annals of General Psychiatry*. 2006;(5):16. Doi: 10.1186/1744-859X-5-16
39. Ko CH, Yen JY, Chen CS et al. Psychiatric comorbidity of internet addiction in college students: an interview study. *CNS Spectrums*. 2008;13(2):147–153. DOI: 10.1017/s1092852900016308
40. Campbell AJ, Cumming SR, Hughes I. Internet use by the socially fearful: Addiction or therapy? *CyberPsychology and Behavior*. 2006; 9(1): 69–81. DOI: 10.1089/cpb.2006.9.69
41. Caplan, S. E. (). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *Cyberpsychology & Behavior*. 2007;10(2):234–242. doi:10.1089/cpb.2006.9963 PMID:17474841
42. Ko CH, Yen JY, Yen CF, Chen CS, Chen CC. (). The association between Internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature. *European Psychiatry*. 2012;27(1):1–8. doi:10.1016/j.eurpsy.2010.04.011 PMID:22153731
43. Yen JY, Yen CF, Chen CS, Wang PW, Chang YH, Ko CH. Social anxiety in online and real-life interaction and their associated factors. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2012;15(1):7–12. doi:10.1089/cyber.2011.0015 PMID:22175853
44. Erwin BA, Turk CL, Heimberg RG, Fresco DM, Hantula DA. (). The internet: Home to a severe population of individuals with social anxiety disorder? *Journal of Anxiety Disorders*. 2004;18(5):629–646. doi:10.1016/j.janxdis.2003.08.002 PMID:15275943
45. Bozoglan B, Demirer V. The Association between Internet Addiction and Psychosocial Variables. *Psychological and Social Implications Surrounding Internet and Gaming Addiction*. IGI Global. 2015; 171-178. DOI: 10.4018/978-1-4666-8595-6.ch010.
46. Amichai-Hamburger Y, Ben-Artzi E. Loneliness and Internet use. *Computers in Human Behavior*. 2003;19(1):71–80. doi:10.1016/S0747-5632(02)00014-6

47. Bozoglan B, Demirer V, Sahin I. Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of Internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian Journal of Psychology*. 2013;54(4):313–319. doi:10.1111/sjop.12049 PMID:23577670
48. Erdoğan, Y. (). Exploring the relationship among Internet usage, Internet attitudes and loneliness of Turkish adolescents. *Cyberpsychology (Brno)*. 2008;2:1–7.
49. Hardie E, Tee MY. Excessive Internet use: The role of personality, loneliness and social support networks in Internet Addiction. *Australian Journal of Emerging Technologies and Society*, 2007;5(1):34–47.
50. Morahan-Martin J, Schumacher P. Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*. 2003;19(6):659–671. doi:10.1016/S0747-5632(03)00040-2
51. Odacı H, Kalkan M. (). Problematic internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. *Computers & Education*.2010;55(3):1091-97. doi:10.1016/j.compedu.2010.05.006
52. Pontes HM, Griffiths MD, Patrão I M. (). Internet addiction and loneliness among children and adolescents in the education setting: an empirical pilot study. *Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*. 2014;32(1):91-98.
53. Yao, M. Z., & Zhong, Z.-J. (). Loneliness, social contacts and Internet addiction: A cross-lagged panel study. *Computers in Human Behavior*. 2014;30:164–170. doi:10.1016/j.chb.2013.08.007
54. Weiser EB. The functions of internet use and their social and psychological consequences. *Cyberpsychology & Behavior*. 2001;4(6):723–743. doi:10.1089/109493101753376678
55. Widyanto L, McMurrin M. The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & Behavior*. 2004;7(4):443–450. doi:10.1089/cpb.2004.7.443 PMID:15331031
56. O'Toole K. Study offers early look at how Internet is changing daily life. Stanford News. 2000.
57. Durak Batıgün A, Hasta D. İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 2010; (11): 213-219.
58. Whitty MT, McLaughlin D. Online recreation: The relationship between loneliness, Internet self-efficacy and the use of the Internet for entertainment purposes. *Computers in Human Behavior*. 2007;23(3):1435–1446. doi:10.1016/j.chb.2005.05.003
59. Meerkerk, GJ, van den Eijnden RJJM, Franken IHA, Garretsen HFL. Is compulsive Internet use related to sensitivity to reward and punishment, and impulsivity? *Computers in Human Behavior*. 2010;26(4):729–735. doi:10.1016/j.chb.2010.01.009
60. Han DH, Lee YS, Yang KC et al. Dopamine genes and reward dependence in adolescents with excessive internet video game play. *Journal of Addiction Medicine*. 2007;1(3): 133–138. doi:10.1097/ADM.0b013e31811f465f
61. Goldstein RZ, Volkow ND. Dysfunction of the prefrontal cortex in addiction: neuroimaging findings and clinical implications. *Nature Reviews Neuroscience*. 2011; (12): 652–669. doi. 10.1038/nrn3119