

# BÖLÜM 4

---

## Davranışsal Bağımlılıklara Güncel Bakış ve Dijital Bağımlılıklar

*İsmail Volkan ŞAHİNER<sup>1</sup>*

Madde türü (substans) bağımlılıkların ilk örneği olan alkolün ve davranışsal bağımlılıkların ilk örneği olan kumarın tanımlanması üzerinden 6 bin küsur yıl geçmiş, 1980'lerin başında ise bu tanımlamalar psikiyatrik hastalık sınıflamalarına dahil olmuştur. Daha sonraki süreç ise normal psikiyatrik tanı enflasyonundan biraz daha hızlı ilerlemiş ve mevcut hali ile hem madde türü hem davranışsal türü bağımlılık çeşitlerinde veyahut sınıflandırmasında klinisyenleri zorlayan hem tanılarda hem bağımlılık çeşitlerinde anormal bir artış yaşadığımız bir durum meydana getirmiştir.

Yazının yazıldığı an itibari ile 1084 bağımlılık yapıcı madde tespit edilmiş, bunların spesifik etki ve yoksunlukları tanımlanmıştır. Aynı şekilde kumar ile başlayan davranışsal bağımlılık serüvenimiz, kumara ek olarak ilk önce alışveriş, bilgisayar, cinsel içerikli bağımlılıklar gibi şekillenmiş, bilgisayarın kullanımının artması, internetin ve mobil cihazların hayatımızın içine iyiden iyiye girmesi nedeni ile facebook, online oyun, gatcha, online bahis, rpg, instagram vb uygulamalara kadar indirgen-

---

<sup>1</sup> Doç. Dr., Serbest Hekim, Ruh sağlığı ve Hastalıkları Uzmanı, volkansahiner@gmail.com

Uzun vadeli ve siyaset üstü politikalar, oyun çocukluğundan başlayan kişilik gelişimi ve problem çözme becerileri üzerine eğitim kısa, kolay, tekrarlanabilir ödül ve ceza sistemi üzerine çalışmalar, çocukları yeni haz ve ilgi odakları üzerine yönlendirme, alternatifler üretebilecek eğitim yapılandırması gibi faaliyetler, kişilerin bağımlılık geliştirmesine neden olan etkenleri azaltacaktır.

## | Kaynaklar

1. Baysak, E., Yertutanol, F. D. K., Şahiner, İ. V., & Candansayar, S. (2020). Çevrimiçi oyun oynayanların sosyodemografik özellikleri ve oyun bağımlılığının bazı psikososyal etmenlerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 23(2), 196-203.
2. Gainsbury, S. M. (2015). Online gambling addiction: the relationship between internet gambling and disordered gambling. *Current addiction reports*, 2, 185-193.
3. Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research. *Journal of behavioral addictions*, 1(1), 3-22.
4. Rose, S., & Dhandayudham, A. (2014). Towards an understanding of Internet-based problem shopping behaviour: The concept of online shopping addiction and its proposed predictors. *Journal of behavioral addictions*, 3(2), 83-89.