

16. Bölüm

ADÖLESANLARDA TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI

Hamide ZENGİN¹

| 1. GİRİŞ

Teknoloji, günlük hayatımızda önemli bir rol oynamakta birlikte vazgeçilmez bir unsur olarak yaşamımızda yer almaktadır. Hayatımızı kolaylaştıran dijital bir güç olan teknoloji, bağımlılığa dönüştüğünde hayatı zorlaştıran bir unsura dönüşmektedir. Telefon, bilgisayar, akıllı cihazlar, oyun konsolları gibi dijital cihazlar özellikle internet ile birleştğinde saatlerce kullanımı sıradan bir alışkanlığa dönüşmektedir. Bu durumun normal algılanma süreci, birçok insanın teknoloji bağımlısı olduğunun farkında bile olmadan hayatını sürdürmesine neden olmaktadır.

“Teknoloji bağımlılığı; her yaş grubundaki bireylerde teknolojinin sunduğu imkanlardan aşırı zaman geçirmelerine bağlı olarak kişisel, sosyal ve mesleki sorumluluklarını yerine getirmede güçlük çekmelerine neden olan bir hastalık veya bozukluk olarak tanımlanmaktadır.”

Türkiye'nin de dâhil olduğu 33 ülkede yapılan Global Mobil Kullanıcı Araştırma sonucu ⁴, Avrupa'nın akıllı telefona en bağımlı ülkesinin Türkiye olduğunu göstermiştir. Avrupa'da bir günde 48 kez akıllı telefona bakılırken iken, Türkiye'de bu oran 78 olarak bildirilmiştir ⁴.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) ⁵, 2020 yılında 16-74 yaş grubundaki bireylerde internet kullanım oranını önceki yıla göre %3,7 bir artış ile %79 ola-

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Bilecik Şeyh Edebalı Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği AD., hamide.zengin@bilecik.edu.tr

- Adölesanın oyun ya da uygulama indirmek için kendi bütçelerini yönetmelerine izin verilmeli, kredi kartı gibi finansal bilgilerinizi paylaşmamalısınız.
- Ebeveynlerin, çocuklarının davranışlarını izlemeleri, süreci karmaşık bir hale getirmeden gerekirse çocuk psikiyatrisi ya da psikoloğundan destek alınması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Dinç M. İnternet Bağımlılığı. "Ne Bilmeliyiz, Ne Yapmalıyız?" 2. Baskı, İstanbul: Türkiye Yeşilay Cemiyeti Yayınları, 2014.
2. Dinç M. Teknoloji Bağımlılığı ve Gençlik. Gençlik Araştırmaları Dergisi 2015; 3 (3): 31-65. <http://genclikarastirmalari.gsb.gov.tr/>
3. Şahin C, Günüş S. Davranışsal Bağımlılığa ve Teknoloji Bağımlılığına Genel Bakış. Teknoloji Bağımlılıkları, 1. Baskı, Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık, 2020. p. 1-26.
4. TÜBİSAD. Deloitte Global Mobil Kullanıcı Raporu. <https://www.tubisad.org.tr/tr/guncel/detay/Deloitte-Global-Mobil-Kullanici-Arastirmasina-gore-Akilli-telefon-kullanimini-azaltmaya-calisiyoru/33/668/0> Erişim Tarihi: 16.06.2021
5. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, 2020. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679) Erişim Tarihi: 16.06.2021
6. American Psychiatric Association, (2013). DSM-5 - Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. 5th ed. Washington, DC: American Psychiatric Association.
7. Köroğlu E. (2015). Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı DSM-5. Beşinci Baskı. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
8. Aral N, Doğan Keskin A. Çocuklarda Teknoloji Bağımlılığı. Şahin C, Günüş S, eds. Teknoloji Bağımlılıkları, 1. Baskı, Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık, 2020. p. 237-261.
9. Blaszczyński A, Walker M., Noer L. Withdrawal and Tolerance Phenomenon in Problem Gambling. International Gambling Studies 2008; 8 (2): 179-192. doi: 10.1080/14459790802140007
10. Dickens BL, Koo JR, Wilder-Smith A, Cook AR. Institutional, Not Home-Based, Isolation Could Contain the COVID-19 Outbreak. Lancet 2020 May 16; 395(10236):1541-2. doi: 10.1016/S0140-6736(20)31016-3
11. Dubey MJ, Ghosh R, Chatterjee S, Biswas P, Chatterjee S, Dubey S. Covid-19 and Addiction. Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews, 2020; 14(5), 817-823. doi: 10.1016/j.dsx.2020.06.008
12. Feindel H. (Çeviren: Dirim A.) İnternet Bağımlılığı, Bağımlılar ve Aileleri İçin El Kitabı. 1. Baskı, İstanbul: İletişim Yayınları, 2019. p. 11-25.
13. İlhan V, Ulusoy A. Televizyon Bağımlılığı ve İzleyici: TV İzlememek Mümkün Mü? The Journal of Academic Social Science Studies International Journal of Social Science Doi, 2013; 6(5): 1127-1154. doi: 10.9761/JASSS1443
14. Ögel K. İnternet Bağımlılığı. Apaydın Kaya Ç, Editör. Adölesan Sağlığı. 1. Baskı. İstanbul: Medikal Akademi; 2015. p. 303-310.
15. Ögel K. İnternet Bağımlılığı. İnternetin Psikolojini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak. 4. Baskı, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2020. p. 91-101.
16. Paik A, Oh D, Kim D. A Case of Withdrawal Psychosis From Internet Addiction Disorder. Psychiatry investigation 2014; 11 (2): 207. doi: 10.4306/pi.2014.11.2.207
17. Yay M. Dijital Ebeveynlik. 2. Baskı, İstanbul: Yeşilay Yayınları, 2019. p. 57-64.
18. Yeşilay, Teknoloji Bağımlılığı. <https://www.yedam.org.tr/teknoloji-bagimligi> Erişim Tarihi: 15.06.2021

19. Zengin H, Menekşe D, Çınar N. Risky Behaviours in Adolescence. In: Arapgırlıoğlu H, Atık A, Hızıroğlu S, Elliott RL, Atık D, eds. The Most Recent Studies in Science and Art. Volume 1, Chapter 48. Ankara: Gece Kitaplığı; 2018. p. 632-649.
20. Zengin H. İnternet Oyun Oynama Bozukluğunun Belirlenmesinde Kullanılan Psikometrik Değerlendirme Araçları. 6. Uluslararası Kadın Çocuk Sağlığı ve Eğitimi Kongresi (26-27 Aralık 2020). p. 154-160.
21. Kutlu M, Savcı M, Demir Y, Aysan F. Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun Türkçe uyarlaması: Üniversite öğrencileri ve ergenlerde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 2016; 17(Ek1): 69-76. doi: 10.5455/apd.190501
22. Kayrı M, Günüş S. The Adaptation of Internet Addiction Scale into Turkish: The Study of Validity and Reliability. Ankara University, Journal of Faculty of Educational Sciences 2009; 42(1): 157-175. https://doi.org/10.1501/Egifak_00000001142
23. Taş İ. Ergenler için İnternet Bağımlılığı Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi* 2019; 20(2): 875- 905. <https://doi.org/10.29299/kefad.2019.20.02.011>
24. Ayas T, Çakır Ö, Horzum MB. Ergenler için bilgisayar bağımlılığı ölçeği. *Kastamonu Eğitim Dergisi* 2011; 19(2): 339-448.
25. Ayazseven ÖC, Önder FC. Genelleştirilmiş Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği 2'nin Türkçe'ye Uyarlama Çalışması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 2019; 11(18): 1540-1565. doi: 10.26466/opus.529016
26. Şata M, Çelik İ, Ertürk Z, Taş U. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği'nin (ATBÖ) Türk Lise Öğrencileri İçin Uyarlama Çalışması . *Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology* 2016; 7 (1): 156-169 . doi: 10.21031/epod.95432
27. Noyan CO, Enez Darçın A, Nurmedov S, Yılmaz O, Dilbaz N. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Kısa Formunun Üniversite ÖğrencilerindeTürkçe Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *Anadolu Psikiyatri Derg* 2015; 16(Özel sayı.1): 73-81. doi: 10.5455/apd.176101
28. Tutgun-Ünal A, Deniz L. Development of the Social Media Addiction Scale. *Online Academic Journal of Information Technology (AJIT-e)* 2015; 6(21): 51-70. <https://doi.org/10.5824/1309-1581.2015.4.004.x>
29. Hazar Z, Hazar M. Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği. *Journal of Human Sciences* 2017; 14(1): 203-216. <https://doi.org/10.14687/jhs.v14i1.nnnn>
30. Elitaş T, Kır Elitaş S. Türkiye'de Erken Yaş Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Ankara Örneği Üzerinden Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2020; 24 (1): 57-74. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ataunisobil/issue/53123/677291>
31. Erkorkmaz Ü, Zengin H, Topal S, Çınar N. (2017). İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması, Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. *Adnan Menderes Üniversitesi 1. Uluslararası Sağlık Bilimleri Kongresi. Kongre kitabı içinde (ss. 152). Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi.*
32. Arıcak OT, Dinç M, Yay M, Griffiths MD. İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği Kısa Formu'nun (İOOBÖ9-KF) Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 2018; 5: 615-636. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.4.0027>
33. Evren C, Dalbudak E, Topcu M, Kutlu N, Evren B. The Psychometric Properties of the Turkish Version of the Internet Gaming Disorder Scale. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences* 2017; 30: 316-324. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2017300405>
34. Çakıroğlu S, Soylu N. Adaptation of Internet Gaming Disorder Questionnaire to Turkish: Reliability and Validity Study. *Turkish Journal of Psychiatry* 2019; 30(2): 1-7. doi: 10.5080/u23537

35. Sun Y, Li Y, Bao Y, Meng S, Sun Y, Schumann G, et al. Brief Report: Increased Addictive Internet and Substance Use Behavior During the COVID 19 Pandemic in China. *Am J Addict* 2020 Jul 4; 29(4):268–70. Available from: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/ajad.13066>
36. Gökler ME, Turan Ş. Covid-19 Pandemisi Sürecinde Problemli Teknoloji Kullanımı. *ESTÜ-DAM Halk Sağlığı Dergisi* 2020; 5: 108-114. <https://doi.org/10.35232/estudamhsd.767526>