Siber Psikopatolojiler

Cyber Psychopathologies

Barışhan ERDOĞAN[a],
Erdinç ÖZTÜRK[b]

[a]İstanbul Arel Üniversitesi
Fen-Edebiyat Fakültesi,
Psikoloji Bölümü,
İstanbul, TÜRKİYE
[b]İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa
Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü,
Sosyal Bilimler ABD,
İstanbul, TÜRKİYE

Yazışma Adresi/*Correspondence:*
Barışhan ERDOĞAN
İstanbul Arel Üniversitesi
Fen-Edebiyat Fakültesi,
Psikoloji Bölümü,
İstanbul, TÜRKİYE
barishanerdogan@arel.edu.tr

ÖZET İnternet ve sosyal ağların yaşamın her alanına yayılmasıyla birlikte, insan hayatıyla ilişkili ne varsa siberalanda da bir tezahüre sahip olmaya başlamıştır. Fiziksel varlıktan ve sınırlardan muaf bir "yer" olarak siberalan, elbette insan ilişkileri ve kişilerarası iletişimi de bünyesinde barındırmaktadır. Bazı ruhsal bozukluklar siberalandaki görüntüleri itibariyle yeni kavramlar ve yaklaşımlarla yeniden tanımlanmaktayken bazı yeni kavramsallaştırmalar bütünüyle internetin sınırsız doğası temel alınarak oluşturulmuştur. Bu çalışmanın amacı da siberalanda tarif edilen bu bozukluklarla geleneksel bozukluklar arasındaki farkları ortaya çıkarmak, siber psikoloji alanında konuya dair kavramların altını çizmektir. Bu bağlamda öncelikle DSM-5'te tanımlandığı şekli ile ruhsal bozuklukların her bir kategorisi siberalandaki izdüşümü ve teknolojik gelişmelerle psikopatolojilerin etkileşimi bakımından incelenecektir. Obsesyon, kompulsiyon, narsisizm, anksiyete, dissosiyasyon gibi daha ziyade klinikte karşılaşılan tabloların çevrimiçi tezahürleri bu çalışmanın ilk kısmını oluşturmaktadır. Çalışmanın ikinci aşamasında teknolojik gelişmelerle birlikte literatüre girmeye başlayan "yeni psikopatolojiler" gözden geçirilecek, başta klinik ve adlî psikoloji alanları olmak üzere ruh sağlığı alanlarında çalışan uzmanların dikkatle yaklaşması gerektiği düşünülen noktaların altı çizilecektir. Siber psikoloji literatürüne yakın zamanda dâhil olmaya başlayan siber intiharlar, çevrimiçi intihar sözleşmeleri, bilgisayar fobisi, teknostres gibi görece yeni kavramların tanımlarının yapılması, kuramsal dinamiklerinin açıklanması ve gelişmekte olan bu alanda adı geçen kavramlara dair araştırmaların bulgularının siber alan ve kültür etkileşimi çerçevesine yorumlanması amaçlanmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Siber psikoloji; siber psikopatoloji; siber intihar; teknostres; bilgisayar fobisi

ABSTRACT In the light of the expansion of the Internet and social networks in every aspect of life, each component of human life has started to have a manifestation in cyberspace. Cyberspace, as a "place" free of physical existence and limitations, certainly embodies human relationships and interpersonal communication within itself. Some mental disorders have been redefined according to their manifestations in cyberspace with new notions and approaches, meanwhile some other conceptualizations have been generated based on the limitless nature of the Internet as a whole. It is aimed to illuminate the differences between such disorders described in cyberspace and their traditional equivalents as well as underlining the concepts on the issue in the field of cyber psychology. In this regard, each category of mental disorders as defined in the DSM-5 will be scrutinized in respect to their projection in cyberspace and the interaction between technological developments and psychopathologies. Online manifestations of some certain concepts that are typically observed in clinical environments, such as obsession, compulsion, narcissism, anxiety and dissociation compose the first part of the study. In the following part, the "new psychopathologies" that begin to take part in the literature in the light of technological developments will be examined; and the points that are considered to be in need of being handled very carefully by mental health professionals especially in the areas of clinical and forensic psychology will be underlined. It is aimed to define the relatively "new" concepts commencing to be included in the cyberpsychology literature, such as cybersuicides, online suicide pacts, computer phobia and technostress; to explain their theoretical dynamics and to interpret the findings of researches in this developing area on the aforementioned notions within the frame of the interaction between the cyberspace and culture.

Keywords: Cyberpsychology; cyber psychopathology; cybersuicide; technostress; computer phobia

KAYNAK GÖSTERMEK İÇİN:
Erdoğan B, Öztürk E. Siber psikopatolojiler. Öztürk E, editör. Siber Psikoloji. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2020. p.25-32.

"Psikopatoloji" terimi, sıklığı ve şiddeti değişkenlik göstermekle birlikte, duygu, düşünce ve davranış boyutlarında gözlenen bozulmaları, bunların kökenlerini, gelişimsel özelliklerini ve belirtilerini tarif ediyor olsa da literatürde tam ola-

rak hangi faktörlerin bu terime (veya aynı şekilde "anormallik" ya da "ruhsal bozukluk" kavramlarına) dâhil edileceğine dair ortaklaşa bir karara varılmış değildir.[1] Ruh sağlığı uzmanları tarafından sıklıkla dile getirilen faktörler maladaptasyon, normalden sapma, işlevsellik kaybı ve irrasyonel düşünceler olarak karşımıza çıkmaktadır.[2] Buradan hareketle psikopatoloji kavramının akademik çalışmaları, klinik gözlemlerle deneyimleri ve gözlenen belirtilerin toplumsal hayattaki dışavurumlarını kapsayan çok boyutlu bir bütüne gönderme yaptığını söylemek mümkündür. Bu bileşenlerden akademik yazın çeşitli risk gruplarının saptanması ve önleyici çalışmaların yürütülmesini mümkün kılmakta, klinik gözlem ve uygulamalar ise sağaltımda, bozuklukların belirtilerinin saptanmasında ve sınıflandırılmasında önemli bir rol oynamaktadır.

Psikopatoloji-toplum etkileşimi noktasında ise kaçınılmaz bir etmen olarak kültür yer almaktadır. Kültür, bireylerin her türlü semptomu nasıl dışa vurduğunu, psikolojik stresörlerle nasıl başa çıktıklarını ve tedaviye başvurma olasılıklarını etkileyen önemli bir unsurdur.[3] Çeşitli araştırmalarda kültür ve psikopatolojinin iç içe olduğu; ruh sağlığı alanında kültürün rolünü kavramanın doğru ve bütüncül bir tanı ve tedavi uygulanması hususunda hayatî önem taşıdığı ifade edilmektedir.[4] Öyle ki DSM-IV'te "Kültüre Bağlı Sendromlar" başlığı altında amok, koro ve shin-byung gibi belli coğrafyalara özgü 25 farklı sendrom tanımlanmıştır.[5] Oysa 20. yüzyılın sonlarından itibaren kişiler ve kültürler arası etkileşimin coğrafî koşullarla sınırlanmasının mümkün olmadığı bir sosyal düzen içerisine girdiğimizi söylemek mümkündür. Dahası, bu sosyal düzen zamansal ve mekânsal sınırlardan da bağımsızdır.

TANIMLANMIŞ PSİKOPATOLOJİLERİN SİBERALANDAKİ İZDÜŞÜMLERİ

Otizm kapsamında bozukluk, dikkat eksikliği/hiperaktivite bozukluğu (DEHB), dil bozukluğu ve özgül öğrenme bozukluğu gibi klinik tabloları içeren *nörogelişimsel bozukluklar* başlığı altında özellikle çocuk ve ergenlerin insan-bilgisayar iletişimindeki deneyimleri çalışmalara konu olmuştur. Swettenham, otizm spektrum bozukluğu olan çocukların özellikle bilgisayarlara yöneliyor olmalarının üç temel sebebini bilgisayarların sosyal bir iletişim gerektirmiyor oluşu, sabit ve öngörülebilir olmaları ile eylemin temposunu ve gidişatını bizzat çocuğun kendisinin belirleyebilmesi olarak açıklamıştır.[6] Video oyunları, otizm spektrum bozukluğuna sahip bireylerin gösterdiği obsesif özellikli ilgi alanlarının arasında gösterilmektedir.[7] DEHB'ye sahip çocukların video oyunlarına yönelmelerinin başlıca sebeplerinden biri, bu çocukların gereksinim duyduğu yoğun ve hızlı uyaranları bu tarz multimedya araçlarında bulabiliyor olmalarıdır.[8] Dil bozukluğu olan çocuklarla normal gelişim gösteren çocuklar arasında çevrimiçi oyun oynama davranışı arasında anlamlı bir fark bulunmazken dil bozukluğuna sahip grubun çevrimdışı oyunları daha çok tercih ettikleri sonucuna ulaşılmıştır. Durkin, Boyle, Hunter ve Conti-Ramsden bu durumu çevrimdışı oyunlarda talimatları okuyup değerlendirme süresi bakımından zaman kısıtlamasının daha az olması ile açıklamıştır.[9] Araştırmalar nörogelişimsel bozukluklara sahip çocuk, ergen ve (özellikle de genç) yetişkinlerin siberalandaki etkinliklerini duyusal uyarım, dopamin ödül sistemi, bilişsel işlevler ve toplumsal ilişkiler gibi değişkenler üzerinden ele almaktadır.[10]

Şizotipal kişilik bozukluğu, hezeyanlı bozukluk, şizofreniform ve şizoaffektif bozukluk ile şizofreni gibi *şizofreni açılımı kapsamında ve psikozla giden bozukluklara* sahip bireylerin teknolojik aletleri kullanarak siberalana girme oranları düşük olabilse de, araştırmalar internet erişimine ve sosyal medya hesaplarına sahip psikotik hastaların özellikle de paranoid düşünceler ekseninde internette aşırı zaman geçirme, riskli temaslara geçme ve siberalanda hastalıklarla ilgili mevcut yoğun bilgileri işlemleyememe gibi risklere maruz kaldıklarını göstermektedir.[11]

Bipolar ve ilişkili bozukluklara sahip kimselerle patolojik olmayan popülasyonun internet kullanım sıklığı, video oyunları oynama davranışları ve siberalana dâhil olma oranları arasında herhangi bir fark gözlenmezken bu bozukluğa sahip bireylerin siberalan kullanımı ile ilgili (sosyal medya uygulamalarındaki yakın etkileşimlerin oranı, internet deneyimi ve bu uygulamalara dair terimlerin bilinmesi gibi) değişkenler ile sosyal medya hesaplarındaki arkadaş sayısı ve gerçek dünyada yaşam boyu öngörülen sosyal ağ sayısı bakımından anlamlı derecede daha düşük sonuçlar elde ettikleri gözlenmiştir.[12]

Araştırmalar internet kullanımı ve siberalana girişin majör depresyon, distimi, premenstrüel disfori gibi bozuklukları kapsayan *depresyon bozuklukları* kategorisi için olası sonuçlarını, temelde iletişim ve sosyal ilişkilerin pekişmesinin çok farklı şekillerde mümkün kılınması ile sosyal izolasyonun yanı sıra başta depresyon olmak üzere pek çok ruhsal bozukluğun gözlenmesi olmak üzere iki farklı şekilde öngörmektedir.[13] Depresif hastalarda internet bağımlılığı oranı ve siberalanda geçirilen ortalama zamanın genel popülasyona göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.[14] Sosyal ilişkilerin siberalana taşınması ile birlikte klinik depresyon belirtilerinin sosyal medya hesapları ve paylaşım siteleri kanallarında görünürlüğü artmıştır; özellikle çocuk ve ergenlerin internet üzerinde maruz kaldıkları

siber zorbalık sonucunda depresyon geliştirme risklerinin çok daha yüksek olduğu gözlenmektedir.[15]

Özgül fobi, sosyal fobi, panik bozukluğu, yaygın anksiyete bozukluğu gibi farklı klinik tabloları içinde barındıran *anksiyete bozuklukları* da tıpkı depresyon bozuklukları gibi sosyal ilişkilerin ve gündelik yaşam uğraşlarının siberalana taşınmasıyla farklı biçimlere kavuşmaya başlamıştır. Haftalık sosyal medya kullanım saati ve hesaba sahip olunan farklı sosyal medya platformlarının sayısının kaygı ile istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyona sahip olduğunu gösteren araştırmalar mevcuttur; ancak bu noktada altı çizilen noktada siberalanda kurulan ilişkilerin niteliği olmuştur. Olumlu etkileşim, sosyal destek ve sosyal ilişkilerin sürdürülmesi daha düşük depresyon ve kaygı düzeylerinin ölçülmesine sebep olurken olumsuz etkileşimler kaygı düzeyinin artmasıyla sonuçlanmaktadır.[16] Siberalana gün be gün katılan yeni terim, kavram ve olgular birtakım yeni fobi ve kaygı biçimlerinin tanımlanması sonucunu doğurmuştur.

Obsesif-kompulsif bozukluk (OKB), beden dismorfik bozukluğu, biriktiricilik bozukluğu gibi farklı bozuklukları içeren *OKB ve ilişkili bozukluklar* siberalanda sırasıyla sosyal medya hesaplarının, cep telefonlarının, paylaşımlara gelen yorum ve beğeni sayılarının, bu yorum ve beğenilerin kaynağı olan kullanıcıların, gelen kutularının ve genel olarak tüm paylaşımların takıntılı-zorlantılı biçimde tekrar tekrar kontrol edilmesi; başka kullanıcılara ait görseller nedeniyle bireylerin kendi bedenlerine yönelik olumsuz algılara kapılmaları ve gereksiz belgelerin, indirmelerin ve kayıtların tutulması şeklinde tezahür edebilmektedir.[17] Siberalanda yer alan OKB'li kullanıcılar bilgisayarlarını tekrar tekrar yeniden başlatabilmekte, dosyalarını ve uygulamalarını kapattıklarından emin olmak için tekrarlı eylemlerde bulunabilmekte, siberalanda belgelerini tüm versiyon ve formatlarda kayıt altına alabilmektedir.

Başta travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) olmak üzere, DSM-5'te tanımlanan *travma ve stresörle ilişkili bozukluklar* ile problematik internet kullanımı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur.[18] Özellikle de travmatik bir yaşantı deneyimleyen ya da böylesi bir yaşantıya tanık olan bireylerde problematik İnternet kullanımının, TSSB gelişmesi riski açısından, stresörle başa çıkmada pasif bir mekanizma olarak dikkatle ele alınması gereken bir unsur olduğu vurgulanmaktadır.[19] Travmatik yaşantılar söz konusu olduğunda özen gösterilmesi gereken diğer bir nokta da siberalandaki bütün kullanıcıların erişimine açık, şiddet içerikli görsel ve yazılı kaynakların varlığıdır.

Farklı platformlarda farklı kullanıcı hesaplarının ve kimliklerin oluşumuna olanak sağlayan siberalan, dissosiyatif kimlik bozukluğu, depersonalizasyon ve derealizasyon bozuklukları gibi dissosiyatif bozukluklar açısından da yeni ve kapsamlı bir araştırma alanıdır. Teknolojik gelişmelerin ışığında bireylerin yaşamlarını farklı segmentlere ayırıp bölmek son derece olası, hatta sık rastlanır bir durum hâline gelmiştir. Günümüzde pek çok kimsenin farklı e-posta ve sosyal medya hesaplarına, birden fazla cep telefonu numarasına ve çevrimiçi oyunlarda değişik karakterlere sahip olduğunu söylemek mümkündür. Teknoloji, farklı kimliklerle farklı hayatların yaşanabilmesini görece daha kolay bir hâle getirmiştir. Dissosiyatif bozukluk vakaları kendilerini travmatize eden kişi, olay ya da sistemler karşısında kendi kimliklerini korumak üzere, kendilerinin küçük suretlerine dönüşebilmektedir. Üretilen bu suretler zaman içinde başta "ev sahibi", "düşman (persekütör)", "çocuk" ve "güçlü kadın" olmak üzere birbirinden bağımsız farklı özellik ve cinsiyette çok sayıda alter kişiliği oluşturmaktadır.[20] İnternet bağımlılığı, çocukluk çağı travmaları ve dissosiyasyon ile yakından ilişkili olan siber mağduriyet ve siber zorbalık beraberinde "siber alter kişilik" kullanmayı da getirebilmektedir. Öncelikle bir savunma ya da telafi olarak kullanılan siber alter kişilik bir zaman sonra bireyi etkisi altına almaya başlayabilmektedir. Bireyler sosyal medya platformlarında pek çok farklı sebeple, bilinçli, yarı bilinçli olarak ya da farkında olmadan yarattıkları siber alter kişiliklerin etkisi veya kontrolü altına girerek adeta bir kişilik bölünmesi (dissosiyasyon) yaşayabilmektedir. Sosyal medya araçlarının yaygınlaşması ve gündelik yaşama nüfuz etmesinin, siberalandaki kullanıcılar arasında azımsanamayacak kadar büyük bir oranın "siber dissosiyasyon" geliştirmesi ve "siber alter kişilikler" geliştirmesi ile sonuçlandığı düşünülmektedir.[21] Dissosiyatif bozuklukların etiyolojisi göz önünde bulundurulduğunda siberalanda böyle davranışlar sergileyen kullanıcılar hususunda travmatik yaşantıların, çocukluk çağı travmatik deneyimlerinin, ihmal ve istismar olgularının özenle ele alınması gerekmektedir.

Siberalanda kullanıcıların sağlık sorunları ile ilgili araştırma yapma davranışları ile başta hastalık kaygısı bozukluğu olmak üzere *bedensel belirti bozuklukları ve ilişkili bozukluklar* yakından ilişkilendirilebilir tablolardır. Günümüzde çoğu kimse bedensel ya da ruhsal belirtileri ya da olası hastalıkları hakkında internet üzerinden araştırma yapmaktadır. Ancak bir hekim ya da ruh sağlığı uzmanı ile yüz yüze gerçekleştirilen bir muayene veya görüşmeden ziyade siberalanda yürütülen bu araştırmanın hangi seviyede hastalık kaygısı bozukluğu ile açıklanabileceği noktasında, kaygının araştırmalar esnasında ve son-

rasında daha şiddetli hâle gelmesi önemli bir etken olarak karşımıza çıkmaktadır.[22]

Özellikle kaçıngan/kısıtlı yiyecek alımı bozukluğu, anoreksiya nervoza ve bulimiya nervoza olmak üzere *beslenme ve yeme bozuklukları* başlığı altında toplanan bozuklukların sıklık ve şiddetlerinin, siberalandaki sosyal medya platformlarındaki çevrimiçi ilişkilerden; reklam, video ve görsellerdeki "güzellik" temsillerinden ve sosyal bir mukayeseden kaynağını alarak arttığını ifade etmek mümkündür. Meta analiz çalışmalarıyla medya ve olumsuz beden imgesi, zayıflık idealinin içselleştirilmesi ve yeme tutumlarıyla davranışları arasında bir ilişki olduğu bulunmuştur.[23] Araştırmalar, kişilerin beden imgeleri üzerinde aracı rol oynayan en önemli değişkenin bildirdikleri sosyal mukayese olduğunu ortaya koymaktadır.[24] Sosyal medyada ve genel olarak siberalanın bütününde zayıflığın idealleştirilmesinin, özellikle ergenler için yeme bozukluklarına giden, anoreksik ve bulimik davranışlarla kısıtlı yemek alımı davranışlarını tetiklediğini söylemek mümkündür.

Yapılan literatür araştırması sonucunda enkoprezis ve enürezis gibi klinik tabloları kapsayan *dışa atım bozukluklarının* siberalandaki tezahürüne dair herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Literatürde siberalan ve dışa atım bozuklukları etkileşimi üzerine yürütülmüş araştırmaların ortaklaştığı nokta, enkoprezisi olan çocuklarda internet temelli ya da destekli müdahale programlarının etkililik oranının (%70), bu siber müdahale programlarına başvurmayan çocuklarda gözlenen etkililik oranından (%45) daha yüksek olduğudur.[25]

Siberalan ve *uyku-uyanıklık bozuklukları* arasındaki ilişkinin, araştırmalara genellikle uykusuzluk bozukluğu ekseninde konu olduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığının, özellikle de ergenlerde uyku kalitesini düşürdüğü, uyku latansını uzattığı ve uykudan uyandıktan sonra da işlevsellikte bozulmalara yol açtığı bulunmuştur.[26]

Çoğunlukla herhangi bir ücrete ve yaş kısıtlamasına tabi tutulmaksızın, internet üzerinde cinsel içerikli materyallere kolaylıkla rastlamak mümkündür. Bu ulaşılabilirlik ve anonimlik, özellikle ergenler ve yetişkinler arasında çevrimiçi pornografik materyallerin kullanım oranını gün be gün yükseltmektedir.[27] Araştırmalar, DSM-5'te *cinsel işlev bozuklukları* başlığı altında ele alınan cinsel ilgi/istek/uyarılma bozuklukları, erken/geç boşalma, sertleşme bozukluğu gibi klinik tabloların siberalanda en çok problematik internet kullanımı ve pornografi bağımlılığı ile ilişkili olduğunu göstermektedir.[28] Literatürde, internet üzerinden yoğun pornografi kullanımının, özellikle cinsel ilgi, orgazm ve sertleşme bozuklukları ekseninde, cinsel işlev bozukluklarının başlıca sebeplerinden biri olduğunu ifade eden çalışmaların sayısı da gitgide artmaktadır.[29] Cinsel içerikli mesajlaşma ve sanal seks, cinselliğin ve cinsel aktivitelerin, siberalanda pornografi dışında kalan diğer yansımalarıdır. Araştırmalar, ergenlerin sanal iletişimi sıklıkla gerek görsel, gerek yazılı olarak cinsel içerikli paylaşım amacıyla kullandığını göstermektedir.[30] Literatürde sanal seks ve genel yaşamdaki işlevselliği konu alan çalışmalar, siberalandaki cinsel aktivitelerle yoğun zihinsel meşguliyetin kişilerin iyi oluşlarını olumsuz yönde etkileyen önemli faktörlerden biri olduğunu bulmuştur.[31]

Güncel araştırmalar, DSM-5'teki *cinsiyetinden yakınma* tanı kriterlerini karşılayan ve kendilerini transgender olarak tanımlayan yeni bir ergen alt grubunun varlığına işaret etmektedir.[32] Littman, bu ergenlerin doğuştan atanmış cinsiyetlerinin çoğunlukla kadın olduğunu ifade etmekte, bu tabloyu da "hızlı başlangıçlı cinsiyetinden yakınma" olarak adlandırmaktadır. Littman'a göre bu ergenlerin en önemli ortak özelliklerinden biri erken çocukluk döneminde cinsiyetinden yakınma belirtileri göstermemeleri ve çok yoğun internet kullanımıyla diğer transgender ergenlerle bir araya gelmeleridir. Bu ergenlerin ebeveynleri, çocuklarının na-trans arkadaşlarıyla görüşmeyi reddetmekte, kendilerini ailelerinden izole etmekte, cinsiyetlerinden yakınmalarıyla ilgili olarak sadece transgender kaynaklardan gelen bilgilere güvenmekte olduklarını dile getirmekte, aynı zamanda çok yoğun sosyal medya ve internet kullanımı bildirmektedir.[33]

Yıkıcı bozukluklar, dürtü denetimi ve davranım bozuklukları ile sorunlu internet kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde korelasyon tespit eden araştırmalar mevcuttur.[34] Davranım bozukluğu başlığı altında tanımlanan tanı ölçütlerinden insanlara ve hayvanlara karşı saldırganlık, dolandırıcılık ya da hırsızlık, kuralları büyük ölçüde çiğneme gibi davranışların siberalanda hackleme, istenmeyen e-postalar atma, kimlik hırsızlığı ve sahtecilik gibi siber suçlar ya da riskli davranışlar şeklinde gözlenmesi olasıdır.

Madde ile ilişkili bozukluklar siberalanda çoğunlukla yasadışı madde alım-satımı üzerinden seyretmekte iken internet ile ilişkilendirilebilecek *bağımlılık bozuklukları* internet ve oyun bağımlılığı, kumar bağımlılığı, sorunlu pornografi kullanımı ve sanal seks bağımlılığı olarak sayılabilmektedir. Siberalanda tanımlanan psikopatolojiler başlığı altında bu yeni bağımlılık bozuklukları detaylı olarak açıklanacaktır.

Problematik internet kullanımının başta Parkinson hastalığındaki kompulsif kumar oynama, hiperseksüelite, internet bağımlılığı gibi dürtü kontrol bozuklukları olmak

üzere DSM-5'te tanımlanan *nörobilişsel bozuklukların* etkili bir biçimde ve erken evrelerde tespit edilebileceğini gösteren çalışmalar mevcuttur.[35] Nörobilişsel bozuklukların ileri dönemlerde genel olarak teknolojik cihazları, özel olarak da internet ve sosyal medya kullanımını olumsuz etkilediği de literatürdeki bulgularla desteklenmiştir.[17]

Araştırmalar internet bağımlılığı ile *kişilik bozuklukları* arasında yüksek bir korelasyon olduğuna işaret etmektedir.[36] A Kümesi Kişilik Bozuklukları başlığı altında ele alınan paranoid, şizoid ve şizotipal kişilik bozukluklarının sırasıyla internetteki komplo teorileriyle aşırı zihinsel meşguliyet yaşamaları, kendi içlerine kapanarak aile bireylerinden ve sosyal çevrelerinden tamamen uzaklaşarak sadece siberalanda var olan birer karakter hâline gelmeleri, internet üzerindeki fantastik ya da kurmaca metinlerle alınma düşüncelerini, olağana aykırı düşüncelerini, alışılagelmişin dışında inanç veya büyüsel düşünmelerini artırmaları ya da şiddetlendirmeleri mümkündür. B Kümesi Kişilik Bozuklukları arasında ele alınan narsisistik kişilik bozukluğu ile özellikle sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkiyi inceleyen pek çok araştırma mevcuttur.[37] Sosyal medya kullanıcıları kendileriyle ilgili görsel ve bilgileri geniş kitlelerle paylaşıp bu kitlelerden geri bildirim alabilmekte, bunun da narsisistik eğilimlerle ilişkili olduğu düşünülmektedir. İnsanları sömürmek ve isim yapmak gibi narsisistik özelliklerin siber zorbalık ve çevrimiçi saldırganlıkla yakından ilişki içerisinde olduğu bulunmuştur.[38] Borderline kişilik bozukluğu ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların sayısı oldukça azdır. Borderline kişilik yapılanmasında sıklıkla görülen dengesiz kişilerarası ilişkiler sebebiyle internetin sosyal etkileşimi kolaylaştırdığı, ayrıca düşük sosyal beceriler sebebiyle bu kimselerin çevrimiçi etkileşimi tercih ettikleri de araştırmalarla desteklenmektedir.[39]

Gözetlemecilik, göstermecilik, mazoşizm, sadizm, pedofili, fetişizm gibi bozuklukları içinde barındıran *parafili bozuklukları* siberalandaki anonim sitelerde cinsel içerikli mesaj ve görüntü paylaşımı ile pornografi yollarıyla kendisini gösterebilmektedir. Siberalan parafili bozukluklarından herhangi birine sahip kimselerin bu içeriklere ve materyallere kolayca ve anonim olarak ulaşabilmesini sağlamaktadır.[17]

SİBERALANDA TANIMLANAN PSİKOPATOLOJİLER

Literatürde uzun yıllardır kuramsal açıklamalar ve uygulamadaki tablolarla birlikte ele alınan bu bozuklukların yanı sıra siber psikoloji literatüründeki güncel çalışmalara konu olan ve yeni tanımlanan kimi bozukluklar da mevcuttur. Bunlardan en yaygın olarak çalışılan kavramlardan biri *internet bağımlılığı bozukluğu* olarak adlandırılmaktadır. Literatürde problematik, patolojik veya aşırı internet kullanımı olarak da geçen bu bozukluğa dair kavramsallaştırmaların temeli genellikle çevrimiçi alanda geçirilen zamana dayanmaktadır.[40]

Literatürde, siberalana özgü bu bağımlılığın sosyal medya, sanal seks, çevrimiçi kumar, internette alışveriş bağımlılıkları ve (dijital) oyun bağımlılığı gibi farklı biçimleri olduğu tartışılmaktadır. Her bir siber bağımlılığın işlevsellikte düşüş, kişilerarası ilişkilerde bozulma ve depresyon gibi tablolarla karakterize olduğu ve aynı zamanda bu bağımlıların çoğunlukla erkekler olduğu bulgulanmıştır.[40-43]

Siberalanda kullanıcıların sağlık sorunları ile ilgili yoğun araştırma yapma davranışları, hastalık kaygısı bozukluğu ile yakından ilişkilidir. Bu fenomen geleneksel biçiminden daha kapsamlı bir hâle gelerek güncel araştırmalarda *siberkondriyazis* adıyla geçmeye başlamıştır.[44] Sağlık kaygısını yatıştırmak için kişilerin uzun süreler boyunca internet ortamında sağlıkla ilgili bilgileri araştırmaya koyulması siberkondriyazis olarak adlandırılmakta, konuyla ilgili yeni bilgilerin ve kavramların ortaya çıkmasıyla bu kişilerde paradoksal olarak sağlık kaygısının daha da arttığı gözlenmektedir.[40] Siberkondriyazis, günümüzde hâlen hipokondriyak spektrumun bir parçası olarak ele alınmaktadır.

Yukarıda adı geçen tabloların yanı sıra siber psikoloji literatüründe siber intihar (ya da "siber suisid"), teknostres, bilgisayar kaygısı/fobisi gibi yeni bozukluklar ve hem klinik hem de adli psikoloji alanlarında yeni araştırmalara ihtiyaç duyan yeni kavramlardan da söz edilmektedir.[17]

Bunlardan *siber intihar*, intihar davranışıyla birtakım internet sitelerindeki içerikler arasındaki ilişkiye dikkat çekmektedir. Siber intihar kavramı pek çok farklı davranış örüntüsü ve olguyla ilişkilendirilmekle birlikte en yaygın olarak kişilerin çevrimiçi kaynaklarda intihar yöntemlerini araştırmaları, yöntemler hakkında bilgi veren İnternet sitelerinde oluşturdukları ağlar ve intiharlar için gerekli malzemelerin çevrimiçi yollarla alışverişini ifade etmek için kullanılmaktadır.[45] Siber intihar, kişilere intihar yöntemlerini öğreten ve bu davranışları teşvik eden internet sitelerine gönderme yapmakta, zaman zaman *intihar sözleşmeleri* yoluyla eşzamanlı intiharları da kapsamına almaktadır.[46] Rajagopal, intihar sözleşmelerini "iki ya da daha fazla kişi arasında, belirli zaman ve yerde birlikte intihar etmeye dair yapılan anlaşma" olarak tanımlamıştır.[47]

Bu tanımı farklı yerlerde olmakla birlikte çevrimiçi yollarla birbirine bağlı olarak aynı anda intihar etmeye dair söz veren kimselerin davranışını da kapsayacak şekilde genişletmek mümkündür. Naito, Japonya'da gözlenen intihar sözleşmesi vakalarından hareketle bu şekilde intihar eden kimselerin yöntem olarak genellikle karbonmonoksit zehirlenmesini tercih ettiğini, intiharın bir odada ya da arabanın içinde gerçekleştirildiğini, sözleşen intihar grubunun birbirini tanımayan, çoğunlukla iki ya da üç kişiden oluştuğunu ifade etmektedir.[48] Literatürdeki vaka sayısının kısıtlı olması sebebiyle Naito'nun belirttiği özelliklerin popülasyonun tamamına genellenebilirliği şüphelidir. Öte yandan Naito'nun dile getirdiği bir diğer ortak özellik, potansiyel müntehirlerin İnternet üzerinde bir araya gelerek intihar planlarını yapmakta olduklarıdır.[48] İnternet kullanıcılarının, özellikle de bağımlılarının karakteristikleri ve siberalanın yarattığı izolasyon sonucunda görülmesi muhtemel depresyon bozuklukları göz önünde bulundurulduğunda, toplumun geneli için en çok önem arz eden ortak özellik bu çevrimiçi intihar planları gibi görünmektedir. Bu bağlamda intihar yöntemleri hakkında bilgi ve tavsiyeler içeren İnternet sitesi ve forumlar dikkatle ele alınması gereken platformlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Çevrimiçi intihar sözleşmelerinin aktüel sosyal dünyada izole bireyler arasında gözlendiği, çok yaygın olmamakla birlikte Japonya'da prevalansının daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.[45] Geleneksel anlaşmalı intiharların aksine siber intihar sözleşmelerinde taraflar genellikle birbirini tanımayan, ilk defa çevrimiçi kanallarda bir araya gelmiş kimselerdir. Siber intiharın bir diğer yolu da *webcam intiharları* olarak adlandırılabilir. Kişinin kendi intiharını canlı olarak video paylaşım siteleri aracılığıyla geniş bir izleyici kitlesine ulaştırdığı bu olguda kimi zaman bu intihar bir "meydan okumaya" cevaben gerçekleştirilmektedir. İntiharların yanı sıra kendine zarar verme davranışları da canlı video yayınları aracılığıyla çevrimiçi kanallarda pek çok insanla paylaşılmaktadır.[49] Bu kavramsallaştırmaların dışında siber intihar olgusunda kültürün rolü ve geleneksel intihar vakalarıyla farkları daha fazla araştırmaya gereksinim duyan meselelerdir.

Bilgisayar kaygısı veya *fobisi* terimi Howard ve Smith tarafından öne sürülmüş ve bilgisayarlar karşısında aşırı gerilmişlik hâli olarak tanımlanmıştır.[50] Ancak bilgisayar fobisinin örümcek ya da kapalı mekân fobisi gibi doğuştan gelmediği, olumsuz pekiştirme yoluyla sonradan edinildiği düşünülmektedir.[17] Bilgisayar kaygısı/fobisi, kişilerin teknolojik aletler üzerindeki kontrol algısını kaybetmesiyle yakından ilişkilidir. Benzer şekilde Brod da *teknostres* adını verdiği kavramı "yeni bilgisayar teknolojileriyle sağlıklı bir şekilde başa çıkma becerilerindeki yoksunluk sebebiyle ortaya çıkan modern bir uyum bozukluğu" olarak tanımlamıştır.[51] Siber alandaki bilgi akışı aktüel çevrenin hızını çoktan aşmış, kişiler günbegün artan bir ivmeyle elektronik ortamda doğup yayılan bir veri transferiyle yüzleşmek ve başa çıkmak durumunda kalmıştır. Aktüel dünyada yüz yüze gerçekleştirilen sosyal buluşmalarda dahi kişilerin sürekli akıllı telefonlarını kontrol etmesi, kişilerin telefonlarını kapatmaktan sakınması, sosyal medya hesaplarının kontrol edilmesi amacıyla uyku düzeninin ve kalitesinin bozulması gibi durumların teknostres riskini gösterdiği ifade edilmektedir. Literatürde teknostresle ilişkilendirilen fiziksel semptomlar kalp ritmi düzensizliği, hipertansiyon gibi kardiyovasküler bozukluklar, gastrit ve reflü gibi gastrointestinal hastalıklar, baş ağrısı, kronik yorgunluk hâli, terleme ve dermatit gibi deri hastalıkları olarak belirtilmekteyken davranışsal ve bilişsel semptomlar arasında irritabilite, depresyon, cinsel istekte azalma, apati ve yoğun ağlama krizleri sayılmaktadır.[52]

Sonuç olarak günümüzde teknolojik gelişmeler, iletişim araçları vasıtasıyla iletişimin ve insan ilişkilerine dair rutinlerin neredeyse bütünüyle siberalana taşınmasına yol açmıştır. Bu küresel boyuttaki değişimin psikoloji kuram ve uygulamalarına da yansıması kaçınılmazdır. Bu bağlamda doğan ve hâlen gelişme aşamasında olan siber psikoloji alanı, başta klinik psikoloji ve adlî psikoloji alanları olmak üzere tüm psikoloji literatürünü bu değişim doğrultusunda geliştirmeye ve desteklemeye devam etmektedir. Yakın geçmişte ve bugün klinik adli psikoloji uygulamalarında da bu konu, akademik platformda büyük bir ilgi ve önemle ele alınmaktadır. Gün be gün artan teknolojik gelişmelerle uyumlu klasik klinik psikoloji ve klinik adli psikoloji araştırmalarıyla güncel değişimleri harmanlayan multidisipliner araştırmalara hâlâ ihtiyaç duyulmaktadır. Gerek alışılageldik psikopatoloji kuram ve uygulamaları, gerekse ilk kez siberalanda tanımlanan yeni klinik tablolar açısından güncel gelişmeleri psikoloji biliminin kuram ve uygulamalarıyla ayak uyduracak şekilde destekleyen siber klinik ve adlî psikoloji çalışmalarının sayısının artması, sürekli bir değişim hâlindeki dinamiklerin anlaşılması yolunda özellikle bu iki alan açısından büyük önem arz etmektedir.

KAYNAKLAR

1. Rudd B. Introducing psychopathology. Sage. 2013.
2. Bergner RM. What is psychopathology? And so what?. Clinical Psychology: Science and Practice. 2006;4(3):235-48.
3. Eshun S, Gurung AR. Introduction to culture and psychopathology. Culture and Mental Health: Sociocultural Influences, Theory, and Practice. New Jersey: Wiley and Sons. 2009;1-17:7
4. Sam DL, Moreira V. The mutual embeddedness of culture and mental illness. Online readings in psychology and culture. 2002.
5. Saygın MZ, İlhan Alp S. Kültüre Özgü Ruhsal Bozukluklar. Kartal Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Dergisi. 2005;16(2):109-16.
6. Swettenham JG. What's inside someone's head? Conceiving of the mind as a camera helps children with autism acquire an alternative to a theory of mind. Cognitive Neuropsychiatry. 1996;1(1):73-88.
7. Klin A, Danovitch JH, Merz AB, Volkmar FR. Circumscribed interests in higher functioning individuals with autism spectrum disorders: An exploratory study. Research and Practice for Persons with Severe Disabilities. 2007;32(2), 89-100.
8. Luman M, Oosterlaan J, Sergeant JA. The impact of reinforcement contingencies on AD/HD: a review and theoretical appraisal. Clinical psychology Review. 2005;25(2):183-213.
9. Durkin K, Boyle J, Hunter S, Conti-Ramsden G. Video games for children and adolescents with special educational needs. Zeitschrift für Psychologie. 2015.
10. Durkin K. Videogames and young people with developmental disorders. Review of General Psychology. 2010;14(2):122-40.
11. Bonet L, Llacer B, Hernandez M, Arce D, Blanquer I, Cañete C, et al. S249. IS INTERNET HARMFUL FOR PSYCHOTIC PATIENTS?. Schizophrenia Bulletin. 2018;44:S424.
12. Martini T, Czepielewski LS, Fijtman A, Sodré L, Wollenhaupt-Aguiar B, Pereira CS, et al. Bipolar disorder affects behavior and social skills on the internet. PloS One. 2013;8(11), e79673.
13. Mihajlović G, Hinić D, Damjanović A, Gajić T, Đukić-Dejanović S. Excessive internet use and depressive disorders. Psychiatria Danubina. 2008;20(1):5-14.
14. te Wildt BT, Putzig I, Zedler M, Ohlmeier MD. Internetabhängigkeit als ein Symptom depressiver Störungen. Psychiatrische Praxis. 2017;34(S 3):318-22.
15. Ybarra ML, Alexander C, Mitchell KJ. Depressive symptomatology, youth Internet use, and online interactions: A national survey. Journal of adolescent Health. 2005;36(1):9-18.
16. Seabrook EM, Kern ML, Rickard NS. Social networking sites, depression, and anxiety: a systematic review. JMIR mental health. 2016;3(4): e50.
17. Norman KL. Cyberpsychology: An introduction to human-computer interaction. Cambridge university Press. 2017.
18. Tang J, Yu Y, Du Y, Ma Y, Zhang D, Wang J. Prevalence of internet addiction and its association with stressful life events and psychological symptoms among adolescent internet users. Addictive Behaviors. 2014;39(3):744-7.
19. Lee JY, Kim SW, Kang HJ, Kim SY, Bae KY, Kim JM,et al. Relationship between problematic internet use and post-traumatic stress disorder symptoms among students following the Sewol ferry disaster in South Korea. Psychiatry Investigation. 2017;14(6), 871.
20. Şar V, Öztürk E. Functional dissociation of the self: A sociocognitive approach to trauma and dissociation. Journal of Trauma & Dissociation. 2007;8(4):69-89.
21. Öztürk E, Çalıcı C. Modern Toplumda Kimlik, "Siber Dissosiyasyon" ve "Siber Alter": Teorik ve Klinik Bir Yaklaşım. Öztürk E, editör. Ruhsal Travma ve Dissosiyasyon. Ankara: Türkiye Klinikleri. 2018;39-47.
22. Doherty-Torstrick ER, Walton KE, Fallon BA. Cyberchondria: parsing health anxiety from online behavior. Psychosomatics. 2016;57(4), 390-400.
23. Grabe S, Ward LM, Hyde JS. The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. Psychological Bulletin. 2008;134(3):460-76.
24. Tiggemann M, McGill B. The role of social comparison in the effect of magazine advertisements on women's mood and body dissatisfaction. Journal of Social and Clinical Psychology. 2004;23:23-44.
25. Shepard JA, Ritterband L, Thorndike F, Borowitz SM. Elimination disorders. Comprehensive evidence-based interventions for school-aged children and adolescents. 2014;243.
26. Masoudnia E. Internet addiction and risk of sleep disorder among adolescents. J Res Behav Sci. 2012;10(5);350-62.
27. Kohut T, Štulhofer A. Is pornography use a risk for adolescent well-being? An examination of temporal relationships in two independent panel samples. PloS One. 2018;13(8), e0202048.
28. Grubbs JB, Stauner N, Exline JJ, Pargament KI, Lindberg MJ. Perceived addiction to Internet pornography and psychological distress: Examining relationships concurrently and over time. Psychology of Addictive Behaviors. 2015;29(4):1056.
29. Landripet I, Štulhofer A. Is pornography use associated with sexual difficulties and dysfunctions among younger heterosexual men?. The journal of sexual Medicine. 2015;12(5):1136-9.
30. Beyens I, Eggermont S. Prevalence and predictors of text-based and visually explicit cybersex among adolescents. Young. 2014; 22(1):43-65.
31. Swanepoel T. Cybersex and Addiction: A Quantitative Examination of the Use of Mxit Among Adolescents in South Africa. South Africa: UCT. 2011.
32. Zucker KJ. Epidemiology of gender dysphoria and transgender identity. Sexual health. 2017;14(5):404-11.
33. Littman L. Correction: Parent reports of adolescents and young adults perceived to show signs of a rapid onset of gender dysphoria. PloS one. 2019;14(3):e0214157.
34. Vural P, Uncu Y, Kılıç EZ. Relationship between symptoms of disruptive behavior disorders and unsafe internet usage in early adolescence. Nöropsikiyatri Arşivi. 2016;52(3), 240.
35. Kovács M, Makkos A, Pintér D, Juhász A, Darnai G, Karádi K, ... Kovács N. Screening for problematic Internet use may help identify impulse control disorders in Parkinson's disease. Behavioural Neurology. 2019.
36. Zadra S, Bischof G, Besser B, Bischof A, Meyer C, John U, Rumpf HJ. The association between Internet addiction and personality disorders in a general population-based sample. Journal of Behavioral Addictions. 2016;5(4):691-9.
37. Gnambs T, Appel M. Narcissism and social networking behavior: A meta-analysis. Journal of Personality. 2018;86(2):200-12.
38. Leung L, Zhang R. Narcissism and social media use by children and adolescents. New York: Springer. 2017.
39. Caplan SE. Preference for online social interaction: A theory of problematic Internet use and psychosocial well-being. Communication research. 2003;30(6):625-48.
40. Volpe U, Dell'Osso B, Fiorillo A, Mucic D, Aboujaoude E. Internet-related psychopathology: clinical phenotypes and perspectives in an evolving field. J. Psychopathol. 2015;21(4): 406-14.
41. Hou Y, Xiong D, Jiang T, Song L, Wang Q. Social media addiction: Its impact, mediation, and intervention. Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace. 2019;13(1).

42. Giordano AL, Cashwell CS. Cybersex addiction among college students: A prevalence study. Sexual Addiction & Compulsivity. 2017;24(1-2):47-57.
43. Kneer J, Rieger D, Ivory JD, Ferguson C. Awareness of risk factors for digital game addiction: interviewing players and counselors. International Journal of Mental Health and Addiction. 2014;12(5):585-99.
44. Ivanova E. Internet addiction and cyberchondria-their relationship with well-being. The Journal of Education, Culture, and Society. 2013;(1):57-70.
45. Starcevic V, Aboujaoude E. Cyberchondria, cyberbullying, cybersuicide, cybersex:"new" psychopathologies for the 21st century?. World Psychiatry. 2015;14(1):97-100.
46. Harris KM, McLean JP, Sheffield J. Examining suicide-risk individuals who go online for suicide-related purposes. Archives of Suicide Research. 2009;13(3):264-76.
47. Rajagopal S. Suicide pacts and the internet. British Medical Journal. 2004;329:1298-9.
48. Naito A. Internet suicide in Japan: implications for child and adolescent mental health. J Child Psychol Psychiatry. 2007;12:583-97.
49. Intahchomphoo C. Social Media and youth Suicide: a Systematic Review. ECIS. 2018; 13.
50. Howard GS, Smith RD. Computer anxiety in management: Myth or reality?. Communications of the ACM. 1986;29(7):611-5.
51. Brod C. Technostress: The human cost of the computer revolution Reading, MA: Addison-Wesley. 1984;13:242
52. Chiappetta M. The Technostress: definition, symptoms and risk prevention. Senses and Sciences. 2017;4(1).