



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI,
PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI, YALNIZLIK VE
ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tuğba AK

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Alptekin ÇETİN

İSTANBUL – 2020

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL GÖRÜNÜŞ
KAYGISI, PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI, YALNIZLIK
VE ÇOCUKLUK ÇAĞI TRAVMALARI ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Tuğba AK

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Alptekin ÇETİN

İSTANBUL – 2020

Yemin Metni

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Görünüş Kaygısı, Problemlİ İnternet Kullanımı, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tuğba AK

Tarih/..../.....

ÖNSÖZ

Çalışma konusunun belirlenmesinde ve çalışmanın hazırlanma sürecinin her aşamasında bilgilerini, tecrübelerini ve değerli zamanlarını esirgemeyerek bana her fırsatta yardımcı olan; güler yüzünü ve samimiyetini benden esirgemeyen değerli tez danışmanı hocam Dr. Öğr. Üyesi Alptekin Çetin'e teşekkürü bir borç bilirim. Ayrıca benden hiçbir zaman desteğini esirgemeyen bu hayattaki en büyük şansım olan aileme sonsuz teşekkürler.

Tuğba AK
İstanbul, 2020

(AK, Tuğba, Yüksek Lisans, İstanbul, 2020)

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI,
PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI, YALNIZLIK VE ÇOCUKLUK
ÇAĞI TRAVMALARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

ÖZET

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı, problemlili internet kullanımı, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma için 149 üniversite öğrencisiyle anket çalışması yürütülmüştür. Sosyodemografik Form, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği – Kısa formu ve Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği uygulanmıştır.

Katılımcıların anketlere vermiş oldukları yanıtların girişleri IBM SPSS 23.0 (Statistics for Social Sciences) yazılımına girilmiş ve istatistiksel veri analiz yöntemleri uygulanmıştır. Analiz yöntemleri olarak, betimleyici istatistikler ve grup karşılaştırma analizleri yapılmıştır. Demografik değişkenler bakımından üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı, problemlili internet kullanımı, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları boyutlarının farklılaşma düzeylerinin incelenmesinde, ikili grup içeren demografik değişkenlerin karşılaştırılmasında, grupların dağılımı gözetilerek, Mann Whitney U testi uygulanmıştır. İki'den fazla grup içeren demografik değişkenler bakımından üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı, problemlili internet kullanımı ve çocukluk çağı travmaları alt boyutlarının farklılaşma düzeylerinin incelenmesi amacıyla Tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Araştırma değişkenlerinin doğrusallığını incelemek amacıyla Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analizlerde anlamlılık değeri 0,05 düzeyinde alınmıştır.

Çalışmada elde edilen bulgulara göre, problemlili internet kullanımı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasında pozitif ilişki saptanmıştır. Ayrıca, olumsuz değerlendirilme korkusu ve yalnızlığın çocukluk çağı travmaları altboyutu ile korelasyonu saptanmıştır. Ayrıca, alkol ve sigara kullanımı, psikolojik rahatsızlık ve internette geçirilen süre değişkenleri bakımından araştırma değişkenlerinin puan ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Araştırmada elde edilen sonuçların, problemlili internet kullanımı ve olumsuz değerlendirilme korkusu ile ilişkili psikolojik ve risk faktörlerinin değerlendirilmesi amacıyla güncel veriler sunduğu ve elde edilen bulgulardan yola çıkarak, farklı örneklem gruplarıyla araştırmanın tekrar edilebileceği düşünülmektedir. Üniversite öğrencilerinde problemlili internet kullanımı ile ilişkili psikolojik faktörlerin değerlendirilmesi ve bulguların ışığında uygun ve destekleyici eğitim müdahale yaklaşımlarının geliştirilebileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Çocukluk Çağı Travmaları, Problemlili İnternet Kullanımı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Yalnızlık

(AK, Tuğba, Master's Degree, Istanbul, 2020)

THE EXAMINATION OF RELATIONSHIP AMONG UNIVERSITY STUDENTS' SOCIAL APPEARANCE ANXIETY, LONELINESS, CHILDHOOD TRAUMAS, AND PROBLEMATIC INTERNET USE

ABSTRACT

In this study, the relationship between social appearance anxiety, problematic internet use, loneliness and childhood traumas in university students was investigated. A questionnaire study was conducted with 149 university students. Sociodemographic Form, UCLA Loneliness Scale, Young Internet Addiction Scale, Fear of Negative Evaluation Scale - Short form and Childhood Trauma Scale were applied.

The participants' responses to the questionnaires were entered into IBM SPSS 23.0 (Statistics for Social Sciences) software and statistical data analysis methods were applied. Descriptive statistics and group comparison analyzes were used as analysis methods. In terms of demographic variables, social appearance-related anxiety, problematic internet use, loneliness and childhood trauma dimensions of university students were compared, and demographic variables including paired groups were compared using Mann Whitney U test. One-way analysis of variance (ANOVA) was used to investigate the differentiation levels of social appearance-related anxiety, problematic internet use and childhood traumas sub-dimensions of university students in terms of demographic variables involving more than two groups. Pearson Correlation analysis was performed to investigate the linearity of the study variables. Significance value was taken as 0.05 in the analyzes.

According to the findings, a positive relationship was found between problematic internet use and social appearance-related anxiety. In addition, fear of social appearance-related anxiety and loneliness were correlated with childhood trauma subscales. In addition, it was seen that the mean scores of the study variables differ significantly in terms of alcohol and cigarette smoking, presence of a psychological disorder, and time spent on the internet. It is thought that the results obtained in the study provide up-to-date data in order to evaluate the psychological and risk factors associated with problematic internet use and fear of negative evaluation and based on the findings, it is considered that the study can be repeated with different sample groups. It is thought that appropriate and supportive educational intervention approaches can be developed in the light of the findings and evaluation of psychological factors related to problematic internet use in university students.

Keywords: Childhood Traumas, Loneliness, Problematic Internet Use, Social Appearance Anxiety

İÇİNDEKİLER

| | |
|--|------|
| YEMİN METNİ..... | i |
| ÖNSÖZ | iii |
| ÖZET..... | iii |
| ABSTRACT | iv |
| İÇİNDEKİLER | v |
| TABLolar LİSTESİ | viii |
| KISALTMALAR | x |
| BÖLÜM I..... | 1 |
| GİRİŞ | 1 |
| 1.1. Problem Tanımı | 1 |
| 1.2. Araştırmanın Amacı..... | 2 |
| 1.3. Araştırmanın Önemi | 3 |
| 1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları..... | 3 |
| 1.5. Araştırmanın Sayıltıları..... | 3 |
| 1.6. Araştırma Soru ve Hipotezleri | 4 |
| 1.7. Tanımlar..... | 5 |
| BÖLÜM II..... | 7 |
| GENEL BİLGİLER | 7 |
| 2.1 İnternet Bağımlılığı Tanımı | 7 |
| 2.1.1. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri | 9 |
| 2.1.2. İnternet Bağımlılığının Etiyolojisi | 10 |
| 2.1.3. İnternet Bağımlılığı ve Psikopatoloji | 11 |
| 2.2. Sosyal Anksiyete..... | 13 |
| 2.2.1. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu | 14 |

| | |
|---|----|
| 2.4. Yalnızlık Tanımı | 16 |
| 2.5. Çocukluk Çağı Travmaları..... | 17 |
| BÖLÜM III | 19 |
| YÖNTEM..... | 19 |
| 3.1. Evren ve Örneklem | 19 |
| 3.2. Veri Toplama Araçları | 19 |
| 3.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu | 20 |
| 3.2.2. UCLA Yalnızlık Ölçeği..... | 20 |
| 3.2.3. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği | 20 |
| 3.2.4. Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği..... | 22 |
| 3.2.5. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği – Kısa Formu (ODKÖ) 22 | |
| 3.3. Veri Analizi..... | 23 |
| BÖLÜM IV | 24 |
| BULGULAR..... | 24 |
| 4.1. Katılımcıların Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri..... | 24 |
| 4.3. Erişkinlerde İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Demografik Değişkenlerle Karşılaştırılması | 26 |
| 4.3. Katılımcıların İnternet Kullanımı, Yalnızlık, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Çocukluk Çağı Travmaları Boyutları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi | 37 |
| BÖLÜM V | 39 |
| TARTIŞMA | 39 |
| 5.2. Araştırmanın Sınırlılıkları | 44 |
| 5.3. Yeni Çalışmalar için Öneriler | 45 |
| BÖLÜM VI..... | 46 |
| SONUÇ..... | 46 |

| | |
|---|----|
| KAYNAKÇA..... | 47 |
| EKLER..... | 52 |
| EK-1. Sosyo-demografik Bilgi Formu..... | 52 |
| EK-2. UCLA Yalnızlık Ölçeği..... | 55 |
| EK-3. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği..... | 57 |
| EK-4. Young Internet Bağımlılığı Ölçeği..... | 59 |
| EK-5. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği – Kısa Formu (ODKÖ)..... | 60 |
| ÖZGEÇMİŞ | 62 |



TABLolar LİSTESİ

| | |
|---|----|
| Tablo 1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri..... | 24 |
| Tablo 2. İnternet Kullanımına İlişkin Değişkenler | 26 |
| Tablo 3. Cinsiyet Değişkeni Bakımından Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Mann Whitney U Testi | 27 |
| Tablo 4. Psikolojik Rahatsızlık Değişkeni Bakımından Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Mann Whitney U Testi | 28 |
| Tablo 5. Kronik Rahatsızlık Değişkeni Bakımından Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Mann Whitney U Testi | 29 |
| Tablo 6. Alkol Kullanımı Değişkeni Bakımından Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi | 30 |
| Tablo 7. Sigara Kullanımı Değişkeni Bakımından Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Mann Whitney U Testi | 31 |
| Tablo 8. Gelir Düzeyi Değişkeni Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Mann Whitney U Testi | 31 |
| Tablo 9. Yaşanılan Yer Değişkeni Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Mann Whitney U testi..... | 32 |
| Tablo 10. Birlikte Yaşanan Kişiler Değişkeni Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutlarının Mann Whitney U Testi | 33 |
| Tablo 11. İnternette Geçirilen Süre Değişkeni Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puan Ortalamaları ve Standart Sapma Değerleri | 34 |

| | |
|--|----|
| Tablo 12. İnternette Geçirilen Süre Değişkeni Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Tek Yönlü Varyans Analizi | 35 |
| Tablo 13. İnterneti Kullanım Amacı Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Mann Whitney U Testi | 36 |
| Tablo 14. Katılımcıların Problemlı İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutlarının Korelasyon Analizi | 38 |



KISALTMALAR

ÇÇTÖ: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

DSM: Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders

YİBÖ: Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği



BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1.Problem Tanımı

İnsanlık tarihi boyunca dış görünüş sosyal hayatta önemli bir yer tutmaktadır. Farklı toplumlarda farklı dış görünüşlerin onaylanması söz konusuysen, birçok kişi için toplumda kabul edilebilir dış görünüşe kavuşmak oldukça önemlidir (Yüceant, 2013). Günümüzde, bireylerin sosyal medya gibi yeni medya aracı sayesinde daha fazla göz önünde olabildiği göz önünde bulundurulduğunda, dış görüşüne atfedilen değer ve önemin arttığı görülmektedir. Toplumun benimsediği ideal beden ölçülerine ilişkin çıkarımlar, kişilerin o ideali karşılamaya yönelik davranmasına yol açmaktadır (Yaman ve ark, 2008). Bununla birlikte, toplumun benimsediği ideal kadın bedeni zayıf olmaktadır erkekler için kaslı olması yönündedir. Bu genel görüş neticesinde kişiler kendi bedenlerine yönelik olumlu ya da olumsuz yargılara sahip olabilmektedirler (Mülazımoğlu ve ark, 2002).

Toplumsal standartlara göre belirlenen beden ölçülerine göre bedenlerine yönelik duygu ve düşüncelere sahip olan bireyler için farklı anlamların ortaya çıkması söz konusudur. İdeal beden algısından farklı beden algısına sahip olan bireyler için olumsuz değerlendirmeler ve düşük benlik saygısı veya özgüven söz konusu olabileceken, bedenine yönelik olumlu duygulara sahip olan bireyler için kendine güven söz konusudur ve aynı şekilde başkaları tarafından olumlu görüşlerle değerlendirileceklerini düşünmektedirler (Mülazımoğlu ve ark, 2002).

Solomon ve meslektaşları (2001), toplumun değişimi ile birlikte fiziksel görünüme ilişkin standartlar değişmekte ve daha fazla önem kazanmaktadır. Örneğin, kadınların zayıf olması veya erkeklerin kaslı olması fiziksel çekiciliğe bir gönderme niteliğindedir. Bu durum, dış görünümün cinsiyete bağlı farklılıklarını göstermektedir (Akt. Alemdağ, 2013). Bu görüş doğrultusunda, bedenini olumlu bir biçimde algılayan ve dış görünüşünden hoşlanan bireylerin kendine güveni daha sağlıklı düzeyde

olabilmekte ve psikososyal işlevselliği daha iyi düzeyde olabilmektedir. Fiziksel görünümün bu açıdan bireyler için önemi oldukça fazladır.

Dış görünüşün toplumsal yaşamdaki tezahürü eğer olumsuzsa kişilerin kendilerine yönelik içsel değerlendirmelerini ve bilişsel süreçlerini etkilemektedir. Bu durumun iki yönlü bir işleyiş olduğu bilinmekle birlikte, benlik saygısı yüksek olan bireylerin kendisini olumlu değerlendirdiği ve dışardan gelen olumlu değerlendirmelerin de benlik saygısına etki ettiği düşünülmektedir (Solomon ve ark, 2001).

Kişilerin dış görünüşlerine yönelik başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmeye ilişkin kaygılarını besleyen çevresel ve risk faktörünün sanal ortam olduğu düşünülmektedir. İnternet ortamında etkileşim içerisinde olan bireyler için iletişim ve diğer insanların hayatlarına ilişkin bilgi edinmek çok daha kolay hale gelmiştir. Böylelikle, kişiler kendilerini diğer insanlarla daha kolay bir biçimde kıyaslamaya başlamışlardır. Bu durum, kişilerin sanal ortamda yansıttıkları kimliğin diğer insanlar tarafından kabul edilebilir düzeyde olmasına yönelik tutumlarla devam etmektedir. Özellikle sosyal medya ve İnterneti çoğunlukla iletişim amaçlı kullanan bireyler için kıyaslama ve rekabet içeren davranışların daha fazla olabileceği düşünülmektedir. Kişilerin kendilerine ilişkin algılarının özellikle sanal ortam nezdinde bu kadar önemli olmasının arkasında farklı psikososyal unsurların etkisi olabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmada, kişilerin problemleri internet kullanımı ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki ilişkiye ek olarak psikososyal ve psikopatolojik değişkenler olarak yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları araştırmada ele alınmıştır.

1.2.Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı yalnızlık, çocukluk çağı travmaları ve problemleri internet kullanımı arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

1.3.Araştırmanın Önemi

Sosyal görünüşünden rahatsızlık duygusunun yalnızlığı teşvik edebileceği söylenebilir. Sosyal görünüş kaygısı, benlik saygısı ve yalnızlığın birbiriyle nasıl bir ilişki ve etkileşim içinde olduğu önemlidir. Yalnızlık bireyin kendini gerçekleştirmesine hizmet eden bir içeriğe de sahiptir. Kişilerin bu anlamda kısıtlılığının olmasının yalnızlığı arttırabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, diğer eşlik edebilecek durumların kişilerin kaçınmacı davranışlarının gerekçesi olabilecek internet kullanımı olabileceği öngörülmektedir. Sosyal görünüşünden çekinen bireylerin bu anlamda gizlenebileceği bir mecra sunan sanal ortamın ne ölçüde ilişkili olabileceğini incelemek önemlidir. Ayrıca, psikopatoloji hakkında bilgi sağlayabilecek olan ve erken gelişimsel dönemdeki sorunlara ışık tutabilecek çocukluk çağı travmaları da bu çalışmada incelenen değişkenlerdir.

1.4.Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın uygulama sırasında oluşabilecek sınırlılıkları aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmada, katılımcıların oluşturduğu örneklem yalnızca Üsküdar Üniversitesi öğrencileriyle sınırlandırılmıştır.
2. Araştırmanın amaçları doğrultusunda yalnızlık, çocukluk çağı travmaları, olumsuz değerlendirilme korkusu ve problemlili internet kullanımını inceleyen veri ölçüm araçları, bulguları elde etmek adına içindeki maddelerle sınırlıdır.
3. Araştırmanın problemlerini incelemek için kullanılan yöntemler, belirlenen istatistiksel veri analiz yöntemleri ile sınırlıdır.

1.5.Araştırmanın Sayıtları

Araştırmada seçilen konu, örneklem ve analiz yöntemleri bakımından varsayımlar aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmanın örneklemini evreni temsil edebileceği varsayılmaktadır.

2. Araştırmanın sonuçlarını incelemek için kullanılan istatistiksel veri analiz yöntemlerinin araştırma problemleri ve hipotezleri test etmek için uygun, geçerli ve güvenilir yöntemler olduğu varsayılmaktadır.
3. Katılımcıların yalnızlık, çocukluk çağı travmaları, olumsuz değerlendirilme korkusu ve problemlili internet kullanımını değişkenlerine ilişkin anketlere vermiş olduğu yanıtlar kendileri hakkında doğru ve geçerli yanıtlar olduğu varsayılmaktadır.

1.6.Araştırma Soru ve Hipotezleri

Araştırma sorusu 1: Demografik değişkenler bakımından sosyal görünüş kaygısı, yalnızlık, çocukluk çağı travmaları ve problemlili internet kullanımını farklı mıdır?

H1: Demografik değişkenlere göre, sosyal görünüş kaygısı, yalnızlık, çocukluk çağı travmaları ve problemlili internet kullanımını düzeyleri anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

H0: Demografik değişkenlere göre, sosyal görünüş kaygısı, yalnızlık, çocukluk çağı travmaları ve problemlili internet kullanımını düzeyleri anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Araştırma sorusu 2: Sosyal görünüş kaygısı ile yalnızlık arasında ilişki var mıdır?

H2: Sosyal görünüş kaygısı yüksek olan bireylerin yalnızlık düzeyleri yüksektir.

H0: Sosyal görünüş kaygısı ile yalnızlık arasında ilişki bulunmamaktadır.

Araştırma sorusu 3: Sosyal görünüş kaygısı ile çocukluk çağı travmaları arasında ilişki var mıdır?

H3: Sosyal görünüş kaygısı yüksek olan bireylerin travma boyutlarında aldıkları puanlar daha yüksektir.

H0: Sosyal görünüş kaygısı ile çocukluk çağı travmaları arasında anlamlı ilişki yoktur.

Araştırma sorusu 4: Sosyal görünüş kaygısı problemlili internet kullanımını ile ilişkili midir?

H4: Sosyal görünüş kaygısı yüksek olan bireylerde problemlili internet kullanımını daha fazladır.

H0: Sosyal görünüş kaygısı ile problemlı internet kullanımı arasında anlamlı ilişki yoktur.

Araştırma sorusu 5: Yalnızlık ile çocukluk çağı travmaları arasında ilişki var mıdır?

H5: Yalnızlık düzeyleri yüksek olanların, çocukluk çağı travmaları boyutlarında aldıkları puanlar daha yüksektir.

H0: Yalnızlık düzeyleri ve çocukluk çağı travmaları arasında anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

Araştırma sorusu 6: Yalnızlık ile problemlı internet kullanımı arasında ilişki var mıdır?

H6: Yalnızlık düzeyi yüksek olan kişilerin problemlı internet kullanımı düzeyleri yüksektir.

H0: Yalnızlık ile problemlı internet kullanımı arasında anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

Araştırma sorusu 7: Çocukluk çağı travmaları ile problemlı internet kullanımı arasında ilişki var mıdır?

H7: Problemlı İnternet kullanımı saptanan kişilerin çocukluk çağı travmaları alt boyutlarında aldıkları puanlar daha yüksektir.

H0: Problemlı internet kullanımı ile çocukluk çağı travmaları arasında ilişki bulunmamaktadır.

Araştırma sorusu 8: Problemlı internet kullanımı, sosyal görünüş kaygısı, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları tarafından yordanmakta mıdır?

1.7.Tanımlar

Problemlı İnternet Kullanımı: Kişilerin günlük hayat işlevselliği etkileyebilecek düzey aşırı biçimde İnternet kullanımınıdır. Kişilerin İnternette geçirdiği zamanı azaltmaya yönelik çabalarının yetersiz kalması ve İnternet erişimi olmadığı durumlarda yaşanan duygu değişimleri problemlı internet kullanımı tanımına girmektedir (Young, 1998).

Çocukluk Çağı Travmaları: Çocukluk döneminde yaşanan, duygusal ve fiziksel istismar, duygusal ve fiziksel ihmal ve cinsel istismar boyutlarında görülebilen örseleyici yaşantılar olarak tanımlanır (Şar, Öztürk & İkikardeş, 2012).

Yalnızlık: Bir başınalık (TDK, 2018)

Olumsuz Değerlendirilme Korkusu: Kişilerin sosyal ortamlarda kendilerini ifade etmeleri gereken durumlarda başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmeye ve eleştirilmeye yönelik yoğun kaygı hissetmesi durumu olarak tanımlanır. Sosyal anksiyete bozukluğunun önemli bir tanı kriteri olarak ele alınmaktadır (Watson & Friend, 1969).



BÖLÜM II

GENEL BİLGİLER

Bu bölümde, problemlı internet kullanımı, çocukluk çağı travmaları, yalnızlık ve olumsuz değeriendirilme korkusu değışkenlerinin kavramsal çerçevesi, bu kavramlarla ilişkilendirilen psikolojik ve çevresel faktörler ve kuramsal yaklaşıma dair genel bilgiler yer almaktadır.

2.1 İnternet Bağımlılığı Tanımı

Problemlı internet kullanımı toplumda yaygınlığı giderek artan küresel bir sorun haline gelmiştir. İnternet bağımlılığı, kişilerde nörolojik komplikasyonlara, psikolojik ve sosyal problemlere yol açabilecek düzeyde ciddi bir davranışsal bağımlılık olarak değeriendirilmektedir. Avrupa ve ABD’de yapılan çalışmalarda, internet bağımlılığı oranlarının %1,5’tan %8,2’ye uzanan prevalansı olduğu saptanmıştır (Weinstein & Leyeoux, 2010).

Problemlı internet kullanımı, internet bağımlılığı ya da diğer bir adı ile sanal bağımlılık, son yıllarda artan yaygınlık oranları sebebiyle psikopatoloji alanında yapılan çalışmaların ilgi odağı olmuştur. Bu doğrultuda, uluslararası geçerliliği bulunan DSM 5 içerisinde ayrı bir bağımlılık bozukluğu olarak yer almasa da, davranışsal bağımlılık kriterlerine uyması sebebiyle güncel literatürde bağımlılık bozukluğu olarak tanımlanmaktadır (Young, 1996).

Bağımlılık, bir maddeye, eyleme ya da kişiye yönelik aşırı düşkünlük durumu ve başka bir iradenin kontrolünün altında olarak davranışlarını etkin bir biçimde yönetememe durumu olarak tanımlanmaktadır (Young, 1996). Problemlı internet kullanımı ele alındığında, kişilerin günlük hayal işleyişini, sosyal, akademik ve mesleki işlevselliğini etkileyebilecek düzeyde uzun süre internette vakit geçirmesi, söz konusu davranışının işlevsel bir yanı olmadığını göstermektedir. Bu doğrultuda,

problemlı internet kullanımının bir bağımlılık türü olarak nitelendirilmesinde etkili olan özellikler bulunmaktadır. Araştırmacılar bu özellikleri aşağıdaki biçimde listelemiştir:

- Çevrimiçi olarak geçirilen zaman algısında bozulmalar. Kişinin ne kadar süre çevrimiçi olduğunun farkında olmaması durumu.
- İnternet erişimi sağlamanın dışında diğer görev ve sorumlulukları yerine getirmekte zorlanmak. Gerçek zamanlı ve yüz yüze arkadaşlarla görüşmek yerine çevrimiçi arkadaş veya oyuncularla sosyalleşmeyi tercih etmek.
- İnternette geçirilen uzun süreden ötürü suçluluk hissetmek ya da saldırganlaşmak.
- Başka insanlara internette geçirilen süre hakkında yalan söylemek.
- İnternette geçirilen süreyi azaltmaya yönelik girişimlerin başarısızlıkla sonuçlanması.
- Sadece çevrimiçi olduğu zaman kişinin kendisini mutlu hissetmesi.
- Daha önce gerçekleştirilen günlük etkinliklerde azalma. Okul devamlılığı ya da sportif/sosyal/kültürel etkinliklere katılmamak.
- Göz kuruluğu, görme bozukluğu, sırt ve boyun ağrıları, uyku problemleri, kiloda artış ya da azalma gibi fiziksel belirtilerin görülmesi.

Problemlı internet kullanımına ilişkin farklı sınıflandırmaların yapıldığı görülmektedir; çünkü internet erişimi kişilere çok farklı seçenekler sunması sebebiyle çevrimiçi olma gerekçeleri de farklılık gösterebilmektedir. Bunlar:

Sanal seks bağımlılığı: Bu tipte, kişiler pornografik içerikleri görüntüleme, indirme veya satın alma gibi etkinliklerle aşırı düzeyde meşgul olmaktadır.

Sanal ilişki bağımlılığı: Bu tipte, kişiler çevrimiçi ilişkiler kurmaya yönelik kompulsif bir arayış ya da meşguliyet içerisindeyler

İnternet erişimi kompulsiyonu: Bu tipte, kişiler internet erişimi aracılığıyla çok farklı faaliyetleri sürdürmektedirler. Çevrimiçi bahis, alışveriş veya hisse senedi almak gibi etkinlikler sebebiyle ciddi finansal sorunlarla karşılaşabilmektedirler.

Aşırı bilgi yüklemesi: kişilerin veri tabanları üzerinden birçok bilgiyi toplaması organize etmesi olarak seyreden problemlili kullanım türüdür.

Sosyal medya bağımlılığı: kişilerin sosyal medya uygulamalarında geçirdiği zamanın, günlük hayat işleyişini etkileyecek düzeyde aşırı olmasıyla ve sosyal medya erişimi sağlayamadığı durumlarda görülebilecek duygu durum değişimleriyle fark edilebilecek problemlili internet bağımlılığı türü olarak tanımlanmaktadır.

2.1.1. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri

İnternet bağımlılığının tanı kriterlerine ilişkin farklı araştırmacılar tarafından öne sürülen tanı kriterleri bulunmaktadır. Bunların en başında, Young (1998) internet bağımlılığı tanı kriterlerini şu şekilde belirtmiştir:

- Zihnin sanal dünya ve internet erişimi ile meşgul olması,
- İnternet erişimi olmadığında kişilerin duygu durumunda değişimler olması
- Normalin çok üzerinde bir süre boyunca internet erişimi sağlama ihtiyacı
- İnternet erişimi sağlamayı bırakma konusunda başarısız girişimlerin olması,
- Beklenenden çok daha uzun süre çevrimiçi kalmak
- İnternet kullanımı ile ilgili yalan söylemek
- Kişilerarası ilişkilerde ya da diğer işlev alanlarında bozulmalar olması,

- Olumsuz duygulardan veya sorunlardan kaçmak için internette vakit geçirmeyi tercih etmek

Griffiths (2005), internet bağımlılığını şu şekilde belirtmiştir:

- Belirginlik, kişinin hayatının merkezinde internetin yer alması. İnternet erişimi sağlamadığı zamanlarda da zihnin meşgul olması.
- Duygu durum düzenleme aracı olarak internette vakit geçirmeyi kullanmak
- İnternette geçirilen zamanla ilgili olarak tolerans geliştirmek
- İnternet erişimi sağlayamadığı durumlarda psikolojik yoksunluk belirtilerinin görülmesi
- Kişilerarası ilişkilerde çatışmanın artması
- İnternet bağımlılığın nüks etmesi.

Tao ve meslektaşları (2010) internet bağımlılığı tanı kriterlerini,

- Yoksunluk ve aşırı meşguliyet hali
- İşlevsellikte bozulmalar
- Üç ay boyunca iş dışında olmak üzere her gün altı saat internet erişimi sağlamak,
- Tolerans geliştirmek
- Kontrollü kullanım konusunda başarısız olmak
- Sorun yaşamaya rağmen kullanıma devam etmek
- Olumsuz duygulardan kaçmak için internette daha fazla zaman geçirmek.

2.1.2. İnternet Bağımlılığının Etiyolojisi

Problemlili İnternet kullanımı ya da diğer adıyla internet bağımlılığı, diğer bağımlılık bozukluklarında olduğu gibi beynin haz ve ödül merkezini aktif konuma getiren etkilere sahiptir. Davranışın haz verici olması sebebiyle kişiler için aynı hazzı tekrar alabilmek adına davranışa bağımlı olması şeklinde seyretmektedir. Ayrıca, internet bağımlılığının çok farklı haz veren etkinlikleri bir arada bulundurması bakımından herkes için verdiği keyif ve haz farklılık gösterebilmektedir. İnternet

bağımlılığı, kişilerde çevrimiçi oyunlardan kaynaklı oluşmuşsa, oyunlarla ilgili etkinliklerin keyif verici etkisinin daha fazla olduğu bilinmektedir. Sosyal medya bağımlılığı olan birisi içinse Facebook'taki etkinliklerin çeşitli olması sebebiyle hangisinden ötürü bağımlılık geliştirdiği tahmin edilemeyebilir. Madde kullanım bozukluklarında olduğu gibi, alkolün ya da uyuşturucu maddelerin kişilerdeki nörokimyasal etkisi, bağımlılık yapan maddelerin içeriğinin ve etki mekanizmasının bilinmesi sebebiyle herkes için benzer sonuçları vardır; ancak internet bağımlılığı bu anlamda kişilere hangi sebeple haz verdiği konusunda tutarlı ve net bir etki mekanizmasına sahip değildir (Anand ve ark, 2018).

İnternet bağımlılığı sebepleri olarak gösterilebilecek diğer bir unsurun da kişilerin kendilerini iyileştirmek ve yatıştırmak için internette geçirdiği süreyi arttırarak zaman içerisinde davranışa bağımlı hale gelmesi olarak ifade edilebilir. Özellikle olumsuz duygulardan kaçınmak amacıyla kişilerin günlük hayattaki sorunlarıyla kaçınarak baş etme yöntemi olarak sanal dünyada etkileşimde bulunması zaman içerisinde bu kaçınmacı davranışın bağımlılığa dönüşmesine yol açabilmektedir (Ceyhan ve ark, 2018).

İnternet bağımlılığının bir diğer sebebi ise nörokimyasal özelliklere bağlı olarak kişilerde bağımlılık davranışlarının görülmesiyle açıklanabilmektedir. Dopamin ve serotonin düzeylerinin düşük olmasıyla kişi ödül arayışında olmakta ve internette geçirdiği süre artmaktadır.

2.1.3. İnternet Bağımlılığı ve Psikopatoloji

Problemlerli internet kullanımı ve ilişkili psikolojik faktörlerin ele alındığı çalışmaların son yıllarda artış gösterdiği görülmektedir. Problemlerli internet kullanımı ve psikolojik semptomlar arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmalarda, farklı psikopatolojiler veya bireysel değişkenlerle problemlerli internet kullanımı arasında ilişki olduğu saptanmıştır.

Black ve meslektaşları (1999), kompulsif bilgisayar kullanıcılarıyla yapmış olduğu çalışmada, katılımcıların %30'unun psikiyatrik bir rahatsızlığı olduğunu saptamıştır. Psikiyatrik rahatsızlıklar arasında en yüksek oranda (%24) duygu durum bozuklukları, %19 oranında anksiyete bozuklukları, %14 madde kullanım ve bağımlılık bozuklukları ve %10'u psikotik bozukluk tanı kriterlerini karşılamaktadır. Katılımcıların yaklaşık yarısının hayat boyu psikiyatrik rahatsızlığı olması prevalansı %38 oranında madde kullanım ve bağımlılık bozuklukları, %33 oranında duygu durum bozuklukları, %19 anksiyete bozuklukları ve %14 psikotik bozukluklar olarak bildirilmiştir.

Shapira ve meslektaşları (2000) tarafından yapılan araştırmada, problemlili internet kullanımı olan kişilerle yapmış olduğu klinik görüşmeler sonucunda, %70'inin bipolar bozukluk kriterlerini karşıladığı saptanmıştır. Hayat boyu prevalans ise problemlili internet kullanımı olan örnekleme %80 oranında bipolar bozukluk ve %35'i dürtü kontrol bozukluğu olarak bulunmuştur.

Yapılan çalışmalar arasında Evren ve meslektaşları (2018) problemlili internet kullanımı ciddiyeti ile duygu düzenleme güçlükleri ve DEHB belirtileri arasındaki ilişkiyi genç erişkinlerde incelemişlerdir. Üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmada, DEHB belirtileriyle problemlili internet kullanımı ciddiyeti arasında anlamlı ilişki saptanmıştır. Ayrıca, olumsuz duyguları kabullenme boyutu ve depresif belirtilerin problemlili internet kullanımının ciddiyetini etkilediği görülmüştür.

Elhai ve meslektaşları (2018) tarafından yapılan bir çalışmada, problemlili akıllı telefon kullanımı ve anksiyete belirtileri arasında ilişki bulunmuştur. Kişilerin sosyal medya uygulamaları ya da internet erişimi sağlamak için kullandıkları akıllı telefonları, eğer yanlarında değilse, kişilerde anksiyete belirtilerinin görülebileceği öne sürülmüştür. Bu konuya ilişkin ortaya atılan kavram ise "nomofobi"dir. Bu durumun aynı zamanda gündemi kaçırma korkusundan kaynaklı olabileceği düşünülmektedir (Elhai ve ark, 2018).

Melloui ve meslektaşları (2018) Tunus'ta üniversite öğrencilerinde problemlerli internet kullanımı prevalansı ve yordayıcılarının incelendiği çalışmada, kız öğrencilerin internet kullanımı üzerinde kontrollerinin daha zayıf olduğu ve buna ebeveynlerin düşük eğitim düzeyi, genç yaşta olmak, sigara ve madde kullanımının etkisi olduğu bulunmuştur.

Park ve meslektaşları (2018) depresif belirtilerin internet kullanımı ve uyku problemlerine etkisini inceledikleri çalışmada, 766 öğrencinin verileri incelenmiştir. Öğrenciler, problemlerli internet kullanımı olan ve olmayan katılımcılar olarak iki grupta incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre 152 öğrencinin problemlerli internet kullanıcısı olduğu saptanmıştır. Ayrıca, problemlerli internet kullanımının uyku problemleriyle ilişkili olduğu saptanmıştır.

2.2. Sosyal Anksiyete

Sosyal anksiyete bozukluğu (SAB) olan kişilerin, daha önce bulunmadıkları sosyal ortamlarda, tanımadıkları kişilerin olduğu yerlerde, kalabalık yerlerde ya da kişinin başkaları tarafından fark edilebilecek olduğu durumlarda belirgin düzeyde korku ve kaygı duymasıyla karakterize bir kaygı bozukluğu türüdür (Amerikan Psikiyatri Derneği, 2013). Kişiler sosyal ortamlarda başkaları tarafından eleştirileceğini ya da küçük düşürüleceğini düşünmesinden dolayı hissettiği kaygı sebebiyle bu durumun görülebileceği sosyal ortamlardan kaçınmayı tercih etmektedirler. Sosyal anksiyetesi olan kişiler, kalabalık ortamlarda başka insanların yanında her zaman utanılacak bir şey yapacağını düşünür ve bu durum onun kendisini izole etmesine ve iletişim kurmaktan kaçınmasına yol açmaktadır. Sosyal anksiyete bozukluğu kısa süreli görülen bir psikopatoloji olmamakla birlikte geniş bir zamana yayılabilir ve müdahale edilmediği durumlarda intihar gibi özkıyım davranışları görülebilmektedir.

Sosyal anksiyetenin yaygınlığı ele alındığında genel popülasyonda yaygınlığı %5 ile %10 arasında değişmektedir. Yapılan diğer bir çalışmada da bir yıllık yaygınlık

%4,8 olarak bulunmuştur. Sosyal anksiyete bozukluğu, erken dönemlerde görülebilen bir psikopatoloji olmakla birlikte ortaya çıkış nedeni tam olarak bilinmemektedir (Acarturk, 2008).

Sosyal anksiyete, kişilerin sosyal ortamlarda işlevlerini yerine getirememesi sebebiyle farklı psikopatolojilerin de görülebileceği bir kaygı bozukluğu türüdür. Yapılan çalışmalarda, sosyal anksiyete ile duygu durum bozukluklarının birlikte görüldüğü belirtilmiştir. Yapılan çalışmalarda, sosyal anksiyete bozukluğu olan bireylerde majör depresyon, distimi ve bipolar eştanısı görülmektedir (Kessler ve ark, 1999).

Sosyal anksiyetenin yaygınlığının fazla olması ve duygu durum bozuklukları ile ilişkisi itibariyle kişilerin hayatının önemli ölçüde etkileyen bir psikopatoloji olarak nitelendirmektedir. Ayrıca, kişilerde sosyal anksiyete görülmesinde önemli bir etkenin, başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusu olduğu belirtilmiştir.

2.2.1. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu

Olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal anksiyetenin en öncelikli gerekçelerinden bir tanesi olarak sayılan, işlevsel olmayan bir düşünce biçimidir. Olumsuz değerlendirilme, kişilerin başkaları tarafından eleştirilme, suçlanma ve küçük düşürülme ihtimallerine karşı hissettikleri yoğun korku ve kaygı olarak tanımlanmaktadır. Sosyal anksiyete bozukluğundan farklı olarak, olumsuz değerlendirilme korkusu ayrı bir ölçekle değerlendirilmektedir (Leary, 1983).

Olumsuz değerlendirilme korkusu ile problemlili internet kullanımı ile ilgili daha öncesinde yapılan çalışmalarda, kişilerin başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmeye ilişkin kaygılarının gerçek zamanlı iletişimden uzaklaşmalarına yol açabilen ve sanal ortamda kendilerini daha rahat hissetmelerinden kaynaklı olarak problemlili internet kullanımı için risk faktörü olabilen nitelikte olduğu belirtilmiştir (Bonetti ve ark, 2010).

Yapılan bir çalışmada Bonetti ve meslektaşları 626 öğrenciyle yapmış oldukları çalışmada yalnızlık ve sosyal anksiyete ile çevrimiçi iletişim arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Yaşları 10 ile 16 yaş arası olan öğrencilere uygulanan anket çalışması neticesinde yalnız olduğunu belirten çocuk ve ergenlerin kişisel ve samimi konularda çevrimiçi iletişimi tercih ettiği görülmüştür. Ayrıca, çevrimiçi iletişimi tercih eden katılımcıların gerçek zamanlı olarak yeni insanlarla tanışmak konusunda becerilerinin zayıf olması sebebiyle çevrimiçi iletişim yolunu tercih ettiği bulunmuştur.

Yen ve meslektaşları (2012) diğer bir çalışmada sosyal anksiyetenin gerçek zamanlı ve çevrimiçi iletişimdeki boyutları ve ilişkili faktörlerini incelemişlerdir. 2348 üniversite öğrencisinin problemleri internet kullanımı, depresyon ve sosyal anksiyete düzeylerini incelemek amacıyla yapılan bu çalışmada; internette meşgul olma etkinliklerine göre sosyal anksiyete ve depresyon düzeylerine ilişkin bulgularda, katılımcıların çevrimiçi iletişim esnasında sosyal anksiyete düzeylerinin gerçek zamanlı iletişime kıyasla daha düşük olduğu saptanmıştır. Ayrıca, depresyon ve problemleri internet kullanımının sosyal anksiyete ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Türkiye’de yapılan bir çalışmada, yalnızlık, olumsuz değerlendirilme korkusu, ödül ve cezalandırılma ve kişilerarası ilişkilerde yeterlilik değişkenlerinin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisi incelenmiştir (Savcı & Aysan, 2017). 282 öğrenciyle gerçekleştirilen çalışmada katılımcıların en az bir sosyal medya hesabı olması gerekmektedir. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık, ödül veya ceza olarak algılama ve kişilerarası ilişkilerde yetkinlik değişkenlerinin sosyal medya bağımlılığını anlamlı biçimde açıkladığı saptanmıştır. Bu durumda, yalnızlık düzeyinin yüksek olması, ödül ve ceza zihniyeti, kişilerarası ilişkilerde yetkinliğin az olması ve olumsuz değerlendirilme korkusunun fazla olması ergenlerde sosyal medya bağımlılığını açıklamaktadır.

2.4. Yalnızlık Tanımı

Yalnızlık, kişilerin başkalarıyla olan ilişkilerinde beklentilerinin karşılanmaması ve hayatındaki kişilerle beklentilerinin uyuşmaması sebebiyle ortaya çıkan psikososyal bir kavramdır (Weiss, 1987).

Weiss'e (1987), yalnızlık, kişilik ve duruma ilişkin etkileşimler sonucu ortaya çıkan ve hissedilen bir duygudur. Araştırmalarda ise yalnız iki tipte incelenmiştir. İlki duygusal yalnızlık olarak ifade edilmektedir. Duygusal yalnızlık kişilerin yakın ilişkilerinin olmaması, ilişkilerinin sonlanması ya da kayıp yaşaması sebebiyle kişilerin boşluğa düşmesi durumu duygusal yalnızlığa örnek olarak gösterilebilir.

İkinci yalnızlık türü olarak sosyal yalnızlık belirtilmiştir. Sosyal yalnızlık, kişilerin arkadaşlık kuramadığı ve toplum içerisinde kendilerini yetersiz hissetmelerinden dolayı izole olma tutumları sonucunda ortaya çıkan yalnızlıktır (Weiss, 1987).

Her iki yalnızlık türünde kişilerin kendilerini eksik ve boşlukta hissetmesi durumu söz konusudur. Bu yüzden, kişilerin kendilerini iyi hissetmeleri gereken ve kendilerini yatıştırmaları gereken bir etkinlik ya da meca bulmaları gerekmektedir. Karşılaştıkları olumsuz durumla baş edebilmek adına, kişilerin telafi edici davranışlara yönelimi yalnız ya da olumsuz duygular içerisindeyken daha fazla görülmektedir. Bu durumda, yalnızlık, kişilerin uyumsuz davranışlarının arkasındaki davranışsal motivasyonu tetikleyen bir deneyim olabileceği düşünülmektedir (Lawal & Idemudia, 2018).

Davranışsal bağımlılıklar ve yalnızlık arasındaki ilişki incelendiğinde, problemli internet kullanımı ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların literatürde yer aldığı görülmüştür. Lawal ve Idemudia (2018) tarafından yapılan bir çalışmada cinsiyet ve sınıf farklılıkları, yalnızlık, cinsel kompulsyonlar ve internet bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Öğrencilerle yapılan çalışmada, internet

bağımlılığı ve yalnızlığın cinsel kompulsiyonları etkilediği görülmüştür. Ayrıca, erkeklerde cinsel kompulsiyon skorlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Lei ve meslektaşları (2018) tarafından yapılan diğer bir çalışmada internet bağımlılığı gerçek zamanlı sosyal durumların getirdiği olumsuz duygulara karşı başa çıkma becerisi olarak internet kullanımına yönelimin söz konusu olduğu doğrulanmıştır.

2.5. Çocukluk Çağı Travmaları

Travmatik deneyimler zarar veya zarar tehdidi içeren olaylardan kaynaklı olmaktadır. Çocukluk çağı travmaları, çocukluk döneminde maruz kalınan yıkıcı ve hayatı tehdit edici boyutta olabilecek olaylar şeklinde tanımlanmaktadır. Bu olaylar arasında çoğunlukla şiddete maruz kalma, fiziksel ve cinsel istismar, aile içi şiddete veya şiddet türlerine tanıklık etme, sevilen kişinin kaybı ve doğal afetler yer almaktadır. Çocukluk döneminde bu gibi olaylara maruz kalınması çevredeki olası tehditleri tanımlama ve bu tehditlere karşı aşırı uyarılmaya sebebiyet veren nörobiyolojik değişimlere yol açmaktadır. Bu durum tehlikeli ortamlar için güvenli bir davranış olarak düşünülse de çocuklarda içselleştirilmiş ya da dışsallaştırılmış psikopatolojilerin görülmesine yol açmaktadır.

Çocukların, doğumdan itibaren 5 yaşına kadar potansiyel travmatik deneyimlere maruz kalma riski fazladır (Lieberman & Van Horn, 2009). Bu durum, bakım verene ebeveyne bağlı olmalarından kaynaklıdır. Travmatik olaylar, yaralanma ölüm ya da kişinin bütünlüğüne zarar verecek etkide olan, kişileri çaresizliğe ve şoka uğratan deneyimler olarak tanımlanır. Amerikan Psikoloji Derneği'ne göre travmatik olaylar intihar, ölüm veya diğer kayıplar, cinsel ya da aile içi şiddet, trafik kazaları, tıbbi travmaları, savaş ve doğal afet gibi olay ve deneyimler tanımlanmaktadır (APA, 2008).

Hızlı gelişim ve değişim göstermelerine rağmen, 0-5 yaş arası çocukların travmanın etkilerine karşı hassasiyeti oldukça fazladır. Nörobiyolojik değişimlere yol açabilecek düzeyde etkiye sahip olan travmatik deneyimlerin, çocukların ilerleyen dönemlerdeki duygu ve davranışlarını etkilemektedir (De Young, Kenardy, & Cobham, 2011).

Erken gelişimsel dönemde travma belirtilerinde farklılıklar görülse de genel olarak travmaya maruz kalan küçük çocuklar konuşmaktan kaçınabilir ve travmatik deneyimin tetikleyicisi olabilecek insanlar, yerler ve objelerden uzak dururlar. Oyun veya diğer aktivitelere olan ilgileri azalabilir ve ilişkilerde içe kapanık tutum sergileyebilmektedirler. Ayrıca, yaygın olarak görülen belirtiler arasında, huzursuzluk, uyku problemleri, kabuslar, travmatik olaya ilişkin zihinde canlandırmalar ve dissosiyatif nöbetler yer almaktadır (De Young ve ark 2011).

Çocukluk çağında duygusal, fiziksel ve cinsel istismar ya da duygusal ve fiziksel ihmale maruz kalan kişilerin ilerleyen dönemlerde psikiyatrik bozuklukları olma riski travmatik deneyimleri olmayanlara göre çok daha fazladır. Yapılan araştırmaların bulguları doğrultusunda, çocukluk çağında fiziksel istismara maruz kalmış kişilerin %35 ile %57 arasında oranı çeşitli psikolojik semptomlar gösterdiği belirtilmiştir. Çocukluk çağı travmaları, ilerleyen dönemlerde görülebilecek psikopatolojilerin anlaşılmasında önemli bir unsurdur. Özellikle duygu durum bozuklukları, TSSB, alkol ve madde kullanım ve bağımlılık bozuklukları ve kişilik bozuklukları gibi psikopatolojilerin transdiagnostik faktörü olarak kabul edilmektedir. Erken gelişimsel dönemde ihmal ve istismara maruz kalmanın yetişkinlikte yaşanan diğer bir travmatik olay neticesinde TSSB riskini arttırmaktadır. Çocukluk çağı travmalarının ilerleyen gelişimsel döneme etki etmesinin en önemli gerekçeleri arasında sayılan, çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik durumun nörobiyolojik etkileri sebebiyle kişilerin olaylara ve durumlara gösterdiği tepkilerin değişmesi ve özellikle duygu düzenleme becerilerinde bozulma olması şeklinde belirtilmiştir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Evren ve Örneklem

. Araştırmanın evrenini İstanbul'daki üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmada, evreni temsil edebilmek amacıyla Üsküdar Üniversitesi öğrencilerinden oluşan 149 kişilik örneklem ile anket çalışması yürütülmüştür.

Araştırmanın dahil olma ve dışlama kriterleri aşağıdaki gibidir:

Araştırmanın dahil olma kriterleri

1. 18 yaş üstü olmak
2. üniversite öğrencisi olmak

Araştırmanın dışlama kriterleri

1. 18 yaş altı olmak
2. okuyazar olmamak
3. üniversite düzeyinde eğitim almıyor olmak

3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, çocukluk çağı travmaları, problemlili internet kullanımı, yalnızlık ve olumsuz değerlendirilme korkusu değişkenlerini incelemek ve araştırma sorularını test edebilmek amacıyla aşağıdaki veri ölçüm araçları kullanılmıştır:

- Sosyo-demografik Bilgi Formu
- UCLA Yalnızlık Ölçeği
- Çocukluk Travmaları Ölçeği
- Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği
- Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu (ODKÖ)

3.2.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Katılımcıların kişiler bilgileri hakkında veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan özbildirim formudur.

3.2.2. UCLA Yalnızlık Ölçeği

UCLA Yalnızlık Ölçeği Russel ve arkadaşları (1980) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlama ve geçerlilik, güvenilirlik çalışmaları ise Demir (1989) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin ayırt edici geçerliliğinin anlamlı olduğu, benzer ölçekler geçerliliğinin ise $r = ,50$ ile $r = ,82$ arasında değiştiği belirtilmiştir. Güvenirlik çalışmaları; ölçeğin iç tutarlık katsayısı = ,96, test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise ,94 olarak hesaplanmıştır. Ölçekte 10'u düz, 10'u ters yönde puanlanan 20 madde yer almaktadır. Maddelerden elde edilen puanların toplanması sonucunda her birey için bir yalnızlık puanı elde edilmektedir. Puan arttıkça, yalnızlık düzeyi artmaktadır (Demir, 1989).

3.2.3. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Bu çalışmada, çocukluk çağı olarak nitelendirilebilecek ve 20 yaş öncesindeki dönemi kapsayan örseleyici davranışlar ve olumsuz yaşantıları değerlendirilmesi amacıyla 28 maddelik özbildirim ölçeği olan Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği kullanılmıştır.

Ölçek üç tane minimizasyon maddesi olmak üzere travma olmadığını iddia eden inkar ifadelerini içeren maddeler olmak üzere toplam 28 maddeden oluşmaktadır. Likert yanıt sisteminde olan ölçeğe katılımcılar 1=hiçbir zaman, 2=nadiren, 3=kimi zaman, 4=sık olarak, 5=çok sık olarak yanıt vermektedir (Aydemir ve Köroğlu, 2012). Ölçek çocukluk çağı istismarıyla ilişkili olarak cinsel, fiziksel, duygusal istismar ve emosyonel ve fiziksel ihmal olmak üzere beş alt boyutu içermektedir (Aydemir ve Köroğlu, 2012).

Ölçeğin ilk hali 53 maddeden oluşmaktadır. Daha sonra yapılan araştırmalarla bu ölçek sonradan kısaltılarak İngilizce özgün biçiminden Vedat Şar tarafından 1996 yılında Türkçeye uyarlanmıştır (Şar, Öztürk ve İkikardeş, 2012). Geri çeviri çalışmasının uzmanlarla yapılmasının ardından, Ölçeğin ilk çevirisi ile pilot çalışma yapılarak psikometrik özellikler değerlendirilmiştir. Daha sonra ölçeğe son şekli verilmiş ve her iki versiyon arasında tutarlılık sağlanmıştır (Şar, Öztürk ve İkikardeş, 2012).

Ölçeğin yönergesinde katılımcılara 20 yaşından önce başlarına gelmiş olaylarla ilgili sorular sorulmakta ve kendi durumlarına en çok uyan maddeyi olabildiğince gerçeğe uygun bir şekilde işaretlemeleri istenmektedir (Aydemir ve Köroğlu, 2012).

Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ) puanlarının hesaplanmasında önce madde 2, 5, 7, 13, 19, 26, 28'den elde edilen puanlar ters çevrilmektedir. Beş alt puanın toplamı Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇÇTÖ) toplam puanını verir.

Alt puanlar 5-25, toplam puan 25-125 arasındadır. Olumlu ifade olmasına rağmen minimizasyonla ilgili (madde 10, 16 ve 22) maddelerin puanları ters çevrilmez ve ölçekteki alt boyutlara dahil edilmez; çünkü bu üç madde sadece travmanın inkârını ölçmekte ve toplam puanı etkilememektedir.

Duygusal (emosyonel) istismar 3, 8, 14, 18, 25 numaralı maddeler,

Fiziksel istismar 9, 11, 12, 15, 17 numaralı maddeler,

Fiziksel ihmal 1, 2, 4, 6, 26 numaralı maddelerle,

Duygusal (emosyonel) ihmal 5, 7, 13, 19, 28 numaralı maddeler,

Cinsel istismar 20, 21, 23, 24, 27 numaralı maddelerle değerlendirilmektedir (Aydemir ve Köroğlu, 2012).

Ölçeğin Türkçe sürümü için kesme puanı hesaplanmamıştır; fakat ölçekle ilgili çalışmalarda ortalamalar üzerinden çıkarımlar yapılmıştır (Şar, Öztürk ve İkikardeş, 2012).

3.2.4. Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Young tarafından geliştirilen ve Pawlikowski ve arkadaşları tarafından kısa forma dönüştürülen YİBT-KF, 12 maddeden oluşmakta olup beşli Likert (1=Hiçbir zaman, 5=Çok sık) tipi bir ölçektir. Bu ölçeğin amacı örnekleme bulunan ebeveynlerin internet bağımlılığı düzeyini ölçmektir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda YİBT-KF'nin iyi uyum verdiği saptanmıştır ($\chi^2=173.58$, $sd=53$, $CFI=0.95$, $SRMR=0.064$ ve $RMSEA=0.079$). Ölçeğin iç tutarlık güvenilirlik katsayısı 0.85 olarak hesaplanmıştır. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen sonuçlar Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun geçerlilik ve güvenilirliğinin sağlandığını göstermektedir. Ölçekte tersten puanlanan madde yoktur. Ölçekten alınan yüksek puanlar internet bağımlılığı düzeyinin yüksek olduğunu gösterir(Kutlu, Savcı, Demir ve Aysan, 2016).

3.2.5. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği – Kısa Formu (ODKÖ)

Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-ODKÖ (The Brief Fear of Negative Evaluation Scale-BFNE), Leary (1983) tarafından geliştirilmiş ve kişinin diğerleri tarafından olumsuz değerlendirilme durumuna karşı tolerans düzeyini ölçen bir öz bildirim formudur ODKÖ, korku ve endişe ifadelerini içeren 16 maddeden oluşmaktadır. Likert yanıt sistemi olan ölçekte, maddeler (1) Hiç Uygun Değil (2) Uygun Değil (3) Biraz Uygun (4) Uygun (5) Tamamen Uygun şeklinde yanıtlanmaktadır. Ölçeğin 8 maddesi olumsuz değerlendirilmeyle ilgili korku ve endişe ifadelerinden oluşmaktadır. ODKÖ'nün Türkçe uyarlaması Çetin, Doğan ve Sapmaz (2010) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin psikometrik özellikleri 325 üniversite öğrencisinden alınan veriler doğrultusunda yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .84 olarak bulunmuştur. Test yarılama yoluyla elde edilen güvenilirlik katsayısı ise .83 olarak bulunmuştur. Test tekrar test yöntemiyle güvenilirliğini belirleyebilmek amacıyla ölçek 76 kişiye iki hafta arayla uygulanmıştır. Uygulama sonucunda ölçeğin test tekrar test güvenilirlik katsayısı .82 olarak bulunmuştur.

3.3. Veri Analizi

Katılımcıların anketlere vermiş oldukları yanıtlara ilişkin verilerin girişı yapılacaktır. Girişleri yapılan veriler bilgisayarda “Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 23.0 ile çözümlenmiştir. Katılımcıların demografik değişkenlerini incelemek amacıyla betimleyici istatistiksel yöntemler kullanılacaktır. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişki ve demografik değişkenler bakımından farklılaşma düzeyini incelemek amacıyla ikili bağımsız grup bulunan değişkenler için “Bağımsız Örneklem T Testi” ve “Mann Whitney U testi”; çoklu bağımsız gruplarda varyansın incelenmesi için “Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki analizinde Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.



BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmada katılımcılara uygulanan veri ölçüm araçlarından elde edilen verilerin istatistiksel analizleri ve araştırmanın bulgularına ilişkin tablolar ve açıklamaları yer almaktadır.

4.1. Katılımcıların Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri

Katılımcıların demografik değişkenlerinin frekans dağılımları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri

| <i>Demografik Değişkenler (N=149)</i> | | <i>N</i> | <i>%</i> |
|---------------------------------------|-----------------|----------|----------|
| Cinsiyet | Kadın | 111 | 74,5 |
| | Erkek | 38 | 25,5 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Gelir Düzeyi | Çok Düşük | 2 | 1,3 |
| | Düşük | 2 | 1,3 |
| | Orta | 112 | 75,2 |
| | Yüksek | 29 | 19,5 |
| | Çok Yüksek | 4 | 2,7 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Yerleşim Birimi | Büyükşehir | 113 | 75,8 |
| | Şehir | 31 | 20,8 |
| | Köy/Kasaba | 5 | 2,0 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Baba | Sağ | 143 | 96,0 |
| | Ölü | 6 | 4,0 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Anne-Baba | Birlikte | 135 | 90,6 |
| | Ayrı | 14 | 9,4 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Anne Eğitim | Okuryazar değil | 7 | 4,7 |
| | İlkokul | 40 | 26,8 |
| | Ortaokul | 29 | 19,5 |
| | Lise | 44 | 29,5 |
| | Lisans | 28 | 18,8 |
| | Lisansüstü | 1 | ,7 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Baba Eğitim | İlkokul | 28 | 18,8 |
| | Ortaokul | 34 | 22,8 |
| | Lise | 54 | 36,2 |
| | Lisans | 33 | 22,2 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |

| Tablo 1'in Devamı | | | |
|-------------------------------|------------------|----------|-------------|
| Kiminle Yaşıyor | Aile | 104 | 69,8 |
| | Akrabalar | 6 | 4,0 |
| | Arkadaş | 23 | 15,4 |
| | Eş ya da partner | 3 | 2,0 |
| | Yalnız | 13 | 8,7 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Psikolojik Rahatsızlık | Evet | 14 | 9,4 |
| | Hayır | 135 | 90,6 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Kronik Rahatsızlık | Evet | 12 | 8,1 |
| | Hayır | 137 | 91,9 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Alkol Kullanımı | Evet | 62 | 41,6 |
| | Hayır | 87 | 58,4 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Sigara Kullanımı | Evet | 45 | 30,2 |
| | Hayır | 104 | 69,8 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| Yaş | Cinsiyet | N | X±SS |
| | Erkek | 38 | 21,08±2,43 |
| | Kadın | 111 | 20,08±1,94 |
| | Toplam | 149 | 20,34±2,11 |

Tablo 1'deki demografik değişkenlere göre katılımcılar arasında %74,5 kadın ve %25,5 oranında erkek bulunmaktadır. Gelir düzeyine göre %1,3 çok düşük düzey, %1,3 düşük düzey, %75,2 orta düzey, %19,5 yüksek ve %2,7 çok yüksek düzey olarak yanıtlanmıştır. Yerleşim birimi değişkenine göre %75,8 büyükşehir, %20,8 şehir, %2 köy, %1,3 kasaba olarak yanıt verilmiştir. Katılımcıların %4'ünün babası hayatta değildir. Katılımcıların tümünün annesi hayattadır. Anne eğitim düzeyine göre %4,7 okur yazar değil, %26,8 ilkokul, %19,5 ortaokul, %29,5 Lise, %18,8 lisans ve %0,7 lisansüstü mezunudur. Baba eğitim düzeyine göre %18,8 ilkokul, %22,8 ortaokul, %36,2 lise, %21,5 lisans ve %0,7 lisansüstü mezunudur. Katılımcıların %69,8 oranında ailesiyle yaşadığı, %4 oranında akrabalarıyla yaşadığı, %15,4 oranının arkadaşlarıyla, %2 eş ya da partneriyle ve %8,7 yalnız yaşamaktadır. Katılımcıların %9,4'ünün psikolojik rahatsızlığı olduğu bildirilmiştir. Ayrıca katılımcıların %8,1 oranının kronik rahatsızlığı bulunmaktadır. Katılımcıların %41,6 oranı alkol kullandığını ve %58,4 oranının alkol kullanmadığı belirtilmiştir. Katılımcıların %30,2 oranının sigara kullandığı, %69,8'inin sigara kullanmadığı belirtilmiştir. Katılımcıların yaş ortalamaları kadınlarda 20,08±1,94 ve erkeklerde 21,08±2,43 olarak bulunmuştur.

İnternet kullanımına ilişkin değişkenler Tablo 2'de verilmiştir:

Tablo 2. İnternet Kullanımına İlişkin Değişkenler

| İnternet kullanımına ilişkin değişkenler (N=147) | | N | % |
|--|---|-----|-------|
| İnternette Geçirilen Süre | 1-3 saat | 45 | 30,2 |
| | 4-6 saat | 58 | 38,9 |
| | 6-8 saat | 27 | 18,1 |
| | 8 saat ve üzeri | 19 | 12,8 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |
| İnternet kullanım amacı | Arkadaşlarımla-Ailemle İletişim Kurmak İçin | 127 | 85,2 |
| | Yeni İnsanlarla Tanışmak İçin | 3 | 2,0 |
| | Fotoğraflara Bakmak- Fotoğraf Yükleme ve Paylaşmak İçin | 11 | 7,4 |
| | Blog Yazmak İçin | 1 | ,7 |
| | Stil Önerileri Almak İçin | 2 | 1,3 |
| | Araştırma Yapmak İçin | 5 | 3,4 |
| | Toplam | 149 | 100,0 |

Tablo 2’de internet kullanımına ilişkin değişkenlerin frekans dağılımı incelendiğinde, internette geçirilen süre %30,2 1-3 saat arası, %38,9 4-6 saat arası, %18,1 6-8 saat ve %12,8 8 saat ve üzeri süre gün içinde internette vakit geçirmektedir. İnterneti kullanım amaçları dağılımına göre %85,2 arkadaş ve aileyle iletişim kurmak için, %2 yeni insanlarla tanışmak için, %7,4 fotoğraflara bakmak, yüklemek ve paylaşmak için, %0,7 internet günlüğü (blog) yazmak için, %1,3 stil önerileri almak için ve %3,4 araştırma yapmak için internetin kullanıldığı belirtilmiştir.

4.3. Erişkinlerde İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Demografik Değişkenlerle Karşılaştırılması

Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları alt boyutları puanlarının demografik değişkenlerle karşılaştırılması için grupların homojen dağılım göstermemesi sebebiyle parametrik olmayan ölçümler de analizlere dahil edilmiştir. İkili grupların karşılaştırılmasında “Bağımsız Örneklem t testi” ve parametrik olmayan “Mann Whitney U testi” kullanılmıştır. Çoklu bağımsız gruplarda grupların sayılarının birbirlerine yakın ya da homojen dağılımı sebebiyle “Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)” uygulanmıştır. Anlamlılık değeri 0,05 olarak alınmıştır.

Tablo 3. Cinsiyet Değişkeni Bakımından Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Mann Whitney U Testi

| | Cinsiyet | N | \bar{X} Sırası | Sıralar Toplamı | U | p |
|---------------------------------------|----------|-----|---------------------|--------------------|----------|------|
| İnternet bağımlılığı | Kadın | 111 | 75,78 | 8411,50 | 2022,500 | ,706 |
| | Erkek | 38 | 72,72 | 2763,50 | | |
| | Toplam | 149 | | | | |
| Yalnızlık | Kadın | 111 | 76,21 | 8459,50 | 1974,500 | ,557 |
| | Erkek | 38 | 71,46 | 2715,50 | | |
| | Toplam | 149 | | | | |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | Kadın | 111 | 79,06 | 8775,50 | 1658,500 | ,050 |
| | Erkek | 38 | 63,14 | 2399,50 | | |
| | Toplam | 149 | | | | |
| ÇÇTÖ Cinsel İstismar | Kadın | 111 | 75,04 | 8329,00 | 2105,000 | ,986 |
| | Erkek | 38 | 74,89 | 2846,00 | | |
| | Toplam | 149 | | | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İstismar | Kadın | 111 | 77,27 | 8577,00 | 1857,000 | ,266 |
| | Erkek | 38 | 68,37 | 2598,00 | | |
| | Toplam | 149 | | | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İhmal | Kadın | 111 | 75,67 | 8399,50 | 2034,500 | ,731 |
| | Erkek | 38 | 73,04 | 2775,50 | | |
| | Toplam | 149 | | | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İstismar | Kadın | 111 | 74,39 | 8257,00 | 2041,000 | ,759 |
| | Erkek | 38 | 76,79 | 2918,00 | | |
| | Toplam | 149 | | | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İhmal | Kadın | 111 | 74,37 | 8255,00 | 2039,000 | ,749 |
| | Erkek | 38 | 76,84 | 2920,00 | | |
| | Toplam | 149 | | | | |

Tablo 3'te cinsiyete göre katılımcıların internet bağımlılığı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk travmaları karşılaştırıldığında cinsiyete göre puan ortalamaları farklılığının anlamlı düzeyde olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 4. Psikolojik Rahatsızlık Değişkeni Bakımından Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Mann Whitney U Testi

| | Psikolojik rahatsızlık | N | \bar{X} Sırası | Sıralar Toplamı | U | p |
|---------------------------------|------------------------|-----|------------------|-----------------|---------|--------------|
| Problemlili İnternet Kullanımı | Evet | 14 | 73,86 | 1034,00 | 929,000 | ,917 |
| | Hayır | 135 | 75,12 | 10141,00 | | |
| Yalnızlık | Evet | 14 | 82,04 | 1148,50 | 846,500 | ,521 |
| | Hayır | 135 | 74,27 | 10026,50 | | |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | Evet | 14 | 102,36 | 1433,00 | 562,000 | ,013* |
| | Hayır | 135 | 72,16 | 9742,00 | | |
| ÇÇTÖ Cinsel İstismar | Evet | 14 | 76,21 | 1067,00 | 928,000 | ,910 |
| | Hayır | 135 | 74,87 | 10108,00 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İstismar | Evet | 14 | 74,54 | 1043,50 | 938,500 | ,966 |
| | Hayır | 135 | 75,05 | 10131,50 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İhmal | Evet | 14 | 88,71 | 1242,00 | 1,490 | ,186 |
| | Hayır | 135 | 73,58 | 9933,00 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İstismar | Evet | 14 | 56,07 | 785,00 | 680,000 | ,074 |
| | Hayır | 135 | 76,96 | 10390,00 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İhmal | Evet | 14 | 76,93 | 1077,00 | 918,000 | ,854 |
| | Hayır | 135 | 74,80 | 10098,00 | | |

*p<0,05

Tablo 4'te psikolojik rahatsızlık değişkenine göre katılımcıların internet bağımlılığı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk travmaları karşılaştırıldığında olumsuz değerlendirilme (U=562,000; p<0,05) puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Sonuçlara göre, psikolojik rahatsızlığı bulunan katılımcıların olumsuz değerlendirilme puanları daha yüksektir.

Tablo 5. Kronik Rahatsızlık Değişkeni Bakımından Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Mann Whitney U Testi

| | Kronik rahatsızlık | <i>N</i> | \bar{X} Sırası | Sıralar Toplamı | <i>U</i> | <i>p</i> |
|---------------------------------|--------------------|----------|------------------|-----------------|----------|----------|
| Problemlili İnternet Kullanımı | Evet | 12 | 68,38 | 820,50 | 742,000 | ,579 |
| | Hayır | 137 | 75,58 | 10354,50 | | |
| Yalnızlık | Evet | 12 | 62,54 | 750,50 | 672,500 | ,296 |
| | Hayır | 137 | 76,09 | 10424,50 | | |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | Evet | 12 | 63,92 | 767,00 | 689,000 | ,353 |
| | Hayır | 137 | 75,97 | 10408,00 | | |
| ÇÇTÖ İstismar Cinsel | Evet | 12 | 97,96 | 1175,50 | 546,500 | ,050 |
| | Hayır | 137 | 72,99 | 9999,50 | | |
| ÇÇTÖ İstismar Fiziksel | Evet | 12 | 93,29 | 1119,50 | 602,500 | ,120 |
| | Hayır | 137 | 73,40 | 10055,50 | | |
| ÇÇTÖ İhmal Duygusal | Evet | 12 | 71,96 | 863,50 | 785,500 | ,787 |
| | Hayır | 137 | 75,27 | 10311,50 | | |
| ÇÇTÖ İstismar Duygusal | Evet | 12 | 86,29 | 1035,50 | 686,500 | ,328 |
| | Hayır | 137 | 74,01 | 10139,50 | | |
| ÇÇTÖ İhmal Fiziksel | Evet | 12 | 74,88 | 898,50 | 820,500 | ,991 |
| | Hayır | 137 | 75,01 | 10276,50 | | |

Tablo 5'te kronik rahatsızlık değişkenine göre katılımcıların internet bağımlılığı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk travmaları karşılaştırıldığında puan ortalamaları farklılığının anlamlı düzeyde olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo 6. Alkol Kullanımı Değişkeni Bakımından Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi

| | Alkol | N | \bar{X} | Ss | t | p |
|---------------------------------|-------|----|-----------|--------|--------|--------------|
| Problemlerli İnternet Kullanımı | Evet | 62 | 28,63 | 7,243 | -,038 | ,969 |
| | Hayır | 87 | 28,68 | 7,992 | | |
| Yalnızlık | Evet | 62 | 53,81 | 5,325 | 1,253 | ,212 |
| | Hayır | 87 | 52,62 | 5,940 | | |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | Evet | 62 | 26,81 | 10,669 | -2,144 | ,034* |
| | Hayır | 87 | 31,38 | 14,167 | | |
| ÇÇTÖ Cinsel İstismar | Evet | 62 | 17,15 | 2,164 | 2,417 | ,017* |
| | Hayır | 87 | 16,20 | 2,496 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İstismar | Evet | 62 | 10,32 | 1,862 | -,933 | ,352 |
| | Hayır | 87 | 10,61 | 1,839 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İhmal | Evet | 62 | 7,65 | 2,649 | -,728 | ,468 |
| | Hayır | 87 | 8,01 | 3,269 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İstismar | Evet | 62 | 11,74 | 1,755 | ,569 | ,570 |
| | Hayır | 87 | 11,56 | 1,981 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İhmal | Evet | 62 | 4,03 | 1,173 | 1,897 | ,060 |
| | Hayır | 87 | 3,62 | 1,391 | | |

* $p < 0,05$

Tablo 6’da alkol kullanımı değişkenine göre katılımcıların internet bağımlılığı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk travmaları karşılaştırıldığında olumsuz değerlendirilme ($t=-2,144$; $p<0,05$) ve cinsel istismar ($t=2,417$; $p<0,05$) boyutlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Sonuçlara göre, alkol kullanan katılımcıların cinsel istismar; alkol kullanmayan katılımcıların olumsuz değerlendirilme puanlarının yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 7. Sigara Kullanımı Değişkeni Bakımından Katılımcıların İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puanlarının Mann Whitney U Testi

| | Sigara | N | \bar{X} Sırası | Sıralar Toplamı | U | p |
|---------------------------------|--------|-----|------------------|-----------------|----------|-------|
| Problemlİ İnternet Kullanımı | Evet | 45 | 82,43 | 3709,50 | 2005,500 | 0,166 |
| | Hayır | 104 | 71,78 | 7465,50 | | |
| Yalnızlık | Evet | 45 | 78,31 | 3524,00 | 2191,000 | 0,537 |
| | Hayır | 104 | 73,57 | 7651,00 | | |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | Evet | 45 | 71,68 | 3225,50 | 2190,500 | 0,536 |
| | Hayır | 104 | 76,44 | 7949,50 | | |
| ÇÇTÖ Cinsel İstismar | Evet | 45 | 73,34 | 3300,50 | 2265,500 | 0,753 |
| | Hayır | 104 | 75,72 | 7874,50 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İstismar | Evet | 45 | 79,71 | 3587,00 | 2128,000 | 0,374 |
| | Hayır | 104 | 72,96 | 7588,00 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İhmal | Evet | 45 | 79,18 | 3563,00 | 2152,000 | 0,410 |
| | Hayır | 104 | 73,19 | 7612,00 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İstismar | Evet | 45 | 78,61 | 3537,50 | 2177,500 | 0,487 |
| | Hayır | 104 | 73,44 | 7637,50 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İhmal | Evet | 45 | 84,84 | 3818,00 | 1897,000 | 0,055 |
| | Hayır | 104 | 70,74 | 7357,00 | | |

* $p < 0,05$

Tablo 7’de sigara kullanımı değişkenine göre katılımcıların internet bağımlılığı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk travmaları karşılaştırıldığında puan ortalamaları farklılığının anlamlı düzeyde olmadığı saptanmıştır ($p > 0,05$).

Tablo 8. Gelir Düzeyi Değişkeni Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Mann Whitney U Testi

| | Gelir düzeyi | N | \bar{X} Sırası | Sıralar Toplamı | U | p |
|---------------------------------|--------------|-----|------------------|-----------------|----------|---------------|
| Problemlili İnternet Kullanımı | Orta | 116 | 74,96 | 8695,00 | 1909,000 | 0,982 |
| | Yüksek | 33 | 75,15 | 2480,00 | | |
| Yalnızlık | Orta | 116 | 77,49 | 8989,00 | 2191,000 | 0,185 |
| | Yüksek | 33 | 66,24 | 2186,00 | | |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | Orta | 116 | 75,96 | 8811,00 | 2190,500 | 0,611 |
| | Yüksek | 33 | 71,64 | 2364,00 | | |
| ÇÇTÖ Cinsel İstismar | Orta | 116 | 70,17 | 8140,00 | 2265,500 | 0,009* |
| | Yüksek | 33 | 91,97 | 3035,00 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İstismar | Orta | 116 | 72,97 | 8465,00 | 2128,000 | 0,276 |
| | Yüksek | 33 | 82,12 | 2710,00 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İhmal | Orta | 116 | 77,66 | 9008,50 | 2152,000 | 0,135 |
| | Yüksek | 33 | 65,65 | 2166,50 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İstismar | Orta | 116 | 72,87 | 8452,50 | 2177,500 | 0,241 |
| | Yüksek | 33 | 82,50 | 2722,50 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İhmal | Orta | 116 | 71,06 | 8242,50 | 1897,000 | 0,028* |
| | Yüksek | 33 | 88,86 | 2932,50 | | |

* $p < 0,05$

Tablo 8’de katılımcıların gelir düzeyine göre internet bağımlılığı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları boyutlarının puan ortalamalarının Mann Whitney U Testi sonuçlarına göre, cinsel istismar (U:1354,000; $p < 0,05$) ve fiziksel ihmal (U:1456,500; $p < 0,05$) alt boyutlarının gelir düzeyine göre puan farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır. Sonuçlara göre, yüksek gelir seviyesinde olduklarını bildiren katılımcıların cinsel istismar ve fiziksel ihmal puanları orta gelir seviyesindekilere göre daha yüksektir.

Tablo 9. Yaşanılan Yer Değişkeni Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Mann Whitney U testi

| Yaşanılan Yer | N | \bar{X} sırası | Sıralar Toplamı | U | p |
|---------------|---|------------------|-----------------|---|---|
|---------------|---|------------------|-----------------|---|---|

| | | | | | | |
|---------------------------------|------------|-----|-------|---------|----------|---------------|
| Problemlİ İnternet Kullanımı | Büyükşehir | 113 | 73,88 | 8349,00 | 1908,000 | 0,576 |
| | Şehir | 36 | 78,50 | 2826,00 | | |
| Yalnızlık | Büyükşehir | 113 | 76,25 | 8616,00 | 1893,000 | 0,531 |
| | Şehir | 36 | 71,08 | 2559,00 | | |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | Büyükşehir | 113 | 72,85 | 8231,50 | 1790,500 | 0,280 |
| | Şehir | 36 | 81,76 | 2943,50 | | |
| ÇÇTÖ İstismar | Büyükşehir | 113 | 74,40 | 8407,00 | 1966,000 | 0,758 |
| | Şehir | 36 | 76,89 | 2768,00 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İstismar | Büyükşehir | 113 | 70,47 | 7963,50 | 1522,500 | 0,021* |
| | Şehir | 36 | 89,21 | 3211,50 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İhmal | Büyükşehir | 113 | 75,64 | 8547,00 | 1962,000 | 0,735 |
| | Şehir | 36 | 73,00 | 2628,00 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İstismar | Büyükşehir | 113 | 72,80 | 8226,50 | 1785,500 | 0,254 |
| | Şehir | 36 | 81,90 | 2948,50 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İhmal | Büyükşehir | 113 | 76,50 | 8644,00 | 1865,000 | 0,432 |
| | Şehir | 36 | 70,31 | 2531,00 | | |

* $p < 0,05$

Tablo 9’da katılımcıların yaşadıkları yere göre internet bağımlılığı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları boyutlarının puan ortalamalarının Mann Whitney U testi sonuçlarına göre, fiziksel istismar (U:1522,500; $p < 0,05$) puan ortalamaları yerleşim yerine göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Sonuçlara göre, şehirde yaşayan kişilerin fiziksel istismar puanları anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Tablo 10. Birlikte Yaşanan Kişiler Değişkeni Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutlarının Mann Whitney U Testi

| Kiminle Yaşıyor? | | N | \bar{X} sırası | Sıralar Toplamı | U | p |
|------------------------------|-------|-----|------------------|-----------------|----------|-------|
| Problemlİ İnternet Kullanımı | Aile | 104 | 72,90 | 7581,50 | 2121,500 | 0,366 |
| | Diğer | 45 | 79,86 | 3593,50 | | |

| | | | | | | |
|---------------------------------|-------|-----|-------|---------|----------|-------|
| Yalnızlık | Aile | 104 | 79,24 | 8241,00 | 1899,000 | 0,068 |
| | Diğer | 45 | 65,20 | 2934,00 | | |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | Aile | 104 | 74,50 | 7748,50 | 2288,500 | 0,831 |
| | Diğer | 45 | 76,14 | 3426,50 | | |
| ÇÇTÖ Cinsel İstismar | Aile | 104 | 74,24 | 7720,50 | 2260,500 | 0,737 |
| | Diğer | 45 | 76,77 | 3454,50 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İstismar | Aile | 104 | 73,26 | 7619,50 | 2159,500 | 0,449 |
| | Diğer | 45 | 79,01 | 3555,50 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İhmal | Aile | 104 | 73,57 | 7651,50 | 2191,500 | 0,515 |
| | Diğer | 45 | 78,30 | 3523,50 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İstismar | Aile | 104 | 72,81 | 7572,00 | 2112,000 | 0,329 |
| | Diğer | 45 | 80,07 | 3603,00 | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İhmal | Aile | 104 | 75,83 | 7886,00 | 2254,000 | 0,710 |
| | Diğer | 45 | 73,09 | 3289,00 | | |

Tablo 10’da katılımcıların birlikte yaşadıkları kişilere göre internet bağımlılığı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları boyutlarının puan ortalamaları için yapılan Mann Whitney U sonuçlarına göre, puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 11. İnternette Geçirilen Süre Değişkeni Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puan Ortalamaları ve Standart Sapma Değerleri

| <i>İnternette Geçirilen Süre</i> | | <i>N</i> | \bar{X} | <i>Ss</i> | <i>SH</i> | <i>Min</i> | <i>Maks</i> |
|----------------------------------|-----------------|----------|-----------|-----------|-----------|------------|-------------|
| Problemlili | 1-3 saat | 45 | 27,00 | 7,293 | 1,087 | 12 | 43 |
| İnternet | 4-6 saat | 58 | 28,36 | 7,285 | ,957 | 12 | 45 |
| Kullanımı | 6 saat ve üzeri | 46 | 30,65 | 8,187 | 1,207 | 12 | 58 |

| | | | | | | | |
|---------------------------------|-----------------|-----|-------|--------|-------|----|----|
| | Toplam | 149 | 28,66 | 7,664 | ,628 | 12 | 58 |
| Yalnızlık | 1-3 saat | 45 | 53,69 | 6,643 | ,990 | 20 | 66 |
| | 4-6 saat | 58 | 52,09 | 5,838 | ,767 | 37 | 67 |
| | 6 saat ve üzeri | 46 | 53,85 | 4,295 | ,633 | 44 | 64 |
| | Toplam | 149 | 53,11 | 5,704 | ,467 | 20 | 67 |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | 1-3 saat | 45 | 28,51 | 12,011 | 1,790 | 16 | 80 |
| | 4-6 saat | 58 | 30,28 | 14,368 | 1,887 | 16 | 79 |
| | 6 saat ve üzeri | 46 | 29,41 | 12,263 | 1,808 | 16 | 80 |
| | Toplam | 149 | 29,48 | 12,987 | 1,064 | 16 | 80 |
| ÇÇTÖ Cinsel İstismar | 1-3 saat | 45 | 15,64 | 2,577 | ,384 | 6 | 18 |
| | 4-6 saat | 58 | 17,02 | 2,417 | ,317 | 8 | 23 |
| | 6 saat ve üzeri | 46 | 16,98 | 1,949 | ,287 | 11 | 22 |
| | Toplam | 149 | 16,59 | 2,402 | ,197 | 6 | 23 |
| ÇÇTÖ Fiziksel İstismar | 1-3 saat | 45 | 10,13 | 1,546 | ,231 | 7 | 14 |
| | 4-6 saat | 58 | 10,59 | 2,026 | ,266 | 7 | 17 |
| | 6 saat ve üzeri | 46 | 10,72 | 1,870 | ,276 | 7 | 15 |
| | Toplam | 149 | 10,49 | 1,848 | ,151 | 7 | 17 |
| ÇÇTÖ Duygusal İhmal | 1-3 saat | 45 | 7,82 | 3,084 | ,460 | 6 | 21 |
| | 4-6 saat | 58 | 8,19 | 3,537 | ,464 | 6 | 27 |
| | 6 saat ve üzeri | 46 | 7,48 | 2,147 | ,317 | 6 | 14 |
| | Toplam | 149 | 7,86 | 3,022 | ,248 | 6 | 27 |
| ÇÇTÖ Duygusal İstismar | 1-3 saat | 45 | 10,87 | 2,128 | ,317 | 5 | 13 |
| | 4-6 saat | 58 | 11,95 | 1,669 | ,219 | 7 | 17 |
| | 6 saat ve üzeri | 46 | 12,00 | 1,700 | ,251 | 8 | 18 |
| | Toplam | 149 | 11,64 | 1,886 | ,155 | 5 | 18 |
| ÇÇTÖ Fiziksel İhmal | 1-3 saat | 45 | 3,93 | 1,268 | ,189 | 1 | 5 |
| | 4-6 saat | 58 | 3,57 | 1,416 | ,186 | 1 | 5 |
| | 6 saat ve üzeri | 46 | 3,93 | 1,218 | ,180 | 1 | 5 |
| | Toplam | 149 | 3,79 | 1,317 | ,108 | 1 | 5 |

Tablo 11’de katılımcıların internette geçirilen süreye göre internet bağımlılığı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları boyutlarının puan ortalamaları ve standart sapma değerleri verilmiştir. Puan ortalamalarının farklılaşmasına ilişkin ANOVA bulguları Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12. İnternette Geçirilen Süre Değişkeni Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Tek Yönlü Varyans Analizi

| Varyansın Kaynağı | | | KT | Sd | KO | F | p | Tukey |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------|-----------|-----|---------|-------|--------------|-----------------|
| Problemlİ İnternet Kullanımı | İnternet | Gruplar Arası | 311,712 | 2 | 155,856 | 2,715 | ,070 | |
| | | Gruplar İçi | 8381,831 | 146 | 57,410 | | | |
| | | Toplam | 8693,544 | 148 | | | | |
| Yalnızlık | Yalnızlık | Gruplar Arası | 100,912 | 2 | 50,456 | 1,563 | ,213 | |
| | | Gruplar İçi | 4714,148 | 146 | 32,289 | | | |
| | | Toplam | 4815,060 | 148 | | | | |
| Olumsuz değeriendirilme korkusu | Olumsuz değeriendirilme korkusu | Gruplar Arası | 79,185 | 2 | 39,592 | ,232 | ,793 | |
| | | Gruplar İçi | 24881,983 | 146 | 170,425 | | | |
| | | Toplam | 24961,168 | 148 | | | | |
| ÇÇTÖ İstismar | Cinsel | Gruplar Arası | 57,755 | 2 | 28,877 | 5,295 | ,006* | 2>3,1 |
| | | Gruplar İçi | 796,272 | 146 | 5,454 | | | |
| | | Toplam | 854,027 | 148 | | | | |
| ÇÇTÖ İstismar | Fiziksel | Gruplar Arası | 8,640 | 2 | 4,320 | 1,270 | ,284 | |
| | | Gruplar İçi | 496,595 | 146 | 3,401 | | | |
| | | Toplam | 505,235 | 148 | | | | |
| ÇÇTÖ İhmal | Duygusal | Gruplar Arası | 13,070 | 2 | 6,535 | ,713 | ,492 | |
| | | Gruplar İçi | 1338,970 | 146 | 9,171 | | | |
| | | Toplam | 1352,040 | 148 | | | | |
| ÇÇTÖ İstismar | Duygusal | Gruplar Arası | 38,385 | 2 | 19,192 | 5,741 | ,004* | 3>2,1 |
| | | Gruplar İçi | 488,045 | 146 | 3,343 | | | |
| | | Toplam | 526,430 | 148 | | | | |
| ÇÇTÖ İhmal | Fiziksel | Gruplar Arası | 4,722 | 2 | 2,361 | 1,369 | ,258 | |
| | | Gruplar İçi | 251,828 | 146 | 1,725 | | | |
| | | Toplam | 256,550 | 148 | | | | |

* $p < 0,05$

Tablo 12’de katılımcıların internette geçirilen süreye göre internet bağımlılığı, olumsuz değeriendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları boyutlarının puan ortalamalarının ANOVA bulgularına göre cinsel istismar [$F(5/143)=5,295$; $p < 0,05$] ve duygusal istismar [$F(5/143)=5,741$; $p < 0,05$] alt boyutlarının internette geçirilen süreye göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Yapılan Post Hoc Tukey HSD analizine göre 4-6 saat internette zaman geçirenlerin cinsel istismar puanları ve 6 saat ve üzeri internette vakit geçirdiğini bildiren katılımcıların duygusal istismar alt boyutları puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 13. İnterneti Kullanım Amacı Bakımından İnternet Kullanımı, Olumsuz Değeriendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Mann Whitney U Testi

| İnterneti Kullanım amacı | N | \bar{X} sırası | Sıralar Toplamı | U | p |
|--------------------------|---|------------------|-----------------|---|---|
|--------------------------|---|------------------|-----------------|---|---|

| | | | | | | |
|---------------------------------|--|-----|-------|----------|----------|-------|
| Problemlİ İnternet Kullanımı | Arkadaşlarımla-Ailemlle İletİşim Kurmak İçin | 127 | 73,35 | 9315,00 | | |
| | Diğler | 22 | 84,55 | 1860,00 | 1187,000 | ,260 |
| Yalnızlık | Arkadaşlarımla-Ailemlle İletİşim Kurmak İçin | 127 | 75,46 | 9583,00 | | |
| | Diğler | 22 | 72,36 | 1592,00 | 1339,000 | ,756 |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | Arkadaşlarımla-Ailemlle İletİşim Kurmak İçin | 127 | 76,11 | 9666,50 | | |
| | Diğler | 22 | 68,57 | 1508,50 | 1255,500 | ,448 |
| TÖ Cinsel İstismar | Arkadaşlarımla-Ailemlle İletİşim Kurmak İçin | 127 | 75,94 | 9644,50 | | |
| | Diğler | 22 | 69,57 | 1530,50 | 1277,500 | ,513 |
| TÖ Fiziksel İstismar | Arkadaşlarımla-Ailemlle İletİşim Kurmak İçin | 127 | 80,16 | 10180,00 | | |
| | Diğler | 22 | 45,23 | 995,00 | 742,000 | ,000* |
| ÇÇTÖ Duygusal İhmal | Arkadaşlarımla-Ailemlle İletİşim Kurmak İçin | 127 | 74,31 | 9437,50 | | |
| | Diğler | 22 | 78,98 | 1737,50 | 1309,500 | ,620 |
| ÇÇTÖ Duygusal İstismar | Arkadaşlarımla-Ailemlle İletİşim Kurmak İçin | 127 | 75,79 | 9625,50 | | |
| | Diğler | 22 | 70,43 | 1549,50 | 1296,500 | ,578 |
| ÇÇTÖ Fiziksel İhmal | Arkadaşlarımla-Ailemlle İletİşim Kurmak İçin | 127 | 77,11 | 9793,00 | | |
| | Diğler | 22 | 62,82 | 1382,00 | 1129,000 | ,133 |

* $p < 0,05$

Tablo 13'te internet kullanım amacına göre problemlİ internet kullanımı, yalnızlık, olumsuz değerlendirilme ve çocukluk ağı travmalarının Mann Whitney U testi sonuçlarına göre, fiziksel istismar (U: 742,000; $p < 0,05$) puan ortalama sıralarının anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Sonuçlara göre, aile ve arkadaşlarıyla İletİşim kurmak İçin internet kullanmayı tercih eden katılımcıların fiziksel istismar puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

4.3. Katılımcıların İnternet Kullanımı, Yalnızlık, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve çocukluk ağı Travmaları Boyutları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Katılımcıların İnternet Kullanımı, Yalnızlık, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve çocukluk ağı Travmaları Boyutları arasındaki İlişkinin incelenmesi amacıyla Pearson korelasyonu uygulanmıştır. Analizlere İlişkin Bulgular Tablo 14'te verilmiştir:

Tablo 14. Katılımcıların Problemlı İnternet Kullanımı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmaları Alt Boyutlarının Korelasyon Analizi

| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|---------------------------------|---|-------|--------|---------|---------|--------|---------|--------|-----|
| Problemlı İnternet Kullanımı | R | 1 | | | | | | | |
| | P | | | | | | | | |
| | N | 149 | | | | | | | |
| Yalnızlık | R | ,069 | 1 | | | | | | |
| | P | ,403 | | | | | | | |
| | N | 149 | 149 | | | | | | |
| Olumsuz değerlendirilme korkusu | R | ,183* | -,029 | 1 | | | | | |
| | P | ,026 | ,725 | | | | | | |
| | N | 149 | 149 | 149 | | | | | |
| ÇÇTÖ Cinsel İstismar | R | -,121 | ,097 | -,212** | 1 | | | | |
| | P | ,140 | ,239 | ,010 | | | | | |
| | N | 149 | 149 | 149 | 149 | | | | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İstismar | R | -,087 | ,027 | ,048 | ,208* | 1 | | | |
| | P | ,290 | ,740 | ,559 | ,011 | | | | |
| | N | 149 | 149 | 149 | 149 | 149 | | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İhmal | R | ,191* | -,007 | ,270** | -,301** | ,097 | 1 | | |
| | P | ,020 | ,937 | ,001 | ,000 | ,239 | | | |
| | N | 149 | 149 | 149 | 149 | 149 | 149 | | |
| ÇÇTÖ Duygusal İstismar | R | -,081 | ,172* | -,216** | ,528** | ,317** | -,205* | 1 | |
| | P | ,326 | ,036 | ,008 | ,000 | ,000 | ,012 | | |
| | N | 149 | 149 | 149 | 149 | 149 | 149 | 149 | |
| ÇÇTÖ Fiziksel İhmal | R | -,136 | ,308** | -,104 | ,389** | ,206* | -,293** | ,288** | 1 |
| | P | ,099 | ,000 | ,205 | ,000 | ,012 | ,000 | ,000 | |
| | N | 149 | 149 | 149 | 149 | 149 | 149 | 149 | 149 |

*. $p < 0,05$

** . $p < 0,01$

Tablo 14'te korelasyon bulgularına göre;

İnternet bağımlılığı ile olumsuz değerlendirilme korkusu ($r = ,183$; $p < 0,05$) ve duygusal ihmal ($r = ,191$; $p < 0,05$) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir. Yalnızlık ile duygusal istismar ($r = ,172$; $p < 0,05$) ve fiziksel ihmal ($r = ,308$; $p < 0,01$) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir. Olumsuz değerlendirilme korkusu ile cinsel istismar ($r = -,212$; $p < 0,01$) ve duygusal istismar ($r = -,216$; $p < 0,01$) negatif yönlü; duygusal ihmal ile ($r = ,270$; $p < 0,01$) pozitif yönlü ilişkili bulunmuştur. Cinsel istismar ile duygusal ihmal ($r = -,301$; $p < 0,01$) negatif ilişkili; duygusal istismar ($r = ,528$; $p < 0,01$) ve fiziksel ihmal ($r = ,389$; $p < 0,01$) pozitif yönlü anlamlı ilişkili bulunmuştur. Fiziksel istismar ile

duygusal istismar ($r=,317$; $p<0,01$) ve fiziksel ihmal ($r=,206$; $p<0,01$) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir. Duygusal ihmal ile duygusal istismar ($r=-,205$; $p<0,05$) ve fiziksel ihmal ($r=-,293$; $p<0,01$) negatif yönlü anlamlı ilişkidir. Duygusal istismar ile fiziksel ihmal ($r=,288$; $p<0,01$) pozitif yönlü anlamlı ilişkilidir.



BÖLÜM V

TARTIŞMA

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinde olumsuz değerlendirilme korkusu, problemli internet kullanımı, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişkiyi

incelemiştir. Elde edilen sonuçların anlamlı saptandığı ve daha önce benzer değişkenlerle yapılan çalışmalarla benzerlikleri olduğu görülmüştür. Araştırmada ilk olarak, demografik değişkenlerin sıklık dağılımları verilmiş, araştırma değişkenleri olan problemlili internet kullanımı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları alt boyutlarının demografik değişkenlere göre farklılıkları incelenmiştir.

Demografik değişkenlere göre, araştırmada kadınların sayısının erkeklere göre daha fazla olduğu görülmektedir. Ayrıca, çalışma yaş ortalaması itibariyle erken erişkin bireylerle yürütülmüştür. Yaş ortalamaları 20,8 olan katılımcıların büyük bir oranı büyükşehirde yaşamaktadır. Orta gelir seviyesinde ve ebeveynleri lise mezunu olan katılımcıların daha fazla olduğu örnekleme psikolojik rahatsızlığı olduğunu bildiren yaklaşık %10 katılımcı bulunmaktadır. Verilen soru formunda, psikolojik rahatsızlık ile ilgili açıklama istenmemiştir. Katılımcıların alkol ve sigara kullanımı yaklaşık %40 ve %30 olarak bildirilmiştir.

İnternet kullanımına ilişkin bireysel değişkenler incelendiğinde, gün içinde 4 ile 6 saat arasında internette vakit geçirenlerin sayısı daha fazladır. Ayrıca, katılımcıların internet erişimi sağlamalarının en öncelikli sebebinin aile veya arkadaşlarıyla iletişim kurmak olduğu belirtilmiştir. Bununla birlikte, katılımcıların internet kullanımı amaçları arasında, fotoğraf paylaşımı yapmak, stil önerileri almak, bilgi edinmek ve araştırma yapmak gibi amaçlar da yer almaktadır.

Araştırma değişkenlerinin demografik değişkenlerle karşılaştırılması sonucunda, cinsiyete göre, problemlili internet kullanımı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları alt boyutları arasında ilişki saptanmamıştır. Yapılan bir çalışmada ise erkeklerin problemlili internet kullanımı oranının kızlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır (Anand ve ark, 2018; Chin ve ark, 2008). Öte yandan, psikolojik rahatsızlığı olduğunu bildiren katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte, çocukluk çağı travmaları ile psikopatoloji konusunda yapılan çalışmalarda, kişilerin erken dönem yaşantılarının, daha sonrası dönemlerde oluşabilecek

psikopatolojiler için risk faktörü olduğu ifade edilmiştir. Bu doğrultuda, çocukluk döneminde maruz kalınan travmatik durumların ergenlik ve erişkinlik döneminde depresyon anksiyete ve bağımlılık bozuklukları ve travma sonrası stres bozukluğu ile ilişkili olduğu öne sürülmektedir. Kişilerin erken dönem yaşantılarının, kendileri ve dış çevreyle ilgili olarak düşüncelerini etkilemesinden ötürü, kişilerin ilerleyen dönemlerde karşılaşılabilecekleri zorluklara ilişkin yetersizlik duygusunun daha fazla olabileceği düşünülmektedir. Duygusal istismarın psikolojik rahatsızlıkları olmayan kişilerde daha yüksek olması bu durumla tutarlılık göstermemektedir. Farklı olmasına yönelik, duygusal istismar bakım verenleri ya da çevresindeki diğer insanlar tarafından kırıcı, değersizleştirici ve ilgisiz ifadelerle çocuğa kötü davranma olarak tanımlanması ve bu durum ilerleyen dönemlerde psikolojik rahatsızlıklar için risk faktörü olabileceği düşünülmektedir. Bu durumda, duygusal istismara maruz kalan çocukların kendilerine ilişkin genellemelerinin yetersizlik, değersizlik, öfke ve başarısızlık üzerine olabileceği görülmektedir. Kendisini sevilebilir biri olarak hissetmeyen ve çevresindeki insanların ona bunu doğrulayacak şekilde davranmaması, ilerleyen dönemlerde düşük benlik saygısı ve duygu düzenleme güçlükleriyle kendisini göstermektedir. Duygusal ihmal alt boyutu değerlendirildiğinde, farklılığın anlamlı olmamasıyla birlikte, psikolojik rahatsızlığı olan bireylerin duygusal ihmal alt boyutu puanları daha yüksek bulunmuştur. Çocukluk döneminde deneyimlenen olumsuz durumların neticesinde, içselleştirilmenin, kişilerin yetersizliğine yönelik olması psikopatoloji görülmesi adına önemli bir risk faktörü oluşturmaktadır. Ayrıca, psikolojik rahatsızlığı olduğunu bildiren katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durumda da kişilerin başkaları tarafından eleştirilmesi ve değersizleştirilmesi, dış çevrenin genel olarak kişiye karşı böyle bir tutumda olacağına ilişkin yanlış bir algıya sebebiyet verebilmektedir. Anksiyete ve Depresyon gibi psikopatolojilerin Bilişsel Davranışçı Model çerçevesinde ele alındığında, kişilerin kendilerine ve dış çevreye ilişkin işlevsel olmayan bilişsel temsilleri olduğu ve bu durumun duygu durum işlevlerinin bozulmasına yol açtığı belirtilmektedir (Beck ve ark, 1967). Genelleyici tutumlar, kişilerin diğer insanlar tarafından olumsuz değerlendirilmeye karşı kaygıya sebebiyet verebilir.

Aynı şekilde, çocukluk çağı travmaları ile alkol ve madde kullanımı arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmalarda, kişilerin içinde buldukları duygusal sıkıntıları bertaraf etmek amacıyla, kendisini yatıştırarak bir mecraya yönelimi daha fazla olmaktadır. Duygu düzenleme güçlüğü bulunan, hayatta karşılaştığı zorluklarla etkin bir biçimde mücadele edemeyeceğini düşünen bireyler için ödül ve yenilik arayışı önemli bir başa çıkma yöntemi olarak ele alınmaktadır. Kişilerin alkol ve madde ya da diğer haz verici davranışlara yöneliminin arkasında, karşılaştıkları olumsuz durumlarla veya hissettikleri olumsuz duygulardan kaçınarak baş etmek yer almaktadır. Bu çalışmada, kişilerin alkol ve sigara kullanımının psikopatolojik düzeyde olup olmadığı bilinmemektedir; fakat kullanım oranı düşünüldüğünde, ilerleyen dönemler için bağımlılık bozuklarının görülmesi adına risk faktörü oluşturabileceği düşünülmektedir.

İnternet kullanımına ilişkin değişkenler arasında, internette geçirilen süreye çocukluk çağı travmaları arasında cinsel ve duygusal istismar boyutlarında puanların farklı olduğu görülmektedir. İnternette, gün içerisinde 4-6 saat ve 6 saatten fazla zaman geçiren katılımcıların duygusal ve cinsel istismar puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, interneti arkadaşları ile iletişim kurma amacıyla kullanan kişilerin fiziksel istismar puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Shackman ve meslektaşları (2011), fiziksel kötüye kullanım sonucunda duygu düzenleme sorunlarının saldırgan davranışların görüldüğünü belirtmiştir. Ayrıca, Lissek ve meslektaşları (2015) travmaya maruz kalma durumunun kişilerde duygusal ve sosyal öğrenme süreçlerini etkilediğini ve ilerleyen dönemlerde farklı ve uyumsuz başa çıkma becerilerinin görülmesinde risk faktörü oluşturduğunu ifade etmişlerdir. Bu çalışmada, internette geçirilen süreye göre problemlili internet kullanımı anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır; fakat literatürde yer alan çalışmalar ve problemlili internet kullanımı tanımı gereği, internette geçirilen sürenin fazla olması önemli bir belirleyicidir. Bu konu ile ilgili Polonya’da yapılan bir araştırmada, bilgisayar oyunu ve İnternet bağımlılığı yaygınlığı genç erişkinlerde incelenmiştir. Çalışmada, problemlili internet kullanımı ile ilişkilendirilen değişkenin, sosyal medya kullanımında geçirilen süre olduğu saptanmıştır.

Araştırmada karşılaştırılan demografik değişkenler arasında yer alan gelir düzeyi değişkenine göre cinsel istismar ve fiziksel ihmal puanlarının farklı olduğu ve yüksek gelir düzeyinde olduğunu bildiren katılımcılarda cinsel istismar ve fiziksel ihmal puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmalarda ise, sosyoekonomik düzeyin düşük olması, çocukluk döneminde kötü muamele ile ilişkilendirilmiştir. Burada ise, yüksek gelir düzeyindekilerin çocukluk dönemindeki travmatik deneyimlerinin daha fazla olduğuna rastlanmıştır. Aynı şekilde, farklı olacağı düşünülen diğer bir bulgu da büyükşehirde yaşayan kişilerin fiziksel istismar puanlarını daha yüksek bildirdiği şeklindedir.

Araştırma değişkenleri arasındaki ilişki incelendiğinde, problemlili internet kullanımı ile olumsuz değerlendirilme korkusu ve duygusal ihmal arasında pozitif yönlü ilişki olduğu görülmektedir. Bu durum, kişilerin gerçek zamanlı ve yüz yüze iletişimden kaçınma sebebi olarak, başkaları tarafından eleştirilme veya küçük düşürülmeye yönelik kaygı hissetmelerinden kaynaklı olabileceği ve kişilerin bu durumdan kaçınmak amacıyla sanal ortamda iletişim kurmayı tercih etmesi olarak gösterilebilmektedir. Literatürde yer alan çalışmalarda, Anand ve meslektaşları (2018) üniversite öğrencileriyle yapmış oldukları çalışmada yaşları 18-21 arasında değişen Tıp fakültesi öğrencilerinde akademik başarı, psikolojik sıkıntı ve problemlili internet kullanımını incelemişlerdir. Sonuçlara göre, internette daha çok zaman geçirenlerin daha fazla psikolojik problemi olduğu ve çoğunlukla depresif belirtilerin görüldüğü saptanmıştır. Kişilerin duygularını düzenlemek ve başa çıkmak için internet kullanımına yönelmesi ve daha sonrasında problemlili kullanım veya bağımlılık düzeyinde seyretmesine ilişkin yapılan diğer bir çalışmada, Ceyhan ve meslektaşları (2018), internet bağımlılığı, bağlanma stilleri, duygu düzenleme becerileri, depresyon ve anksiyete arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmada korkulu ve saplantılı bağlanma stiline sahip olmanın problemlili internet kullanımı ile ilişkisi olduğu görülmüştür. Aynı zamanda, erkeklerde, duygu düzenleme güçlükleri yaşayanlarda, depresyon ve anksiyete belirtileri yüksek olanlarda problemlili internet kullanımı yaygınlığı daha fazla bulunmuştur. Bu görüşlerle paralel olarak kişilerin olumsuz değerlendirilme korkusu ile duygusal ihmal arasında ilişki olduğu görülmüş; aynı zamanda bu iki değişkenin problemlili internet bağımlılığı ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Kişilerin kaygı hissetmeleri ile duygusal ihmal neticesinde görülebilecek duygu düzenleme

güçlükleri ve uyum sorunlarının, kişilerin üstesinden gelemedikleri durumlarda sanal ortamda daha fazla zaman geçirmelerine yol açabilmektedir. Elde edilen sonucun bu açıdan tutarlı olduğu düşünülmektedir.

Yalnızlık ve problemlerli internet kullanımı arasında ilişki saptanmayan bu çalışmada, duygusal istismar ve fiziksel ihmal ile yalnızlık arasında ilişki olduğu görülmüştür. Yalnızlık düzeyleri yüksek olan kişilerin aynı zamanda duygusal istismar ve fiziksel ihmal düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Yukarıda da belirtildiği üzere, duygusal istismar sonucunda yetersizlik ve değersizlik hissedebilen bireyler için yalnızlık kişilerin kendi seçimleri olarak görülebilmektedir. Ayrıca ebeveynin fiziksel ihmal içeren davranışları da çocuğu yok saymaları şeklinde görülebildiğinden kaynaklı olarak yalnızlık hissinin daha fazla olabileceği düşünülebilir.

5.2. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin problemlerli internet kullanımı, olumsuz değerlendirilme korkusu, yalnızlık ve çocukluk çağı travmaları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada elde edilen anlamlı sonuçların olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, çalışmaya ilişkin metodolojik sınırlılıklar olduğu düşünülmektedir. İlk olarak, katılımcı sayısının evreni temsil edebilirliği açısından sınırlı olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, araştırmadaki değişken sayısına bağlı olarak katılımcılara uygulanan anketlerin sayısı ve madde sayısının fazla olduğu görülmektedir. Bu durum anketlerin katılımcılar tarafından doldurulmasında sınırlılık oluşturabileceği düşünülmektedir. Uzun bir anket çalışması olması sebebiyle katılımcıların anketi yarıda bırakma olasılıklarının daha fazla olabileceğinden ötürü kısıtlılık olarak düşünülebilir. Ayrıca, katılımcıların sorulara verdiği yanıtların kendilerine ilişkin doğru yanıtlar olduğu düşünülse de yanlış olarak cevap verme olasılıkları her zaman söz konusudur. Bu durum, kontrol edilememesi sebebiyle sınırlılık oluşturabilmektedir. Belirtilen sınırlılıkların bertaraf edilmesi adına çalışmanın farklı örneklerle tekrar edilebileceği düşünülmektedir.

5.3. Yeni Çalışmalar için Öneriler

Araştırmada elde edilen sonuçların, problemlı internet kullanımı ve ilişkili psikolojik faktörlerin üniversite öğrencilerinde incelenmesine ilişkin önemli veriler sunduğu düşünülmektedir. İlerleyen dönemlerde yapılacak çalışmalarla tekrar edilebileceği ya da farklı değişkenlerin dâhil edilmesiyle kapsamın genişletilebileceği düşünülmektedir. İlk olarak, problemlı internet kullanımı ile ilişkilendirilen değişkenler arasında, mobil cihaz kullanımı ve sosyal medya kullanımı yer almaktadır. Özellikle problemlı internet kullanımı ile ilişkilendirilen bu iki değişkenin üniversite öğrencilerindeki düzeylerinin incelenmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, duygu düzenleme becerileri ve bunun gelişiminde önemli bir unsur olduğu kabul edilen bağlanma biçimlerinin araştırmaya dâhil edilebileceği ve bu sayede önemli bulguların elde edilebileceği düşünülmektedir. Uygulamaların yapılandırılması açısından ise, problemlı internet kullanımına ilişkin koruyucu ve önleyici çalışmaların söz konusu değişkenlerin göz önünde bulundurulması ile daha etkin bir biçimde sürdürülebileceği düşünülmektedir.

BÖLÜM VI

SONUÇ

Araştırmada elde edilen sonuçlara göre,

- Araştırmaya katılan 149 kişi bulunmaktadır.
- Katılımcılar arasında kadınların sayısı daha fazladır.
- Katılımcıların yaş ortalaması 20,8'dir.
- Katılımcılar çoğunlukla orta gelir seviyesinde ve büyükşehirde yaşayan kişilerdir.
- Katılımcıların anne ve baba eğitim düzeyi çoğunluk olarak lise mezunudur.
- Katılımcıların büyük bir çoğunluğu aileleriyle yaşamaktadır.
- Katılımcıların yaklaşık %10'unda psikolojik rahatsızlık olduğu belirtilmiştir.
- Katılımcıların yaklaşık %8'inde kronik rahatsızlık bulunmaktadır.
- Katılımcıların %42'sinin alkol; %30'unun sigara kullandığı belirtilmiştir.
- İnternette geçirilen süre en çok 4-6 saat arasında şeklinde yanıtlanmıştır.
- Katılımcılar internet erişimini aile ya da arkadaşlarıyla iletişim kurmak için tercih ettiğini belirtmiştir. Bunun dışında, araştırma yapmak, stil önerileri almak, internet günlükleri ve fotoğraf yüklemek için internet erişimi sağlayan katılımcıların olduğu görülmüştür.
- Psikolojik rahatsızlığı olduğu belirten katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu puanları daha yüksektir.
- Alkol kullananlarda olumsuz değerlendirilme korkusu anlamlı düzeyde daha düşüktür.
- Alkol kullandığını belirten katılımcıların cinsel istismar puanları daha yüksektir.
- Cinsel istismar ve fiziksel istismar puanları yüksek gelir seviyesindeki katılımcılarda en yüksektir.
- 6 saat ve üzeri internette zaman geçiren katılımcıların cinsel ve duygusal istismar puanları daha yüksek bulunmuştur.
- Problemlerle internet kullanımı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasında pozitif ilişki saptanmıştır.

- Problemlü internet kullanımı ile duygusal ihmal arasında pozitif ilişki saptanmıştır.
- Yalnızlık ile duygusal istismar ve fiziksel ihmal pozitif ilişkili bulunmuştur.
- Olumsuz değerlendirilme korkusuyla duygusal ihmal arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.



KAYNAKÇA

Acarturk C, de Graaf R, van Straten A, Have MT, Cuijpers P. Social phobia and

number of social fears, and their association with comorbidity, health-related quality of life and help seeking: A population-based study. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol* 2008; 43:273-279

Alemdağ S, (2013). *Öğretmen adaylarında fiziksel aktiviteye katılım sosyal görünüş kaygısı ve sosyal öz-yeterlik ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: Author.

American Psychological Association Presidential Task Force on Posttraumatic Stress Disorder and Trauma in Children and Adolescents. (2008). *Children and trauma: Update for mental health professionals*. American Psychological Association. R

Anand, N., Thomas, C., Jain, P. A., Bhat, A., Thomas, C., Prathyusha, P. V., . . . Cherian, A. V. (2018). Internet use behaviors, internet addiction and psychological distress among medical college students: A multi centre study from South India. *Asian Journal of Psychiatry*, 37, 71-77. doi: 10.1016/j.ajp.2018.07.020

Aydemir Ö, Köroğlu E (2012) *Psikiyatride kullanılan klinik ölçekler*. Ankara HYB Basım Yayın, s. 655-661

Baek, H. G., & Ha, T. H. (2018). Association between psychological mindsets of university students and over-dependency on smartphone. *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 9(9), 1323-1327. doi: 10.5958/0976-5506.2018.01176.2

Black D. W., Belsare G., Schlosser S. (1999). Clinical features, psychiatric comorbidity, and health-related quality of life in persons reporting compulsive computer use behavior. *J. Clin. Psychiatry* 60 839–844

Bonetti, L., Campbell, M., & Gilmore, L.(2010). The relationship of loneliness and social anxiety with children's and adolescents' online communication. *CyberPsychology and Behavior*,13, 279-285

Caplan, S. E. (2002) Problematic Internet use and psychosocial wellbeing:development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument, *Computers in Human Behavior*, 18, 553-575.

- Ceyhan, E., Boysan, M., & Kadak, M. T. (2018). Associations between online addiction attachment style, emotion regulation depression and anxiety in general population testing the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Sleep and Hypnosis*, 21(2), 123-139. doi: 10.5350/Sleep.Hypn.2019.21.0181
- Chin B.S., Chung, E.Y., Baek K.A., Cho H.N., & Cho MS. Relationship between internet addiction tendency and temperament characteristics in high school students. *J Korean Acad Addict Psychiatry* 12, 76–82.
- Çetin, B., Doğan, T., ve Sapmaz, F. (2010) Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 35, 205-216
- De Young, A. C., Kenardy, J. A., & Cobham, V. E. (2011). Trauma in early childhood: A neglected population. *Clinical Child & Family Psychology Review*, 14, 231–250. doi:10.1007/s10567-011-0094-3
- Demir, A. (1989). UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirligi. *Psikoloji dergisi*, 7(23), 14-18.
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Alghraibeh, A. M., Alafnan, A. A., Aldraiweesh, A. A., & Hall, B. J. (2018). Fear of missing out: Testing relationships with negative affectivity, online social engagement, and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 89, 289-298. doi: 10.1016/j.chb.2018.08.020
- Elhai, J. D., Vasquez, J. K., Lustgarten, S. D., Levine, J. C., & Hall, B. J. (2018). Proneness to Boredom Mediates Relationships Between Problematic Smartphone Use With Depression and Anxiety Severity. *Social Science Computer Review*, 36(6), 707-720. doi: 10.1177/0894439317741087
- Evren, C., Dalbudak, E., Topcu, M., Kutlu, N., Evren, B., & Pontes, H. (2018). Psychometric validation of the Turkish nine-item Internet Gaming Disorder Scale-Short Form (IGDS9-SF). *Psychiatry Research*, 265, 349–354.
- Griffiths MD. A components model of addiction within a biopsychosocial framework. *J. Substance. Use* 10(4), 191-197 (2005).
- Kessler RC, Stang P, Wittchen HU, Stein M, Walters EE Lifetime co-morbidities between social phobia and mood disorders in the US national comorbidity

- survey. *Psychol Med* 1999; 29:555-567.
- Kuss DJ, Griffiths MD, Karila L, et al. Internet addiction: a systematic review of epidemiological research for the last decade. *Cur. Pharm. Des* 20(25), 4026-4052 (2014)
- Kutlu, M., Savci, M., Demir, Y., & Aysan, F. (2016). Turkish adaptation of young's internet addiction test-short form: A reliability and validity study on university students and adolescents. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 17(1), 69-76.
- Lawal, A. M. and E. S. Idemudia (2018). "Gender difference, class level and the role of internet addiction and loneliness on sexual compulsivity among secondary school students." *International Journal of Adolescence and Youth* 23(4): 422-430.
- Lawal, A. M., & Idemudia, E. S. (2018). Gender difference, class level and the role of internet addiction and loneliness on sexual compulsivity among secondary school students. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(4), 422-430. doi: 10.1080/02673843.2017.1406380
- Leary, M. (1983). A Brief Version of the Fear of Negative Evaluation Scale" (PDF). *Personality and Social Psychology Bulletin*. 9 (3), 371–75.
- Lei, H., Cheong, C. M., Li, S., & Lu, M. (2018). The relationship between coping style and Internet addiction among mainland Chinese students: A meta-analysis. *Psychiatry Research*, 270, 831-841. doi: 10.1016/j.psychres.2018.10.079
- Lei, H., et al. (2018). "The relationship between coping style and Internet addiction among mainland Chinese students: A meta-analysis." *Psychiatry Research* 270: 831-841.
- Lieberman, A. F., & Van Horn, P. (2009). Giving voice to the unsayable: Repairing the effects of trauma in infancy and early childhood. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 18, 707–720. doi:10.1016/j.chc.2009.02.007.
- Lissek S. & van Meurs B. (2015). Learning models of PTSD: Theoretical accounts and psychobiological evidence. *International Journal of Psychophysiology*. 98, 594–605
- Mellouli, M., Zammit, N., Limam, M., Elghardallou, M., Mtiraoui, A., Ajmi, T., &

- Zedini, C. (2018). Prevalence and predictors of internet addiction among college students in sousse, Tunisia. *Journal of Research in Health Sciences*, 18(1).
- Mülazımoğlu Ö., Kirazcı S., & Aşçı F.H. (2002). *Sporcu ve sporcu olmayan bayanların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri*. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongre, 27-29 Ekim Antalya, Türkiye.
- Park, M. H., Park, S., Jung, K. I., Kim, J. I., Cho, S. C., & Kim, B. N. (2018). Moderating effects of depressive symptoms on the relationship between problematic use of the Internet and sleep problems in Korean adolescents. *BMC Psychiatry*, 18(1). doi: 10.1186/s12888-018-1865-x
- Savci, M., & Aysan, F. (2017). Technological addictions and social connectedness: predictor effect of internet addiction, social media addiction, digital game addiction and smartphone addiction on social connectedness. *Dusunen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 30(3), 202–216.
- Shackman J.E, Shackman A.J, Pollak S.D. (2007). Physical abuse amplifies attention to threat and increases anxiety in children. *Emotion*. 7:838–842.
- Shackman, A.J., Salomons, T.V., Slagter, H.A., Fox, A.S., Winter, J.J., Davidson, R.J., 2011. The integration of negative affect, pain and cognitive control in the cingulate cortex. *Nat. Rev. Neurosci.* 12 (3), 154–167
- Shapira N, Goldsmith T, Keck Jr P, et al. Psychiatric features of individuals with problematic Internet use. *J. Affect. Disord* 57(1-3), 267-272 (2000).
- Solomon, M., Bamossy, G., Askegaard, S., and Hogg, M. (2011). *Consumer Behavior: Buying: A European Perspective*. 4rd ed., Financial Times Press.
- Şar V, Öztürk E, İkikardeş, E (2012): Validity and reliability of the Turkish Version of Childhood Trauma Questionnaire (CTQ). *Türkiye Klinikleri Tıp Bilimleri Dergisi*. (Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences), 32(4):1054-1063.
- Tao R, Huang X, Wang J, et al. Proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Addiction* 105(3), 556-564 (2010).
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33, 448-457

- Weinstein A, Lejoyeux M. Internet addiction or excessive Internet use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*. 2010 Aug;36(5):277–83.
- Weiss, R.S. (1987) Reflections on the Present State of Loneliness Research. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2, 1-16.
- Yaman Ç, Tesneli Ö, Kosu S, Yalvarıcı N, Tel M & Gelen N, (2008). Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5-2.
- Yen, J. Y., Yen, C. F., Chen, C. S., Wang, P. W., Chang, Y. H., & Ko, C. H. (2012). Social anxiety in online and real-life interaction and their associated factors. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 15(1), 7-12.
- Young KS. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychol. Behav* 11(1), 237-244 (1998).
- Young, K. S. (1996) Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder, Paper presented at the 104th Annual Meeting of the American Psychological Association, Toronto.
- Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1, 237-244.
- Young, K. S. Internet Addition Signs and Symptoms (Online), Available: <http://www.healthyplace.com/addictions/internet-addiction/symptoms-internet-addiction/>
- Yüceant M. (2013) *Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygı düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans Tezi, Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray, 9-29.

EKLER

EK-1. Sosyo-demografik Bilgi Formu

Yaşınız _____

Cinsiyetiniz

1. Kadın
2. Erkek

Bölümünüz: _____

Gelir Düzeyiniz nedir?

1. Çok düşük
2. Düşük
3. Orta
4. Yüksek
5. Çok Yüksek

Medeni Durumunuz nedir?

1. Bekar
2. Evli
3. Boşanmış
4. Dul

En uzun süre ile ikamet ettiğiniz yerleşim birimi nedir?

1. Büyükşehir
2. Şehir
3. Köy
4. Kasaba

Anneniz hayatta mı?

1. Sağ
2. Ölü

Babanız hayatta mı?

1. Sağ
2. Ölü

Anne-baba birlikte mi?

3. Birlikte
4. Ayrı

Annenizin Eğitim Düzeyi nedir?

1. İlköğretim
2. Lise
3. Lisans
4. Lisansüstü

Babanızın eğitim düzeyi nedir?

1. İlköğretim
2. Lise
3. Lisans
4. Lisansüstü

Kiminle yaşıyorsunuz?

1. Aile

2. Akrabalar
3. Arkadaş
4. Eş ya da partnerle
5. Yalnız

Tanı almış psikiyatrik bir rahatsızlığınız var mı?

1. Evet Varsa nedir? _____
2. Hayır

Fiziksel bir rahatsızlığınız var mı?

1. Evet Varsa nedir? _____
2. Hayır

Günde kaç saat İnternet kullanıyorsunuz?

1. 1-3 saat
2. 4-6 saat
3. 6-8 saat
4. 8 saat ve üzeri

İnterneti kullanma amacınız nedir? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz)

- 1.() Arkadaşlarımla- Ailemle iletişim kurmak için.
- 2.() Yeni insanlarla tanışmak, iletişim kurmak için.
- 3.() Fotoğraflara bakmak- Fotoğraf yüklemek ve paylaşmak için.
- 4.() Blog yazmak için
- 5.() Stil önerileri almak için.

Alkol tüketiyor musunuz?

1. Evet Ne sıklıkla? _____
2. Hayır

Sigara Kullanıyor musunuz?

1. Evet Günde kaç adet? _____
2. Hayır

EK-2. UCLA Yalnızlık Ölçeği

| Sorular | Ben bu durumu HIÇ Yaşamadım | Ben bu durumu NADİREN Yaşarım | Ben bu durumu BAZEN Yaşarım | Ben bu durumu SIK SIK Yaşarım |
|---|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|
| 1. Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum | | | | |
| 2. Arkadaşım yok. | | | | |
| 3. Başvurabileceğim hiç kimse yok. | | | | |
| 4. Kendimi tek başınaymışım gibi hissetmiyorum. | | | | |
| 5. Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum | | | | |
| 6. Çevremdeki insanlarla bir ortak yönüm var. | | | | |
| 7. Artık hiç kimseyle samimi değilim. | | | | |
| 8. İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşıyor. | | | | |
| 9. Dışa dönük bir insanım. | | | | |
| 10. Kendime yakın hissettiğim insanlar var. | | | | |
| 11. Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum. | | | | |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| 12. Sosyal ilişkilerim yüzeyseldir. | | | | |
| 13. Hiç kimse beni gerçekten iyi tanımıyor. | | | | |
| 14. Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum. | | | | |
| 15. İstedğim zaman arkadaş bulabilirim. | | | | |
| 16. Beni gerçekten anlayan insanlar var. | | | | |
| 17. Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum. | | | | |
| 18. Çevremde insanlar var ama benimle değiller. | | | | |
| 19. Konuşabileceğim insanlar var. | | | | |
| 20. Derdimi anlatabileceğim insanlar var. | | | | |

EK-3. Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği

Bu sorular **çocukluğunuzda ve ilk gençliğinizde (20 yaşından önce)** basınıza gelmiş olabilecek bazı olaylar hakkındadır. Her bir soru için sizin durumunuza uyan rakamı daire içerisine alarak işaretleyiniz. Sorulardan bazıları özel yaşamınızla ilgilidir; lütfen elinizden geldiğince gerçeğe uygun yanıt veriniz. Yanıtlarınız gizli tutulacaktır.

Hiçbir zaman Nadiren Zaman Zaman Sıklıkla Çok Sık olarak

1 2 3 4 5

Çocukluğumda ya da ilk gençliğimde...

1. Yeterli yemek bulamazdım. 1 2 3 4 5
2. Ailemdelikiler bana “salak”, “beceriksiz” yada “tipsiz” gibi sıfatlarla seslenirlerdi. 1 2 3 4 5
3. Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhos olur yada uyusturucu alırlardı. 1 2 3 4 5
4. Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmeme yardımcı olan birisi vardı. 1 2 3 4 5
5. Kirli giysiler içersinde dolaşmak zorunda kalırdım. 1 2 3 4 5
6. Sevildigimi hissediyordum. 1 2 3 4 5
7. Ana babamın benim dogmus olmamı istemediklerini düşünüyordum. 1 2 3 4 5
8. Ailemden birisi bana öyle kötü vurmustu ki doktora yada hastaneye gitmem gerekmişti. 1 2 3 4 5
9. Ailemdelikiler bana o kadar şiddetle vuruyorlardı ki vücudumda morartı yada sıyrıklar oluyordu. 1 2 3 4 5
10. Kayıs, sopa, kordon yada baska sert bir cisimle vurularak cezalandırılıyordum. 1 2 3 4 5
11. Ailemde baska türlü olmasını istediğim bir sey yoktu. 1 2 3 4 5
12. Ailemdelikiler birbirlerine karsı saygılı davranırlardı. 1 2 3 4 5
13. Ailemdelikiler bana kırıcı yada saldırganca sözler söylerlerdi. 1 2 3 4 5

14. Vücutça kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum. 1 2 3 4 5
15. Ailedekiler beni her türlü kötülükten korumaya çalışırlardı. 1 2 3 4 5
16. Bana o kadar kötü vuruluyor yada dövülüyordum ki öğretmen, komşu yada bir doktorun bunu fark ettiği oluyordu. 1 2 3 4 5
17. Ailemde birisi benden nefret ederdi. 1 2 3 4 5
18. Ailedekiler kendilerini birbirlerine yakın hissederlerdi. 1 2 3 4 5
19. Birisi bana cinsel amaçla dokundu ya da kendisine dokunmamı istedi. 1 2 3 4 5
20. Kendisi ile cinsel temas kurmadığım takdirde beni yaralamakla ya da benim hakkımda yalanlar söylemekle tehdit eden birisi vardı. 1 2 3 4 5
21. Çocukluğum mükemmeldi. 1 2 3 4 5
22. Birisi beni cinsel şeyler yapmaya ya da cinsel şeylere bakmaya zorladı. 1 2 3 4 5
23. Birisi bana cinsel tacizde bulundu. 1 2 3 4 5
24. Duygusal bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum. 1 2 3 4 5
25. Benim ailem dünyanın en iyisiydi. 1 2 3 4 5
26. Cinsel bakımdan kötüye kullanılmış olduğuma inanıyorum. 1 2 3 4 5
27. Ailem benim için bir güç ve destek kaynağı idi. 1 2 3 4 5
28. Gerektiği halde doktora götürülmezdim. 1 2 3 4 5

EK-4. Young Internet Bağımlılığı Ölçeği

AÇIKLAMA: Lütfen aşağıdaki sorularda belirtilen durumları hangi sıklıkta yaşadığınızı belirtiniz. Lütfen her soru için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir soruyu boş bırakmayınız.

1-Hiçbir zaman, 2-Nadiren 3-Bazen, 4-Sıklıkla, 5-Her zaman

1 2 3 4 5

1. Hangi sıklıkta planladığınızdan daha fazla internette kalırsınız? () () () () ()
2. Hangi sıklıkta ailenizle ilgili işleri ihmal ederek internette daha fazla zaman harcarsınız?
() () () () ()
3. Okul veya ders ile ilgili çalışmalarınız hangi sıklıkta internette harcadığınız süre yüzünden zarar görmektedir? () () () () ()
4. Birileri internette ne yaptığınızı sorduğunda hangi sıklıkta sır gibi saklar veya savunmaya geçersiniz? () () () () ()
5. Birileri siz internette iken canınızı sıkarsa hangi sıklıkta onları tersler, onlara bağırır ve öfkeli davranırsınız? () () () () ()
6. Hangi sıklıkta gece internette harcadığınız süre yüzünden uykusuz kalırsınız?
() () () () ()
7. İnternete bağlı değilken hangi sıklıkta internetle avunur veya internete bağlı olduğunuz hayalini kurarsınız? () () () () ()
8. İnternette iken hangi sıklıkta kendinizi ‘birkaç dakika daha’ derken bulursunuz?
() () () () ()
9. Hangi sıklıkta internette harcadığınız zamanı azaltmak için uğraşırsınız ve başarısız olursunuz?
() () () () ()
10. Ne kadar süre internette olduğunuzu hangi sıklıkta saklamaya çalışırsınız?
() () () () ()
11. Hangi sıklıkta başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman harcamayı tercih edersiniz?
() () () () ()
12. İnternete bağlanamadığınızda hangi sıklıkta kendinizi bunalımda, karamsar ve sinirli hissedip, internete bağlandığınızda bu şikâyetlerinizin hemen geçtiğini görürsünüz?
() () () () ()

**EK-5. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği – Kısa Formu
(ODKÖ)**

| Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-Kısa Formu | | | | | |
|---|-----------------|-------------|-------------|-------|---------------|
| Soru Maddeleri | Hiç uygun değil | Uygun Değil | Biraz Uygun | Uygun | Tamamen Uygun |
| 1. Dış görünüşümle ilgili kendimi rahat hissedirim | | | | | |
| 2. Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissedirim | | | | | |
| 3. İnsanlar doğrudan bana baktıklarında gerilirim | | | | | |
| 4. İnsanların görünüşümden dolayı benden hoşlanmayacakları konusunda endişelenirim | | | | | |
| 5. Yanlarında olmadığım zamanlarda insanların, görünüşümle ilgili kusurlarımı konuşacaklarından endişelenirim | | | | | |
| 6. Görünüşümden dolayı insanların benimle beraber vakit geçirmek istemeyeceklerinden endişeleniyorum | | | | | |
| 7. İnsanların beni çekici bulmamalarından korkarım | | | | | |
| 8. Görünüşümün yaşamımı zorlaştıracığından endişe duyarım | | | | | |
| 9. Karşıma çıkan fırsatları görünüşümden dolayı kaybetmekten kaygılanırım | | | | | |
| 10. İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşarım | | | | | |
| 11. Diğer insanlar görünüşümle ilgili bir şey söylediklerinde | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| kaygılanırım. | | | | | |
| 12. Dış görünüşümle ilgili başkalarının beklentilerini karşılayamamaktan endişelenirim | | | | | |
| 13. İnsanların görünüşümü olumsuz olarak değerlendirecekleri konusunda endişelenirim | | | | | |
| 14. Diğer insanların görünüşümdeki bir kusurun farkına vardıklarını düşündüğümde kendimi rahatsız hissedirim | | | | | |
| 15. Sevdiğim kişinin görünüşümden dolayı beni terk edeceğinden endişe duyuyorum | | | | | |
| 16. İnsanların görünüşümün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum | | | | | |

ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı : Tuğba Ak

Doğum Yeri ve Tarihi : 08.06.1984

Yabancı Dili : İngilizce

İletişim (Telefon/e-posta) : 05063102247 - tuba_ak_0806@windowslive.com

Eğitim Durumu (Kurum ve Yıl): Lisans

Lise : Çankırı Anadolu Lisesi

Lisans : 2007-2002, Ankara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Yüksek Lisans : 2016 Mart, Üsküdar Üniversitesi / Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Çalıştığı Kurum/Kurumlar ve Yıl : M.E.B 2008/2009 - Halen Devam Etmekte

Staj Yaptığı Yer: NP İSTANBUL Beyin Hastanesi