



T. C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**“16-24 YAŞ ARASI ÖĞRENCİLERİN YOĞUN VE BAĞIMLI İNTERNET
KULLANIMI İLE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİ”**

HANDE KORKMAZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN: Yrd. Doç. Dr. Alper EVRENSEL

İstanbul, 2017

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

**“16-24 YAŞ ARASI ÖĞRENCİLERİN YOĞUN VE BAĞIMLI İNTERNET
KULLANIMI İLE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİ”**

HANDE KORKMAZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN: Yrd. Doç. Dr. Alper EVRENSEL

İstanbul, 2017



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102069
Öğrenci Adı Soyadı	: Hande Korkmaz
Anabilim Dalı	: Sosyal Bilimler Enstitüsü
Tez Danışmanı	: Yrd.Doç.Dr. Alper Evrensel
Tezin Başlığı	: 16-24 yaş arası öğrencilerin yoğun ve bağımlı internet kullanımı ile sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişki

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 25.10.2017	Saati	: 18:30
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="radio"/> GELDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input checked="" type="radio"/> OY BİRLİĞİ <input type="radio"/> OY ÇOKLUGU			
<input checked="" type="radio"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.			
<input type="radio"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. <i>(en fazla 3 ay)</i>			
<input type="radio"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDİLMESİ kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="radio"/> Değişmedi. <input type="radio"/> Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="radio"/> GELMEDİ		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input type="radio"/> OY BİRLİĞİ ile REDDİLMİŞTİR.			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Başkan	Yrd.Doç.Dr. Alper Evrensel	
Danışman Üye	Yrd.Doç.Dr. Samuray Özdemir	
Üye	Yrd.Doç.Dr. Habib Erensoy	
Üye		
Üye		

(Tüm durumlarda jüri üyelerinin tez değerlendirme raporları (form YL-13) gerekir.)

Tarih : 25 / 10 / 2017

Sayı No :

Yukarıda kimlik bilgileri belirtilen ve Anabilim Dalımız Yüksek Lisans Programı öğrencisinin Tez Savunma Sınav Tutanağı ve eklerinin Enstitü Yönetim Kurulunda görüşülmesi hususunda bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

.....
Anabilim Dalı Başkanı

Not: Bu forma orijinal raporlar (bir nüsha) eklenecektir.

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “16-24 yaş arası öğrencilerin yoğun ve bağımlı internet kullanımı ile sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişki” 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.

Tarih:

.../.../.....

Hande Korkmaz

İmza:

ÖZET

“16-24 yaş arası öğrencilerin yoğun ve bağımlı internet kullanımı ile sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişki”

Bu çalışmada 16-24 yaş arası öğrencilerin yoğun ve bağımlı internet kullanımları ile sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla İstanbul’un Avrupa Yakasındaki çeşitli okullarda 16-24 yaş arasındaki öğrencilerden oluşan 200 katılımcıya, öğrencilerin uygun gördüğü ders saatlerinde veya öğrencilerin belirlediği adreslere gidilerek kişisel bilgi formu, internette bilişsel durum ölçeği ve sosyal görünüş kaygısı ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin problemlı internet kullanımı ile sosyal görünüş kaygıları arasında pozitif yönlü bir ilişki söz konusudur. Aileleri daha fazla gelire sahip, diğerlerinin ne yaptığını bilmeleri benim için önemli sorusuna katılıyorum yanıtını veren öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarının daha yüksek olduğunu söyleyebiliriz. Ayrıca, diğerlerinin ne yaptığını takip ederim, diğerleri yaptıklarına ilgi gösterirler sorusuna verdikleri yanıtların, öğrencilerin aile gelirlerinin, evde yaşayan kardeş sayısının, öğrencilerin akademik başarı durumlarının, problemlı internet kullanımı açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

Anahtar Sözcükler: Sosyal görünüş kaygısı, problemlı internet kullanımı, internette kalma süresi, kardeş sayısı, sosyoekonomik durum

ABSTRACT

The purpose of this study is to investigate the relationship between the students who are using internet very often and almost addictively and their social appearance worries. For this purpose, personal information forms, cognitive condition scale on internet and social appearance worry scale has been applied to 200 participants in the European side of İstanbul, who are 16-24 years old students in the appropriate times for students and at the predetermined places by students. The study shows that there is a positive relationship between the problematic internet use and the social appearance worries of the students. We can say that students who gave the answer, “It is important for me that others know what I am doing” whose parents have more income that general is higher than the average. Also, the answers that “I follow what others do” and “Others show interest on what I do” are given by students does not show any difference with respect to problematic internet use towards the students’ family incomes, brother and sister count and student’s academic success conditions

Keywords: Social appearance worry, problematic internet use, internet use time, brother and sister count, socio-economic condition.

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT.....	iii
<u>1. GİRİŞ.....</u>	<u>1</u>
<u>1.2. PROBLEM.....</u>	<u>3</u>
<u>1.3. ÖNEM.....</u>	<u>5</u>
<u>1.4. AMAC.....</u>	<u>5</u>
<u>1.5. PROBLEM CÜMLESİ.....</u>	<u>6</u>
<u>1.6. ALT PROBLEMLER.....</u>	<u>6</u>
<u>1.7. SAYILTILAR.....</u>	<u>7</u>
<u>1.8. SINIRLILIKLAR.....</u>	<u>7</u>
<u>1.9. TANIMLAR.....</u>	<u>7</u>
<u>2. GENEL BİLGİLER.....</u>	<u>8</u>
<u>2.1. İNTERNET VE TARİHSEL GELİŞİMİ.....</u>	<u>8</u>
<u>2.2. DÜNYA'DA İNTERNET GELİŞİMİ.....</u>	<u>9</u>
<u>2.3. TÜRKİYE'DE İNTERNET GELİŞİMİ.....</u>	<u>10</u>
<u>2.4. TÜRKİYE'DE VE DÜNYA'DA İNTERNETİ KULLANMA ORANLARI.....</u>	<u>11</u>
<u>2.5. BAĞIMLILIK.....</u>	<u>11</u>
<u>2.6. PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI/KÖTÜYE KULLANIMI.....</u>	<u>14</u>
<u>2.7. İNTERNETTE BAĞIMLILIK NESNELERİ.....</u>	<u>20</u>
<u>2.7.1. Online-sex (pornografi).....</u>	<u>20</u>
<u>2.7.2. Online-oyunlar.....</u>	<u>21</u>
<u>2.7.3. Online-alışveriş.....</u>	<u>22</u>
<u>2.7.4. İnternet Bağımlılığında Sosyal Ağlar.....</u>	<u>23</u>
2.7.4.1. Facebook.....	24
2.7.4.2. Twitter.....	24
<u>2.8. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....</u>	<u>25</u>
<u>2.8.1. Problemlİ İnternet Kullanımı ve İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yapılan Araştırmalar.....</u>	<u>25</u>
2.8.1.1. Problemlİ İnternet Kullanımı ve İnternet Bağımlılıyla ilgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	25
<u>3. YÖNTEM.....</u>	<u>27</u>
<u>3.1. ARAŞTIRMA MODELİ.....</u>	<u>27</u>
<u>3.2. EVREN VE ÖRNEKLEM.....</u>	<u>28</u>
<u>3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....</u>	<u>28</u>

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	28
3.3.2. İnternette Bilişsel Durum Ölçeği.....	28
3.3.2.1. İBDÖ'nün Geçerlilik Çalışmaları.....	30
3.3.3. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği.....	31
3.4. VERİLERİN TOPLANMASI.....	32
3.5. VERİLERİN ÇÖZÜMLENMESİ.....	32
4. BULGULAR	33
4.1. ÖĞRENCİLERİN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ.....	33
4.2. ÖĞRENCİLERİN TEKNOLOJİK ALET, TEKNOLOJİ VE SOSYAL AĞ KULLANIM ÖZELLİKLERİ.....	36
4.3. ÖĞRENCİLERİN İNTERNETTE GERÇEK KİMLİK SAKLAMA ÖZELLİKLERİ.....	38
4.4. ÖĞRENCİLERİN GÜN İÇERİSİNDEKİ İNTERNET KULLANIM SÜRELERİNİN CİNSİYETLERİNE GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	38
4.5. ÖĞRENCİLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIM PUANLARININ İNTERNET KULLANIM YILLARINA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	39
4.6. ÖĞRENCİLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIM PUANLARININ CİNSİYETLERİNE GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	39
4.7. ÖĞRENCİLERİN DİKKAT DAĞITMA ALT ÖLÇEĞİ PUANLARININ CİNSİYETLERİNE GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	40
4.8. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL DESTEK ALT ÖLÇEĞİ PUANLARININ CİNSİYETLERİNE GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	40
4.9. ÖĞRENCİLERİN AZALMIŞ DÜRTÜ KONTROLÜ ALT ÖLÇEĞİ PUANLARININ CİNSİYETLERİNE GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	41
4.10. ÖĞRENCİLERİN YALNIZLIK/DEPRESYON ALT ÖLÇEĞİ PUANLARININ CİNSİYETLERİNE GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	41
4.11. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ÖLÇEĞİ PUANLARININ CİNSİYETLERİNE GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	42
4.12. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ÖLÇEĞİ PUANLARININ “DİĞERLERİNİN NE YAPTIĞIMI BİLMELERİ BENİM İÇİN ÖNEMLİ” SORUSUNA VERDİKLERİ YANITLARA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	42
4.13. ÖĞRENCİLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIM ÖLÇEĞİ PUANLARININ “DİĞERLERİNİN YAPTIKLARINI TAKİP EDERİM” SORUSUNA VERDİKLERİ YANITLARA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	43
4.14. ÖĞRENCİLERİN AZALMIŞ DÜRTÜ KONTROLÜ ALT ÖLÇEĞİ PUANLARININ “KENDİME AİT BİRÇOK FOTOĞRAF PAYLAŞIYORUM” SORUSUNA VERDİKLERİ YANITLARA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	44
4.15. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL DESTEK ALT ÖLÇEĞİ PUANLARININ “DİĞERLERİ YAPTIKLARIMA İLĞİ GÖSTERİRLER” SORUSUNA VERDİKLERİ YANITLARA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	44
4.16. ÖĞRENCİLERİN DİKKAT DAĞITMA ALT ÖLÇEĞİ PUANLARININ “DİĞERLERİNİN NE YAPTIĞIMI BİLMELERİNİ İSTİYORUM” SORUSUNA VERDİKLERİ YANITLARA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	45
4.17. ÖĞRENCİLERİN YALNIZLIK/DEPRESYON ALT ÖLÇEĞİ PUANLARININ “DİĞERLERİNİN NE YAPTIĞINI BİLMEK BENİM İÇİN ÖNEMLİ” SORUSUNA VERDİKLERİ YANITLARA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	46
4.18. ÖĞRENCİLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIM PUANLARININ ÖĞRENİM DURUMLARINA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	46
4.19. ÖĞRENCİLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIM PUANLARININ AİLELERİNİN AYLIK GELİR DURUMLARINA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	47
4.20. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI PUANLARININ AİLELERİNİN AYLIK GELİR DURUMLARINA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	48

4.21. ÖĞRENCİLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIM PUANLARININ EVDE YAŞAYAN KARDEŞ SAYISI DURUMLARINA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	49
4.22. ÖĞRENCİLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIM PUANLARININ AKADEMİK BAŞARI DURUMLARINA GÖRE FARKLILAŞMASINA YÖNELİK BULGULAR VE YORUMLAR.....	50
4.23. ÖĞRENCİLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIM PUANLARI İLE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI PUANLARININ FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEMELERİNE YÖNELİK KORELASYONEL BULGULAR VE YORUMLAR.....	51
4.24. ÖĞRENCİLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIM PUANLARI İLE GÜN İÇİ İNTERNET KULLANIM SÜRESİNİN FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEMELERİNE YÖNELİK KORELASYONEL BULGULAR VE YORUMLAR	51
4.25. ÖĞRENCİLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI PUANLARI İLE GÜN İÇİ İNTERNET KULLANIM SÜRESİNİN FARKLILIK GÖSTERİP GÖSTERMEMELERİNE YÖNELİK KORELASYONEL BULGULAR VE YORUMLAR.....	52
5. TARTIŞMA	52
5.1. PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMINA İLİŞKİN TARTIŞMA BÖLÜMÜ.....	53
5.1.1. Öğrencilerin Problemlİ İnternet Kullanımlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması.....	53
5.1.2. Öğrencilerin Problemlİ İnternet Kullanımlarının İnternet Kullanım Yıllarına Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması.....	54
5.1.3. Öğrencilerin Problemlİ İnternet Kullanımlarının Gün İçi İnternet Kullanım Süresine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması.....	54
5.1.4. Öğrencilerin Problemlİ İnternet Kullanımlarının Ailelerinin Gelir Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması.....	55
5.1.5. Öğrencilerin Problemlİ İnternet Kullanımlarının Akademik Başarıya Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması.....	56
5.2. SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISINA İLİŞKİN TARTIŞMA BÖLÜMÜ	56
5.2.1. Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygılarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması.....	56
5.2.2. Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygılarının Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması.....	57
6. ÖNERİLER	57
7. SINIRLILIKLAR	58
8. KAYNAKÇA	59
9. EKLER	65
9.1. EK 1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU	66
9.2. EK 2: İNTERNETTE BİLİŞSEL DURUM ÖLÇEĞİ	70
9.3. EK 3: SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ÖLÇEĞİ	72

BÖLÜM I

Giriş

Problem

Bilgi, iletişim ve telekomünikasyon teknolojilerindeki hızlı değişimin oluşturduğu günümüz bilgi toplumlarında bilgiye çabuk ulaşan ve ulaşılan bilgiyi en hızlı şekilde yorumlayıp işleme sokan bireyler veya toplumlar birbirlerine üstünlük kurabilmektedir. Bunu en güçlü şekilde sağlayabilecek teknolojik gelişmelerden birisi de şüphesiz internettir. Teknolojinin hızla ilerlemesi ile birlikte yoğun internet kullanımı bütün dünyada olduğu gibi ülkemizde de kendini göstermektedir. Internet World Stats (IWS,2016)'ın yapmış olduğu araştırmaya göre dünyada internet kullanan bireylerin sayısı 2.405.518.376'dır. Avrupa'da internet kullanan birey sayısı ise 518.512.109'dır. Türkiye'de internet tüketimi yapan birey sayısı ise 36.455.000'dir. Bu orana göre Türkiye'de internet kullanım oranı %45,7'dir. İnternet kullanımında, Rusya'nın 67.982.547 kişi ile ilk sırada bulunduğu Avrupa ülkeleri arasında, Türkiye 36.455.000 kişi ile 5. en çok internet kullanan ülke konumundadır (IWS, 2016). Gelişen teknolojilerle birlikte internet, tablet bilgisayarlar ve cep telefonu ile mobilize hale gelmiştir ve bu da internet kullanımının son yıllarda artış göstermesine neden olmuştur.

Günümüzde internet yaşamımızın her alanına girmiş, evlerimizde, işyerlerimizde hatta sokaklarda bizden biri haline gelmiştir. İnsanlar için elektronik postalarını kontrol etmek, gazete okumak, Küreselleşen dünyada internet ve sosyal medya (facebook, twitter, instagram vb.) kullanımı gittikçe yaygınlaşmış hatta çoğu kişi için günlük hayatta önemli bir ihtiyaç haline gelmiştir. Buna neden olan durumlar arasında yakın çevreyle fotoğraf ve bilgi paylaşımında bulunma isteği, eğlenmek ve rahatlamak, bilgiye kolayca erişmek, alıveriş ve banka işlemlerini internet üzerinden hallederek zamandan tasarrufu sağlamak gösterilebilir. Sağladığı tüm bu kolaylıklar sayesinde internet ve sosyal medya hayatımızın vazgeçilmezi haline gelmiş, yaptığımız pek çok iş ve işlem buna endekslenmiştir. İnternet kullanımı hayatı birçok alanda kolaylaştırıyor, bazen zamandan bazen de paradan tasarruf edilmesini sağlıyor. Geniş bir bilgi kaynağı sunmasından dolayı internet, insanlar için önemli bir referans kaynağı ve bilgiye ulaşma konusunda etkili araçlardan biridir. Deniz ve Coşkun'a (2004) göre, bir öğretim aracı olarak internet, ucuz, küresel, etkileşimli, yoğun bilgisayar iletişimine imkan sağlamakta ve öğrencinin öğrenme tecrübesini arttırmasına olanak sağlamaktadır. İnternetin yaygın kullanımıyla birlikte yeni iş alanları açıldı ve insanlar evlerinden çıkmadan evden çalışma olanağı bulmaya başladı. İnternetin diğer bir büyük faydası da mesafeleri azaltması ve yeni

programlar sayesinde tanıdıklar ile internet üzerinden konuşmayı ve mesajlaşmayı ücretsiz olarak sunmasıdır.

Bireylerin günlük yaşamda rahat etmesini sağlayacak teknolojik gelişmeler, pek çok kolaylığı içerisinde barındırmaktadır. Ancak gelişen hemen her teknolojide olduğu gibi kötüye kullanılmasından kaynaklanan problemler de mevcuttur. İnternetin mesleki kullanımının dışında amaçsız ve kontrol dışı kullanımı her geçen gün artmaktadır ve bu yüzden de bireylerin hemen her gün günlük hayatlarında gecikmelerine, iş ve aktivitelerine yeterli vakit ayıramamalarına neden olmaktadır. Günlük hayatta yaşanan gecikmelerin rahatsız edici olmamasının yanı sıra internetin keyif verici bir hal alması ise asıl sorun teşkil eden konudur. İnsanların interneti gereğinden fazla ve asıl amacının dışında kullanması sonucunda ortaya çıkan problemler internet kullanımınıdır.

Günlük hayatta bilgisayarın ve internetin sağladığı avantajların yanında kontrolsüz tüketimi sebebiyle meydana gelen çok sayıda problem de vardır. Uzmanlar internet kullanımında sıkıntılı olarak gördükleri noktaları belirlemişlerdir:

- İnternet kullanımında zaman kontrolünün sağlanamaması
- Aşırı kullanım sebebiyle iş/okul ve sosyal çevre ile iletişimin bozulması
- Aşırı kullanımdan doğan fiziksel, zihinsel ve ruhsal yorgunluk
- Tekrar monitör karşısına geçmek için sabırsızlanmak
- Gündemi en kolay ve en çabuk şekilde takip edebilme imkanı sağlaması ve aranılan bilgiyi bulmaya yaklaşılmakta olduğunun düşünülerek geçirilen vakti sınırlandıramamak,
- İnsanlarla yüz yüze iletişimden kaçınmak ve zamanla oluşan ‘sosyal izolasyon’
- Merak dürtüsünün artması sonucu sürekli e-postayı ve diğer sosyal medya araçlarını kontrol etme isteği,
- Aşırı kullanım sonucu yaşamsal aktivitelerin (uyku, yemek vb.) ve sosyal ilişkilerin sekteye uğraması,

- Bilgisayar başında fazla zaman geçirildiği için duyulan pişmanlık, buna karşın kendini bu zevkten kendini alıkoyamama ve yaşanan ikilemin doğurduğu huzursuzluk,
- İnternetin kontrolsüzce tüketilmesi bireyin hem iş hem de sosyal hayatını olumsuz etkilemesi, bireyin internete bağlı yaşaması, sanal bağımlılık gelişmesi (<http://www.internetbagimlilik.info.tr/>).

Önem

İnternet kullanım süresi ve bireylerde oluşturduğu problemler ve Türkiye İstatistik Kurumu'nun 2016 yılında yapmış olduğu; "Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması" (TÜİK, 2016) verilerine göre ülkemizde bilgisayar ve internet kullanım oranlarının en yüksek olduğu yaş grubunun 16-24 olduğuna dair bilgiler referans olarak alınarak; bu araştırmada 16-24 yaş arası öğrencilerin problemleri internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygıları ele alınmıştır. Problemleri internet kullanımı nedeni ile mesleki ve sosyal çevresi ile problem yaşayan öğrencilerin topluma katkı sağlayıcı birer birey olmaları beklenemez. Problemleri internet kullanımı; sosyal etkileşim sorunları, zamanlama sıkıntıları, yapılması gereken işlerin aksaması gibi öğrencilerde belki de ileride telafi edemeyebilecekleri sorunlara sebep olacaktır. Türkiye'de genç nüfus yoğunluğunun fazla olması nedeniyle problemleri internet kullanımı ve internet bağımlılığı da teknolojiyi aktif kullanan genç ve daha küçük bireylerin tamamına yakınında görülmektedir ve çocuklarının bağımlılığından rahatsız olan aileler, internetin yol açabileceği problemlerden dolayı artık çözüm yollarını aramaya başlamışlardır.

Problemleri internet kullanımıyla ilgili olarak Özcan ve Buzlu (2005) 'nin yaptığı çalışmada bu problemin alt boyutları belirlenmiştir:

Amaç

Araştırmanın genel amacı, öğrencilerin problemleri internet kullanımının ve sosyal görünüş kaygılarının belirlenmesi ve demografik özelliklerle ilişkilerinin ortaya konmasıdır. Bu genel amaca dayalı olarak aşağıdaki problemlere cevap bulunmaya çalışılacaktır.

Problem Cümlesi

Öğrencilerin problemleri internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygıları nasıl özellikler göstermektedir?

Alt Problemler

- 1-)Öğrencilerin gün içi internet kullanım süreleri cinsiyet dağılımlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- 2-)Öğrencilerin problemlili internet kullanımları ne zamandan beri internet kullandıklarına göre farklılık göstermekte midir?
- 3-)Öğrencilerin problemlili internet kullanım seviyeleri cinsiyet dağılımlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- 4-)Öğrencilerin dikkat dağıtma seviyeleri cinsiyet dağılımlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- 5-)Öğrencilerin problemlili sosyal destek seviyeleri cinsiyet dağılımlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- 6-)Öğrencilerin azalmış dürtü kontrolü seviyeleri cinsiyet dağılımlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- 7-)Öğrencilerin yalnızlık/depresyon seviyeleri cinsiyet dağılımlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- 8-)Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı seviyeleri cinsiyet dağılımlarına göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- 9-)Öğrencilerin problemlili internet kullanımları evdeki kardeş sayısına göre farklılık göstermekte midir?
- 10-)Öğrencilerin problemlili internet kullanım seviyeleri ailelerinin sosyoekonomik durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- 11-)Öğrencilerin problemlili internet kullanım seviyeleri aldıkları eğitimin düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?
- 12-)Öğrencilerin problemlili internet kullanım seviyeleri akademik başarı düzeyine göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?

13-Öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeyleri ailenin sosyoekonomik durumuna göre anlamlı olarak farklılık göstermekte midir?

Sayıtlılar

1- Öğrencilerin kendilerine yöneltilen ölçeklere doğru, yansız ve samimi cevaplar verdiği varsayılmıştır.

Sınırlılıklar

1- Bu araştırma 2016-2017 yılında, İstanbul İli Avrupa Yakası'nda bulunan 16-24 yaş arasındaki 200 öğrenci ile sınırlıdır.

2- Bu araştırmanın sonuçları Kişisel Bilgi Formu'nun, İnternette Bilişsel Durum Ölçeği'nin ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin, ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

Tanımlar

Problemlerli internet kullanımı: Sosyal, akademik/mesleki olumsuz sonuçlar doğuran bilişsel ve davranışsal belirtilerden meydana gelmiş, çok boyutlu bir sendromdur (Caplan, 2005).

Yalnızlık-Depresyon: Problemlerli internet kullanımı ile ilgili olarak değersizlik ve yalnızlıkla ilgili depresif düşünceleri içerir (Keser Özcan ve Buzlu, 2005).

Azalmış dürtü kontrolü, bireylerin interneti fazla kullanmasından dolayı rahatsızlık duymasına ve kullandığı süreyi azaltmak istemesine rağmen bu süreyi azaltamaması aksine düzenli olarak güncel olayları takip etme isteğinden dolayı internet kullanımına devam etmesini içerir (Özcan ve Buzlu, 2005).

Sosyal destek, yalnız bireylerin destek aramak amacıyla, reddedilmeye karşı aşırı duyarlı bireylerin ise durumdan kaçınmak için internet kullanmasını içerir. Sosyal destek, bireylerin toplum hayatına uyumu kapsadığı için problem olarak değerlendirilmemektedir. (Özcan ve Buzlu, 2005).

Dikkat dağıtma, yerine getirilmesi gereken sorumluluklardan, herhangi bir aktiviteden, bireyin strese girmesine neden olan durumlardan ve içinden çıkılamayan karmaşık düşüncelerden kendini soyutlamak amacıyla internet kullanımının tercih edilmesidir (Özcan ve Buzlu, 2005).

Yapılan bu araştırmanın, problemlı internet kullanımlarının incelenmesi ve yaşanabilecek olumsuzlukları önleme, aileler ile yetkili kişilerin bu anlamda gerekli tedbirleri alması açısından problemlerin giderilmesine katkı sağlayacağı düşünölmektedir.



BÖLÜM II

Genel Bilgiler

İnternet ve Tarihsel Gelişimi

İnternet, bireyin ulaşmak istediği tüm verilere ulaşmasına imkân tanıyan ve sanal ortamdaki diğer kullanıcılarla anında iletişim imkanı tanıyan bir haberleşme ve bilgi paylaşım aracıdır. Esen ve Siyez (2011)'e göre e-posta yoluyla dünyanın bir ucundaki insanlar ile iletişim kurmak, video tabanlı görüşmeler ve toplantılar yapmak, dünyadaki tüm kütüphanelerden ve bilgi erişim imkanlarından yararlanmak, dünyada yaşanan tüm güncel olayları dakikası dakikasına takip edebilmek, müzik dinleyebilmek veya film seyredilebilmek, oyun oynayabilmek, kolay ve sonsuz bir şekilde alışveriş yapabilmek, internet kullanılan her yerde bankacılık işlemlerini yapabilmek internetin bireylerin yaşamlarını kolaylaştıran imkanlarından sadece bazılarıdır (Esen ve Siyez, 2011).

İnternet, J.C.R. Licklider (1962)'in Massachusetts Institute of Technology'de (MIT) tartışmak amacıyla ortaya attığı “Galaktik Ağ” kavramıyla ilişkilendirilmiştir. Licklider, ortaya attığı bu kavramda, küresel bir ağa bağlı bir şekilde tercih eden tüm bireylerin istedikleri herhangi bir yerden tüm dosyalara ve bilgilere erişilmesinden bahsetmişti (<http://www.armaweb.com.tr/>).

Odabaşı, Çoklar ve Kabakçı (2007)'ya göre internet, Interconnected Networks'un kısaltması olarak kullanılır. Erturgut (2008)'a göre ise internet, yeni üretilen tüm bilgileri insanların saklaması, bilgileri paylaşması ve üretilen bilgilere rahat bir şekilde ulaşma isteklerinden dolayı ortaya çıkan teknolojidir. İnternet, dünyadaki tüm bilgisayar sistemlerinin tamamına yakını TCP/IP protokolü ile birbirine bağlayan ve gün geçtikçe büyüme hızı devam eden bir iletişim ve haberleşme ağıdır. TCP/IP, bilgisayarlar ile diğer bilgi portalları arasında çalışma protokolleri kuran, bir bilgisayardan diğer bilgisayara bilgi alışverişinde bulunma imkanı tanıyan bir çok bilgi iletişim protokolüne verilen genel isimdir (<http://www.cc.boun.edu.tr/>).

İhtiyaçlar göz önüne alındığında Erturgut (2008)'a göre internet, kendi yazısız kurallarının olduğu, 1997 sonu itibariyle sayısı milyonları aşan insan topluluğunun birbirleriyle iletişim kurduğu, bilgi alışverişinde bulunabildiği ve bu bilgilere tek bir tuş kadar yakın olduğu eşsiz bir kütüphane ve hızlı bir şekilde alışveriş yapılıp, bankacılık hizmetlerinin kolayca yapıldığı büyük bir platform olarak tanımlanabilir.

Dünya’da İnternet Gelişimi

MIT’de araştırmalarını sürdüren Licklider ve Lawrence, 1965 yılında bilgisayarların birbirleri ile konuşmasını sağlamıştır. Bunun sonucunda 1966 yılında Arpanet isimli ağ kurulmuş ve 1971 yılında başka bir protokol ile çalışmalarına başlamıştır. 1980 yılında Savunma Bakanlığı’na bağlı olarak ilk askeri ağ protokolü olan Amerikan Askeri Bilgisayar Ağı kurulmuştur. Günümüzde de kullanılan internet ağının ana halkasını oluşturan İletişim Kontrol Protokolü (TCP/IP) ise 1983 yılında çalışmaya başlamıştır. 1986 yılında Amerikan Ulusal Bilim Kuruluşu tarafından oluşturulan NSFNET, beş büyük bilgisayar merkezi şeklinde çalışmalarını sürdürmüş ve ardından 1987 yılına gelindiğinde ise ağın altyapısı güçlendirilmiş ve kullanım hızı arttırılmıştır. 1990 yılında internet altyapısı özelleşmeye başlamış ve 1995 yılından sonra ABD’deki internet altyapısının tamamı özel şirketlerin idaresine geçmiştir (Akt., Erturgut, 2008).

Türkiye’de İnternet Gelişimi

İnternet, Türkiye’ye Aksu ve İrgil (2013)’e göre 1987 yılında Türkiye Üniversite ve Araştırma Kurumları Ağı’nın kurulması ile gelmiştir. Ancak Türkiye’nin aktif olarak kullanabileceği internet teknolojisi ile tanışması 12 Nisan 1993 yılında Ankara-Washington arasında kiralanan hat sayesinde kurulan bağlantı ile gerçekleşmiştir. Böylelikle Türk vatandaşlarının kullanımına açılmıştır. Dünyada 28 yıldır kullanılan internet teknolojisinin Türkiye’de kullanımı ise oldukça yenidir.

Çakır (2007)’a göre 12 Nisan 1993’te TUBİTAK ve ODTÜ işbirliği ile hazırlanan Devlet Planlama Teşkilatı projesi kapsamında Türkiye’de internet erişimi sağlanmıştır. 64 kbit/san hızında olan bu hat, uzun bir müddet ODTÜ’den ülkenin tek çıkış hattı olmuştur. Daha sonra ise Ege Üniversitesi (1994), Bilkent (1995), Boğaziçi (1995), İTÜ (1996) gibi üniversitelerin internet erişimleri sağlanmıştır.

1996 yılı Ağustos ayı içerisinde Turnet çalışırken 1997 yılına gelindiğinde üniversitelerin internet bağlantısını ULAKNET sağlamıştır. Böylelikle üniversiteler ortak bir internet alt yapısı ile birbirlerine bağlanmış ve interneti nispeten daha hızlı kullanır vaziyete gelmişlerdir. Çakır (2007)’a göre 1999 yılına gelindiğinde ağ altyapılarının özelleşmesi sonucunda meydana gelen büyük değişiklikler neticesinde TURNET’in yerini TTNET isminde yeni bir ağ yapısı almıştır. Ticari kullanıcılar internet erişimine 2000’lerin başında TTNET omurgası üzerinden sahip

olurken; akademik kuruluşlar ile ilgili birimler de ULAKNET omurgası üzerinden sahip olmuştur. İki omurga arasında yüksek hızlı bir bağlantı mevcuttur.

Türkiye’de ve Dünya’da İnterneti Kullanma Oranları

İnternet Dünya İstatistikleri verilerine göre dünya üzerinde internet kullanan kişi sayısı 2.405.518.376, Avrupa’da ise 518.512.109’dur. Türkiye’deki internet kullanıcısı ise 36.455.000 kişidir (IWS, 2015). İstatistiksel veriler göz önünde bulundurulduğunda Türkiye’de internet kullanım oranı tüm nüfusun %45,7’sidir. Avrupa ülkeleri arasında internet kullanım açısından Rusya’nın 67.982.547 kişi ile ilk sırada bulunduğu düşünülürse Türkiye, 36.455.000 kişi ile en çok internet kullanan ülkeler arasındadır (IWS, 2016).

TÜİK(2016)’in yapmış olduğu Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonuçlarına göre Türkiye genelinde hanelerin %49,1’i evden internete erişim imkânına sahiptir. Bu oran 2012 yılında %47,2 idi. Dünyanın artık global bir köy (McLuhan,1967; Akt. Yalçınkaya, 2014) olarak nitelendirildiği düşünülürse Türkiye’deki internet kullanımına duyulan ihtiyacın tüm yaş gruplarında artması da oldukça olasıdır. Nitekim 16-74 yaş grubundaki bireylerde bilgisayar ile internet kullanım oranları sırasıyla %49,9 ve %48,9’dur. Bu oranlar 2012 yılında sırasıyla %48,7 ve %47,4 idi (TÜİK, 2016).

Gün içerisinde bilgisayar ve internet kullanımı cinsiyetler arasında da farklılık göstermektedir. TÜİK (2016) verilerine göre bilgisayar ve internet kullanan 16-74 yaş grubu arasındaki erkeklerin oranları %60,2 ve %59,3 iken, kadınlarda bu oran %39,8 ve %38,7’dir.

Bilgisayar ve internet kullanımı, bölgelerin gelişmişlik düzeyine göre de farklılık göstermektedir. Bilgisayar ve internet kullanımı kentsel bölgelerde %59 ve %58, kırsal bölgelerde ise %29,5 ve %28,6’dır. İstatistiki Bölge Birimleri Sınıflaması verilerine göre bilgisayar ve internet kullanımının en yoğun olduğu bölge %62,1 ve %61,4 ile İstanbul’u içerisinde bulunduran Marmara Bölgesi’dir. İstanbul’u %59,8 bilgisayar ve %58,5 internet kullanım oranıyla içerisinde İzmir’i bulunduran Ege Bölgesi takip etmektedir (TÜİK, 2013).

Bağımlılık

Egger ve Rauterberg, 1996; Akt. Günüş ve Kayrı (2010)’ye göre bağımlılık, bir maddeyi kullanmayı ya da davranışı tekrarlamayı bırakamama veya kontrol edememe şeklinde tanımlanabilmektedir. Aşağıda yer alan bağımlılık ölçütlerinden yalnızca üçünün var olması tanı koymak için yeterlidir.

- Daha önce alınan keyif açısından yeterli gelen maddenin artık istenilen keyfi verememesinden dolayı dozunun arttırılması, yakınlara yalan söyleme ve kendine tolerans tanıma,
- Madde kesildiğinde ya da azaltıldığında huzursuzluk, çökkünlük ya da kızgınlık hissedilmesi
- Madde kullanımının kontrolünü sağlamak, azaltmak veya tamamen bırakmaya yönelik yapılan tüm çabaların olumsuz sonuçlanması,
- Sosyal hayattaki, iş ve okul hayatındaki tüm aktivitelerin azalması ya da tümüyle bırakılması ve maddeyle ilgili sürekli zihinsel uğraş,
- Planlanandan daha uzun sürelerde ve yüksek dozda madde kullanılması,
- Ortaya çıkardığı tüm fiziksel ve mental problemlere rağmen madde kullanımının artması ve sürdürülmesi (<http://tip.baskent.edu.tr/>).

Bağımlılık kavramı pek çok kişi için sürekli bir ilaç kullanımını ifade eder. Bu nedenle de resmi tanımlamalar ilaç noktasına odaklanmıştır. Buna rağmen pek çok davranışın da bağımlılık yaratma potansiyeli olduğu konusundaki görüşler artmaktadır.. Greenfield, 1999, Kim ve Kim, 2002; Akt. Günüş ve Kayrı (2010)'ye göre bireyler uyuşturucu etkiye sahip pek çok maddeye bağımlı olabilirler. Bağımlılık denince akla ilk olarak sigara, alkol, uyuşturucu gibi maddeler gelse de bu şekilde fiziksel bir maddeye dayanmayan, bir davranışı merkeze alan yemek yeme, kumar oynama, cinsellik, teknoloji ve internet bağımlılıkları, alışveriş bağımlılığı gibi bağımlılıklar da bu kategoride değerlendirilebilir.

Bağımlılığı neyin oluşturduğu konusunda pek çok görüş bulunmaktadır. Madde bağımlılığı (alkol, sigara, uyuşturucu vb.) dışındaki bağımlılıkların bağımlılık yapıp yapmadığını belirlemenin yolu, madde bağımlılığı için saptanmış olan klinik ölçütleri baz alarak yeni karşılaştırmalar yapmaktır. Bu yöntem ile televizyon bağımlılığı ve bilgisayar bağımlılığı gibi davranışsal bağımlılıklara klinik tanımlama yapılmasına imkan sağlamaktadır. (Akt., <http://skyturkvngenc.blogcu.com/>).

Tüm bu bağımlılık türleri içinde madde bağımlılığından farklı olarak teknoloji bağımlılığı dikkat çekmektedir. Teknoloji bağımlılığı, operasyonel olarak insan-makine etkileşimini içeren davranışsal bağımlılıklardır. Bu bağımlılıklar pasif veya aktif olabilir. Kullanıma sebebiyet

veren ve pekiştiren özellikler (örneğin, ses efektleri, renk geçişleri, olayların şiddeti vb.) dolayısıyla yoğun bir etkileşim gerçekleşmekte ve bağımlılık eğilimi artmaktadır. (Akt., <http://mimoza.marmara.edu.tr/>).

Griffiths (1999), teknoloji bağımlılığını davranışsal bağımlılıkların bir alt grubu olarak görmektedir. Teknoloji bağımlılığının ana unsurlarını da dikkat çekme (salience), duygudurum değişikliği (mood modification), tolerans, geri çekilme belirtileri (withdrawal symptoms), çatışma (conflict) ve nüksetme (relapse) olarak belirlemiştir.

Dikkat çekme (salience), daha önce belirlenen bir davranışın kişinin yaşamında önemli hale gelmesiyle ortaya çıkan durumdur. Bu durum zihni sürekli olarak meşgul eden çarpık düşüncelere, şiddetli istenen duygulara ve bozuk sosyal davranışlara neden olur. Örneğin, online internet oyuncular, gerçek hayatta online olmadıkları zamanlarda bile bir sonraki online oyunu oynayacakları zamanı düşünürler.

Duygu durum değişikliği olarak ifade edilen kavram, uzun süre belirli bir aktivite ile meşgul olduktan sonra kişinin belirlediği özel durumlarla ilgili başa çıkma stratejisidir. Duygu durum değişikliği yaşayan bireyler örneğin internet kullanımına başladıklarında duygusal olarak bir rahatlama yaşamaktadırlar ya da uzun süre internet kullandıklarında mevcut problemlerden kaçmanın ya da ilgisiz kalmanın verdiği sakinlikten hoşnut olurlar.

Tolerans, daha önceki duygu durumuyla aynı etkiyi yaratması beklenen davranışların kullanılma miktarlarının artma sürecidir. İnternet kullanımı sağlayan bir bireyin daha önce kısa sürede elde ettiği duygusal rahatlamaı yeniden yaşayabilmek için internet kullandığı süreyi arttırması örnek olarak verilebilir.

Daha önce tekrar eden bir davranışın sönmeye başlaması ya da birden kesilmesi sonucu meydana gelen nahoş duygularlar, düşünce ve fiziksel rahatsızlıklar, geri çekilme belirtileri (withdrawal symptoms) olarak adlandırılır. İnternet kullanan bir bireyin online olması engellendiğinde karamsarlık, sinirlilik ve hayal kırıklığı duygu durumlarıyla karşı karşıya kalması örnek olarak gösterilebilir.

Çatışma (conflict) kavramı bağımlı kişiler ve çevresindeki kişiler arası ilişkilerde, iş, sosyal yaşam, hobiler ve çeşitli alanlardaki çatışmaları ya da kişinin kendi içsel çatışmalarını ve karmaşalarını ifade eder.

Belli bir aktivitenin zihinde oluşturulan örüntülerle örtüşmesi sonucu tekrar ortaya çıkma tekrar oluşması eğilimi nüksetme (relapse) kavramıyla ifade edilir. Yıllar süren kaçınma ya da kontrole rağmen bağımlılık yüksek düzeyde geri gelebilir. (Akt., <http://mimoza.marmara.edu.tr/>).

İnternet bağımlılığının tanımlanmasında DSM V herhangi bir ölçüt belirlememiştir. Patolojik internet bağımlılığı veya problemlili internet kullanımını tanımlama noktasında çeşitli araştırmacılar, kişilerin internette harcadığı zamanı temel ölçüt olarak değerlendirmiştir. Bu açıdan bakıldığında internet bağımlılığının belirtileriyle patolojik kumar oynama ölçütleri birbirine yakındır (Young, 1996). Dolayısıyla internet bağımlılığı tıpkı kumar oynama alışkanlığı gibi herhangi bir maddeye bağlı olmayan bir dürtü-kontrol bozukluğudur denilebilir. Yapmış olduğumuz çalışmamızda ise “Problemlili İnternet Kullanımı ve İnternet Bağımlılığı/Kötüye Kullanımı” başlığı altında, internet bağımlılığı ve aşırı internet kullanımı ifade etmek için kullanılan diğer kavramlardan ve araştırmacılar tarafından belirlenen tanı ölçütlerinden söz edilmiştir.

Problemlili İnternet Kullanımı ve İnternet Bağımlılığı/Kötüye Kullanımı

İnternet kullanımı günlük hayatta neredeyse yeme, içme gibi fizyolojik ihtiyaç haline gelmiştir. Özellikle son yıllarda üniversitelerde, sokaklarda, toplumun hemen her köşesinde ve dünyada pek çok alanda internet kullanımı artmaktadır. İnternet kullanan bireylerin sadece bir bölümü ihtiyaçları doğrultusunda internet kullanırken bir diğer bölüm ise interneti ihtiyaçları dışında da kullanarak aşırı kullanıma neden olmaktadır. Gönül (2002)’e göre bireyler aşırı kullanım nedeniyle akademik yaşantısında, iş, ve sosyal çevresinde bazı sorunlarla karşılaşmaktadırlar.

Problemlili internet kullanımının tanımlanması konusunda alanın uzmanları henüz görüş birliği sağlayamamıştır. Widyanto ve Griffiths 2006’ya göre patolojik internet kullanımı, takıntılı kullanım, sanal gerçekliğe bağımlılık, çevrimiçi bağımlılık veya ağ bağımlılığı gibi kavramlar aynı yapıyı karşılamak için kullanılsa da bu tanımlar henüz bir temele oturtulamamıştır. (Akt., Öztürk ve Kaymak Özmen, 2011).

Ceyhan (2010)’a göre problemlili internet kullanımının oluşmasında bireylerin interneti kullanma amaçları, belirleyici öğelerden birisidir. Problemlili internet kullanım düzeyini arttıran öğelerden bir diğeri de bilgi edinme amacından ziyade öncelikle bilinmeyen kişilerle sosyal ilişkiler kurma ardından eğlenceli vakit geçirme amacıyla interneti kullanmaktır. Bu nedenle

interneti farklı insanlarla etkileşim içinde olmak ve eğlenceli vakit geçirmek için kullanıyor olmak problemlili internet kullanımı için risk taşıyan durumlardır.

Öztürk ve ark. (2007)'a göre internet ve online oyunlarının aşırı kullanımı, bazı durumlarda ödüllendirme olarak görülsede öğrenme mekanizmaları tarafından korku, mutsuzluk, endişe, beklentilerin karşılanmaması gibi olumsuz bazı duygu durumlarla mücadele etmede yetersiz kalmaktadır.

Uzmanlar tarafından madde bağımlılığına neden olan tepkisel durumla internet bağımlılığına neden olan tepkisel durumun benzer olduğu belirtilmiştir. Ekici (2002)'ye göre aşırı internet kullanımı eğer bağımlılık aşamasına gelirse bireyler internete erişim imkânı olmadığı zamanlarda huzursuzluk ve sıkıntı yaşayabilir ve yeniden bağlanma isteği duyabilir. Yaşadığı bağımlılık bireyin sosyal hayatını da olumsuz etkilemektedir.

Problemlili internet kullanımının en önemli belirtilerinden biri internet başında uzun zaman geçirmektir ki alışkanlıkla arasındaki temel farkın da bu noktada olduğu söylenebilir. Madde bağımlılığı gibi diğer bağımlılık türlerinde de kullanım miktarı bağımlılığın tanısı için önem taşımaktadır (Günüç, 2009).

Bayraktutan (2005) problemlili internet kullanımının tespitinde sadece internet başında geçirilen zamanın miktarının yeterli olmadığını, bu zamanın hangi kullanım amacıyla harcandığının da büyük önem taşıdığını vurgulamıştır.

Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı (DSM)'in gelecek baskılarında internet bağımlılığının yer alıp almamasına ilişkin tartışmalar sürmektedir. Bu çerçevede, çağrıştırdığı anlamlar nedeniyle problemlili, aşırı veya uyumsuz (maladaptive) internet kullanımı gibi kavramları kullanmayı tercih etmek daha uygun olacaktır (Ceyhan, 2011).

Problemlili internet kullanımı, bireyin yoğun bir biçimde stres yaşamasına ve günlük etkinliklerinin fonksiyonel bozulmasına neden olacak biçimde internet kullanımını kontrol etmedeki yetersizliği ifade etmektedir. Bu çerçevede, problemlili internet kullanımı bazı araştırmacılar (Schmitz, 2005; Shapira ve ark., 2000; Shapira ve ark., 2003; Young, 1998, 2004) tarafından bir çeşit dürtü kontrol bozukluğu olarak ifade edilmektedir (aktaran Ceyhan, 2011).

İnternet, kontrollü ve güvenilir şekilde kullanılmadığı takdirde problemlili internet kullanımı kavramını karşımıza getirmektedir. Çelik, Berber ve Odacı (2011)'ya göre problemlili internet kullanımı, aşırı kullanım arzusunun kontrol edilememesi ve bireylerin internette aktif olmadığı

zamanları anlamsız bulması olarak tanımlanmaktadır. Birey eğer problemlili internet kullanımı yaşıyorsa internette uzak kaldığında aşırı gerginlik hali yaşayıp saldırganlaşabilir. Yaşanan bu gerginlik bireyin, iş hayatı, sosyal hayatı ile ailevi hayatının giderek bozulmasına neden olmaktadır.

İlgili alanyazın incelendiğinde problemlili internet kullanımı ile ilgili pek çok çalışma yapılmıştır. Morahan, Martin ve Schumacher (2000)'den edindiğimiz bilgilere göre, problemlili internet kullanımı, internetin yoğun kullanılmasının kontrol altına alınmamasından dolayı ortaya çıkar ve bireyin yaşamına büyük ölçüde maddi ve manevi zarar verir. Beard ve Wolf (2001)'e göre problemlili internet kullanımı kişinin aile, okul ve meslek hayatında, sosyal ilişkilerinde ve ruh dünyasında zorluklarla karşılaşmasına sebep olan aşırı kullanımdır. Davis (2001) için ise problemlili internet kullanımı, tutarsız düşünce ve hastalıklı davranışları içeren bir psikiyatrik durumdur. Shapira, Goldsmith ve ark., 2000 (Akt., Sırakaya ve Seferoğlu, 2013) de problemlili internet kullanımı, denetimin sağlanamadığı ve ciddi bir şekilde bu durumdan iş/ev, sosyal hayat açısından rahatsızlık yaşatan ve hipomani ve manik semptomlar sırasında nedeni belirlenmeyen bir patolojik süreç olarak tanımlamışlardır.

Caplan, 2005' e göre problemlili internet kullanımı sosyal ve akademik anlamda olumsuz sonuçlar doğuran bilişsel alanda davranışsal alanda sorunlar doğurabilecek, çeşitli boyutları olan bir sendrom olarak değerlendirilir. Kim ve Davis, 2009 (Akt., Ceyhan, 2010)'a göre problemlili internet kullanımı, sürekli kullanım dolayısıyla sosyal ilişkilerin bozulması, sorumlulukların ihmali, yaşamsal aktivitelerin geciktirilmesi ve bireylerin internette geçirdiği süreyi kontrol altında tutmada yaşadıkları başarısızlıktır.

Problemlili internet kullanımı, sosyal gücü zayıf bireylerin kendilerini yalnız hissetmesinden ve kendilerini bir yere ait hissetmek istemelerinden kaynaklanıyor olabilir.

Davis, Flett ve Besser (2002)'e göre problemlili internet kullanımı ile bireylerin sosyal çevreleri tarafından reddedilmeye karşı duydukları hassasiyet, meydana çıkabilecek sorunları erteleme olanağı ve iş hayatındaki sorunlar arasında bir ilişki vardır.

Problemlili internet kullanımından kaynaklanan internet bağımlılığı kavramı ilk kez Psikiyatr Dr. Ivan Goldberg tarafından 1995 yılında ortaya atılmıştır. Goldberg, özellikle kumar oynama hastalığı ölçütlerinden yola çıkarak internet bağımlılığı hastalığını tanımlamıştır. Bu ölçütler internette geçirilen süresinin sürekli olarak artması, sosyal alanlarda ve iş hayatında, diğer işlevsel alanlarda yaşanan problemlilerin varlığıdır. Yine de konuyla ilgili asıl bilimsel

tartışmalar “İnternet Bağımlılığı Hastalığı (Internet Addiction Disorder)” kavramının Amerikan Psikoloji Derneği (APA)’nin 1996 yılındaki toplantısında Kimberly Young tarafından ortaya atılmasıyla başlamıştır (Akt., Işık, 2007).

Goldberg, 1999; Akt., Köroğlu ve ark. (2006), bir bireyin internet bağımlısı olduğunu belirlemek için madde bağımlılığı ölçütlerinden yararlanarak internet bağımlılığı tanı ölçütlerini geliştirmiştir. Tanı ölçütleri şu şekilde belirlenmiştir:

- İnternet kullanımı sağlayan bir bireyin daha önce kısa sürede elde ettiği duygusal rahatlamayı yeniden yaşayabilmek için internet kullandığı süreyi arttırması veya sürekli olarak aynı sürede internet kullanan bir bireyin aldığı keyifte azalma olması,
- Kişinin iş, aile ve sosyal hayatında durağanlaşması, bunaltı yaşaması, güncel olayları sürekli olarak takip etme isteği, internet hakkında sürekli hayal kurma ve bilinçli olarak veya bilinçsizce tuşlara basma hareketi yapma davranışlarından en az ikisinin günler içerisinde ortaya çıkması,
- İnternet kullanımı için planladığı sürenin sürekli dışına çıkılması,
- İnternet kullanımını azaltmak veya kontrol etmek almak için bireyin kendisini baskılaması ancak olumsuz sonuçlar alması,
- İnternet kullanımına uzun zaman ayrılması,
- İnternet kullanımı nedeniyle toplum hayatında ve iş hayatında aksamalar yaşanması, boş zamanların sadece internet kullanımıyla harcanması,
- İnternet kullanımının yol açtığı fiziksel ve mental problemlere rağmen kullanmaya devam edilmesi

On iki aylık süre içerisinde herhangi bir zamanda ortaya çıkabilecek olan tanı ölçütlerinden en az 3 tanesine sahip olan bireyler, belirgin bir bozulmalara veya sıkıntılara yol açan klinik problemleri internet kullanımı rahatsızlığına sahiptir (Goldberg, 1999; Akt., Köroğlu ve ark., 2006).

Griffiths, 1998; Akt., Odacı ve Berber (2011), internet bağımlılığını sadece internette uzun süre vakit geçirmek olarak değil, klavye kullanmak, e-posta kontrolü, haber bültenlerinin takibi ve oyunlar aracılığıyla farklı insanlarla iletişim kurmak, yüz yüze ilişkide bulunmamanın verdiği

rahatlık, hissedilen duygusal güç ve internetteki görsel içeriklerin zengin olması gibi bileşenlerinin bulunduğunu ve bu yüzden internet bağımlılığının çoklu zeka kuramına uygun şekilde incelenmesi gerektiğini savunmuştur.

İnternet kullanımı hastalığı hakkında bilimsel araştırmaları başlatan Young, patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini merkeze alarak, problemlili internet kullanımının ölçütlerini geliştirmiştir. Tanı ölçütleri şu şekilde belirlenmiştir:

- İnternet ile ilgili sürekli düşünme hali,
- İnternette daha fazla vakit geçirmek için duyulan psikolojik ihtiyaç dürtüsü,
- İnternet kullanımını azaltmak için girilen çabaların olumsuz sonuçlar vermesi,
- İnternet kullanımının azaldığı durumlarda yaşanan duygu durum bozuklukları,
- Günlük iş ve aktiviteleri yetiştirmede problem yaşama,
- Aile, iş/okul ve sosyal hayatta bozukluklar yaşama,
- İnternette daha fazla vakit geçirmek için toplum kurallarına uymayan problemler yaşama,
- İnternete bağlanılan süre zarfında duygulanım bozuklukları yaşama. (Akt.,Gönül 2002)

Young (1999)' un belirlediği tanı ölçütlerinden en az 5 tanesine sahip olan bireyler, internet bağımlısı durumunda olarak nitelendirilebilmektedir.

Davis, 1999; Akt., Gönül (2002), Young (1999)'un tanı ölçütlerini kullanarak patolojik internet kullanımını özgül patolojik internet kullanımı ve genel patolojik internet kullanımı olarak iki alt gruba ayırmıştır.

ÖPİK, bireylerin sadece bağımlılığı bulunan nesneye yönelik interneti problemlili kullanmasıdır. Kumar oynama, pornografik içerik seyretme veya alışveriş yapma davranışları, ÖPİK olarak örneklendirilebilir. GPİK ise herhangi bir amaç olmadan sadece vakit geçirmek için internetin problemlili kullanılmasıdır., Günlük olaylardan haberdar olma isteğinden dolayı sosyal medya hesaplarının sürekli takip edilmesi GPİK olarak örneklendirilebilir.

Problemlı internet kullanımı ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında hemen hepsinin ortak noktası internette harcanan sürenin çok fazla olması, internetin kullanılmadığı zamanlarda bireylerin yaşadığı huzursuzluk ve sinirlilik, internet kullanımını arttırma istekleri ve sosyal hayatlarını, iş/okul hayatları ve aile yaşantılarını olumsuz etkilemesidir (Odacı ve Berber, 2011).

DSM-V, kabul gören “Madde İstismarı ve Bağımlılığı” kavramını genişletmiş “Madde Kullanımı ve Bağımlılık Bozuklukları” başlığı altında problemleri sınıflandırmıştır. Böylelikle ilk defa DSM’de bağımlılık sendromlarının yalnızca bir maddeye bağımlı olmayan çeşitli davranış sendromları olduğu görüşü resmi olarak kabul görmüştür. İlgili kategoride yalnız madde bağımlılıklarına değil, bağımlılığın pek çok türüne yer verilmiştir. Kumar oynama hastalığı, seks bağımlılığı, internet bağımlılığı ve kafein bağımlılığı gibi kompulsif davranışlar da bu kategoride yer almıştır (<http://www.turkpsikiyatri.org/>).

İnternette Bağımlılık Nesneleri

Online-sex (pornografi)

Problemlı internet kullanımı ile ilgili olarak en sık görülen bağımlılık nesnelereinden biri pornografik yayınlardır. Günlük yaşamda din ve kültür gibi sebeplerden dolayı diğer güdülere (açlık, susuzluk) göre karşılanması daha güç olan cinsellik güdüsünün sanal dünya kullanılmak suretiyle karşılanabileceği düşünülebilir. İnternet sayesinde pornografik filmlere, hikâyelere ve resimlere siteler aracılığı ile ulaşılabildiği gibi, sosyal medyada sohbetler sırasında da bu tür içerikli yayınlara insanlar arasında değişimine olanak sağlamaktadır. İnsanlara gerçek kimliklerini rahatlıkla gizleyebildikleri bir ortam sağlayan internetin, pornografiye ulaşılabilirliği kolaylaştıran bir tarafı olduğu varsayılabilir.

Online-oyunlar

Sanal ortamda iki kişini eşleşerek oynadığı online oyunlar, bağımlılığa sebep olacak birçok risk faktörünü içerir. Örneğin online oyunlar herkese açıktır ve isteyen herkes kolaylıkla siteye üye olup oyuna dahil olabilir. Yine bu oyunlardan herhangi bir ücret talep edilmez ve alınan puanlarla oyuncular üst sıralarda konumlanır. Bireyin kullanıcı adını bütün dünya görür. Yaşanan tatminin yanı sıra başarısızlığı ise birey kendi üzerine almaz ve başarısızlık kullanıcı adına atfedilir. (Gönül, 2002).

Online oyun oynamak bireylere başarı duygusunu tattırdığından dolayı Horzum (2011)'a göre bireylerde aşırı derece oyun oynama isteğine neden olmakta ve oyuna bağımlı olmasına yol açmaktadır. Bağımlı olan bireyler oyunu bırakmayı reddeder, sürekli oyunu düşünür ve onunla ilgilenirler.

Online oyun oynama, cinsiyetler arasında farklılık gösterir. Bayburt ilinde 196 lise öğrencisi ile bir çalışma gerçekleştiren Kahraman, Yalçın ve Çevik (2011)'in elde ettiği verilere bakıldığında, kız öğrencilerin %9,5'inin internette sürekli bir oyunu takip ederken, erkek öğrencilerde %36,5' oranında en az bir oyunu takip ettiği görülür.

Online-alışveriş

Son zamanlarda yaygınlaşan internet kullanımı tüketicilerin alışveriş anlayışlarında önemli değişikliklere yol açmıştır. İnsanlar sadece beğendikleri ya da istedikleri bir şeyi tedarik etmek amacıyla değil, son yıllarda sayısı gittikçe artan ilan sitelerini kullanarak aynı anda hem alım hem satım yaparlar.

İnternetin hayatımıza girmesi özellikle pazarlama ve perakendecilik alanlarında büyük değişimlere yol açmıştır. Kısa zamanda geniş kitlelere ulaşan internet ortamı, maliyetinin de düşük olması sebebiyle tercih edilir hale gelmiş ve geleneksel alışveriş anlayışının önüne geçmiştir. (Akar, 2008; Akt., Armağan ve Turan, 2014). Günümüzde internet ortamı interaktif bir pazar haline gelmiştir. Buna neden olan durumlar arasında internetin büyük firmalar tarafından pazarlamada tercih edilmesi, tüm internet kullanıcılarının satış işlemlerini kolaylıkla yapabilmesi gösterilebilir. Örneğin Mardin'de oturan orta sosyoekonomik seviyede bir postacı, 1985 model Renault marka arabasını satış listesine koymuş, hem kendi arabasını satmak için hem de sitedeki diğer arabaları almak için saatlerce pazarlık yapmış, bu esnada dağıtması gereken mektupları dağıtmamış ve ceza almıştır. Bu olay ilan sitelerini kullanarak aynı anda hem alım hem satım yapılmasının bir örneğidir. (Gönül, 2002).

TÜİK'in 2016 yılında yaptığı Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım araştırmasından alınan sonuçlara göre Türkiye'de internet üzerinden kişisel kullanım amacıyla mal veya hizmet siparişi verme ya da satın alma oranı %24,1'dir. Bu oran bir önceki yıl %21,8'dir. TÜİK (2016)'e göre internet üzerinden alışveriş yapan bireylerin %48,6'sı giyim ve spor malzemesi alırken, %25,8'i elektronik araç, %25,6'sı ev eşyası, %20'si seyahat ve ilgili diğer faaliyetler, %15,9'u kitap, dergi, gazete, %15,7'si gıda maddeleri satın almıştır. Bütün bu veriler

Türkiye’de online alışverişin oldukça büyük bir kitle tarafından tercih edildiğini göstermektedir.

İnternet Bağımlılığında Sosyal Ağlar

İnternet kullanıcıları genellikle kendi kimliklerini kullanmazlar. Kendileri için yarattıkları kullanıcı adlarıyla internet hayatlarına devam ederler. Kullanıcıların cinsiyetleri ve görünüşleri ile ilgili söyledikleri yalanlar, cinsel kimlikleri ve diğer özellikleriyle ilgili beyanları, çeşitli kimlikler olarak kendilerini nasıl değiştirdikleri ve dönüştürdükleri ile ilgili pek çok araştırma yapılmıştır. Güzel (2006)’e göre internetteki sosyal ağları çekici kılan en temel unsurlardan birisi, doğuştan getirdiğimiz kusurlarımızı veya istemediğimiz özellikleri gizlemenin kolay olmasıdır. İnsanlar bir kullanıcı adı ve fotoğrafın arkasına saklanabilirler. Herhangi bir toplum baskısının olmaması da bireyin özgür olarak kendisini ifade etmesine yol açmaktadır.

En yaygın olarak kullanılan ağlar ise;

Facebook

2006 yılında Harvard Üniversitesi öğrencisi olan Mark Zuckerberg tarafından ilk etapta Harvard üniversitesi öğrencileri için yapılmış ve daha sonrasında dünyaya açılmış bir sosyal paylaşım sitesidir. Yaş sınırlaması olmadan ücretsiz olarak kayıt olanağı bulunan site; arkadaşlarınızı bulma, kişisel veya kurumsal olarak size ait olan bilgileri paylaşma, paylaşımlarınıza yorum, beğeni yapma, arkadaşlarınızla sohbet edebilme olanağı sağlıyor (<http://verisay.com/>).

Sosyal ağlarda geçirilen ortalama her 4 dakikanın yaklaşık 3 dakikası Facebook’ta geçirilmektedir (<http://www.campaigntr.com/>).

"Türkiye İnternet Raporu"na göre dünyada her 13 kişiden birinin, Türkiye’de ise her 10 kişiden 4’ünün Facebook hesabı bulunmaktadır. Türkiye'deki kullanıcı sayısı 32 milyona yaklaşırken, Türkiye takipçi sayısı olarak dünyada yedinci sırada yer almaktadır (<http://www.aktifhaber.com/>).

Twitter

Jack Dorsey tarafından 2006 yılında kurulmuştur. Twitter; 140 karakter içeren tweet adı verilen internet kısa mesajlarının gönderildiği ve başkalarının mesajlarının okunabildiği bir mikro-blog servsidir (<http://twitter.nedir.com/>).

Performansına ait istatistiklerini açıklayan, Twitter, aylık aktif kullanıcı sayısının 215, günlük aktif kullanıcı sayısının 100 milyon, atılan günlük mesaj (tweet) sayısının ise 500 milyona ulaştığını bildirdi (<http://teknoloji.bugun.com.tr/>).

Antalya'da düzenlenen 5'inci Uluslararası Terörizm ve Sınırşan Suçlar Sempozyumu'nda, “Toplumsal Olaylarda Sosyal Medya Platformları” konulu sunum yapan 4'üncü Sınıf Emniyet Müdürü; Türkiye'deki twitter kullanıcısının 2 milyondan 10 milyona yükseldiğini belirtti (<http://www.haberler.com/>).

İlgili Araştırmalar

Problemlili İnternet Kullanımı ve İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yapılan Araştırmalar

Problemlili internet kullanımı ve buna bağlı olarak oluşan internet bağımlılığı hastalığı ile ilgili yurt içinde yapılan bazı çalışmalara bu başlık altında değinilmiştir.

Problemlili İnternet Kullanımı ve İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Problemlili internet kullanımı ve problemlili internet kullanımına bağlı olarak oluşan internet bağımlılığı hastalığı ile ilgili alanyazında pek çok çalışma bulunmaktadır. Bunlardan birkaç tanesi ele alınacaktır.

Keser ve Buzlu (2005) tarafından, Davis(2002)'in geliştirdiği problemlili internet kullanımını belirlemede yardımcı olabilecek bir ölçme aracı olan İnternette Bilişsel Durum Ölçeği'nin Türkçe adaptasyonu yapılmıştır.

Haftada en az iki saatini internet kullanarak geçiren 148 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışma orijinal ölçekteki gibi 36 madde ve dört alt boyuttan oluşarak ortaya çıkmıştır.

Problemlı internet kullanımı ile ilgili olarak Türkiye'deki alanyazın incelendiğinde, öğrencilerin geçmişte ortalama internet kullanım süresi 3.17 dır. Öğrencilerin %49,4'ü internete evden bağılandıklarını ve haftada 2 ve 5 saat arası bir sürede internette aktif olduklarını ifade etmişlerdir. Yine öğrencilerin %44'lük kısmı saat 16.00-22.00 arası ağırlıklı olarak internette vakit geçirdiklerini, çoğunlukla (%52.24) bilgi aradıklarını ifade ederken, %43.97'si eğitim hayatında ve ilgili araştırmalar için kullandıklarını yine %46.62'si ise e-posta kullandıklarını belirtmişlerdir. Ceyhan (2011) konuyla ilgili çalışmasını 307 lise öğrencisiyle gerçekleştirmiştir. Ergenlerin problemlı internet kullanım düzeylerinin onların cinsiyetleri, öğrenim gördükleri okul ve başarı düzeyleri, yakınlarından ve çevrelerinden aldıkları sosyal destek ve haftalık ortalama internet kullanımlarıyla ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda internet kullanım süresiyle, sınıfın başarı düzeyi ve okul türünün problemlı internet kullanımında belirleyici olduğu görülmüştür. Ergenlerin problemlı internet kullanım düzeyleri lisenin ilk yıllarında başlayıp yoğunlaşırken, meslek liselerindeki gençlerin problemlı internet kullanımına yatkınlıklarının daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Problemlı internet kullanım düzeyinin; bireylerin cinsiyetleri, öğrenim gördükleri bölüm, haftalık internet kullanımı ve sosyoekonomik düzeyleri üzerindeki etkilerini inceleyen Çakır ve Horzum (2008), erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre, haftalık sekiz saatin üzerinde internette vakit geçiren öğrencilerin haftada sekiz saatten az vakit geçiren öğrencilere göre daha yüksek problemlı internet kullanım düzeyine sahip olduğunu görmüşlerdir. Sosyo-ekonomik düzeyin ise problemlı internet kullanımı üzerinde önemli bir etki görülmemiştir.

Bireylerin kişilik özelliklerini, psikolojik durumlarını ve sosyal desteklerini internet bağımlılıklarıyla karşılaştıran Batıgün ve Kılıç (2011), 1198 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmalarında erkek öğrencilerin kız öğrencilerden, sosyoekonomik durumu yüksek olan öğrencilerin sosyoekonomik durumları daha alt seviyede olan öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek internet bağımlılığına sahip olduklarını tespit etmişlerdir. Yüz yüze iletişim kurmaktansa internet üzerinden iletişim kurmanın tercih edilmesi, internette geçirilen zamanının bu denli fazla olması, bireylerin özdenetimi sağlayamaması, gelecekle ilgili kaygılar ve yaşamı anlamlandırma ve hissettikleri tatmin ile yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur.

Cömert (2007), İstanbul'da 600 üniversite öğrencisi üzerinde çalışmış ve internet bağımlılığı ile sigara ve alkol kullanımı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bunun sonucunda, internet bağımlılığı olan bireylerin bağımlı olmayan bireylere göre hayatları süresince en az bir kere esrar deneme riskleri iki kat, sakinleştirici hap deneme riski 1,5 kat, uyuşturucu hap deneme

riskleri 2 kat fazla görülmüştür. İnternet bağımlılığı olan bireylerin sosyal ilişkilerindeki bozulma, sorumluluklarını yerine getirememe, internette aktif olamadığı zamanlardaki huzursuzluk, internette aktif olduğu sürede yaşamsal aktivitelerin ihmalı (yeme, içme, uyku vs.) aile ve arkadaşlarıyla birlikte olmak yerine internette vakit geçirmeyi yeğleme bağımlılık problemi olmayan bireylere göre anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

Bir başka araştırmada da akran baskısının getirdiği sosyal desteğin internet bağımlılığı ile olan ilişkisi incelenmiştir. Esen (2007), 479 lise öğrencisiyle yapmış olduğu çalışmasında akran baskısının internet bağımlılığını olumlu anlamda yordadığını ancak aile ve öğretmenleri tarafından verilen sosyal desteğin internet bağımlılığını olumsuz anlamda yordadığını ortaya çıkarmıştır.

Çalışmasını interneti kontrolsüz kullanan bireyler üzerinde gerçekleştiren Karaca (2007), Sosyal sapma davranışının ağırlıklı olarak bu bireylerde görüldüğünü belirtmiştir. Bireylerin ait oldukları topluma hakim olan örf, adet ve geleneklere, değer ve normlara ters düşen davranışlar sergilenmesi sosyal sapma olarak ifade edilmektedir. Porno sitelerinin kullanımı, aileye ve çevreye yalan söylenmesi, bireylerin chat sitelerinde sahte kimliğe bürünmesi, oyun ve kumar bağımlılığı gibi ahlaki bozulmalar aşırı internet kullanımının sebep olduğu sosyal sapmalardır. Genç bireylerde pornografik içerikli sitelerde vakit geçirme, sosyal medya sohbetlerinde sahte kimliğe bürünme, kumar bağımlılığı, interneti daha fazla kullanmak için aileye ve sosyal çevreye yalan söyleme davranışları gözlenmektedir. Sosyal sapma sonucunda toplumun önemli problemlerinden olan pedofili, silah pazarlama, kadın pazarlama, uyuşturucu madde kullanımı ve satımı gibi problemler karşımıza gelebilmektedir.

Bireylerin toplumun genelinde kabul gören, o topluma hakim olan değer ve normlara, örf, adet ve geleneklere aykırı davranışlar sergilemesine sosyal sapma denir. İnterneti yoğun şekilde kullanan gençlerin tavır ve tutumları göz önüne alındığında, kontrolsüz internet kullanan bireyler sosyal sapma davranışı sergilemeye yatkındır. Pornografi, ahlaki bozulmalar, kumar oynama, oyun bağımlılığı, siber suç kapsamına giren eylemler aşırı internet kullanımının neden olabileceği sosyal sapmalardır. Aşırı internet kullanımında bulunan gençlerin aileleriyle ve sosyal çevreleriyle ilişkileri bozulmakta, yalan söyleme eğilimleri artmakta, chat siteleri uygunsuz şekilde kullanılmakta ve pornografik içerikli sitelerde geçirilen süre uzamaktadır. Giderek büyüyen sorunlar karşımıza uyuşturucu madde satışı, çocuk pornosu, kadın ve silah pazarlaması ile dolandırıcılık şeklinde çıkmaktadır. İnterneti yoğun olarak kullanan bireylerden

Özellikle lise çağındaki gençlerde (%23,5) internetin kullanım amacı günlük hayattaki sorumluluklardan ve sorunlardan kendini soyutmaktır.



BÖLÜM III

Yöntem

Araştırma Modeli

Problemlerle internet kullanımlarından ve sosyal görünüşlerinden kaygılı olan öğrencilerin çeşitli demografik özellikleri ile ilişkisini belirlemek amacıyla yapılan bu çalışma, tarama yöntemiyle yapılan betimsel bir çalışmadır. Bu bölümde araştırmaya katılan bireylere, araştırmada kullanılan veri toplama aracı olan ölçek ve formlara, edinilen verilerin toplanma aşamasında ve edinilen verilerin analizine ilişkin bilgiler verilmiştir.

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini 2016-2017 yılında İstanbul'un Avrupa Yakası'ndaki okullarda öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır.

Örneklem ise; İstanbul Avrupa Yakası'nda öğrenim gören 200 öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların %52,5'i kadın, %47,5'i erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak; Kişisel Bilgi Formu, İnternette Bilişsel Durum Ölçeği ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu (EK-I), 16-24 yaş arası kişisel ve demografik özelliklerini belirleyebilmek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. Bu bölümde kullanıcılardan toplanan veriler; ne kadar süre internette kaldığı, bireylerin cinsiyetleri, ebeveynlerinin öğrenim durumları, ailelerinin gelir seviyeleri, evdeki kardeş sayıları, internete bağlanabilecekleri teknolojik cihaz sayıları, internet kullanmaya ne zaman başladıkları ve günlük kullanılan internet süreleridir.

İnternette Bilişsel Durum Ölçeği

İnternette Bilişsel Durum Ölçeği (İBDÖ) (EK-II), Davis (2002)'in problemlili internet kullanımını belirleyebilmek amacıyla dört alt boyutta (Yalnızlık-Depresyon, Azalmış Dürtü Kontrolü, Sosyal Destek, Dikkat Dağıtma) ve 36 maddeden oluşturduğu yedili likert tipi ("Kesinlikle Katılmıyorum" dan –"Kesinlikle Katılıyorum" a doğru değişen) bir ölçektir. Keser ve Buzlu (2005)'e göre İBDÖ, bireylerin internet hakkındaki görüşlerini ve düşüncelerini değerlendiren bir ölçektir.

Yalnızlık-Depresyon boyutu (2, 22, 23, 24, 25, 35), bireylerin problemlili internet kullanımına bağlı olarak yaşadıkları kendilerini değersiz ve yalnız hissetme ile ilgili olumsuz düşüncelerini içeren boyuttur. Azalmış Dürtü Kontrolü boyutu (4, 5, 10, 11, 12, 15, 17, 21, 34, 36), bireylerin interneti fazla kullanmasından dolayı rahatsızlık duymasını ve kullandığı süreyi azaltmak istemesine rağmen bu süreyi azaltamaması aksine düzenli olarak güncel olayları takip etme isteğinden dolayı internette neler olup bittiğini düşünmesini içerir. Sosyal Destek boyutu (1, 3, 6, 7, 8, 9, 13, 14, 16, 18, 19, 26, 31), ölçeğin alt boyutları arasında problem alanı olarak görülmediği için anlamı en kapalı olan boyuttur. Bu boyut yalnız bireylerin destek aramak amacıyla, reddedilmeye karşı aşırı duyarlı bireylerin ise durumdan kaçınmak için internet kullanmasını içerir. Dikkat Dağıtma boyutu ise (20, 27, 28, 29, 30, 32, 33), yerine getirilmesi gereken sorumluluklardan, herhangi bir aktiviteden, bireyin strese girmesine neden olan durumlardan ve içinden çıkılamayan karmaşık düşüncelerden kendini soyutlamak amacıyla internet kullanımının tercih edilmesini içerir (Özsoy, 2009).

İBDÖ, bireylerin ölçeğe verdikleri toplam puanı ve alt grup puanları hesaplanarak değerlendirilmektedir. Likert tipi olan ölçekte puanlar "kesinlikle katılmıyorum" dan "kesinlikle katılıyorum" a doğru 1'den 7'ye doğru sıralanmaktadır. Kesinlikle katılmıyorum 1, kesinlikle katılıyorum 7 puan şeklinde hesaplanan ölçeğin sadece 12. maddesi revers olduğu için ters çevrilerek puanlaması yapılmıştır. (Örneğin 1 puan= 7 puan, 3 puan=5 puan) Yani puanın yüksek olması "problemlili kullanım" olarak değerlendirilmektedir. Davis (2002)'in, İBDÖ için gerçekleştirdiği geçerlik ve güvenirlik çalışmasında;

- Ölçeğin güvenirlik katsayısı $\alpha = .93$ olarak hesaplanmıştır.
- Açıklayıcı faktör analizine göre 4 alt boyut belirlenmiştir.
- Test-tekrar test güvenirliliği $r = .87$ olarak hesaplanmıştır.

-Deney ve gözlem örneklem grupları tarafından geçerliği test edilmiştir.

Tablo 1: İnternette Bilişsel Durum Ölçeği ve Alt Grupları Toplam Alpha Değerleri ve Ölçeğin Orijinalinin Alpha Değerleri

İBDÖ ve Alt grupları	Özcan'ın Çalışması(n=148)	Davis'in Çalışması(n=211)
	A	A
Sosyal Destek	0,84	0,87
Yalnızlık/ Depresyon	0,60	0,77
Azalmış Dürtü Kontrolü	0,79	0,84
Dikkat Dağıtma	0,73	0,81
TOPLAM İBDÖ	0,91	0,93

Keser ve Buzlu (2005)'ya göre problemlili internet kullanımı ile internet kullanılan süreye bağlı olarak günlük hayattaki yapılması gereken sorumlulukların ertelenmesi, geciktirilmesi ve bu ertelemenin, geciktirmenin getirdiği yalnızlık, depresyon ve dürtüsellik arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

İBDÖ'nün Geçerlik Çalışmaları

İBDÖ'yü Davis(2002)'den uyarlama çalışması, Keser ve Buzlu tarafından 2005 yılında gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği belirlenirken Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı kullanılmış olup bu puan, toplam ölçek puanları için .90, sosyal destek alt grup puanları için .87, yalnızlık / depresyon alt grup puanları için .76, azalmış dürtü kontrolü alt grup puanları için .89 ve dikkat dağıtma alt grup puanları için .85 olarak

hesaplanmıştır. İBDÖ'nün iç tutarlık katsayısı $\alpha=.91$ ' dir ve madde toplam güvenilirlik katsayıları .17-.66 arasında çeşitlilik göstermektedir. Her bir madde varyansının alt grup puan varyansı ile arasındaki ilişkide ise, değerler .40 ile .73 arasında hesaplanmıştır. Benzer ölçekler ile gerçekleştirilen geçerlik sınavında, İBDÖ ile depresyon ve yalnızlık arasında aynı yönde, algılanan sosyal destek ile ters yönde ilişki bulunmuş, belirlenen faktör yapısının ölçeğin orijinali ile benzerlik gösterdiği anlaşılmıştır (<http://bagimlilikdergisi.com/>).

Yapılan araştırmada kullanılan ölçek olan İBDÖ'nün iç tutarlık katsayısını hesaplamak için Cronbach Alpha kullanılmıştır. İlgili ölçeğin iç tutarlık katsayısı .82, alt boyutlarından dikkat dağıtma alt boyutu .78, sosyal destek alt boyutu .74, azaltılmış dürtü kontrolü alt boyutu .75 ve yalnızlık/depresyon alt boyutu için ise .78 olarak hesaplanmıştır.

3.3.3. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği

Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ) (EK-III), Hart ve ark. (2008)'in bireylerin fiziksel görünüşlerinden dolayı yaşadıkları olumsuz düşünceleri, hissettikleri baskıyı ve yaşadıkları kaygıyı ölçmek amacıyla tek boyutta ve 16 maddeden oluşturduğu beşli likert tipi ("Hiç uygun değil"den "Tamamen uygun"a doğru değişen) bir ölçektir. geliştirilmiştir. Ölçeğin birinci maddesi revers madde olduğu için tersten kodlanmaktadır. (Örneğin 1 puan= 5 puan, 4 puan=2 puan) SGKÖ'den alınan yüksek puanlar bireylerin fiziksel görüntülerin dolayı yüksek düzeyde kaygı yaşadıklarını göstermektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlik-güvenirlik çalışması Doğan(2010) tarafından yapılmıştır.

Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)'nin ölçüt geçerliğini belirlemek amacıyla Leary (1983)'nin bireylerin başkaları tarafından olumsuz ve kötü değerlendirmelerine karşı olan tahammül seviyelerini belirlemek için geliştirdiği Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu (ODKÖ) kullanılmıştır. SGKÖ'nün faktör yapısını belirlemek için faktör analizi türlerinden keşfedici (açıklayıcı) ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan faktör analizi sonuçlarına göre ölçeğin orijinal formunda olduğu gibi tek boyutlu bir yapıya sahip olduğu belirlenmiştir. SGKÖ'nün ölçüt geçerliğini belirlemek için uygulanan ODKÖ ile arasında .60 anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu anlaşılmıştır. SGKÖ'nün iç tutarlık katsayısını belirlemek için Cronbach Alpha uygulanmış olup hesaplanan iç tutarlık katsayısı .93, test tekrar-test güvenilirlik katsayısı .85 ve test yarılama yöntemiyle hesaplanan güvenilirlik katsayısı .88 olarak

bulunmuştur. SGKÖ'nün Türkçe formundaki maddeler ile toplam korelasyon katsayılarının .32 ile .82 arasında çeşitlilik gösterdiği hesaplanmıştır. Yapılan analizler değerlendirildiğinde SGKÖ'nün Türkiye'deki üniversite öğrencilerine uygulanması hususunda geçerlik ve güvenilirlik değerlerine sahip olduğunu göstermektedir (Doğan, 2010).

Yapılan bu araştırmada ise; Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ) için Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .83 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın örneklem grubu 2016-2017 yılları arasında İstanbul'un Avrupa Yakası'ndaki okullarda öğrenim hayatlarına devam öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilere demografik bilgilerinin alındığı kişisel bilgi formu, problemleri internet kullanımını belirleyebilmek amacıyla internette bilişsel durum ölçeği ve fiziksel görünüşlerinden dolayı yaşadıkları kaygı seviyelerini belirleyebilmek amacıyla sosyal görünüş kaygısı ölçeği uygulanmıştır. Araştırmaya katılan her bir bireye araştırmacı tarafından ortalama 20 dk. süre verilerek ders saatleri içerisinde ve dışarısında uygulama yapılmış ve çalışmanın verileri toplanmıştır. Araştırma verilerini toplarken aşağıda belirtilen işlem sırası takip edilmiştir.

Araştırmaya katılacak öğrencilerle çalışma yapabilmek için ilk olarak eğitim gördükleri okul idaresinden izin alınmıştır. Eğer çalışmaya katılacak öğrenci 18 yaşından küçük ise reşit sayılmadığından ailesinin izni alınmıştır. Çalışma, öğrencilerin uygun gördüğü ders saatlerinde veya öğrencilerin belirlediği adreslere gidilerek uygulanan kişisel bilgi formu, internette bilişsel durum ölçeği ve sosyal görünüş kaygısı ölçeği ile yapılmıştır. Gerekli bilgileri toplamak amacıyla uygulanan ölçekler uygulanmadan önce ve uygulama esnasında araştırmaya katılan bireylere tüm açıklamalar yapılmış ve gerekli bilgiler verilmiştir. Araştırmanın doğru sonuçlar vermesi için araştırmaya katılan bireylerin uygulanan ölçek ve formlara samimi ve doğru cevaplar vermesinin çok önemli olduğu araştırmacı tarafından titizlikle anlatılmıştır. İlgili çalışma ortalama olarak her bir bireyde 20 dk. sürmüştür. İlgili çalışmanın veri toplama aşaması 2016-2017 yılları arasında yapılmış olup 2017 yılının Eylül ayında çalışma tamamlanmıştır.

Verilerin Çözümlemesi

Araştırma kapsamında kullanılan ölçekler yardımıyla elde edilen bilgiler, SPSS 16.0 istatistik paket programı ile incelenmiştir. 16-24 yaş arası öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları, problemleri internet kullanımı ve problemleri internet kullanımının alt boyutları olan yalnızlık-

depresyon, azalmış dürtü kontrolü, sosyal destek, dikkat dağıtmanın cinsiyet, internet kullanılan süre, internet kullanımına başlanan yıl gibi demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğinin tespit edilmesi için bağımsız grup t-testi kullanılmıştır. Daha sonra sosyal görünüş kaygısı, problemlili internet kullanımı ve ilgili alt boyutların evdeki kardeş sayısı, ailenin eğitim durumu, ailenin gelir durumu, akademik başarı gibi demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğinin tespit edilmesinde de tek yönlü varyans analizi yapılmıştır.



BÖLÜM IV

4. Bulgular

4.1. Öğrencilerin Demografik Özellikleri

Bu bölümde araştırmaya katılan öğrencilerin demografik verilerine ilişkin değişkenlere ait bilgilere yer verilmiştir. Aşağıdaki tabloda öğrencilere ait kişisel bilgiler sunulmuştur.

Tablo 2. Cinsiyet Dağılım Tablosu

Cinsiyet	N	%
Kadın	105	52,5
Erkek	95	47,5
Toplam	200	100

Tablo 2’de araştırmaya konu olan öğrencilerin cinsiyet bilgilerine ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, öğrencilerin 105’inin (%52.5) kadın, 95’inin (%47.5) erkek olduğu bulunmuştur.

Tablo 3. Yaş Dağılım Tablosu

Yaş	N	%
18 Yaş ve altı	60	30,3
19 Yaş	43	21,5
20 Yaş	45	22,5
21 Yaş ve üstü	50	25

Tablo 3’te araştırmaya konu olan öğrencilerin yaş bilgilerine ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, öğrencilerin N=60’ının (%30.3) 18 yaş ve altı, N=43’ünün (%21.5) 19 yaş, N=45’inin (%22.5) 20 yaş, N=50’sinin (%25) ise 21 yaş ve üstü olduğu bulunmuştur. Kadın öğrencilerin (N=104) yaş ortalaması 19.76, erkek öğrencilerin (N=94) yaş ortalaması ise 19.20 olarak bulunmuştur. Ayrıca öğrencilere ait analizde en düşük yaş 16, en yüksek yaş 24 ve örneklemin yaş ortalaması 19.50 (SD=1.840) olarak bulunmuştur.

Tablo 4. Eğitim Durumu Dağılım Tablosu

Öğrenim Durumu	N	%
Lise	71	35,5
Üniversite	129	64,5
Toplam	200	100

Tablo 4’te araştırmaya konu olan öğrencilerin eğitim bilgilerine ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, öğrencilerin N=71’inin (%35.5) lise öğrencisi, N=129’unun (%64.5) üniversite öğrencisi olduğu bulunmuştur.

Tablo 5. Aylık Gelir Dağılım Tablosu

Aylık Gelir Tablosu	N	%
0-1000 TL.	17	8,5
1001-2000 TL.	36	18
2001-3000 TL.	48	24
3001-4000 TL.	22	11
4001 TL. ve daha fazla	63	31,5
Toplam	200	100

Tablo 5’te araştırmaya konu olan öğrencilerin ailelerinin aylık gelirlerine ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, öğrencilerin ailelerinin N=17’sinin (%8.5) 0-1000 tl. arası, N=36’sının (%18) 1001-2000 tl. arası, N=48’inin (%24) 2001-3000 tl. arası, N=22’sinin (%11) 3001-4000 tl. arası, N=63’ünün (%31.5) 4001 tl. ve üzeri gelire sahip olduğu bulunmuştur.

Tablo 6. Kardeş Sayısı Dağılım Tablosu

Kardeş Sayısı	N	%
Kardeşim yok	14	7
1 kardeş	61	30,5
2 kardeş	57	28,5
3 kardeş	34	17
4 kardeş	20	10
5 kardeş	5	2,5
6 ve daha fazla kardeş	6	3
Toplam	200	100

Tablo 6’da araştırmaya konu olan öğrencilerin ailelerinin kardeş sayılarına ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, öğrencilerin N=14’ünün (%7) kardeşinin olmadığı, N=61’inin (%30.5) bir kardeşinin olduğu, N=57’sinin (%28.5) iki kardeşinin olduğu, N=34’ünün (%17) üç kardeşinin olduğu, N=20’sinin (%10) dört kardeşinin olduğu, N=5’inin (%2.5) beş kardeşinin olduğu, N=6’sının (%3) altı ve daha fazla kardeşinin olduğu bulunmuştur.

4.2. Öğrencilerin Teknolojik Alet, Teknoloji ve Sosyal Ağ Kullanım Özellikleri

Tablo 7. İnternete Bağlanmak İçin Kullanılan Teknolojik Alet Dağılım Tablosu

Teknolojik Alet	Evet N	(%)	Hayır N	%
Cep Telefonu	186	(93)	14	(7)
Laptop	123	(61.5)	77	(38.5)
Masaüstü bilgisayar	71	(35.5)	129	(64.5)
Tablet bilgisayar	70	(35)	130	(65)
Notebook	23	(11.5)	177	(88.5)
Diğer	2	(1)	198	(99)
Hiçbiri	2	(1)	198	(99)

Tablo 7’de araştırmaya konu olan öğrencilerin internete bağlanmak için kullandıkları teknolojik aletlere ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, öğrencilerin N=186’sının (%93) cep telefonu, N=123’ünün (%61.5) laptop, N=71’inin (%35.5) masaüstü bilgisayar, N=70’inin (%35) tablet bilgisayar, N=23’ünün (%11.5) notebook, N=2’sinin (%1) bu seçenekler harici farklı bir alet ile internete bağlandıkları bulunmuştur.

Tablo 8. İnternette Bağlanılan Sosyal Ağlar Dağılım Tablosu

Sosyal Ağ	Evet N	(%)	Hayır N	(%)
WhatsApp	179	(%89.5)	21	(%10.5)
Facebook	166	(%83)	34	(%17)
Twitter	150	(%75)	50	(%25)
Forsquare	107	(%53.5)	93	(%46.5)
Instagram	105	(%52.5)	95	(%47.5)
Diğer	16	(%8)	183	(%92)
LinkedIn	15	(%7.5)	185	(%92.5)

Tablo 8’de araştırmaya konu olan öğrencilerin internette kullandıkları sosyal ağlara ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, öğrencilerin N=179’unun (%89.5) whatsapp, N=166’sının (%83) facebook, N=150’sinin (%75) twitter, N=107’sinin (%53.5) forsquare, N=105’inin (%52.5) instagram, N=16’sının (%8) diğerk sosyal ağlar, N=15’inin (%7.5) linkedIn isimli sosyal ağlara bağlandıkları bulunmuştur.

Tablo 9. İnternete Bağlanma Amaç Dağılım Tablosu

Bağlanma Amacı	Evet N	(%)	Hayır N	(%)
Sosyalleşme	186	(%93)	14	(%7)
Müzik	176	(%88)	24	(%12)
Eğitim/Araştırma	153	(%76.5)	47	(%23.5)
Dizi/Film	150	(%75)	50	(%25)
E-posta	130	(%65)	70	(%35)
İnternet gazeteciliği	130	(%65)	70	(%35)
Oyun oynama	102	(%51)	98	(%49)
Alışveriş	77	(%38.5)	123	(%61.5)
İnternet bankacılığı	46	(%23)	154	(%77)
Diğerk	37	(%18.5)	163	(%81.5)
Kumar oynama	25	(%12.5)	175	(%87.5)

Tablo 9’da araştırmaya konu olan öğrencilerin internete bağlanma amaçlarına ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, öğrencilerin N=186’sının (%93) sosyalleşme, N=176’sının (%88) müzik dinleme, N=153’ünün (%76.5) eğitim/araştırma, N=150’sinin (%75) dizi/film izleme, N=130’unun (%65) e-posta kullanımı, N=130’unun (%65) internet gazeteciliği kullanımı, N=102’sinin (%51) oyun oynama, N=77’sinin (%38.5) alışveriş yapma, N=46’sının (%23) internet bankacılığı işlemi gerçekleştirme, N=37’sinin (%18.5) farklı bir işlem gerçekleştirme, N=25’inin (%12.5) kumar oynama amacıyla internete bağlandıkları bulunmuştur.

4.3. Öğrencilerin İnternette Gerçek Kimlik Saklama Özellikleri

Tablo 10. İnternette Gerçek Kimlik Saklama Dağılım Tablosu

Cinsiyet	Evet (N)	Hayır (N)	Bazen (N)
Kadın	2	76	23
Erkek	11	65	18

Tablo 10’da araştırmaya konu olan öğrencilerin internette gerçek kimlik saklama durumlarına ait verilere yer verilmiştir. Buna göre, öğrencilerin N=13’ünün (%6.5) internette gerçek kimliklerini sakladıkları, N=41’inin (%20.5) internette gerçek kimliklerini bazen sakladıkları, N=138’inin (%69) internette gerçek kimliklerini saklamadıkları bulunmuştur.

4.4. Öğrencilerin gün içerisindeki internet kullanım sürelerinin cinsiyetlerine göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 11. Öğrencilerin Gün İçerisindeki İnternet Kullanım Sürelerinin, Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	medyan	Min	Max	
Kadın	104	4,70	3	1	24	t= 2.53*
Erkek	95	3,32	3	0	12	

*p<.01

Tablo 11’de yer alan, öğrencilerin gün içerisindeki internet kullanım sürelerinden aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; kadın öğrencilerin, erkek öğrencilere göre daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Kadın öğrencilerin ortalaması $x=4.70$, erkek öğrencilerin ortalaması $x=3.32$ ’dir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında kadınlar lehine $p=.001$ ($p<.01$) değerinde anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Gün içerisindeki internet kullanım sürelerinden elde edilen bu farklılığa göre, kadın öğrencilerin, erkek öğrencilere göre gün içerisinde daha uzun süre internette kaldıkları bulunmuştur.

4.5. Öğrencilerin problemlı internet kullanım puanlarının internet kullanım yıllarına göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 12. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanımlarının, İnternet Kullanım Yıllarına Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Kullanım Yılı	N	Ortalama	medyan	Min	Max	
8 yıl ve daha az	102	92,35	88	36	221	
9 yıl ve daha fazla	85	93,02	85	42	189	t= -.120

Tablo 12’de yer alan, öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; 8 yıl ve daha az internet kullanan öğrenciler ile 9 yıl ve daha fazla internet kullanan öğrencilerin birbirine yakın ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.794$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, öğrencilerin internet kullanım yıllarının, problemlı internet kullanım açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.6. Öğrencilerin problemlı internet kullanım puanlarının cinsiyetlerine göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 13. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanımlarının, Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	medyan	Min	Max	
Kadın	100	90,13	83,50	36	213	
Erkek	88	95,69	91,50	41	221	t= -1.00

Tablo 13’te yer alan, öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.280$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, cinsiyetin, problemlı internet kullanım açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.7. Öğrencilerin dikkat dağıtma alt ölçeği puanlarının cinsiyetlerine göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 14. Öğrencilerin Dikkat Dağıtma Alt Ölçeği Puanlarının, Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	medyan	Min	Max	
Kadın	103	20,11	20	7	49	t= .038
Erkek	90	20,06	18,50	7	42	

Tablo 14’te yer alan, öğrencilerin dikkat dağıtma alt ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; erkek öğrenciler ile kadın öğrencilerin birbirine yakın ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.253$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, cinsiyetin, dikkat dağıtma açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.8. Öğrencilerin sosyal destek alt ölçeği puanlarının cinsiyetlerine göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 15. Öğrencilerin Sosyal Destek Alt Ölçeği Puanlarının, Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	medyan	Min	Max	
Kadın	102	30,58	28	13	73	t= -1.57
Erkek	92	33,88	31,50	13	83	

Tablo 15’te yer alan, öğrencilerin sosyal destek alt ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.302$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, cinsiyetin, sosyal destek açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.9. Öğrencilerin azalmış dürtü kontrolü alt ölçeği puanlarının cinsiyetlerine göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 16. Öğrencilerin Azalmış Dürtü Kontrolü Alt Ölçeği Puanlarının, Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	medyan	Min	Max	
Kadın	103	25,74	22	10	59	t= -1.23
Erkek	92	27,76	27	10	58	

Tablo 16’da yer alan, öğrencilerin azalmış dürtü kontrolü alt ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.740$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, cinsiyetin, azalmış dürtü kontrolü açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.10. Öğrencilerin yalnızlık/depresyon alt ölçeği puanlarının cinsiyetlerine göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 17. Öğrencilerin Yalnızlık/Depresyon Alt Ölçeği Puanlarının, Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	medyan	Min	Max	
Kadın	104	14,72	14	6	41	t= .281
Erkek	93	14,41	12	6	38	

Tablo 17’de yer alan, öğrencilerin yalnızlık/depresyon alt ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; erkek öğrenciler ile kadın öğrencilerin birbirine yakın ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.660$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, cinsiyetin, yalnızlık/depresyon açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.11. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ölçeği puanlarının cinsiyetlerine göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 18. Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanlarının, Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	medyan	Min	Max	
Kadın	103	28,83	26	16	65	t= -.920
Erkek	93	30,47	26	16	75	

Tablo 18’de yer alan, öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ölçeğinden (SGKÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.288$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, cinsiyetin, sosyal görünüş kaygısı açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.12. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ölçeği puanlarının “diğerlerinin ne yaptığını bilmeleri benim için önemli” sorusuna verdikleri yanıtlara göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 19. Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Puanlarının, “Diğerlerinin Ne Yaptığını Bilmeleri Benim İçin Önemli” Sorusuna Verdikleri Yanıtlara Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Yanıt Verenler	N	Ortalama	Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği
Katılmıyorum	102	26,60	t= -2.63*
Katılıyorum	35	32,34	

* $p<.01$

Tablo 19’da yer alan, öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ölçeğinden (SGKÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; “diğerlerinin ne yaptığını bilmeleri benim için önemli” sorusuna, katılıyorum yanıtı veren öğrencilerin, katılmıyorum yanıtı veren öğrencilere göre daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında katılıyorum yanıtı verenler lehine $p=.006$ ($p<.01$) değerinde anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin, “diğerlerinin ne yaptığını bilmeleri benim için önemli” sorusuna verdikleri yanıtlardan elde edilen bu farklılığa göre,

katılıyorum yanıtı veren öğrencilerin, katılmıyorum yanıtı veren öğrencilere göre sosyal görüş kaygılarının daha yüksek olduklarını söyleyebiliriz.

4.13. Öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeği puanlarının “diğerlerinin yaptıklarını takip ederim” sorusuna verdikleri yanıtlara göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 20. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği Puanlarının, “Diğerlerinin Yaptıklarını Takip Ederim” Sorusuna Verdikleri Yanıtlara Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Yanıt Verenler	N	Ortalama	Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği
Katılmıyorum	46	84,13	
Katılıyorum	80	103,76	t= -2.66

Tablo 20’de yer alan, öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; “diğerlerinin yaptıklarını takip ederim” sorusuna, katılıyorum yanıtı veren öğrencilerin, katılmıyorum yanıtı veren öğrencilere göre daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görölmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.830$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, öğrencilerin, “diğerlerinin yaptıklarını takip ederim” sorusuna verdikleri yanıtların, problemlı internet kullanımını açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.14. Öğrencilerin azalmış dürtü kontrolü alt ölçeği puanlarının “kendime ait birçok fotoğraf paylaşıyorum” sorusuna verdikleri yanıtlara göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 21. Öğrencilerin Azalmış Dürtü Kontrolü Alt Ölçeği Puanlarının, “Kendime Ait Birçok Fotoğraf Paylaşıyorum” Sorusuna Verdikleri Yanıtlara Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Yanıt Verenler	N	Ortalama	Azalmış Dürtü Kontrolü Alt Ölçeği
Katılmıyorum	46	23,86	
Katılıyorum	103	27,33	t= -1.71

Tablo 21’de yer alan, öğrencilerin azalmış dürtü kontrolü alt ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; “kendime ait birçok fotoğraf paylaşıyorum” sorusuna, katılıyorum yanıtı veren öğrencilerin, katılmıyorum yanıtı veren öğrencilere göre daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.175$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, öğrencilerin, “kendime ait birçok fotoğraf paylaşıyorum” sorusuna verdikleri yanıtların, azalmış dürtü kontrolü açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.15. Öğrencilerin sosyal destek alt ölçeği puanlarının “diğerleri yaptıklarına ilgi gösterirler” sorusuna verdikleri yanıtlara göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 22. Öğrencilerin Sosyal Destek Alt Ölçeği Puanlarının, “Diğerleri Yaptıklarına İlgi Gösterirler” Sorusuna Verdikleri Yanıtlara Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Yanıt Verenler	N	Ortalama	Sosyal Destek Alt Ölçeği
Katılmıyorum	30	28,23	
Katılıyorum	90	35,92	t= -2.50

Tablo 22’de yer alan, öğrencilerin sosyal destek alt ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; “diğerleri yaptıklarına ilgi gösterirler” sorusuna, katılıyorum yanıtı veren öğrencilerin, katılmıyorum yanıtı veren öğrencilere göre daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.652$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, öğrencilerin, “diğerleri yaptıklarına ilgi gösterirler” sorusuna verdikleri yanıtların, sosyal destek açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.16. Öğrencilerin dikkat dağıtma alt ölçeği puanlarının “diğerlerinin ne yaptığını bilmelerini istiyorum” sorusuna verdikleri yanıtlara göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 23. Öğrencilerin Dikkat Dağıtma Alt Ölçeği Puanlarının, “Diğerlerinin Ne Yaptığını Bilmelerini İstiyorum” Sorusuna Verdikleri Yanıtlara Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Yanıt Verenler	N	Ortalama	Dikkat Dağıtma Alt Ölçeği
Katılmıyorum	86	18,34	t= -2.29
Katılıyorum	29	23,03	

Tablo 23’te yer alan, öğrencilerin dikkat dağıtma alt ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; “diğerlerinin ne yaptığını bilmelerini istiyorum” sorusuna, katılıyorum yanıtı veren öğrencilerin, katılmıyorum yanıtı veren öğrencilere göre daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.277$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, öğrencilerin, “diğerlerinin ne yaptığını bilmelerini istiyorum” sorusuna verdikleri yanıtların, dikkat dağıtma açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.17. Öğrencilerin yalnızlık/depresyon alt ölçeği puanlarının “diğerlerinin ne yaptığını bilmek benim için önemli” sorusuna verdikleri yanıtlara göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 24. Öğrencilerin Yalnızlık/Depresyon Alt Ölçeği Puanlarının, “Diğerlerinin Ne Yaptığını Bilmek Benim İçin Önemli” Sorusuna Verdikleri Yanıtlara Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Yanıt Verenler	N	Ortalama	Yalnızlık/Depresyon Alt Ölçeği
Katılmıyorum	87	13,20	t= -2.24
Katılıyorum	32	16,81	

Tablo 24’te yer alan, öğrencilerin yalnızlık/depresyon alt ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; “diğerlerinin ne yaptığını bilmek benim için önemli” sorusuna,

katılıyorum yanıtı veren öğrencilerin, katılmıyorum yanıtı veren öğrencilere göre daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.807$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, öğrencilerin, “diğerlerinin ne yaptığını bilmek benim için önemli” sorusuna verdikleri yanıtların, yalnızlık/depresyon açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.18. Öğrencilerin problemlı internet kullanım puanlarının öğrenim durumlarına göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 25. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanım Puanlarının, Öğrenim Durumlarına Göre Farklılaşmasına Yönelik T-Testi Sonuçları

Öğrenim Durumu	N	Ortalama	Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği
Lise	63	103,54	t= 2.83
Üniversite	125	87,28	

Tablo 25’te yer alan, öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; liseye giden öğrencilerin, üniversiteye giden öğrencilere göre daha yüksek ortalama puana sahip olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan T-testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.146$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, öğrencilerin öğrenim durumlarının, problemlı internet kullanım açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.19. Öğrencilerin problemlı internet kullanım puanlarının ailelerinin aylık gelir durumlarına göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 26. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanım Puanlarının, Ailelerinin Aylık Gelir Durumlarına Göre Farklılaşmasına Yönelik Anova Sonuçları

Aylık Gelir	N	Ortalama	Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği
0-1000 tl.	13	100,00	F= 1.147
1001-2000 tl.	33	101,61	
2001-3000 tl.	47	85,46	
3001-4000 tl.	21	88,28	
4001 tl. ve üzeri	60	94,83	

Tablo 26’da yer alan, öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; aileleri 1001-2000 tl. arası gelire sahip olan öğrencilerin ortalamalarının ($x=101.61$) ile en yüksek olduğu, aileleri 2001-3000 tl. arası gelire sahip olan öğrencilerin ortalamalarının ise ($x=85.46$) ile en düşük olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; gruplar arasında fark olduğu görölmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan Anova Testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.336$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, öğrencilerin ailelerinin gelir durumlarının, problemlı internet kullanım açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.20. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı puanlarının ailelerinin aylık gelir durumlarına göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 27. Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygısı Puanlarının, Ailelerinin Aylık Gelir Durumlarına Göre Farklılaşmasına Yönelik Anova Sonuçları

Aylık Gelir	N	Ortalama	Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği
0-1000 tl.	17	37,23	F= 3.394*
1001-2000 tl.	36	31,94	
2001-3000 tl.	46	25,82	
3001-4000 tl.	22	31,45	
4001 tl. ve üzeri	61	28,31	

* $p<.05$

Tablo 27’de yer alan, öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ölçeğinden (SGKÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; aileleri 0-1000 tl. arası gelire sahip olan öğrencilerin

ortalamlarının ($x=37.23$), aileleri 1001-2000 tl. arası gelire sahip olan öğrencilerin ortalamalarının ($x=31.94$), aileleri 3001-4000 tl. arası gelire sahip olan öğrencilerin ortalamalarının ($x=31.45$), aileleri 4001 tl. ve üzeri gelire sahip olan öğrencilerin ortalamalarının ($x=28.31$) ile aileleri 2001-3000 tl. arası gelire sahip olan öğrencilerin ortalamalarından ($x=25.82$) daha yüksek olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; gruplar arasında fark olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan Anova Testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.011$ ($p<.05$) değerinde anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir. Farkların hangi gelir durumları arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan, Tukey HSD analizinde aileleri 0-1000 tl. arası aylık gelire sahip öğrenciler ile aileleri 2001-3000 tl. arası aylık gelire sahip öğrenciler arasındaki $p=.010$ ($p<.05$) düzeyindeki farktan kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçtan hareketle, aileleri 0-1000 tl. arası gelire sahip öğrencilerin, aileleri 2001-3000 tl. arası gelire sahip öğrencilere göre sosyal kaygılarının daha yüksek olduğunu söyleyebiliriz.

4.21. Öğrencilerin problemlı internet kullanım puanlarının evde yaşayan kardeş sayısı durumlarına göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 28. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanım Puanlarının, Evde Yaşayan Kardeş Sayısı Durumlarına Göre Farklılaşmasına Yönelik Anova Sonuçları

Kardeş Sayısı	N	Ortalama	Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği
Kardeşim yok	11	94,00	F= .261
1 kardeş	58	95,93	
2 kardeş	55	91,10	
3 kardeş	31	92,19	
4 kardeş	19	94,89	
5 kardeş	5	84,80	
6 ve daha fazla kardeş	6	78,83	

Tablo 28’de yer alan, öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; evde bir kardeşi olan öğrencilerin ortalamalarının ($x=95.93$) ile en yüksek olduğu, evde altı ve daha fazla kardeşi olan öğrencilerin ortalamalarının ise ($x=78.83$) ile en düşük olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; gruplar arasında fark olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan Anova Testi karşılaştırmasında, gruplar

arasında $p=.954$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, öğrencilerin evde bulunan kardeşlerinin sayı durumlarının, problemlı internet kullanım açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.22. Öğrencilerin problemlı internet kullanım puanlarının akademik başarı durumlarına göre farklılaşmasına yönelik bulgular ve yorumlar

Tablo 29. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanım Puanlarının, Akademik Başarı Durumlarına Göre Farklılaşmasına Yönelik Anova Sonuçları

Genel Alan Not Ortalaması	N	Ortalama	Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği
Başarısız	26	87,16	F= .180
Ne Başarılı Ne Başarısız	25	83,12	
Başarılı	23	81,78	

(2.50 ve altı not ortalamasına sahip olan öğrenciler=başarısız, 2.50 ve 2.99 arası not ortalamasına sahip olan öğrenciler=ne başarılı ne başarısız, 3.0 ve 4.0 arası not ortalamasına sahip olan öğrenciler=başarılı olarak kabul edilmiştir.)

Tablo 29’da yer alan, öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden (İBDÖ) aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; akademik olarak başarısız olan öğrencilerin ortalamalarının ($x=87.16$) ile en yüksek olduğu, akademik olarak başarılı olan öğrencilerin ortalamalarının ise ($x=81.78$) ile en düşük olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; gruplar arasında fark olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda yapılan Anova Testi karşılaştırmasında, gruplar arasında $p=.836$ ($p>.05$) değerinde anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu sonuçtan hareketle, öğrencilerin akademik başarı durumlarının, problemlı internet kullanım açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

4.23. Öğrencilerin problemlı internet kullanım puanları ile sosyal görünüş kaygısı puanlarının farklılık gösterip göstermemelerine yönelik korelasyonel bulgular ve yorumlar

Tablo 30. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanım Puanları ile Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Arasındaki Korelasyon Sonuçları

		Sosyal görünüş kaygısı
Problemlı internet kullanım	Sig. (2-tailed)	.000
	Pearson Correlation	.264

Tabloda 30'da görüldüğü üzere öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeği (İBDÖ) puanları ile sosyal görünüş kaygısı ölçeği (SGKÖ) puanları arasında pozitif yönde, anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=.264$, $p<.001$). Problemlı internet kullanım ölçeği ile sosyal kaygısı ölçeği arasında pozitif yönlü bir ilişki söz konusudur. Problemlı internet kullanım ölçeği ile sosyal görünüş kaygısı ölçeği arasında %26 lık bir ilişki bulunmuştur($r=.264$; $p=.000$). Problemlı internet kullanım ölçeği ile sosyal görünüş kaygısı ölçeği arasında beklenen yönde ve anlamlı ilişkiler mevcuttur. Problemlı internet kullanım ölçeği puanı arttıkça, sosyal görünüş kaygısı ölçeği puanının da arttığı gözükmemektedir.

4.24. Öğrencilerin problemlı internet kullanım puanları ile gün içi internet kullanım süresinin farklılık gösterip göstermemelerine yönelik korelasyonel bulgular ve yorumlar

Tablo 31. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanım Puanları ile Gün İçi İnternet Kullanım Süreleri Arasındaki Korelasyon Sonuçları

		Gün İçi İnternet Kullanım Süresi
Problemlı internet kullanım	Sig. (2-tailed)	.004
	Pearson Correlation	.211

Tabloda 31'de görüldüğü üzere öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeği (İBDÖ) puanları ile gün içi internet kullanım süreleri arasında pozitif yönde, anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur($r= .211$, $p<.005$). Problemlı internet kullanım ölçeği ile gün içi internet kullanım süresi arasında pozitif yönlü bir ilişki söz konusudur. Problemlı internet kullanım ölçeği ile gün içi internet kullanım süresi arasında %21 lik bir ilişki belirlenmiştir($r=.211$; $p=.004$). Problemlı internet kullanım ölçeği ile gün içi internet kullanım süresi arasında beklenen yönde ve anlamlı

ilişkiler mevcuttur. Problemlerli internet kullanım ölçeği puanı arttıkça, gün içi internet kullanım süresi puanının da arttığı gözükmemektedir.

4.25. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı puanları ile gün içi internet kullanım süresinin farklılık gösterip göstermemelerine yönelik korelasyonel bulgular ve yorumlar

Tablo 32. Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygısı Puanları ile Gün İçi İnternet Kullanım Süreleri Arasındaki Korelasyon Sonuçları

		Gün İçi İnternet Kullanım Süresi
Sosyal Görünüş Kaygısı	Sig. (2-tailed)	.353
	Pearson Correlation	.067

Tabloda 32’de görüldüğü üzere öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ölçeği (SGKÖ) puanları ile gün içi internet kullanım süreleri arasında bir ilişki bulunamamıştır ($r=.353$, $p>.05$).

BÖLÜM V

5. Tartışma

Araştırmanın bu bölümünde, öğrencilerin problemlı internet kullanımlarının ve sosyal görünüş kaygılarının incelenmesine yönelik 200 öğrenciyle yürütölen ölçek uygulamalarının sonuçları yer almakta olup, sonuçlar ilgili literatürle tartışılmıştır.

Araştırmada, Kişisel Bilgi Formu ile elde edilen demografik özelliklerle; Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeğinden ve Problemlı İnternet Kullanım Ölçeğinden elde edilen sosyal görünüş kaygısı toplam puanı ve problemlı internet kullanımı toplam puanı ile problemlı internet kullanım alt faktörlerinden (dikkat dağıtma, sosyal destek, azalmış dürtü kontrolü, yalnızlık/depresyon) elde edilen puanlar doğrultusunda karşılaştırmalar yapılmıştır.

5.1. Problemlı İnternet Kullanımına İlişkin Tartışma Bölümü

5.1.1. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanımlarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması

İlgili alanyazın incelendiğinde problemlı internet kullanımını cinsiyet değişkeni ile yurt içi ve yurt dışında inceleyen oldukça fazla araştırma mevcuttur.

Araştırmaların büyük çoğunluğu, erkek bireylerin problemlı internet kullanımının kadınlara göre daha yüksek olduğunu belirtmiştir (örn. Batıgün ve Kılıç, 2011; Çakır-Balta ve Horzum, 2008; Çelik ve Odacı, 2012; Ceyhan, 2008a). Bu yüzden alanyazındaki araştırmalarda elde edilen bilgilerle yapılan bu araştırmada elde edilen bulgular arasında benzerlik bulunamamıştır. Çünkü yapılan araştırmada cinsiyet değişkenleri arasında problemlı internet kullanımı açısından anlamlı farklılık bulunamamıştır. Alanyazında elde edilen bilgiler ile yapılan bu araştırmanın bulguları arasında problemlı internet kullanımının cinsiyete bağılı olarak farklılık göstermediğı sınırlı sayıda benzerlik bulunmuş (örn. Ceyhan, 2011), yapılan bu değerlendirme araştırmada elde edilen bulgularla paralellik göstermiştir.

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte internete ulaşmayı sağlayacak teknolojik cihaz sayısındaki artışın ve küreselleşen dünyadaki kadın erkek cinsiyetleri arasında kabul edilen cinsiyet eşitsizliğindeki farklılaşmanın yapılan çalışmalar sonucundaki azalması temel alınarak araştırmaya katılan bireylerin problemlı internet kullanımlarındaki cinsiyet değişkenine ilişkin belirgin bir farklılık bulunmadığı söylenebilir. Buna göre geçmiş dönemlerde evde bulunan tek

bir teknolojik alet ile internete ulaşma imkanı var ise bunun için önceliğin erkeklerde olduğu düşünülebilir, şu an ise birçok alet ile internete bağlanılmaktadır. Araştırmada %93 oranında cep telefonu ile internete bağlanıyor olunması da bu iddiayı desteklemektedir. Geçmiş dönemlerde evde internete bağlanma imkanı bulamayan erkekler, internet kafelere rahat bir şekilde gidebilirlerken, toplumsal cinsiyet eşitsizliği nedeniyle kadınların internet kafelere gitmelerinin daha zor olduğu söylenebilir. Teknolojinin gelişimi ve toplumsal cinsiyet eşitsizliğinin azalması sayesinde kadınların internete erişimlerinin daha da kolaylaştığı söylenebilir. Yapılan bu çalışmada kadınların gün içi internet kullanım sürelerinin erkeklere oranla daha yüksek çıkması da bunu desteklemektedir.

5.1.2. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanımlarının İnternet Kullanım Yıllarına Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması

İnternetin kötüye kullanılmasından kaynaklanan problemler genellikle internetin 6 ay ile 3 yıl arasında değişen bir sürede olumsuz kullanılmasından kaynaklanmaktadır. Bu süre ortalama olarak 1.5 yıllık bir süreyi kapsamaktadır. Odabaşoğlu ve ark.(2007)'nin örnek olay araştırmasına göre internetin zararlı kullanımı, sözü edilen 6 ay ile 3 yıl arasında değişen bir süre içerisinde gerçekleşmekte ve çeşitli şikâyetler bildiren bireylerin bu süre içerisinde çeşitli yönlerden olumsuzluklara (akademik başarısızlıklar, sosyal problemler ve aile problemleri) maruz kaldığı belirtilmiştir.

Odabaşoğlu ve arkadaşlarının 2007 yılında yaptığı çalışmada, internetin ülkemizde yeni yeni geliştiği düşünüldüğünde ve şu anki teknolojinin hızlı gelişimi göz önünde bulundurulduğunda, iki çalışma arasında yıllar arası karşılaştırma açısından fark varmış gibi gözükse de internet kullanımı açısından karşılaştırma yapılabileceği düşünülebilir. Örneğin; 2007 yılında 1997 doğumlu bir öğrencinin internet kullanım yılı 1 yıl iken; şu anda 9 yıldır.

Yapılan bu çalışmada, öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; 8 yıl ve daha az internet kullanan öğrenciler ile 9 yıl ve daha fazla internet kullanan öğrencilerin internet kullanım yıllarının, problemlı internet kullanım açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur. Dolayısıyla literatür sonuçları araştırmanın bulguları ile paralellik göstermemektedir.

5.1.3. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanımlarının Gün İçi İnternet Kullanım Süresine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması

Bayraktutan (2005), problemlı internet kullanımının belirlenmesinde yalnızca aktif şekilde internet kullanılan sürenin yeterli olmadığını, aktif şekilde internet kullanılan sürede de internetin hangi amaçla kullanıldığının belirlenmesinin de önemli olduğunu vurgulamıştır.

Günüç'e (2009) göre ise; problemlı internet kullanımının en önemli belirtilerinden biri internet başında uzun zaman geçirmektir ki alışkanlıkla arasındaki temel farkın da bu noktada oluştuğu söylenebilir.

Young(1999), çalışmasında internet başında aktif olarak geçirilen zamanın internet bağımlılığını tanılamada doğrudan belirleyici bir etmen olmadığını belirlemiştir. İnternet başında aktif olarak vakit geçiren bireyler, genellikle haftada 40-50 saat arası internet kullanmaktadırlar. İlgili değişikenden elde edilen bulgular Young(1999)'un çalışmasında elde edilen bulgular ile paralellik göstermemektedir. Çünkü araştırmaya katılan öğrencilerin İBDÖ puanları ile gün içerisinde interneti aktif olarak kullandıkları süre puanları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmuştur. İBDÖ puanı arttıkça gün içi internet kullanım süresi puanının da arttığı görülmektedir. Sonuçlar incelendiğinde internet kullanım süreleri ile internetin aşırı kullanımından kaynaklanan olumsuz sonuçların ilişkisinin incelendiği diğer araştırmalarla da örtüşmektedir (örn. Çakır-Balta ve Horzum, 2008; Caplan, 2005; Batıgün ve Kılıç, 2011; Davis, 2001; Ceyhan, 2011; Young, 1999).

5.1.4. Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanımlarının Ailelerinin Gelir Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması

Esen ve Siyez (2011) çalışmasında, öğrencilerin aile gelir düzeyleri ile öğrencilerin problemlı internet kullanım puanlarının anlamlı seviyede farklılık göstermediğini belirlemiştir. Ancak alanyazında bu değişikene ilişkin Esen ve Siyez (2001)'in çalışmasıyla paralellik göstermeyecek veriler de vardır. Batıgün ve Kılıç (2011)'in çalışmasında sosyoekonomik seviye olarak daha iyi durumda olan öğrencilerin problemlı internet kullanım puanları, orta ve daha düşük düzeyde sosyoekonomik seviyeye sahip olan öğrencilerin problemlı internet kullanım puanlarına göre anlamlı seviyede daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Yapılan çalışmanın ilgili değişkeni ile ilgili bulguları (örn. Esen ve Siyez, 2011; Çakır-Balta ve Horzum, 2008; Ceyhan, 2011) ile benzer, (örn. Batıgün ve Kılıç, 2011) ile farklı sonuçlar

göstermektedir. Batıgün ve Kılıç (2011) ile yapılan bu çalışma arasındaki farklı sonuçlar olması, teknolojik alt yapının gelişmesinin getirdiği internet erişimine pratik, hızlı ve maliyetsiz şekilde ulaşılması ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Bundan dolayı aile gelir düzeyinin düşük ve yüksek olması, öğrencilerin problemleri internet kullanımlarında önemli bir etkiye sahip değildir şeklinde yorumlanabilir.

5.1.5. Öğrencilerin Problemleri İnternet Kullanımlarının Akademik Başarıya Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması

Young (1996), ilgili çalışmasında problemleri internet kullanımının akademik başarısızlığa neden olduğunu belirtmiştir. Ceyhan (2011)'in çalışmasında elde ettiği bulgular ise Young(1996)'ın belirttiği değişken ile paralellik göstermemektedir. İlgili araştırmada Ceyhan (2011), ergenlik düzeyindeki bireylerin problemleri internet kullanım seviyeleri ile başarı seviyeleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla 307 lise öğrencisi ile bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışmada elde ettiği bulgulara göre ergen bireylerin problemleri internet kullanımı ile başarı seviyeleri arasında anlamlı düzeyde bir farklılık görülmemiştir.

Yapılan bu araştırmada, öğrencilerin problemleri internet kullanım ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde; akademik başarı durumlarının, problemleri internet kullanım açısından anlamlı bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur, bu durum literatürde Ceyhan'ın (2011) çalışması ile uyumluluk göstermektedir.

5.2. Sosyal Görünüş Kaygısına İlişkin Tartışma Bölümü

Hart ve ark. (2008) tarafından geliştirilen Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)'nin geçerlik güvenirlik çalışması Doğan(2010) tarafından yapılmıştır. SGKÖ'de elde edilen bulgulardan sosyal kaygı puanlarının beden imajı rahatsızlığı puanları ile paralellik gösterdiği ve yüksek iç tutarlığa sahip olduğu ölçülmüştür. Bu yüzden sosyal kaygının ortaya konmasında SGKÖ yüksek düzeyde belirleyici olacaktır. Sosyal görünüş kaygısı tartışılırken sosyal kaygıyla ilgili alanyazın taranmış ve ilgili çalışmalar kullanılmıştır.

5.2.1. Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygılarının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması

Yapılan bu araştırmada öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar incelendiğinde cinsiyet değişkeni ile sosyal görünüş kaygısı arasında anlamlı bir

farklılık bulunmamıştır. İlgili alanyazın incelendiğinde elde edilen bulgular yapılan bu çalışmadan farklılık göstermektedir. Doğan (2009) tarafından 781 kişi (532 kadın, 249 erkek) ile yapılan çalışmada, araştırmaya katılan erkek bireylerin kadınlardan daha yüksek sosyal kaygı yaşadıkları belirtilmiştir. Ümmet (2007) tarafından öğretmen adayları ile yapılan çalışmada ise araştırmaya katılan bireylerin sosyal kaygı puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılık göstermediği belirtilmiştir. Doğan (2009)'ın çalışmasında kadın katılımcı sayısının, erkek katılımcı sayısının iki katından bile fazla olması, katılımcılar içerisinde gruptan sapmaların erkeklerin sosyal kaygı puanlarını daha fazla etkilemesine neden olduğu ve bundan dolayı sosyal kaygılarının da daha yüksek çıkmasına neden olduğu düşünülebilir. Bu yönüyle sosyal görünüş kaygısının, bireysel özelliklerden kaynaklandığı söylenebilir.

5.2.2. Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygılarının Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre İncelenmesine İlişkin Bulguların Tartışması

İzdiç ve ark. (2000), yapmış olduğu çalışmasında sosyoekonomik açıdan daha iyi durumda olan öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin sosyoekonomik açıdan daha kötü durumda olan öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinden daha düşük olduğunu belirlemiştir. Yapılan bu çalışmada elde edilen bulgular da İzdiç ve ark.(2000)'ın çalışmasındaki bulgularla paralellik göstermektedir. Aileleri 0-1000 tl. arası gelire sahip öğrencilerin, aileleri 2001-3000 tl. arası gelire sahip olan öğrencilere göre sosyal kaygılarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Sosyal görünüşün; dış görünüm ile ilişkili olduğu varsayıldığında, sosyoekonomik seviyeleri düşük öğrencilerin; istedikleri bir şeyi maddi yetersizlikten dolayı alamamaları, giyimlerine ve fiziksel görünüşlerine yine maddi sebeplerden dolayı özen gösterememeleri, sosyoekonomik seviyesi yüksek öğrencilere oranla sosyal görünüş kaygısı seviyelerinin daha yüksek çıkıyor olmasının nedenleri olarak düşünülebilir.

BÖLÜM VI

6. Öneriler

Araştırmada öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları ve problemlı internet kullarımlarına yönelik eğıllımleri tespit edilmiştir. Araştırma bulguları doğrultusunda, bundan sonra yapılacak çalışmalar için bir takım öneriler geliştirilmiştir:

1-) Çalışmanın örneklem grubu çoğunlukla ergen bireylerden oluştuğu için kullanılan Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin öğrenciler için sorun yaratma ihtimalinden yola çıkarak, konu üzerinde daha fazla çalışılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

2-) Lise ve üniversite öğretimlerine devam eden öğrencilerin problemlı internet kullarımları sınıf farklılıklarına göre incelenebilir.

3-) Öğrencilerde, problemlı internet kullarımlı; aynı seviyede öğrenimine devam eden öğrencilerde, aktif olarak spora devam eden ve etmeyen şeklinde gruplamalar ile karşılaştırılarak sporun problemlı internet kullarımlıdaki etkisi incelenebilir.

4-) Problemlı internet kullarımlı ile gün içerisinde internetin aktif kullanıldığı süre arasındaki ilişki incelenirken yalnızca internet kullarımlının niteliği internette geçirilen süre değişkeni ile incelenebilir.

5-) Problemlı internet kullarımlının bireylerde yarattığı zihinsel ve ruhsal durumlar ile ilişkisinin incelenmesi açısından ilgili özellikleri içeren detaylı çalışmalar yürütülebilir.

BÖLÜM VII

7. Sınırlılıklar

a- Bu araştırma 2016-2017 yılları arasında İstanbul ilinin Avrupa Yakası'nda eğitim hayatına devam eden 16-24 yaşları arasındaki 200 öğrenci ile sınırlıdır.

b- Bu çalışmada elde edilen bilgiler, Kişisel Bilgi Formu'nun, İnternette Bilişsel Durum Ölçeği'nin ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nden edinilen bilgilerle sınırlıdır.

c- Bu çalışmada Problemlı İnternet Kullanımı ile ilgili alanyazında çalışılmış az sayıda yurt dışı kaynaklarından yararlanılmıştır.

d- Bu çalışmada Sosyal Görünüş Kaygısı ile ilgili alanyazında çalışılmış az sayıda yurt içi ve yurt dışı kaynaklarından yararlanılmıştır.

BÖLÜM VIII

8. Kaynakça

Aksu, H. ve İrgil, E. (2003). İnternetin Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi 5. ve 6. sınıf öğrencilerinin hayatındaki yeri. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 29(2), 19-23.

Armağan, E. A. ve Turan, A.H. (2014). İnternet Üzerinden Alışveriş: Demografik Faktörlerin Bireysel İhtiyaçlara Etkisi Üzerine Ampirik Bir Değerlendirme, *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 28(3): 1-22.

Batıgün Durak, A. ve Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26 (67), 1-10.

Bayraktutan, F. (2005). Aile içi ilişkiler açısından internet kullanımı. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic internet use. *Journal of Communication*, 55(4), 721–736.

Ceyhan, A. (2011). İnternet kullanma temel nedenlerine göre üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ve algıladıkları iletişim beceri düzeyleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 59-77.

Ceyhan, E. (2010). Problemleri internet kullanımı düzeyi üzerinde kimlik statüsünün ve cinsiyetin yordayıcıları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 3(bt.), 1323–1355.

Cömert, I.T. (2007). İstanbul'da yaşayan 18-28 yaş arası üniversite öğrencilerinin internet ve madde kullanımlarının ilişkilendirilmesi. Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Çakır, H. (2007). Geleneksel gazetecilik karşısında internet gazeteciliği. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22(1), 123-149.

Çakır-Balta, Ö. ve Horzum, M. B. (2008). Web tabanlı öğretim ortamındaki öğrencilerin internet bağımlılığını etkileyen faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(1), 187-205.

Çelik ve Berber, Ç. ve Odacı, H. (2011). Kendilik algısı ve benlik saygısının problemlili internet kullanımı üzerindeki yordayıcı rolü. 5th International Computer & Instructional Technologies Symposium, Fırat Üniversitesi, Elazığ.

Davis, R. A., Flett, G. L. ve Besser, A. (2002). Validation of a new scale for measuring problematic internet use: Implications for pre-employment screening. *CyberPsychology & Behavior*, 5(4), 331-345.

Deniz, L. ve Coşkun, Y. (2004). Öğretmen adaylarının internet kullanımına yönelik yaşantıları. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 20(bt.), 39-52.

Doğan, T. (2010). Sosyal görünüş kaygısı ölçeğinin (SGKÖ) Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(bt), 151-159.

Ekici, A. (2002). Aziz Antonius'un baştan çıkarılması: Bir kötü alışkanlık olarak internet, *Cogito Dergisi*, 30(bt.), 228-235.

Erturgut, R. (2008). İnternet temelli uzaktan eğitimin örgütsel, sosyal, pedagojik ve teknolojik bileşenleri. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 2(1), 79-85.

Esen, B. K. (2007). Akran baskısı ve algılanan sosyal destek değişkenlerine göre ergenlerde internet bağımlılığının yordanması. 1.Uluslararası Bağımlılık Kongresi, İstanbul.

Esen, E. ve Siyez, M. D. (2011) Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 127-138.

Gönül, A.S. (2002). Patolojik internet kullanımı. Yeni Symposium, 40(3), 105-110.

Günüç, S. (2009). İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Yüzüncü Yıl Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.

Günüç, S. Ve Kayri, M. (2010). Türkiye'de İnternet Bağımlılık Profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik-Güvenirlik Çalışması, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39:220-232.

Güzel, M. (2006). Küreselleşme, internet ve gençlik kültürü, *Küresel İletişim Dergisi*, 1, 1-16.

Horzum, M.H. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(59), 56-68.

<http://bagimlilikdergisi.com/pubfiles/cilt6sayi1003.pdf> Erişim Tarihi: 08 Aralık 2013.

http://mimoza.marmara.edu.tr/~cahit/Yayin/bildiri/PDR2005Bil/PDR2005_Bildiri.pdf Erişim Tarihi: 2 Aralık 2013.

<http://skyturkvngenc.blogcu.com/internet-bagimliliği-1/1665293> Erişim Tarihi: 2 Aralık 2013.

<http://teknoloji.bugun.com.tr/twitter-aylik-aktif-kullanici-sayisini-acikladihaberi/816581>
Erişim Tarihi: 5 Kasım 2013.

<http://tip.baskent.edu.tr/egitim/mezuniyetonesi/calismagrp/ogrsmpzsnm15/15.P1.pdf> Erişim Tarihi: 2 Aralık 2013.

<http://tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=13569> Erişim Tarihi: 15 Kasım 2013.

<http://twitter.nedir.com/> Erişim Tarihi: 7 Aralık 2013.

http://verisay.com/?p=blog_detay&cl=sosyal_medya&l=encok_sosyalag Erişim Tarihi: 25 Kasım 2013.

<http://www.aktifhaber.com/turkiye-facebookta-rekora-kosuyor-756507h.htm?interstitial=true>
Erişim Tarihi: 9 Aralık 2013.

<http://www.armaweb.com.tr/internetintarihcesi.htm> Erişim Tarihi: 15 Kasım 2013.

<http://www.campaigntr.com/2011/12/30/1472/sosyal-ag-kullanimi-nereye-gidiyor/> Erişim Tarihi: 25 Kasım 2013.

http://www.cc.boun.edu.tr/training/internet_tur.pdf Erişim Tarihi: 15 Kasım 2013.

<http://www.haberler.com/turkiye-de-twitter-kullanici-sayisi-2-milyondan-10-5401299-haberi/>
Erişim Tarihi: 9 Aralık 2013.

<http://www.inettr.org.tr/inetconf14/bildiri/4.pdf> Erişim Tarihi: 3 Kasım 2013.

<http://www.internetbagimliliği.info.tr/internet-ve-bilgisayar-bagimliliği-siniflamasi/> Erişim Tarihi: 6 Kasım 2013.

<http://www.internetworldstats.com/stats.htm> Erişim Tarihi: 15 Kasım 2013.

<http://www.internetworldstats.com/stats4.htm> Erişim Tarihi: 2 Kasım 2013.

<http://www.turkpsikiyatri.org/blog/2013/01/02/dsm-ilk-defa-bagimlilik-davranisi-kavramini-tanidi/> Erişim Tarihi: 20 Kasım 2013.

<http://yunus.hacettepe.edu.tr/~sadi/dersler/ebb/ebb467-guz2000/umut-p.html> Erişim Tarihi: 15 Kasım 2013.

Işık, U. (2007). Medya bağımlılığı teorisi doğrultusunda internet kullanımının etkileri ve internet. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Kahraman, S., Yalçın Altun, S., ve Çevik, C. (2011). Lise öğrencilerinin internet kullanımı. 5th International Computer & Instructional Technologies Symposium, Fırat Üniversitesi, Elazığ.

Karaca, M. (2007). Sosyolojik bir olgu olarak internet gençliği: Elazığ Örneği. Doktora Tezi, Fırat Üniversitesi, Elazığ.

Keser Özcan, N. ve Buzlu, S. (2005). Problemlerli internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: İnternette bilişsel durum ölçeği'nin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirliği. *Bağımlılık Dergisi*, 6(1), 19-26.

Köroğlu, G., Öztürk, Ö., Telliöglü, N., Genç, Y., Mırsal, H. ve Beyazyürek, M. (2006). Problemlerli internet kullanımıyla başvuran iki uçlu bir hasta nedeniyle psikiyatrik ek tanı tartışması: Olgu sunumu. *Bağımlılık Dergisi*, 7(bt.), 150-154.

Odabaşı, H. Çoklar, N. ve Kabakçı, I. (2007). Yeni dünya: İnternet - ailelerin yeni dünyadaki sorumlulukları nelerdir? (8. Aybastı-Kabataş Kurultayı)

Odacı, H. ve Berber, Ç. (2011). Üniversite öğrencilerinin problemlerli internet kullanımlarının akademik öz- yeterlik, akademik erteleme ve yeme tutumları ile ilişkisi. International Computer & Instructional Technologies Symposium. Fırat Üniversitesi, Elazığ.

Özsoy, T. (2009). Fastfood'dan facebook'a: İnternet bağımlılığı. Akademik Bilişim'09 - XI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri. Harran Üniversitesi, Şanlıurfa

Öztürk Ö., Odabaşıoğlu G., Eraslan D., Genç Y. ve Kalyoncu A. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 36-41.

Öztürk, E. ve Kaymak Özmen, S. (2011). Öğretmen adaylarının problemlı internet kullanım davranışlarının, kişilik tipi, utangaçlık ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(4), 1785-1808.

Sırakaya, M. ve Seferoğlu, S. (2013). Öğretmen adaylarının problemlı internet kullanımlarının incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakóltesi Dergisi*: 28(1), 356-368.

Yalçınkaya, Y. (2014). Tanıtım - Değerlendirme / Reviews, *Türk Kütüphaneciliği Dergisi* 28(2): 255-258

Yaman, E., Eroğlu, Y. ve Peker, A. (2011). Okul zorbalığı ve siber zorbalık. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1(3), 237-244.

BÖLÜM IX

9. Ekler

EK 1: Kişisel Bilgi Formu

EK 2: İnternette Bilişsel Durum Ölçeği

EK 3: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği



EK 1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın katılımcı, “Kişisel Bilgi Formu” sizlerle ilgili bazı bilgileri içeren sorulardan oluşmaktadır. Size uygun olan kutucukları (X) şeklinde işaretlemeniz istenmektedir. Bu çalışmanın sonuçları lisans tez araştırması için kullanılacaktır. Bu soruları içtenlikle cevaplandırmanız araştırmanın amacı açısından büyük önem taşımaktadır. Lütfen tüm maddeleri cevaplayınız. Katılımınız için çok teşekkür ederim.

1-) Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()

2-) Yaşınız:

3-) Öğrenim durumunuz:	Mezun	Öğrenci (öğrenim devam ediyorsa)
İlkokul		Sınıf:
Ortaokul		Sınıf:
Lise		Sınıf:
Üniversite		Sınıf:

4-) Genel alan not ortalamanız (GANO)?

5-) Babanızın öğrenim durumu nedir?			
Okuma-yazma bilmiyor ()	Okuma-yazma biliyor ()	İlkokul mezunu ()	Ortaokul mezunu ()
Lise mezunu ()	Üniversite mezunu ()	Yüksek lisans mezunu ()	Doktora mezunu ()
6-) Annenizin öğrenim durumu nedir?			
Okuma-yazma bilmiyor ()	Okuma-yazma biliyor ()	İlkokul mezunu ()	Ortaokul mezunu ()
Lise mezunu ()	Üniversite mezunu ()	Yüksek lisans mezunu ()	Doktora mezunu ()

7-) Ailenizin aylık geliri ne kadardır?

0-1000 tl () 1001-2000 tl () 2001-3000 tl () 3001-4000 tl () 4001tl ve üzeri ()

8-) Kaç kardeşiniz? (siz hariç)

Kardeşim yok () 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 ve daha fazla ()

9-) Kaç yıldır internet kullanıyorsunuz?

10-) İnterneti bir gün içerisinde ne kadar süre kullanıyorsunuz?

11-) İnternete hangi teknolojik aletlerle bağlanıyorsunuz? (1den fazla şık işaretlenebilir)

Cep telefonu () Masaüstü Bilgisayar () Laptop () Tablet Bilgisayar ()

Notebook () Diğer (varsa belirtiniz) Hiçbiri ()

12-) İnterneti hangi amaçla ve ne kadar kullanıyorsunuz?	Hiç	Günde 1 saatten az	Günde 1 saat ve fazla
e-posta ile iletişim			
sosyalleşme (facebook, twitter, vb.)			
alışveriş			
internet bankacılığı			
dizi / film			
müzik			
eğitim / araştırma			
internet gazeteciliği / haberciliği			
oyun oynama			
kumar oynama			
diğer			

13-) İnternet üzerinden kayıtlı olunan sosyal ağlar:	Hayır	Evet	Yanıt <u>Evet</u> ise, günlük ortalama kullanım süresi:	Yanıt <u>Evet</u> ise, takipçi / arkadaş sayısı:
Facebook	()	()		
Instagram	()	()		
LinkedIn	()	()		
Twitter	()	()		
Foursquare	()	()		
WhatsApp	()	()		
Diğer	()	()		

	Kesinlikle önemli değil	Önemli değil	Ne önemli Ne önemsiz	Önemli	Kesinlikle önemli
14-) Yüz – yüze ilişkilerde mümkün olduğunca fazla insan tanımam benim için					
15-) İnternet üzerinden kayıtlı olduğum sosyal ağlardaki ilişkilerimde (facebook, twitter, vb.) mümkün olduğunca fazla insan tanımam benim için					

İnternet üzerinden kayıtlı olduğum sosyal ağlarda (facebook, twitter, vb.)	Kesinlikle önemli değil	Önemli değil	Ne önemli Ne önemsiz	Önemli	Kesinlikle önemli

16-) Profilimin diğerlerine ne kadar çekici gözüktüğü benim için					
17-) Profilimin diğerlerinin beni arkadaş olarak eklemeyi istemelerini sağlaması benim için					
18-) Diğerlerinin profilimden etkilenmeleri benim için					
19-) Profilimin diğerlerine iyi gözükmemi sağlaması benim için					

20-) İnternette bulunduğunuz zaman içerisinde gerçek kimliğinizi sakladığınız oluyor mu?

Evet () Hayır () Bazen ()

İnternet üzerinden kayıtlı olduğum sosyal ağlarda (facebook, twitter, vb.)	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne katılıyorum Ne katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
21-) Kendime ait birçok fotoğraf paylaşıyorum.					
22-) Paylaştığım fotoğrafların çoğu başkalarına ait.					
23-) Diğerleri yaptıklarına ilgi gösterirler.					
24-) Diğerleri yaptıklarımı takip ederler.					
25-) Diğerlerinin ne yaptığımı bilmelerini istiyorum.					
26-) Diğerlerinin ne yaptığımı bilmeleri benim için önemli.					
27-) Diğerlerinin yaptıklarına ilgi gösteririm.					
28-) Diğerlerinin yaptıklarını takip ederim.					
29-) Diğerlerinin ne yaptığını bilmek istiyorum.					

30-) Diğerlerinin ne yaptığını bilmek benim için önemli.					
---	--	--	--	--	--

31-) Ne sıklıkla internet üzerinden kayıtlı olduğunuz sosyal ağlardaki statünüzü güncellersin?

Hiç ()	Haftada 1'den az ()	Haftada 1 ()	Haftada 1'den fazla ()
Günde 1 ()	Günde 2 ()	Günde 3-4 ()	Günde 5 ve daha fazla ()

32-) Ne sıklıkla diğerlerinin duvarınıza yazdıklarını ya da statünüzle / fotoğraflarınızla ilgili yorumlarını okursunuz?

Hiç ()	Haftada 1'den az ()	Haftada 1 ()	Haftada 1'den fazla ()
Günde 1 ()	Günde 2 ()	Günde 3-4 ()	Günde 5 ve daha fazla ()

33-) Ne sıklıkla internet üzerinden kayıtlı olduğunuz sosyal ağlarda diğerlerinin yaptıklarını takip edersiniz?

Hiç ()	Haftada 1'den az ()	Haftada 1 ()	Haftada 1'den fazla ()
Günde 1 ()	Günde 2 ()	Günde 3-4 ()	Günde 5 ve daha fazla ()

EK 2

İNTERNETTE BİLİŞSEL DURUM ÖLÇEĞİ (İBDÖ)

Bu ölçek internet ile ilgili düşünceleriniz hakkında soru sorar. Aşağıdaki soruların her biri için, aşağıda gösterilen ölçeğe göre "1" ve "7" arasından yalnızca bir sayı seçin ve size en uygun sayıya (X) işareti koyun:

(1) kesinlikle katılmıyorum, (2) katılmıyorum, (3) kısmen katılmıyorum,

(4) ne katılıyorum ne katılmıyorum, (5) kısmen katılıyorum, (6) katılıyorum, (7) kesinlikle katılıyorum

1. Kendimi en çok internetteyken rahat hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
2. İnternette tanıştığım insanların dışında çok az insan beni seviyor.	1	2	3	4	5	6	7
3. Kendimi en çok internetteyken güvende hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
4. Çoğu zaman internetten çıkmamın üzerinden uzun süre geçtikten sonra bile internetteyken yaşadıklarımı düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
5. İnternetteyken çoğu zaman bir telaş veya duygusal bir yoğunluk hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
6. İnsanları internet yoluyla, şahsen olduğundan daha iyi tanımak mümkün.	1	2	3	4	5	6	7
7. İnternette olmak bana çoğu zaman huzur veriyor.	1	2	3	4	5	6	7
8. İnternetteyken kendim olabiliyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9. İnternetteyken gerçek hayatta olduğundan daha fazla saygı görüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
10. Ben interneti kullanmam gerekenden daha sık kullanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
11. İnsanlar interneti çok fazla kullanmamdan şikâyet ediyorlar.	1	2	3	4	5	6	7
12. Asla planladığımdan uzun süre internette kalmıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
13. İnsanlar internette beni olduğum gibi kabul ediyorlar.	1	2	3	4	5	6	7
14. İnternet üzerinden kurulan ilişkiler günlük hayattaki ilişkilerden daha tatmin edici olabiliyor.	1	2	3	4	5	6	7
15. İnternette olmadığım zaman çoğunlukla interneti düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
16. İnternette olduğum zaman en iyi halimde oluyorum.	1	2	3	4	5	6	7
17. Günlük yaşam, internette yapılabileceklere oranla daha az heyecan verici.	1	2	3	4	5	6	7
18. Arkadaşlarım ve ailemin internetteki insanların benimle ilgili görüşlerini bilmelerini isterdim.	1	2	3	4	5	6	7
19. İnternet gerçek hayattan daha "gerçek".	1	2	3	4	5	6	7
20. İnternetteyken sorumluluklarımı düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
21. İnternet aklımdan hiç çıkmıyor.	1	2	3	4	5	6	7
22. İnternetteyken kendimi daha az yalnız hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7

23. Uzun süre internetten uzak kaldığımı hayal bile edemiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
24. İnternet hayatımın önemli bir parçasını oluşturuyor.	1	2	3	4	5	6	7
25. İnternete giremediğimde kendimi çaresiz hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
26. İnternette gerçek hayatta asla yapamayacağım şeyleri söylüyor ve yapıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Yapacak daha iyi bir işim olmadığında internete giriyorum.	1	2	3	4	5	6	7
28. Yapmam gereken başka bir iş olduğunda internete daha fazla girdiğimi fark ediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
29. İnternetteyken günlük hayatın sorunlarını düşünmek zorunda olmuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
30. İnterneti bazen yapmam gereken bir işi ertelemek için bahane olarak kullanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
31. İnternetteyken kaygılarımdan uzaklaşabiliyorum.	1	2	3	4	5	6	7
32. İnterneti çoğu zaman hoş olmayan işlerle uğraşmaktan kaçınmak için kullanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
33. İnternet kullanmak, yapmam gereken ama aslında yapmak istemediğim şeyleri unutmanın bir yolu.	1	2	3	4	5	6	7
34. Zaman zaman istememe rağmen internet kullanımımı azaltamıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
35. İnterneti bu kadar çok kullanmayı bırakamamam beni rahatsız ediyor.	1	2	3	4	5	6	7
36. İnternet kullanımım zaman zaman denetimden çıkmış görünüyor.	1	2	3	4	5	6	7

EK 3

SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ÖLÇEĞİ (SGKÖ)

Aşağıdaki soruların her biri için, aşağıda gösterilen ölçeğe göre seçenekler arasından size en uygun olan yalnızca bir seçeneği seçin ve size en uygun seçeneğe (X) işareti koyun.

	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 endişelenirim.					
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 endişeleniyorum.					
13. İnsanların görünüşümü olumsuz olarak değerlendirecekleri konusunda endişelenirim.					
14. Diğer insanların görünüşümdeki bir kusuruna farkına vardıklarını düşündüğümde kendimi rahatsız hissedirim.					

15. Sevdiğim kişinin görünüşümden dolayı beni terk edeceğinden endişe duyuyorum.					
16. İnsanların görünüşümün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum.					



ÖZGEÇMİŞ

4 Eylül 1992 tarihinde Ordu'da doğdum. İlk, orta ve lise eğitimimi Ordu'da, üniversite eğitimimi Bahçeşehir Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümünden 2015 yılında mezun olarak tamamladım. Lisans eğitimimi tamamladıktan sonra Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Eğitimine başladım. 2016 Ocak ayında Bahçeşehir Üniversitesi'nde Mühendislik Fakültesi Dekanı'nın asistanlığına başladım, Ekim ayı itibarıyla de fakülte Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Biriminin psikologluğunu yürütmekteyim. Alanımda çeşitli eğitim ve seminerlere katıldım. MS Office programlarını kullanmakta ve iyi derecede İngilizce bilmekteyim.