



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Akıllı Telefon
Bağımlılığının Bağlanma Stilleri İle İlişkisinin İncelenmesi

Ece YÜCELTEN

124102014

YÜKSEK LİSANS

TEZİ

Yrd. Doç. Dr. Meltem NARTER

İSTANBUL - 2016

TUTANAK



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 124102014
Öğrenci Adı Soyadı	: Ece Yücelten
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Yrd. Doç. Dr. Meltem Narter
Tezin Başlığı	: Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ile İlişkisinin İncelenmesi

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 06.06.2016	Saati	: 14:00
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="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (<i>en fazla 3 ay</i>)			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDEDEDİLMESİ 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 REDEDEDİLMİŞTİR.			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Yrd. Doç. Dr. Meltem Narter	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Hüseyin Ünübol	
Üye	Yrd. Doç. Emel Serdaroğlu Kaşıkçı	

ÖNSÖZ

İletişim teknolojisi hızla gelişmekte olup hayatlarımızın vazgeçemediğimiz birer unsuru olmaya devam etmektedir. Özellikle internet ve akıllı telefonların hızlı bir şekilde gelişmesi ve ulaşılabilirliğinin yükselmesiyle, bizlere olumlu ve olumsuz pek çok şey katmaktadırlar. Olumsuz yönleri ele alınacak olursa birçok fizyolojik, psikolojik ve sosyolojik sonuçlar kullanıcılarda gözlemlenebilir. Bu araştırmada bu sonuçların nedenlerinden birisi olabilecek bağlanma stilleri içerisinde katılımcıların hangi bağlanma stiline sahip oldukları saptanmak istenmiştir.

Bağlanma stilleri, bizlerin bebeklik dönemimizde kurduğumuz bakım verenimiz ile olan ilişkimizin yarattığı deneyimler ile hayatımızın her döneminde sosyalleşmemiz, ilişkilerimizi sürdürebilmemiz, romantik ilişkiler yaşayabilmemiz ve çevremizi güvenle tanıyabilmemizi sağlar. Bu çalışmada dört çeşitten oluşan bağlanma stillerine sahip bireylerin sosyalleşebilme ve sosyal ilişkilere bakış açıları sonuçları ile akıllı telefon bağımlılığı ve internet bağımlılığı ilişkisi incelenmek istenmiştir.

Araştırma altı bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde araştırmanın amacı, önemi, sayıtlıları, sınırlılıkları ve tanımlara yer verilmiştir. İkinci bölümde internet ve akıllı telefon tarihi, internet ve akıllı telefon bağımlılıkları ve bağlanma stillerinden bahsedilmiştir. Aynı zamanda bağlanma stiline dünya tarihi ve konuyla ilgili yapılan çalışmalarda da söz edilmiştir. Üçüncü bölümde araştırmanın örnekleme ve yönteminden bahsedilmiştir. Dördüncü bölümde ilgili ölçeklerden alınan puanların hesaplamaları yapılmış ve sonuçlar tablolar halinde sunulmuştur. Beşinci bölümde çıkan sonuçların tartışması yapılmış ve altıncı bölümde sonuç ve öneriler verilmiştir.

Çalışmamda katkılarından dolayı Sayın Yrd. Doç. Dr. Meltem NARTER'e ve her zaman destek olan aileme, eşime ve özellikle sevgili babama çok teşekkür ederim.

Ece YÜCELTEN

YÜCELTEN, Ece
Yüksek Lisans
İstanbul – 2016

**Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Akıllı Telefon Bağımlılığının
Bağlanma Stilleri İle İlişkisinin İncelenmesi**

ÖZET

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin internet ve akıllı telefonlara karşı bağımlılık düzeylerinin, kişilerin bağlanma stilleri ile arasında bir bağlantı olup olmadığı araştırılmıştır. Araştırmayı 18-24 yaş aralığındaki üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Toplam 100 öğrenciden oluşan araştırmada öğrenciler tesadüfen seçilmişlerdir. Araştırmadaki kişi profilini 50 kız ve 50 erkek öğrenci oluşturmaktadır. İnternet bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının bağlanma stilleri ile arasındaki ilişkiyi ölçmek için bu araştırmada üç adet ölçek kullanılmıştır.

Araştırmada öğrencilerin akıllı telefon bağımlılıkları düzeyini ölçmek için Kwon, Kim, Cho ve Yang (2013) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması ile güvenilirlik geçerlik çalışması Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar ve Sert (2014) tarafından yapılan Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. İnternet bağımlılığı düzeylerini ölçmek için Young (1998) tarafından geliştirilen ve çalışmanın Türkçe uyarlaması Bayraktar (2001) tarafından yapılan İnternet Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerini saptamak için ise Griggin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilen ve Türkçe çalışmasını Sümer ve Güngör (1999) tarafından yapılan İlişki Ölçekleri Anketi uygulanmıştır.

Verilerin analizi için SPSS 24.0 paket programı kullanılmıştır. Araştırmalar SPSS programı içerisinde yüzde, ortalama, t testi, tek yönlü varyans testi, Kruskal Wallis ve Mann-Whitney U testleri ile ölçülmüştür. Araştırmaya katılan %50 erkek ve %50 kadın öğrenciler arasında internet bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının bağlanma stilleri ile arasındaki ilişki incelenmiştir. İnternet bağımlısı olan hiçbir öğrenci bulunamamış ancak 11 öğrenci internet bağımlılığı risk grubunda bulunmuştur. Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği sonuçlarına bakıldığında ise %43 akıllı telefon bağımlısı, %57 ise akıllı

telefon bağımlılığı bulunmayan öğrenciler olarak sonuçlanmıştır. Alınan bu veriler ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye bakıldığında ise internet bağımlılığı ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır. Ancak akıllı telefon bağımlılığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. Akıllı telefon bağımlılığı görülen öğrencilerin daha çok korkulu ve kayıtsız bağlanma stilleri gösterdikleri görülmüştür.

Bu sonuçlara göre akıllı telefon kullanımının bağlanma stilleri ile arasındaki ilişkinin daha da güçlü olabileceği, bireylerin bağımlılık sahibi olmalarında etkili bir neden olabileceği düşünülmelidir. Akıllı telefonlar ise bu konuda bir bağımlılık sonucu yaratabilecekleri için, akıllı telefon kullanımı hakkında daha çok bilinçlenme yaratılmalı ve bu konuda sorun yaşayan bireyler için sosyalleşme konusunda iyileştirilmeler yapılmalıdır.

Anahtar Kelimeler: İnternet, internet bağımlılığı, akıllı telefon, akıllı telefon bağımlılığı, bağlanma stilleri

YÜCELTEN, Ece
Master of Science
İstanbul – 2016

**The analyze of the relation between attachment styles and undergraduate student
addictions of internet and smartphones**

ABSTRACT

It's analyzed in this research whether there is a relation between attachment styles of people and undergraduate student addiction levels of internet and smartphones.

The research has covered a total of 100 undergraduate students with age of 18-24 choosen randomly with a 50-50 gender profile. In order to measure the relation between attachment styles and addiction of internet and smartphones, three different scale has been used.

First of all, in order to measure the smartphone addictions of students, Smartphone Addiction Scale, developed by Kwon, Kim, Cho and Yang (2013) and tested as reliability and security by Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar and Sert (2014) has been used. Secondly, in order to measure the internet addiction levels, Internet Addiction Scale, developed by Young (1998) and tested as reliability and security by Bayraktar (2001) has been used. Finally, Relationship Scale Questionare, developed by Griggin and Bartholomew (1994) and translated in Turkish by Sümer and Güngör (1999) has been used to find out the attachment styles of undergraduate students.

SPSS 24.0 package programme has been used for the analyze of the datas. The inputs have been measured in the programme with the tests of percentage, average, t, one side variance, Kruskal Wallis and Mann-Whitney U.

At the end of the research with 50-50 gender percentaged students, the relation between attachment styles and addiction of internet and smartphones has been analyzed. There was no student found with internet addiction, however 11 students have been spotted in internet addiction risk group. According to the smartphone addiction scale

results, %43 of students have internet addiction while %57 of them have not any smartphone addiction.

In the light of these datas, there has been no meaningful differentiation found between internet addiction and attachment styles, while there is clearly a meaningful differentiation between smartphone addiction and attachment styles.

It's been observed that the students with smartphone addiction have fearful and dismissing attachment styles.

All in all, the relation between use of smartphone and attachment styles can become a more powerful reason to affect people to have addictions. Therefore people has to be informed about all the effects and the proper usage, since the smartphones may create addiction. Also the improvement of socialization has to be done for the people having this problem currently.

Keywords: Internet, internet addiction, smartphone, smartphone addiction, attachment style

İÇİNDEKİLER

TUTANAK.....	ii
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vi
TABLOLAR.....	x
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	1
1.3. Araştırmanın Önemi.....	2
1.4. Araştırmanın Problem Cümlesi.....	2
1.5. Araştırmanın Sayıltıları.....	2
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	3
1.7. Tanımlar.....	3
İKİNCİ BÖLÜM.....	5
YAYIN VE ARAŞTIRMALAR.....	5
2.2. İnternet Kullanımı ve Tarihi.....	5
2.3. İnternet Bağımlılığı.....	6
2.4. Akıllı Telefon Tarihi.....	9
2.5. Akıllı Telefon Bağımlılığı.....	10
2.6. Bağlanma Kuramı.....	14
2.7. İçsel Çalışma Modeli.....	19
2.8. Yetişkinlerde Bağlanma.....	19
2.9. Araştırma Konusu ile İlgili ülkemizde ve Yurt dışında Yapılan Bazı Araştırmalar.....	26
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....	30
YÖNTEM.....	30
3.1. Araştırmanın Modeli.....	30
3.2. Evren ve Örneklem.....	30
3.3. Veri Toplama Araçları.....	30
3.4. Verilerin Toplanması.....	32
3.5. Verilerin Analizi.....	33
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	34

SONUÇ.....	34
BEŞİNCİ BÖLÜM	74
ALTINCI BÖLÜM	83
KAYNAKÇA.....	86
EKLER.....	91
YEMİN METNİ.....	102
ÖZGEÇMİŞ	103



TABLolar

Tablo No	Sayfa No
Tablo 1 Bartholomew ve Horowitz'in (1999) dörtlü bağlanma modeli.	22
Tablo 2: Araştırmaya Katılan ğrencilerin Yaş ve Cinsiyet Karşılaştırma.....	34
Tablo 3: İnternet Bağımlılık leğinin Normallik Test Sonuçları.....	35
Tablo 4: İnternet Bağımlılığı leğinin arpıklık ve Basıklık Değerleri.....	35
Tablo 5: Araştırmaya Katılan ğrenciler İçerisinde İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı	36
Tablo 6: İnternet Bağımlılığı leğinden Alınan Puanların Dağılımı	36
Tablo 7: Üniversite ğrencilerinin Cinsiyet Farklılıklarının İnternet Bağımlılığı leği Sonuçlarına Göre T testi Analizi	37
Tablo 8: Üniversite ğrencilerinin Arkadaşlık Kurma Düzeylerinin İnternet Bağımlılığı leği Sonuçlarına Göre T testi Analizi	37
Tablo 9: İnternet leği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Testi.....	38
Tablo 10: Üniversite ğrencilerinin Sosyalleşme Sıklıklarına Göre İnternet Bağımlılık Puanlarına İlişkin Gabriel Testi	39
Tablo 11: İnternet Bağımlılığı leği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeylerine Göre T Testi Sonuçları	40
Tablo 12: İnternet Bağımlılığı leği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Bağlanma Stillerine Göre Tek Yönlü Varyans Testi	41
Tablo 13: Üniversite ğrencilerinin Bağlanma Stillerine Göre İnternet Bağımlılık Puanlarına İlişkin Games-Howell Testi	42
Tablo 14: Akıllı Telefon Bağımlılığı leği Normallik Testi	43
Tablo 15: Akıllı Telefon Bağımlılığı leğinin arpıklık ve Basıklık Değerleri	43
Tablo 16: Araştırmaya Katılan ğrenciler İçerisinde Akıllı Telefon Bağımlılığı Yaygınlığı	44
Tablo 17: Akıllı Telefon Bağımlılığı leğinden Alınan Puanların Dağılımı.....	44
Tablo 18: Üniversite ğrencilerinin Cinsiyet Farklılıklarının Akıllı Telefon Bağımlılığı leği Sonuçlarına Göre T testi Analizi	44
Tablo 19: Üniversite ğrencilerinin Arkadaşlık Kurabilme Düzeylerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı leğinin Sonuçlarının Ortalamasına Göre T Testi Analizi	45
Tablo 20: Akıllı Telefon Bağımlılığı leği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklığına Göre Tek Yönlü Varyans Testi	46
Tablo 21: Üniversite ğrencilerinin Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Akıllı Telefon Bağımlılık Puanlarına İlişkin Gabriel Testi.....	47
Tablo 22: Üniversite ğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı leğinin Sonuçlarının Ortalamasına Göre T Testi Analizi	48
Tablo 23: Akıllı Telefon Bağımlılığı leği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Akıllı Telefonlarda Geçirilen Zamana Göre Tek Yönlü Varyans Testi	48
Tablo 24: Akıllı Telefon Bağımlılığı leği Sonuçlarının Ortalamasına Göre Akıllı Telefonlarda Geçirilen Zamana İlişkin Gabriel Testi.....	49

Tablo 25: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Bağlanma Stillerine Göre Tek Yönlü Varyans Testi	50
Tablo 26: Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stillerine Göre Akıllı Telefon Bağımlılık Puanlarına İlişkin Gabriel Testi	51
Tablo 27: İlişki Ölçeği Anketi Normallik Testi	52
Tablo 28: İlişki Ölçeği Anketi Çarpıklık ve Basıklık Değerlendirmesi	52
Tablo 29: Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri Dağılımları	52
Tablo 30: İlişki Ölçeği Anketinin Alt Ölçekler İçin Normallik Testi.....	53
Tablo 31: İlişki Ölçekleri Anketi Alt Ölçeklerinin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri	54
Tablo 32: Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Farklılıklarının İlişki Ölçeği Anketinin Sonuçlarına Göre Mann-Whitney U Testi Analizi	55
Tablo 33: Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Farklılıklarının İlişki Ölçeği Anketinin Alt Ölçekleri Sonuçlarına Göre T testi Analizi	55
Tablo 34: Üniversite Öğrencilerinin Arkadaşlık Kurabilme Düzeylerinin İlişki Ölçeği Anketinin Alt Ölçeklerine Göre T testi Analizi	56
Tablo 35: Korkulu Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Testi	57
Tablo 36: Korkulu Bağlanma Alt Ölçeklerine Göre Akıllı Sosyalleşme Sıklıklarına İlişkin Gabriel Testi.....	58
Tablo 37: Güvenli Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Testi	59
Tablo 38: Güvenli Bağlanma Alt Ölçeklerine Göre Akıllı Sosyalleşme Sıklıklarına İlişkin Gabriel Testi.....	60
Tablo 39: Saplantılı Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Testi	61
Tablo 40: Saplantılı Bağlanma Alt Ölçeklerine Göre Akıllı Sosyalleşme Sıklıklarına İlişkin Gabriel Testi.....	62
Tablo 41: Kayıtsız Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Testi	63
Tablo 42: Kayıtsız Bağlanma Alt Ölçeklerine Göre Akıllı Sosyalleşme Sıklıklarına İlişkin Gabriel Testi.....	64
Tablo 43: Güvenli Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Ebeveyn Birlikteliğine Göre Tek Yönlü Varyans Testi	65
Tablo 44: Güvenli Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarına Göre Ebeveyn Birlikteliğine İlişkin Gabriel Testi.....	66
Tablo 45: Korkulu Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Ebeveyn Birlikteliğine Göre Tek Yönlü Varyans Testi	66
Tablo 46: Korkulu Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Ortalamalarına Göre Ebeveyn Birlikteliğine İlişkin Gabriel Testi	67
Tablo 47: Saplantılı Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Ebeveyn Birlikteliğine Göre Tek Yönlü Varyans Testi	67
Tablo 48: Saplantılı Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarına Göre Ebeveyn Birlikteliğine İlişkin Gabriel Testi.....	68

Tablo 49: Kayıtsız Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Ebeveyn Birlikteliğine Göre Tek Yönlü Varyans Testi	68
Tablo 50: Kayıtsız Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarına Göre Ebeveyn Birlikteliğine İlişkin Gabriel Testi.....	69
Tablo 51: İlişki Ölçeği Anketi Alt Ölçeklerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı Düzeylerine Göre T Testi ile İncelenmesi	70
Tablo 52: İlişki Ölçeği Anketi Alt Ölçeklerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerine Göre T Testi ile İncelenmesi	71
Tablo 53: İlişki Ölçeği Anketi Sonuçlarının Ortalamasının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Kruskal Wallis testi ile İncelenmesi.....	72
Tablo 54: İlişki Ölçeği Anketi Sonuçlarının Ortalamasının Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeyi ile İlişkisinin Mann-Whitney U Testi ile İncelenmesi	72
Tablo 55: İlişki Ölçeği Anketi Sonuçlarının Ortalamasının İnternet Bağımlılık Düzeyi ile İlişkisinin Mann-Whitney U Testi ile İncelenmesi.....	73
Tablo 56: İlişki Ölçeği Anketi Sonuçlarının Ortalamasının Cinsiyet ile İlişkisinin Mann-Whitney U Testi ile İncelenmesi.....	73

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmamın amacı, önemi, sayıtlıları, sınırlılıkları ve tanımlar verilecektir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Dünyada hızla gelişen teknoloji ile birlikte internete erişim ve ulaşımın kolaylaşması sonucunda ciddi olarak tüketici sayısı yükselmektedir. Özellikle kullanıcı profiline baktığımız zaman ilk zamanlar tamamen akademik amaçlarla kullanılan internetin genellikle birçok alanla beraber genç nüfus üzerinde yoğunlaştığı görülebilir.

Son yıllarda akıllı telefonların icat edilmesiyle beraber normal mobil telefon kullanımı düşmekte, akıllı telefon kullanım miktarı da her geçen gün artmaktadır. Akıllı telefonlar sahip oldukları birçok özellikleri ve özelliklede internet erişimiyle ilgili, genç nüfus tarafından yüksek bir kullanıcı sayısına sahiptirler. Akıllı telefonlar ve internet kullanımı, bireylerin yaşantısına oldukça fazla olumlu yön getirmektedir ve hayatı bir anlamda kolaylaştırmaktadır. Ancak bununla beraber kullanım miktarının ve kullanım amacının, normalden fazla olması sonucunda psikolojik, fizyolojik ve sosyal yönlerden olumsuzluklar getirmektedirler.

Birer bağımlılık haline gelen internet ve akıllı telefon kullanımı ciddi bir sorun olma yolunda ilerlemektedir. Bu bağımlılıklar evrensel alanda araştırmalara konu olmakta ve sürekli olarak dikkat çekmektedir. Ancak ülkemizde baktığımız zaman çok fazla akademik araştırmanın var olmadığı görülmektedir.

Kişilerin günlük yaşantılarını etkilemesi, fiziksel ve sosyal açıdan problemler yaratması nedeni ile bağımlılık beraberinde birçok olumsuzluk getirmektedir. Bu durumun nedeni olarak bireylerde bağlanma stilleri incelenmeli ve aralarında bir bağlantı olup olmadığına bakılmalıdır. Bağlanma stillerinin, bağımlılığa bir neden mi yoksa bir sonuç mu olduğu düşünülmelidir.

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin tanımlanması amaçlanmıştır. Yine aynı şekilde üniversite

öğrencilerinin bağlanma stilleri saptanmaya çalışılmıştır. Bunların sonucunda eğer bağlanma stilleri ve bağımlılık arasında bir bağlantı varsa, bu konuyla ilgili bir farkındalık kazandırılarak bundan sonra bu alanda yapılacak araştırmalar için bir örnek olmak amaçlanmıştır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Bu araştırmada, artık günümüzde engellenemeyen internet ve akıllı telefon kullanımının bir bağımlılık yaratabileceği, bunun sonucunda ciddi olumsuzluklar getirebileceği ve kişiler arası ilişkileri etkileyebileceği önemi vurgulanmak istenmiştir. Bu problemin bağlanma stilleri ile arasında bir ilişkinin olması psikoloji alanında çalışmalar yapan akademisyenlere, psikolog ve psikiyatlara fikir verebileceği düşünülmüştür.

Ciddi bir kullanım sayısı bulunan internet ve akıllı telefon kullanımı ile ilgili bilinçli tüketim sağlanabileceği özellikle üniversitedeki öğrencilere çeşitli seminerler ve çalışmalarla gösterilebilir. Aynı şekilde bu alanla ilgili ailelerin tutumunun önemini ne kadar etkili olduğu dikkat çekebilir. Bu araştırmada internet ve akıllı telefon bağımlılığının üniversite öğrencileri üzerindeki durumu belirlenerek, bu alanda alternatif çözümler için bir temel oluşturabilir. Daha sonra bu konuyla ilgili yapılacak diğer çalışmalar için bu araştırmanın sonuçları birer fikir kaynağı oluşturabilir.

1.4. Araştırmanın Problem Cümlesi

Araştırmanın problem cümlesi “Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ile İlişkisinin İncelenmesi” olarak belirlenmiştir.

1.5. Araştırmanın Sayıtları

1. Kullanılan ölçeklerde üniversite öğrencilerinin vermiş oldukları cevaplarda samimi oldukları ve soruların hepsini okuyarak cevapladıkları varsayılmıştır.

2. Ölçeklerin uygulanması esnasında öğrencilerin birbirlerinin cevaplarını etkilemedikleri ve bütün soruları bilinçli bir şekilde gerçekten sapmadan yanıtladıkları varsayılmıştır.

3. Araştırmada kullanılan Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketi sonuçlarının istenilen sonuçları verdiği varsayılmıştır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırmadaki sınırlar 100 üniversite öğrencisinden alınan cevaplar ile sınırlıdır.

2. Bu araştırma Kişisel Bilgi Formu, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketlerine verilen cevaplar ve sonuçlarla sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

İnternet: Bilgisayar ağlarını birbirine bağlayan, üniversal olan ve sürekli gelişen bir iletişim aracıdır (Dursun, 2004).

Bağımlılık: Maddeye ve davranışa göre bağımlılık olmak üzere bağımlılık iki türe ayrılabilir (Bilge, 2012). Madde bağımlılığı; sigara, kahve, alkol vb. gibi maddelere karşı gelişebilir. Davranış bağımlılığı ise kişilerin normal dışında fazla sayıda günlük hayat işleyişini etkileyen davranışları kapsar.

İnternet Bağımlılığı: internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar son yıllarda hızla artmaktadır. İnternet bağımlılığı sosyoloji, Psikoloji ve iletişim alanlarıyla birlikte birçok alanda dikkat çekmeye başlamış bir alandır (Balcı ve Gülnar, 2006). İnternet bağımlılığı dememiz için birçok tanım bugüne kadar gelmiştir. Ancak genel bir tanım söylemek gerekir ise, internete normalden fazla zaman geçirmek istemek ve buna bağlı sosyal, psikolojik ve fizyolojik sorunlar gelişmesi durumudur diyebiliriz.

Akıllı Telefon Bağımlılığı: Henüz akıllı telefon varlığının çok yeni olması ve bu alanda yetersiz araştırmanın olması nedeniyle bağımlılığını tanımlayacak bulgular var olmamaktadır. Ancak genel olarak bir tanım getirilebilir. Akıllı telefon bağımlılığını tanımlamamız için kişilerin günlük hayatını etkileyecek kadar çok akıllı telefonların kullanılması gerekiyor diyebiliriz.(Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar ve Sert, 2014).

Bağlanma Kuramı: Bebeğe bakım vereni tarafından emniyet duygusunu alabileceği ve çevreyi tanıyabileceği güvenli ortam verilmesidir (Tüzün ve Sayar, 2006). Bireyler dünyaya geldikleri andan itibaren dört farklı bağlanma stiline sahip olabilirler. Bunlar; güvenli, korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleridir.



İKİNCİ BÖLÜM

YAYIN VE ARAŞTIRMALAR

Araştırmanın bu bölümünde internet, akıllı telefon ve bağlanma kuramlarının genel tarihi, internet ve akıllı telefon bağımlılığı tanımları ve bağlanma stilleri (bebeklerde, ergenlerde, yetişkinlerde) alt başlıklar halinde incelenecektir.

2.2. İnternet Kullanımı ve Tarihi

İnternet, günümüzde sahip olduğumuz en kısa ve kolay yollarla bilgiye ulaşmak, dünya üzerinde her yer ile bağlantı kurabilmek için tasarlanmış bir teknolojidir. Daha sonraki zamanlarda bizlere internete erişimi sağlayacak bilgisayardan ilki 1945 yılında yapılmıştır. İlk bilgisayar olan ENIAC çok büyük boyutlara sahipti ve çok fazla enerji tüketiyordu. Zaman içerisinde gelişen teknoloji ile bilgisayarların ağırlıkları, şekilleri ve işlemcileri yavaşça değişerek şimdiki formlarına sahip oldular. İlk internet bağlantısı olan ARPAnet ağı ise 1969 senesinde kuruldu.

Dünyada kurulan ilk internet bağlantısı University of California at Los Angeles, University of Utah, Stanford Research Institute ve University of California at Santa Barbara arasında bilgisayarlar üzerinden sağlanıyordu. Bu teknoloji ile Türkiye ilk defa 1993 yılında tanıştı. İlk defa Orta Doğu Teknik Üniversitesinde (ODTÜ), Amerika’da ki NSFNet kullanılarak Türkiye’de ilk internet bağlantısı kuruldu. Daha sonra ülkemizdeki diğer üniversitelerde yavaşça ODTÜ ağını kullanarak internete erişim sağlamaya başladılar.

Akademik alanlar dışında özel ve kamu kuruluşları da yıllar içerisinde internet kullanımına başlamışlardır. Bu sayede güçlü bir iletişim sistemi oluşmuş ve ticari alanla gelişmeler sağlanmıştır. Mestçi’nin Türkiye İnternet Raporu makalesine göre “İnternet teknolojisi ile gelen hızlı iletişim (elektronik posta, haberleşme grupları, bilgi dosya transferleri) insanoğluna birçok fayda sağlarken, firmaların tüketicilere kendilerini tanıtmada etkili bir yol haline gelmiştir.” (2007: s.175). Bu teknolojiye sahip olan ve müşterilerine bu teknolojiyi sunan özel firmaları gören diğer kuruluşlarda aynı hizmeti verebilmek için interneti aktif bir şekilde kullanmaya başlamışlardır. Bu sayede internetin özel ve kamu sektörlerinde da kullanım oranı oldukça artmıştır.

Ancak özel hanelere internet kullanımı 1996 yılında gelmeye başlamıştır. Bu gelişme üzerine günlük hayatımızda artık 26 milyonu geçen kullanıcı profili ile her şeye internet üzerinden erişebilirlik başlamış oldu. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 2015 araştırmasına göre Türkiye’de internet kullanımı 16-74 yaş grubu içerisinde erkeklerde %64 ve %65,8, kadınlarda ise 45,6 ve %46,1’dir. Bu kadar yüksek oranlarda kullanılan internetin tercih edilme sebepleri de oldukça fazla. Öncelikle ucuz ve hızlı olması kişilerin ilk tercih sebeplerindedir. Dursun da bu konuda Üniversite Öğrencilerinin İnterneti Kullanım Amaçları yazısında “İnternet bilgiye kolay, ucuz, hızlı ve güvenli ulaşım, paylaşmanın en modern yoludur.” demiştir (2004: s. 1). Bunun dışında sonsuz veri sağlamamızı, her an her yere bağlanarak istediğimiz her şeye ulaşabilmemizi sağlar. İnternetin faydaları bu alanda oldukça fazladır. Sağlık, eğitim, bankacılık, gıda, alışveriş, tatil, oyun ve sosyal medya gibi sıralayabileceğimiz birçok diğer seçeneklerle bizlere fayda sunar.

İnternetin bizlere sağladığı olumlu gelişmeleri ve hayatımızı kolaylaştırmamızı sağlaması nedeniyle internet kullanım alanı gün geçtikçe artmaktadır. Buna bağlı olarak internete daha kolay ve daha ucuz yollarla her an ulaşabilmemiz için çeşitli kurumlar araştırmalar yapmakta ve yeni sistemler oluşturmaktadırlar. Her özel hane kendi bütçesi ve kendi kullanım kotasına göre internet bağlantısı seçmekte ve kullanmaktadır. Her bütçeye uygun hale gelen bağlantılar sayesinde kullanım alanı çok daha genişlemektedir. Kişilerin ihtiyacına yönelik sağlanan bütçeye uygun internet bağlantıları bir noktadan sonra olumsuzlukları da yanında getirebilir.

2.3. İnternet Bağımlılığı

Günümüz teknolojisinin bize sağladığı internet ve buna bağlı internet kullanımı gün geçtikçe artmaktadır. Teknoloji alanındaki yenilenmeler durmayacak ve sürekli ilerleyerek bize yenilikler katan bir alan olmaya devam edecektir. Bu sebeple günlük yaşantımızın içerisinde vazgeçilmez olması kaçınılmaz olacaktır. İnternetin bizlere sağladığı birçok yenilik ve kolay erişilebilirlik sayesinde kullanım miktarı ve kullanıcı sayısı da gün geçtikçe çoğalmaktadır. Öyle ki; bu alanın insanlar üzerinde ne kadar güçlü bir etkisi olduğu hakkında bilimsel araştırmalar yapılmaktadır. Bu çalışmalar büyük şirketlerden okullara kadar geniş bir alan içerisinde, her bir bireyi ve alanı değerlendirerek yapılmaktadır. Bu kadar geniş bir alanda araştırmaların yapılma nedeni ise, başlarda

internet kullanımının akademik araştırmalar, haberleşme ve iş yaşantısı için kolaylık sağlamasının yanında günümüzde çok daha fazla alana yayılmasıdır.

Çok fazla alana yayılması ve bu alanlara kolay erişimin var olması nedeniyle internet kullanım miktarı artık kişilerin günlük yaşantısını etkileyecek hale gelmektedir. Aktif kullanıcılar fiziksel, sosyal ve psikolojik yönlerden olumsuzluklarla karşılaşmaya başlamışlardır. Aynı zamanda herkesin internete kolayca erişebilir oluyor olması internet üzerinden gerçek olmayan bilgiler sağlamalarına ya da yine internet üzerinden kandırılmalarına da yol açmaktadır.

Günümüz teknolojisinin sağladığı ve en geniş alanda kullanılan internet olumsuz yanlarıyla beraber çok büyük faydalarda sağlamaktadır. Özellikle, ilk zamanlarda Türkiye’de kullanım amacı olan akademik alanda sınırsız bilgiyi öğrencilerle tanıştırmaktadır. Öğrenci grupları, internet kullanımını alanında en başta gelen sınıflardan bir tanesidir. Artık internetten sağlanan akademik olanaklar dışında, eğlence ve oyun programları da grsellikleriyle çok fazla dikkat çekmeye başlamıştır. Okul ihtiyaçlarının yanında eğlence kaynaklarının da kullanımı internet kullanım miktarını da çoğaltmaktadır.

Teknoloji ile gelişen birçok araç gerece karşı insanlar bir ilgi alanı kurmaya başlamışlardır. Her yeni çıkan teknolojik araçları takip etmeye ve onları sürekli kullanmaya karşı bir eğilim içine girme davranışındadırlar. Özellikle teknoloji sayesinde internet erişiminin her yerde sağlanabiliyor olması, internet ve internete bağlı olan her araç gereç için kullanım miktarında artış sağlamaktadır. Turan’a (2008) göre internetin çok hızlı yayılması sonucunda kişilerin normal günlük hayatları gibi tüketiciler olarak davranışlarını da etkilemektedir. Bu davranışlar bir noktadan sonra bağımlılık şeklini almaya başlar. Günüç ve Kayrı’nin Türkiye’de İnternet Bağımlılık Profili ve İnternet Bağımlılık lğinin Geliştirilmesi: Geçerlilik-Güvenilirlik alışması araştırmasına göre “Teknoloji bağımlılıkları kapsamında medya bağımlılığı, cep telefonu bağımlılığı, bilgisayar ve internet bağımlılığı gibi bağımlılıklar ele alınabilmektedir.” (2010: s. 221).

Egger’a (1999) göre bağımlılık kişilerin hayatları içerisinde bir madde veya davranış karşı koyamadıkları bir dürtü ile tekrar etme durumudur. İnsanlar hayatları içerisinde birçok şeye bağımlılık gösterebilirler. Bunlar akla gelebilecek her şeyi

kapsayabilir. Öyle ki çağımızın teknolojileri de bir bağımlılık türü olabilir. Egger'ın (1996) düşüncesi Dr Kimberly Young'a göre kumar, alışveriş sigara ve alkol bağımlılığı, internet bağımlılığı ile aynı özelliklere sahiptir.

Günüç ve Kayri'ye (2010) göre internet bağımlılığı dememiz için temel unsur kişinin internette çok uzun zamanlar geçirmesidir. Aynı şekilde interneti neden kullanıyor oldukları da bağımlılık dememiz için önemlidir. Nedenlere özellikle öğrenci grupları üzerinde baktığımız zaman, öğrencilerin interneti genellikle eğitim amaçlarının yanında, sosyal medya, oyun, film veya dizi izlemek gibi alanlarda kullandıklarını görebiliriz.

İnternet kullanımı ve bağımlılığı ile ilgili ilk görüş Young (1999) tarafından ortaya konmuştur. İnternet bağımlılığı ne kadar üzerine tanımlar konmuş olsa da Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı IV' e (DSM-IV) göre bir bağımlılık türü değildir. DSM-IV' e göre bağımlılık dememiz için sadece kimyasal maddelere karşı bir bağımlılıktan bahsedilmesi gereklidir. Bu nedenle internet bağımlılığı henüz bir hastalık olarak görülmemektedir. Erden ve Hatun'a göre (2015) internet kullanımının kişilerin başka sıkıntılarını bastırmak için oluştuğunu belirtmişlerdir. Bu sayede kişi geçicide olsa sorunlarından uzaklaşarak kendilerini rahatlatmaktırlar. Ancak uzun vadede bu kaçış bir bağımlılık haline gelerek kullanıcıların günlük hayatlarını etkilemeye başlar.

İnsanları internet kullanmaya iten temelde birçok sorun olabilir. Örneğin kişinin kendilik anlayışında güvensizlik hissetmesi, kendisini beğendirme veya kabul ettirme arzusu, kendisine internet üzerinden bu doyumunu sağlamaya itebilir. Özellikle internet bağımlılığı denildiği zaman akla ilk gelen sosyal medya hesapları, kullanıcıların fotoğraflarını paylaşarak kendilerini diğer kullanıcılara beğendirme arzularını karşılarlar.

Sosyal çevreleri kişilere yeterli doyumunu sağlıyor olsa bile, kullanıcıların birçoğu kendilerini sosyal medya ve çevrimiçi oyunlar üzerinden çevresindekilerle rekabet içine girerler. Gerçek olmayan, sanal ortam üzerinden başarılı olmak, kendilerini güçlü, mutlu, güzel/yakışıklı göstermek onlar için çok önemlidir. Bir süre sonra günlük yaşantılarından görünüşlerinden veya sosyal ilişkilerinden çok gerçek olmayan sanal ortamı daha çok önemsemeye ve sadece orayı düşünmeye başlarlar.

İnsan ilişkilerinde iyi olmayan kişiler, sosyalleşmek anlamında kendilerini eksik hissettikleri için bu ihtiyaçlarını sanal ortamda aramaya başlarlar. Chat odaları, sosyal

medya hesapları, arkadaş bulma siteleri veya çevrimiçi oyun ortamlarını kullanarak kullanıcılar kendilerini sosyalleştirmeye başlarlar. Bu onlar için daha kolay bir yol oluşturur çünkü yüz yüze iletişim kurmak yerine bu yöntemlerle kendilerini gerginlik veya heyecan hissettirmeden sosyalleşebilirler.

Zaman içerisinde bu yöntemleri kullanarak ilişkiler kurmak, kişileri günlük hayatları içinde daha içe kapanık bir duruma düşürerek beraberinde yalnızlık getirebilir. Kullanıcılar gerginlik hissetmeden kolayca kurdukları ilişkiler nedeniyle gerçek hayatları içerisinde sosyalleşmek ihtiyacı duymamaya başlarlar. Bir noktadan sonra internet kullanımını miktarı gün içerisinde kullanıcıların bütün günlerini geçirdikleri ve tek düşündükleri şey olamaya dönüşür.

Günüç ve Kayri'ye göre (2010) internet bağımlılığı dememiz için internette ne kadar zaman harcadığının yanında neden kullanıldığı da önemlidir. Bakıldığı zaman sağlıksız bir şekilde internet kullanımını sergileyen ve bağımlı hale gelen kişiler için nedenleri incelemek bağımlılık nedenini bulmak için büyük fayda sağlar. Kişilerin kaçtıkları problemleri nelerdir, neden kendilerini bu şekilde rahatlatmaya yöneliyorlar, bu alanda yapılan araştırmalar içinde önemli sorulardır. Bu soruların cevapları içerisinde kendilerine karşı değersizlik hissi, başkalarını fazla önemseme, reddedilmekten korkma gibi düşünceler yer alabilir.

İnternet bağımlılığının ne kadar bir hastalık olarak isimlenmemiş olsa bile rahatsızlık olarak ele alınarak yapıldığı araştırmalar günümüzde artmaktadır. Buna bağlı olarak kullanıcılara bağımlı diyebilmemiz için bir ölçek hazırlanmıştır. Bugün bu alanda yapılan araştırmalarda kullanılmaktadır.

2.4. Akıllı Telefon Tarihi

İlk cep telefonu icadı düşüncesi 1947 yılında Richard Frenkiel ve Joel Engel tarafından ortaya atılmıştır. Bu düşünceden sonra ortaya arabalarda kullanılan ve yakın bölgelerdeki alıcılar sayesinde iletişim kurulmasını sağlayan telefonlar ortaya çıkmıştır. Ancak ilk mobil telefon 1973 yılında Martin Cooper tarafından icat edilmiştir. Tasarlanan ilk cep telefonu olarak oldukça büyük ve ağır olan ilk model daha sonraki yıllarda büyük firmalar tarafından onlarca çeşitle daha farklı formlarda satışa sunulmaya başlamıştır.

Motorola her ne kadar ilk cep telefonu modellerini yaratmış olsa da devam eden yıllar içerisinde onu Nokia takip ederek daha çok müşteri profili oluşturmuştur.

İcat edilen cep telefonların başlıca özellikleri kişilerle iletişimi sağlamaktı. Telefon görüşmesi yapmak ve kısa mesaj göndermeyi kullanıcılara sağlıyordu. Zamanla bu alanda rekabetin artmasıyla, cep telefonlarına farklı özellikler oluşturulmaya başlandı. Telefonların içerisine kullanıcılara eğlence sağlaması için oyun programları, fotoğraf çekebilmek için kamera özellikleri gibi dikkat çekecek birçok yenilik getirildi. Her marka yeni bir model sundukça diğer rakip markalar bir üstüne çıkmak için sürekli araştırmalar yaparak cep telefonlarına her sene yeni bir teknoloji sağladılar. Bu alanda en büyük gelişmeyi akıllı telefonu icat ederek yaptılar.

Akıllı telefonun normal mobil cihazlar ile arasındaki en büyük fark internete kolay erişim sağlamasıdır. Bununla beraber internet üzerinden sağlayabileceğimiz uygulamalar için bir program sağlaması ve bilgisayar üzerinden gerçekleştirdiğimiz işlemleri bize telefonlarımızın üzerinden sağlamamızı sağlıyor olması da bir diğer özellikleri arasındadır. Aynı zamanda telefon hatları üzerinden sağlanan internet dışında, akıllı telefonlarda bulunan kablosuz ağ özelliği ile internet bağlantısı bulunan her yerden internete kullanıcılar kolaylıkla ulaşabilirler. Erişimin bu kadar kolaylaştırılması sayesinde akıllı telefonlar her sene bazen aynı yıl içerisinde birkaç modelle kendilerini yenilemeye ve dokunmatik ekran gibi yeni teknolojiler sağlayarak yeni kullanıcılar edinmeye devam ediyor.

2.5. Akıllı Telefon Bağımlılığı

İnternetin kullanım alanları büyük bir hızla çoğalmaktadır. Artık kişiler interneti çok daha farklı amaçlarla ele almaktadırlar. Başta yeni bir akım haline gelen sosyal medya kullanımı, alışveriş, film veya televizyon izlemek, oyun oynamak, okul ödevleri ve projeleri takip etmek vb. alanlarda artık internet kullanım alanları genişlemiş bulunmaktadır. Bu alanların vazgeçilmez bir şekilde kullanımının altında da artık kolaylıkla internete erişimin sağlanması, hızlı ve ekonomik olması yatmaktadır. Öyle ki; eskiden sadece bilgisayarlar üzerinden erişilen internet kullanımı artık her an taşıdığımız akıllı telefonlar üzerinden rahat bir şekilde bizlere erişim sağlamaktadır.

Günümüzde interneti yoğun bir şekilde kullanan çok büyük bir genç nüfus oluşmaktadır. Bu genç nüfus internete akıllı telefonları sayesinde her zaman her yerde rahatlıkla ulaşabilmektedirler. İnternetin bu kadar yüksek bir kullanım oranı varken telefonların akıllı telefonlara dönüşerek bu hizmeti sağlıyor olmaları herkes için akıllı telefon kullanma eğilimi oluşturmaktadır.

Akıllı telefonlara erişimin artık daha kolay olması her tüketiciye uygun fiyatlar sağlamasıdır. Her kesimden, her yaştan insanlar kendi bütçelerine uygun bir akıllı telefona sahip olabilmektedirler.

İnterneti cazip bir hale getirmek ve insanlara bunu en doğal yolla hayatlarının bir parçası haline getirmeleri için reklam firmaları büyük reklam kampanyalarıyla, telefon firmaları her bütçeye uygun ürettikleri telefonlarla bizleri akıllı telefonlarla buluşturuyorlar. Akıllı telefonların sağladıkları birçok kolaylık sayesinde kullanıcılar hiç zorlanmadan, yorulmadan ellerindeki cihazlarla tüm ihtiyaçlarını karşılayabiliyorlar. Örneğin banka işlemleri, market alışverişleri, izlemek istedikleri filmler, gazete okumak gibi eylemleri kolaylıkla birkaç dakikada yapabiliyorlar. Günlük hayatımızı kolaylaştırmamıza zemin hazırlayan bu telefon modelleri aslında çağımızda bizlere çok önemli bir teknoloji sunuyor. Dünyada herkesin kullandığı internet üzerine bizlere sınırsız hizmet sunabiliyor. Böylece bilgisayarlara ihtiyaç duymadan her türlü işlemimizi kolaylıkla sağlayabiliyoruz. Hem işlerimiz dakikalar içerisinde gerçekleşebiliyor hem de kendimize daha çok zaman yaratabiliyoruz. Kwon, Kim, Cho ve Young'a göre (2013), akıllı telefonların bu kadar dikkat çekici bir hal almasının altında kişilerin günlük yaşantılarını kolaylaştırıyor olması yatmaktadır. Bu sayede kişilerin yoğun yaşadıkları gündelik hayatlarında telefonlara ihtiyaçları her geçen gün artmaktadır.

Hızlı erişim ve kolay kullanımı sayesinde akıllı telefonlar normal mobil telefonlardan daha çok tercih ediliyor. Tercih edilmesi nedeni ile artık normal mobil telefon üretimi yok denilecek kadar az sayıda gerçekleşiyor. Artık çok kolay bir pazar araştırmasında bile normal mobil telefon bulunamıyor.

Akıllı telefonların sunduğu; bağlantı seçenekleri, uygulama kolaylıkları, kamera ve harita kullanımı, dosya hazırlanması ve paylaşımı, yüksek çözünürlükte oyun uygulamaları, maillerin gönderimi ve alımı gibi özellikler nedeniyle zaten bütün

kullanıcılar da normal bir mobil telefonda uzaklaşıyorlar. Ancak bizlere sağladığı bu kadar yenilik ve kolaylıkla beraber, insanlar için artık akıllı telefonlar vazgeçilmez bir araç haline geliyor.

Sosyal medya gerçeği ile bir kere tanışan tüm akıllı telefon kullanıcıları artık gün içerisinde sürekli sosyal medyayı kontrol etme, takip etme gibi alışkanlıklar kazanıyorlar. Sosyal medyanın kullanıcılarına sunduğu; fotoğraf paylaşımı, kişileri takip edebilme, özel hayatı yansıtabilme, iletişim kurabilme, yeni kişilerle tanışabilme gibi özellikler nedeniyle kişiler bu alana karşı bağımlılık geliştirebiliyorlar. Aynı şekilde akıllı telefon uygulama kolaylıklarıyla tanışan tüm kullanıcılar, günlük yaşamda yapabilecekleri aktiviteleri uygulamalar üzerinde yapmaya karşı alışkanlık kazandıkları için artık sosyallik kurarak gerçekleştirmeleri gereken işlemleri gerçekleştirmek istememeye başlıyorlar. Bu durum kişilerde yalnızlık duygusu oluşturabiliyor. Kişi evden dışarıya çıkma ihtiyacı hissetmedikçe, daha da içine kapanık bir ruh hali içerisine girebiliyor. Bir üniversite öğrencisi tüm ödev ve projelerini internet üzerinden takip edebildiği, dışarıda iyi vakit geçirmek yerine internetten oyun ihtiyacını karşılayabildiği veya arkadaşlarıyla yüz yüze sosyalleşmeyi internet üzerinden daha kolay sağlayabildiği için kendisini artık sosyalleşemeyen evden okula giden bir genç olarak gösteriyor.

Akıllı telefon kullanımını sadece gençler arasında değil artık çocuk, yaşlı, genç, iş kadını/adamı, ev hanımı sınır koymaksızın durmadan artan bir kullanıcı profiline sahip. Bu profilin genişliğini dünya üzerindeki akıllı telefon satışlarının miktarı da bizlere kolayca göstermektedir. Ada ve Tatlı'nın (2013) Akıllı Telefon Kullanımını Etkileyen Faktörler Üzerine Bir Araştırma çalışmalarında belirttikleri gibi 2012 senesi içerisindeki akıllı telefon satışları 660 milyon iken 2015 yılı ile birlikte bir milyar satışı bulmuştur. Bu kadar çok kullanıcının olması, akıllı telefon kullanımının yükselerek artması dikkat çekici bir hal alarak, bu alanla ilgili ölçekler oluşturulmakta ve araştırmalar yapılmaktadır. Demirci, Orhan, Demirdas, Akpınar ve Sert, 2014 yılında bizlere akıllı telefon kullanımını ile ilgili ölçeği vermişlerdir. Bu ölçek kullanılarak kişiler üzerinde akıllı telefon kullanımının bir bağımlılık oluşturup oluşturmadığı gözlemlenebilir.

Genel olarak internet ve akıllı telefon kullanımını profiline baktığımız zaman bu alanda en büyük nüfus genç kesime aittir. Gençlerde kullanım miktarı ne kadar artarsa o kadar günlük yaşantıyı etkileyen, sosyal hayatı kısıtlayan ve aile ilişkilerini sarsan bir

problem haline gelmektedir. İnternet kullanımının bu derece olumsuzluklar yaratması sonucunda bir bağımlılık tehlikesi oluşmaktadır.

Özellikle kolay yollarla internetin bize sağlanması ve internetin günümüzde yaygın kullanımı akıllı telefon kullanım miktarını arttıran diğer sebepler arasında yer almaktadır. Kişiler sadece maddesel şeylere karşı bağımlılık yaratmazlar. Oyun oynamak veya alışveriş yapmak gibi eylemlerde bir bağımlılık yaratabilir. Artık günümüz teknolojisi sayesinde akıllı telefonlarımızın bize sağladığı uygulamalarda bizlere bir bağımlılık yaratabilir. Bu durum zaman içerisinde bizlerin akıllı telefonlara muhtaç bireyler olmamıza neden olabilir.

Akıllı telefon bağımlısı olan bireyler, durmadan telefonlarıyla ilgilenme, onları kontrol etme ihtiyacı duyarlar. Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar ve Sert'e göre (2014) akıllı telefon bağımlılığı, internet bağımlılığı gibi fazla kullanım söz konusu olduğundan kişilerin günlük hayatlarının etkilenmesine neden olur. Temel olarak internet bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığı birbirlerine benzer özellikler taşırlar. Ancak bu alanda yapılan araştırmalara bakıldığında zaman akıllı telefon kullanım miktarının internet kullanımına oranla daha yüksek olduğunu görebiliriz. Bu nedenle kişiler artık evlerinde veya internet kafeleri kullanarak bilgisayarla daha az zaman geçirmeye başladılar. Bunun temelinde telefonların internet bağlantısını bizlere beklemeden, hızlı bir şekilde her yerde ve her zaman sağlaması yatmaktadır.

Popüler yaşamda artık çoğu kişinin bağımlı hale geldiği akıllı telefonları kullanım amaçları araştırılmalıdır. Kişinin ne kadar çok kullandığının yanında ne amaçla kullandığı da çok önemlidir. Sürekli akıllı telefon kullanmasını önleyememesinin altında yatan sebepler bağımlılığı anlayabilmemizi sağlayabilir. Örneğin, kişiler kendilerini yalnız hissettikleri veya günlük yaşantıdan kaçmak istedikleri için mi yoksa akıllı telefon kullanımından dolayı yalnızlık çektikleri için mi bir bağımlı haline geldiler gibi sorular araştırılmalıdır.

2.6. Bağlanma Kuramı

Bağlanma anne karnındayken başlar ve ölene kadar devam edecek sosyal ilişkilere yön verir. Bebekler doğdukları zaman kendilerine bakım veremezler. Temel hayatta kalma ihtiyaçlarını başkaları üzerinden karşılamak zorundadırlar. Bu dönem onlar için kuracakları ilk ilişkilerini kapsar. Yanında bulunarak onun ihtiyaçlarını sağlayan kişinin davranışları çok önemlidir. Bebek için sonraki yaşlarında kuracağı ilişkilerinin temelini, ilk ilişkisinde örnek aldığı kişinin davranışları belirler. Bebek karşısındaki kişi ile bir bağlanma gerçekleştirir. Bu bağlanmanın nasıl olduğu sonraki tüm ilişkilerine yansiyacak bir ayna gibidir, bu nedenle çok önemlidir.

Yeni doğanlar için öncelik içgüdüsel olarak karınlarını doyurma eğilimidir. Bu noktada bakım verenin varlığından çok, içgüdüsel olarak var olan emme güdüsünü gerçekleştirmek onlar için önemlidir. Freud ve Ericson'ın yanında Bowlby'da bu görüşü destekleyenlerdendi. Bowlby'nin Bağlanma kitabına göre memeyle iletişim kuran bir bebeğin zaman içerisinde annenin varlığını öğrendiğini belirtilir "s.234". İnsanlar doğada en yavaş büyüyen varlıklar olduğu için bağlanma aşaması da çok yavaş ilerler. Ancak bebek bakım verenin varlığını keşfettikten sonra onunla tensel bir yakınlık ihtiyacı içgüdüsel olarak uyanır. Bu noktadan sonra bebek sıcak bir temasında bir ihtiyaç olduğu bilincini geliştirir. Daha sonraki aşamalarda yiyecek ilişkisinden çok daha öteye geçecek olan bakım verenin varlığına karşı bebekler bir bağlanma davranışı geliştirirler.

Bowlby'nin Bağlanma kitabına göre bağlanma davranışı kişinin bir başkasına karşı yakınlık kurması ve bunu devam ettirmesidir "s.252". Sümer ve Güngör (1999) bağlanma ilişkisi bebeklerin bakım veren kişinin fiziksel yakınlığını hissederek çevreyi tanıması ve aynı çevreden gelebilecek tehlikelerden korunmasını sağlar diye belirtmişlerdir. Bağlanma ilişkisi bu nedenle çok önemlidir. Çünkü bireyler dünyaya geldikleri andan itibaren sürekli bir ilişki çerçevesinde bulunurlar. Önce ev ortamı ile başlayan ilişkiler daha sonra okul, arkadaş çevresi, iş hayatı gibi alanlarda devam eder. Bu alanlarda kurulacak her bir ilişkiye de bebeklik döneminde kurulan bağlanma ilişkilerimiz yön verir.

Bağlanma ile ilgili araştırmaların temelini John Bowlby atmıştır ve bağlanma kuramının yapı taşlarını oluşturmuştur. John Bowlby, tıp eğitiminden sonra profesyonel

yaşantısına psikoloji alanında çalışmalar yaparak çocuk psikoanalisti olarak devam etmiştir. Melanie Klein'dan aldığı eğitimlerden sonra çalışmalarında kendisi gibi psikoanalize yönelmiş olan Freud'dan etkilenmiştir. Daha sonra Bowlby'nin görüşleri üzerinden birçok başka araştırmalar yapılarak, onun kuramı geliştirilmiştir. Bowlby'a göre bağlanma ilk olarak kişi bebekken başlar ve ölene kadar devam eder. Kişi ilk bağlanmasını kendisine bakım veren kişiyle gerçekleştirir. Bebek herhangi bir şeye ihtiyaç duyduğu zaman bakım verenin varlığı çok önemlidir. Bebeğin ihtiyaçları karşılanıyorsa, bebek sonucunda rahatlık hisseder. Zaman içerisinde bakım veren ile aradaki ilişkiden kazanılan deneyim ve yaşanmışlıklar bebek tarafından içselleştirilir ve içsel çalışma modeli şekillenir.

Bağlanma kavramı çok geniş bir alanı içerisine alır. Bu nedenle geçmişte ortaya atılan kuram ile ilgili bugün birçok araştırmacı araştırma yapmakta ve başka davranışlar, duygular ve düşünce sistemleri ile arasındaki ilişkilere bakmaktadırlar. Özellikle bağlanma kuramının tek bir kişi ile sürdürülmemesi araştırma konuları için oldukça fazla kaynak sağlamaktadır.

İlk olarak bebeklik dönemindeki bağlanmadan başlayarak, anaokulu, arkadaş, okul, romantik ilişkiler, iş ilişkileri vb. alanlardaki ilişkilere bakılarak, her dönemdeki bağlanma davranışı incelenebilir. Bu alanda sonsuz araştırma kaynağı olabilir çünkü bağlanma evrensel bir kavramdır. Dünya üzerinde yaşayan her bir birey bağlanma davranışını gösterir. Sadece insanlar değil, hayvanlar üzerinde de bağlanma stilleri gözlemlenebilir.

Bağlanma evrensel olduğu ve her insanda kendine has olduğundan herkes için bağlanma tek bir çeşitle oluşur demek yanlıştır. Bireyler arasında kurulan ilişkiler her zaman için farklıdır. Eğer aynı olsalardı, dünya üzerinde tek bir çeşit kişiler arası iletişim şekli oluşmuş olurdu. İlişkilerin farklılığı ile birlikte, çevresel koşullarda bağlanma tarzları üzerinde oldukça etkilidir.

Aslında bağlanma için bir davranış durumu da diyebiliriz. Bağlanma sistemi her zaman için kişilerin hayatında çalışır bir durumda değildir. Örneğin kişi herhangi bir durum içerisinde kendisini güvensiz hissettiğinde bağlanma sistemi devreye girmeye başlar. Bu durumda kişinin bağlanma stilini kurduğu kişinin varlığı önemlidir. Horowitz

ve Bartholomew'a göre (1991) Bowlby'nin hipotezine göre bağlanma ilişkisi sayesinde, bir tehlike durumunda bebek ve bakım verenin arasındaki yakın ilişkinin sürdürülmesine olanak sağlanır. Eğer güvenli bir bağlanma stili geliştirilmiş ise kişi bakım verene tepki göstermeden güvensizlik hissi ile baş edebilir veya bir problemi kendisi çözümler. Sorun ortadan kalktığı zamanda bağlanma sistemi de otomatik olarak ortadan kalkar.

Tüzün ve Sayar'ın Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji makalesine göre "İnsan hayatı için bağlanmanın üç temel işlevi vardır; dünyayı keşfederken geri dönülebilecek güvenli bir liman olma, fiziksel gereksinimleri karşılama, hayata dair bir güvenlik duygusu geliştirebilme şansı." (2006: s.27). Bu işlevleri kazanamamış çocuklarda kendilerine ya da diğerlerine karşı güvensizlik ve öfke oluşur.

Sümer ve Güngör'e göre (1999) güvenli bağlanma gelişiminde çocuğun sürekliliği olan, aynı şekilde cevap aldığı ve her zaman için yanında olan bir bakım vereninin olması gerekir. Bu bağlanma stili kişinin ileriki yaşlarda diğer bireylere karşı yakınlık kurmasını ve bunu devam ettirmesini sağlar. Burada önemli olan nokta bebeğin güvenli bağlanma sağladığı bakım veren kişinin bebeğe güvenli bir ortam hazırlayarak ileriki yaşantısında karşılaşılabileceği zorluklarla baş edebilmesini ve diğer kişilerle iletişim kurmasını sağlamaktır.

Bowlby gibi Harlow'da bağlanma kuramı üzerine bazı çalışmalar yapmıştır. Çalışmalarını bebek maymunlar üzerine gerçekleştiren Harlow, Çaresizlik Kafesi deneyini kullanmıştır. Burada ölçmek istediği şey bebeklerin güven duygusu veya temel ihtiyaçlardan olan beslenmeyi mi tercih ettikleriydi. Kafesin içerisine metalden hazırlanmış ucundan yemek gelecek olan bir emzikli maymunla beraber birde yemek kaynağı sağlayamayan ancak sıcak ve yumuşak bir maymun örneği koymuştur. Sonuç olarak bebekler kendilerini güvende hissedecekleri sıcak ve yumuşak maymun düzeneğini seçmişlerdir. Bu durum da Bowlby'nin belirttiği gibi güvenli ortamın bağlanma stilleri açısından önemini vurgulamaktadır.

Kanadalı bir gelişim psikoloğu olan Mary Ainsworth ise Bowlby'nin öne sürdüğü kuramlar üzerinden giderek ve kendisi ile yaptığı çalışmalar dışında bağlanma kuramıyla ilgili ilk gözlemlerini Ganda'da gerçekleştirmiştir. Afrika'da bulunduğu süre içerisinde, aileler ve bebekleri incelemiştir. Sonuç olarak çoğu bebeğin bağlanma stillerini tek bir

kişi üzerinde geliştirdiğini gözlemlemiştir. Ayrıca bağlanma stillerinin önemini de yaptığı gözlemlerinde kavramıştır. Bir Ganda bebeği ilk bakım veren figürüne güvensiz ye da eksik bir bağlanma kurulmuş ise bebek diğer kişilere karşı güvensiz bir bağlanma kurmaya başlar ve aynı şekilde çevreyi tanımak konusunda çekingendir. Burada edindiği gözlemler ve vardığı sonuçlar doğrultusunda günümüzde popüler olarak bilinen Yabancı Ortam Deneyi ile çocuk ve bakım vereni arasındaki bağlanma stillerini incelemiştir.

Bu araştırma sonucunda bağlanma stillerini ortaya koymuştur. Araştırmanın amacı çocuğu oyuncaklar, bakım vereni ve bir yabancı ile aynı odaya koyarak daha sonra bakım vereninin odadan çıkması durumunda, bakım verenine ve odada kalan yabancıya verdiği tepki ile oyuncaklarla oynamaya devam etmesi ölçmektir. Daha önce çocuk, annesi, yabancı ve oyuncaklarla bir süre odada durur. Bu süre içerisinde annesi ile odadaki yabancının etkileşim halinde olduğunu görür. Bunun sonucunda Ainsworth güvenli, kaygılı ve kaçınan olarak bağlanma stilleri öne sürmüştür. Deneyin sonucuna göre;

- i. Güvenli bağlanan çocuklar, bakım verenleri gittiği zaman üzülür ve sinirlenir ancak oyun odasında oyun oynamaya devam ederler. Daha sonra bakım verenleri geldiği zaman sevinirler ve onlarla temas kurmaya kolaylıkla devam edebilirler.
- ii. Kaygılı bağlanan çocuklar, bakım verenleri gittiği zaman onlara karşı oldukça öfkelenirler ve ayrılmak istemezler, geri döndüğü zaman ise öfkeleri hala devam eder.
- iii. Kaçınan bağlanan çocuklar, bakım verenleri gittiği zaman umursamaz davranmaya devam ederler. Üzüntü, kaygı veya ayrılamama davranışları sergilemezler. Ancak bakım verenleri geri döndüğü zaman onlara karşı mesafeli davranırlar ve temasta bulunmazlar.

Güvenli bağlanma şeklinde, stres altında olduğu durumlarda birey ona bakım veren kişinin varlığından emin ise ve ona ulaşılabilir gözüyle bakıyor ise çevreyi keşfetmeye ve stresle baş etmeye devam eder. Bu bağlanma stilindeki başarı bakım veren kişinin ulaşılabilirliğidir. Bunun devamında bakım vereninin davranışları gelir. Davranışların sürekliliğinin olması ve sevgi ile yaklaşım çok önemlidir.

Kaygılı bağlanma şeklinde, güvenli bağlanma stiline aksine önemli olan bakım veren ulaşılabilirliğinin sabit olmamasıdır. Bazı stresli durumlarda bakım verenin varlığının devamlı olması bazı durumlarda ise varlığının hiç olmaması görülür. Bu nedenle bireyler yardım istedikleri durumlarda bakım verenlerine ulaşabilmek konusunda kuşku duymaya başlarlar. Bu kuşku beraberinde ayrılık korkusu getirir ve kişiler çevrelerini keşfetmeye meyil göstermemeye başlarlar.

Kaçınan bağlanma şeklinde, asıl göze çarpan nokta kişinin bir ihtiyacı için bakım verenine başvurduğunda her zaman negatif cevap almasıdır. Bu nedenle her stresli durumda yardım istemek konusunda kaçınır. Güvenli bağlanma stiline aksine sevgi almadan cevaplanma korkusu yaşar bu nedenle her sorunla karşılaştığında bir bağlanma davranışı sergilemek yerine kendisine yetmeyi öğrenmeye çalışır.

Tüzün ve Sayar'ın Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji yazısında ele aldığı gibi "Ainsworth'un tanımladığı bebek ile anne arasında oluşan güvenli bağlanma çocuğun psikolojik gelişiminde ciddi bir öneme sahiptir ve annenin sıcak, duyarlı, gereksinimi gidermeye hazır ve bağlanabilir olma özelliklerini taşımasıyla ilgilidir." (2006: s.27). Çocukluk dönemi bağlanma stilleri Ainsworth'a göre de yetişkinlik dönemine ayna tutar. Bu görüşe bağlı olarak; güvenli bağlanan çocukların bu dönemde kazandıkları davranış biçimleri sayesinde yaşamlarının ileriki dönemlerinde iş, arkadaşlık, romantik ilişkiler gibi tüm sosyal ilişkilerinde daha atılgan, kendine güvenen, zor durumlarında yakınlarına sığınarak güven alabilen ve sosyal ilişkilerini sürdürebilen kişiler olduklarını görebiliriz.

Kaygılı bağlanan çocuklar ise ileride ayrılma korkusunu yoğun yaşarlar. Sürekli ayrılacakları düşüncesi nedeniyle yakın ilişkiler kuramazlar. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerde ise güven duygusu çok az olduğu için genellikle sosyal yaşantılarında başkaları ile bağlanma sağlayamazlar.

2.7. İçsel Çalışma Modeli

İçsel çalışma modeli, hayatın diğer dönemlerinde yeni ilişkiler kurmayı ve kurulan ilişkileri devam ettirmeyi sağlar. Bowlby'nin Güvenli Bir Dayanak kitabına göre "Çocuğun annesi için oluşturduğu çalışma modelleri ve annesinin onunla iletişim kurma ve ona davranma şekilleri ve ayrıca babası için oluşturduğu kıyaslanabilir modelle birlikte çocuğun kendisi için oluşturduğu ve diğer modellerle etkileşim içinde olan tamamlayıcı model çocuk tarafından hayatının ilk birkaç yılında oluşturulur." "s.170". Bu model sayesinde bireyler kendilerine ve karşındakilere karşı nasıl bir tutum sergileyeceklerini planlar. Bu nedenle bireyin nasıl bir model geliştirdiği çok önemlidir.

İçsel çalışma modeli sabit değildir, zaman içerisinde kurulan yeni bağlanmalar ile değişebilir. Güvenli bağlanma ve kaygılı bağlanma modelleri geliştiren bireyler arasında ciddi bir fark gözlemlenir. Özellikle yetişkinlik döneminde aile davranışlarının bireyler üzerindeki değişiklikleri içsel model üzerinde belirli değişiklikler oluşturur. Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerde bu değişim olumlu yönde, kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerde olumsuz yöndedir. Model değişmiş olsa bile temeldeki bebek ve bakım veren bağlanma stili değişmeyerek ilişkilere yön vermeye devam eder.

2.8. Yetişkinlerde Bağlanma

Genel olarak bağlanma kuramına baktığımız zaman, bağlanmanın en güçlü olduğu dönemin bebeklerin ilk yılları olduğunu söyleyebiliriz. Daha sonraki yıllar içerisinde zamanla bağlanma davranışında azalma gözlemlenir. Bebekler ilk yıllarında sürekli olarak anne figürünü ararlar. Annenin varlığının kaybolmasını fark ettikleri zamanlarda itiraz etmeye başlar ve anneyi çağırırlar. Ancak zamanla gelişen algıları sayesinde annelerinin yokluğunu daha geç fark etmeye başlayabilirler. Bu durum özellikle üçüncü senelerine geldiklerinde ve daha çok dış dünya ile ilişki kurmaya başladıkları zaman ciddi bir değişim gözlemlenir. Bu durumu iki farklı yönde inceleyebiliriz.

Bebeklik döneminde bir bağlanma gerçekleşmiştir. Bu durum her bebek için geçerlidir, ancak şekli farklı olabilir. Bu bağlanma; çocuk üzerinde değişiklik göstermeden devam edebilir, ya da Bowlby'nin Güvenli Bir Dayanak kitabına göre aile davranışlarındaki değişikliklere bağlı olarak bağlanma şekli değişebilir "s.166".

Bağlanma davranışı artık çok az sergilenir ve annenin yokluğunda, daha önce annenin temasta bulunduğu başka bireyleri gören çocuklar onlara karşıda bir bağlanma geliştirmeye başlayabilirler. Bu sayede kendilerini annenin yokluğunda güvende hissetmedikleri durumlarda bile, bu durumlarla baş edebildiklerini görebiliriz.

Çocukluk döneminde bağlanma tarzlarının varlığı çok önemlidir. Çocuğun yeni kuracağı arkadaş ilişkilerinde, ya da anaokulu sürecinde adaptasyon sağlamasında bağlanma stillerinin önemi ortaya çıkar. Ebeveynleri ile kurduğu bağlanma stilleri, çocuğun yeni bulunduğu ortamlar ve kurduğu ilişkilerde normal bir süreç geçirmesini sağlamaktadır.

Ergenlik dönemine geçildiği zaman ise bağlanma sistemi daha da değişir. Bowlby'nin Bağlanma kitabına göre ergenlik döneminde bağlanma iki farklı yönde sürdürülebilir; bir kısım ebeveynlerden ayrılan diğer kısım ise ebeveynlerden ayrılamayan ve başka sosyal ilişki kurmada isteksiz olanlardır "s.265". Ergenler bağlanma tarzlarını ailelerinden kendi yaş gruplarındaki kişilere kaydırmaktadırlar. Bu durumla beraber yeni bağlanma stilleri ortaya çıkmaktadır.

Ergenlik dönemi ile ilgili olarak kızlar ve erkekler üzerinde farklılıklar vardır. Ergenliğe giriş ile ilgili, ırk, genetik özellikler ve çevresel faktörler oldukça önemlidir. Can, Türkyılmaz ve Karadeniz'e göre "Ergenlik bir geçişler dönemidir: biyolojik, psikolojik, toplumsal, ekonomik." (2010: s.3). Bu dönem çok hızlı bir şekilde başlar ve hızlı bir şekilde tamamlanır. Çocukluk ve yetişkinlik dönemleri arasında bir geçiş dönemidir aynı zamanda.

Bu dönemde özellikle fizyolojik değişiklikler yaşanır. Bu değişikliklerle beraber cinsellik oluşmaya başlar ve duygusal ilişkiler yavaşça şekillenir. Güney'e göre (1998) ergenlik, dönemi 12-22 yaş aralığında gerçekleşen değişikliklerin yaşandığı bir dönemdir. Bu döneme giriş her birey için özellikle çevresel faktörlere göre değişiklik gösterir. Genel olarak bakıldığında ise kızların erkeklerden daha önce ergenliğe girdiği görülmektedir.

Fizyolojik ve duygusal olarak yaşantıların, hayatımızın içerisinde en yoğun hissedildiği dönem olan ergenlik döneminde, ergenler dış görünüşleri ve arkadaş çevrelerine çok önem verirler. Gül ve Güneş'e göre (2009) ergenlik döneminde aile bireylerinden çok arkadaşlar ile vakit geçirilmektedir. Bu çok doğal bir süreçtir. Bu

sürecin olumlu bir şekilde işlemesi ve çevresel uyumun sağlanabilmesi için kurulan bağlanma stillerinin önemi çok büyüktür. Bunun sebebi de bebeklik döneminde kurulan bağlanma ilişkilerinin, bu dönemde kurulacak ilişkiler için yol gösterici olmasıdır.

Bugüne kadar yapılan araştırmalar ve teoriler bağlanmanın bebeklikten ölüme kadar devam ettiğini belirtmişlerdir. Ancak bağlanma bebeklik çağında şekillenmiş olsa bile ileriki dönemlerde karşılıklı ilişkiler değişebilir. Temelde var olan bebeklik dönemi bağlanma şekilleri çok büyük bir öneme sahip olsa bile, ergenler ve yetişkinlerde bağlanma stilleri ile arasında temel farklılıklar bulunur. Bebekler doğdukları zaman bakıma muhtaçtırlar çünkü kendi ihtiyaçlarını kendileri gideremezler ve var olamazlar. Bu durumda bir bakım verene ihtiyaç duyarlar. Bakım verenle aralarındaki alışveriş tek taraflıdır. Bebek bakım alır ancak bakım veremez. Yetişkinlik dönemine geçtiği zaman ise ilişkiler çok daha farklılaşır. Kişi karşısındakiyle karşılıklı bir alışveriş içerisindedir. Hazan ve Shaver'a göre (1994) iki taraf birden hem birbirlerine bakım verirler hem de birbirlerinden bakım alırlar. Yani bağlanma bir anlamda şekil değiştirmeye başlar. Hazan ve Shaver'a göre "Eğer akranlar, bebeklik ve çocukluk sırasında öncelikle anababanın sorumlu olduğu aynı işlevleri yerine getirmeye, duygusal destek ve güvenlik için aynı gereksinimleri doyumaya başlarsa, bir noktadan sonra bağlanma anababadan akranlara geçecektir." (1994: s.15).

Yetişkinlik dönemine geçildiği zaman bağlanma davranışı artık aile içindeki bireylerden çok diğer sosyal çevredeki bireylere doğru kayacaktır. Ancak, Bowlby'ın Sevgi Bağlarının Kurulması ve Bozulması kitabında belirttiğine göre kişiler zaman içerisinde sevdikleriyle arasına mesafe ve zaman sokarak uzaklaşırlar bile, bir gün geri dönme davranışına gireceklerdir "s.17". Bu durum kişilere geri dönüp güven duygusunu alabilecekleri bir dayanak hazırlar ve yetişkinler kendilerini daha çok korumada hissederler.

Kişiler kendilerini bir tehlikede ya da yardıma muhtaç bir durumda yine en yakın gördükleri kişiye karşı bağlanma davranışı sergilerken bulurlar. Onların varlığı kişileri rahatlatarak, sorunlarıyla baş etmelerine yardımcı olur. Yetişkinlerin hayatındaki sosyal çevrelerin gelişmesi, okul, iş yaşantıları daha fazla stres yaratan unsurlar yaratabilir. Bu nedenle bu dönemde kişilerde bağlanma davranışı çocukluk dönemine göre hızlı bir artış gösterir.

Yetişkinlerde bağlanma konusu üzerine birçok araştırma görebiliriz. Bu alanla ilgilenenler arasında en başta gelen isimlerden bir tanesi Kim Bartholomew ve Leonard Horowitz'dir. Yaptıkları araştırmalarda Bowlby'nin araştırmalarını temel alarak yetişkinler arasındaki yakın ilişkileri ve bağlanma stillerini incelemiştir.

Zaman içerisinde kişilerin kurdukları ilişkileri değişseler bile, temelde sağlamış olan bağlanma biçimi ile Bowlby'nin belirttiği kurduğumuz içsel model yetişkinlik dönemindeki bağlanma biçimlerimizi etkiler. Bartholomew ve Horowitz'in (1999) belirttiği gibi Bowlby'a göre çocukların bakım verenleri ile erken dönemde edindikleri bağlanma stilleriyle ilgili deneyimleri sonraki ilişkilerinin prototiplerini oluşturur. Bu konuda Horowitz ve Bartholomew'da, Bowlby'nin öne sürdüğü bakış açısıyla içselliği ele alarak benlik ve diğerleri olarak kişilerin kurdukları duygusal yakınlıkları incelemişler ve dört tipten oluşan bir bağlanma modeli ortaya koymuşlardır. Sümer ve Güngör'e göre "Erken yaşlarda sürekli kullanılması sonucu, benlik, başkaları ve sosyal ilişkiler hakkındaki bilgiyi örgütleyen ve işlemleyen zihinsel modeller (veya içsel çalışan modeller) şekillenir." (1999: s.73). Olumlu bir içsel modele sahip bireyler diğerlerine karşı da olumlu bir model oluştururlar. Benzer şekilde, olumsuz içsel model geliştiren yetişkinlerde, diğerlerine karşı olumsuz bir model oluşturulur.

Aşağıda Bartholomew ve Horowitz'in (1999) oluşturdukları tablo örnek alınarak yeniden verilmiştir (Tablo 1);

		Kendi	
		Olumlu	Olumsuz
Diğerleri	Olumlu	Güvenli Bağlanma	Saplantılı Bağlanma
	Olumsuz	Kayıtsız Bağlanma	Korkulu Bağlanma

Tablo 1 Bartholomew ve Horowitz'in (1999) dörtlü bağlanma modeli.

Tabloda belirtildiği gibi, kişilerin kendilerine ve diğerlerine yükledikleri olumlu ve olumsuz bakış açıları bağlanma stillerinin temelini oluşturur. Güvenli bağlanmada, kişiler kendilerine ve diğerlerine karşı olumlu model kurarlar. Kayıtsız bağlanmada, kişiler kendilerine karşı olumlu diğerlerine karşı olumsuz bir benlik modeli kurarlar.

Saplantılı bağlanma stilinde, kendilerine karşı olumsuz ama diğerlerine karşı olumlu bir model geliştirirler. Korkulu bağlanma stili geliştiren kişilerde ise, hem diğerlerine hem kendilerine karşı olumsuz bir model kurulmuştur.

Olumlu içsel modele sahip kişiler olumlu diğerleri modeli oluşturmuşlarsa, güvenli bağlanma stiline sahip kişilerle benzer olarak değer verdikleri kişinin ulaşılabilir olmasını bekler ve yakınlık bekler. Olumsuz içsel modele sahip kişiler olumsuz diğerleri modeli oluşturmuşlarsa, güvensiz bağlama stiline sahip kişilerle benzer olarak sosyal destek alamama korkusu ve buna bağlı olarak olumsuz ilişki kurmayı içerir.

Güvenli bağlanma sağlayan yetişkinler yakın ilişkilerde başarılıdırlar. Romantik ilişkiler kurabilirler ve ilişkilerinde herhangi bir sorun oluştuğunda düşünceli bir şekilde kolayca problemlerini çözebilirler. Bu ilişkilerini yürütürken kendilerini oldukları gibi gösterirler. Kendilerine güvenleri vardır ve başkalarına ihtiyaç duymazlar.

Kayıtsız bağlanma geliştirmiş kişilerde ise duygusal olarak sınırlamalar görülür. Çevresindekileri daha önemli görmezler ve onlarla ilişki kurmak konusunda pek istekli olmazlar. Kendilerine karşı olumlu, diğerlerine karşı olumsuz bir bakış geliştirmişlerdir. Bu nedenle ilişkilerini sürdürürken problem çözmede iyi değillerdir ve çözmek konusunda pek istekli davranmazlar çünkü ilişkilerindeki problemleri pek önemli görmezler.

Saplantılı bağlanma stilinde kendilerine karşı olumsuzdurlar yakın ilişkilerinde kendilerini sürekli kanıtlamak çabası içerisinde bulurlar. Sümer ve Güngör'e (1999) göre kişiler sahip olmadıkları bağımlılık duygusunu sürekli başkalarında aramak çabasındadırlar. Genel olarak olumsuz benlik algısına sahip oldukları için sevilme korkuları vardır.

Korkulu bağlanma stiline sahip yetişkinlerde ise Bartholomew ve Horowitz'e göre (1999) kendilerine karşı güvensizdirler ve reddedilmekten korktukları için kişiler yakın ilişkilerden kaçınırlar. Kendilerine karşı olumsuz bir benlik algıları olmasıyla beraber diğerlerini reddedici bir davranış şekli gösterirler.

Sümer ve Güngör belirtmişlerdir ki "Kayıtsız ve korkulu stile sahip kişiler kaçınma bağlamında birbirlerine benzerken, olumlu benlik değerini korumak için

başkalarına olan gereksinim (bağımlılık) açısından birbirlerinden farklılaşırlar.” (1999: s.77). Aynı şekilde Bartholomew ve Horowitz’e (1999) göre saplantılı ve korkulu bağlanma stili geliştiren gruplarda olumlu benlik için diğerleri modeli çok önemlidir, ancak bu iki grup yakın ilişkilere hazır olmak konusunda birbirlerinden ayrılırlar.

Yetişkinlik döneminde geçildiği zaman her ne kadar bağlanma ihtiyacı aile dışına kaysa da temelde geliştirilen bağlanma stilleri yeni kurulacak ilişkilerin temel yapı taşlarıdır. İlk olarak Bowlby’ın da ortaya attığı görüşünde olduğu gibi bir birey ilk sosyal ilişkisini kendisine bakım veren bireyle gerçekleştirir. Bu kişi annesi, babası veya başka bir bakım veren kişi olabilir. Onunla sağladığı erken dönem bağlanma stilleri kişinin ileriki yaşantısında kuracağı kişiler arası ilişkilerinde önemli bir rol oynar. Kesebir, Kavzoğlu Üstündağ’a göre (2011) bağlanma ilk zamanlarımızda oluşan, devamlılığı olan ve diğer bireylerle ilişki kurmamızda temel olabilecek bir fenomendir.

Bağlanma stilleri her dönem içerisinde birbirleriyle bağlantılı bir şekilde devam eder. Bebeklik, çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemi içerisinde her yeni kurulan ilişkinin asıl temeli ilk kurduğumuz bağlantımızla örtülüdür. Zaman içerisinde bağlanma davranışlarımız bizim çevreyi algılamamız ve yeni sosyal ilişkiler kurmamızla güncellenir. Yetişkinlik döneminde ne kadar bağlanma davranışı çocukluk dönemine göre ciddi bir şekilde azalmış olsa bile bir sosyal çevre içerisinde var olmamızı sağlar. Güvenli bağlanma stilini kurmuş kişiler sosyal ilişkilerini daha kolay kurarlar, bu ilişkilerini daha uzun yaşayabilirler, yalnızlıktan korkmazlar ve daha kolay kişilerarası problemleri çözebilirler. Bu şekilde sağlıklı romantik ilişkiler kurabilirler ve evlenebilirler. Güvensiz bağlanma stili görülen kişilerde ise temel olarak reddedilme korkusuyla beraber sosyal ilişki kurmada zorluk veya uzun süreli bir ilişki kuramama görülür. Genel olarak kurdukları ilişkilerinin uzun sürmeyeceğini düşündükleri için çok fazla emek harcamazlar. Kişiler karşılarındaki bireylere güvenemedikleri için romantik ilişkilerde kurmada zorlanırlar.

Bağlanma stillerinin temeline baktığımız zaman, eğer bebek güvenli bir bağlanma kuramamış ise ileriki yaşantısında sosyal ilişkiler kurması zor olabilir veya kurduğu ilişkiler sağlıklı olmayabilir. Bunun sonucunda kişi bu ihtiyacını farklı alanlarda arayabilir. Çünkü insanlar sosyal varlıklardır ve her ne kadar karşılarındakileri reddedici bir davranış sistemi içerisinde olsalar da, içten içe bir sosyalleşme ihtiyacı duyarlar. Bu

ihtiyaçta bir bakıma içgüdüselidir. Eğer kişiler sosyalleşme gerekliliğini karşılayamazlarsa bunu farklı alanlarda arama istekleri kaçınılmaz bir durum olacaktır.

Günümüzde en kolay yollarla bu ihtiyaçlarını sağlayabileceği alan sosyal medyadır. Sosyal medya üzerinden kurulacak ilişkilerde kişi panik yapmaz ve korku duygusunu hissetmez çünkü reddedilseler bile bu durum caydırıcı değildir. Kişiler reddedilme duygusunu önemsemeden yeni ilişkiler kurmaya devam edebilir. Bu kolay ve güvenilir yollara ise ulaşım artık çok kolaylaşmış durumdadır. Akıllı telefonların günümüzde yer almasıyla beraber sürekli gelişen bilişim dünyasıyla kişiler sosyal medya ihtiyaçlarını telefonları üzerinden her an her yerde sağlamaya başlayabilirler. Özellikle sosyal medya diye adlandırılan uygulamalar birçok aplikasyon ve internet sitesi şeklinde birer sosyalleşme kaynağı oluştururlar.

Karşısındaki kişiyle gerçek bir ilişki kurmadığı için bu yollarla sosyalleşmek daha basit bir yol halini alır ve devamlılık sağlar. Böylece içe kapanıklık artar ve psiko-sosyal yaşantı zarar görmeye devam eder. Güvenli veya güvensiz bağlanma tarzlarına sahip her bir birey sosyal ihtiyaçlarını başka alanlarda arama bağlılığına girdikçe ailesinden kopmaya ve içe dönmeye başlarlar. Bu nedenle aile, okul ve iş yaşantıları ciddi bir değişim içerisine girer.

Bu durum sadece sosyalleşme ihtiyacını kapsamaz, çağımızın internet ve telefon kullanımının hızlı artışı ve bu artışın neden bir bağımlılık yarattığı araştırılmalıdır. Bağlanma her yaşta var olan bir ihtiyaçtır. Buna bağlı olarak kişiler gerçek olmayan sanal bir bağlanmaya ihtiyaç duymaya başlamaktadırlar.

Sanal ihtiyaç her türlü konuda olabilir. Sadece sosyal medyayı internet olarak genellemek yanlış olur. İnternet; araştırmak, bilgi edinmek, eğlenmek, müzik dinlemek, oyun oynamak, alışveriş yapmak, vb. birçok aktivite sağlamak konusunda sonsuz bir veri kaynağıdır. Bu kaynağı keşfeden her birey kendisine uygun olan internetin sağladığı alanlardan, güçlü bir kullanım ile her birinden faydalanır. Zaman içerisinde bu kaynaklara bağlandığı ve bir bağımlılık geliştirdiği çoğu kullanıcı üzerinde görülebilir.

Bu durumla beraber akıllı telefonların erişim alanlarının artık televizyon olarak kullanabilme, sohbet, alışveriş yapabilme, oyun oynayabilme, sosyal medya üzerinden paylaşımlarda bulunabilme, vb. birçok özellik sağlayabilmesi akıllı telefonlara karşı da

bir bağımlılık sürecini başlatmaktadır. Öyle ki; insanlar uyandıkları andan gece yataklarına yattıkları zaman içerisinde aktif olarak telefon kullanmaları için hiçbir nedenleri yokken bile sürekli telefona bakma ihtiyacı geliştirmiş bulunmaktadırlar.

Bu kadar popüler bir problem haline gelen akıllı telefon ve internet bağımlılığının neden sürekli artış halinde olduğu araştırılmalıdır. Artık arkadaş toplantılarında yüz yüze sohbet etmek yerine kişiler neden internetle zaman geçiriyorlar sorusunun cevabı bulunmalıdır. İnternet ve akıllı telefonları aktif olarak kullanan kullanıcıların, aile içi yaşantılarına bakılmalı ve ailesiyle arasındaki ilişkileri incelenmelidir. Bağlanma şekillerinin öneminin, teknolojiye karşı bir bağımlılık yaratmak konusundaki yerinin bulunması gerekmektedir.

2.9. Araştırma Konusu ile İlgili Ülkemizde ve Yurt Dışında Yapılan Bazı Araştırmalar

Kurulan bağlanma stilleri kişilerin yaşamlarının her döneminde diğer bireylerle iletişim kurmasında bir temel oluşturmaktadır. Bu nedenle kişiler arası iletişimin ne türde olduğunu bağlanma stillerine bakarak anlayabiliriz. “İnternet bağımlılığı Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme” başlıklı Batıgün ve Hasta'nın (2010) yaptığı çalışmada internet bağımlılığı olan bireylerin sosyal ilişkileri incelenmiştir. İnternet bağımlılığı sergileyen kişilerin, kişiler arası ve aileleriyle olan ilişkilerinin etkilendiği ve zarar gördüğü belirtilmiştir. Araştırma Ankara ilinde bulunan üniversitelerde yapılmıştır. Katılımcılar okuyan ve çalışanlar olmak üzere iki kategoridedir. Araştırma 18-27 yaş grubu içerisinde yapılmış ve toplam 213 kişi katılmıştır. Araştırmanın sonucuna göre internet bağımlılığı yüksek olan kişilerin daha çok yalnızlık duydukları bulunmuştur. Sonuç olarak, kişiler arası iletişimleri zayıf olan ve besleyici bir ilişki tarzına sahip olmayan bireyler kendilerini daha yalnız hissetmekte ve internet bağımlılığı ölçeğinden yüksek puanlar almaktadırlar.

“İnternet bağımlılığın bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumu ile ilişkisi” konulu Morsümbül'ün (2014) çalışmasında bağlanma stillerinin internet kullanımı ile arasındaki ilişkiye bakılmış, internet kullanım miktarı üzerinde nasıl bir etkisi olduğu araştırılmıştır. Araştırmasını Aksaray üniversitesi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik ile İngilizce öğretmenliği bölümündeki öğrenciler ile yapmıştır. Toplamda

350 öğrencinin katıldığı araştırmanın 203 kişisini kadın, 147 kişisini erkekler oluşturmaktadır. Katılımcıların yaşları 20-26 aralığında bulunmaktadır. Araştırmanın sonucunda internetin nereden ve ne amaçla kullanıldığı bilgileri ile birlikte internet bağımlılığının bağlanma stilleri ile güçlü bir ilişki içerisinde olduğu bilgisi bulunmuştur. “Araştırma bulgularına dayanarak internet bağımlısı olarak tanımlanabilecek bireylerin bağlanma örüntülerinin daha çok kaygı ve kaçınmayla biçimlendiği, kişilik özellikleri açısından duygusal dengesizlik özelliğinin daha baskın olduğu ve yalnızlık düzeylerinin yüksek, yaşam doyumu düzeylerinin ise daha düşük olduğu söylenebilir.” Morsümbül 2014, 358.

Altundağ (2011), “Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri, Stresle Başa Çıkma Tutumları ve Stresi Algılama Düzeyinin İncelenmesi” konulu yüksek lisans çalışmasını Haliç Üniversitesinde 396 katılımcıyla gerçekleştirmiştir. Araştırmasında “Algılanan Stres Düzeyi Ölçeği”, “İlişki Ölçekleri Anketi” ve “Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri” kullanılmıştır. Bağlanma stillerinin, stresle başa çıkma tutumu ile ilgisinin dışında yaş ve cinsiyet ile bağlantısına da bakılmıştır. Altundağ’a (2011) göre, erkeklerin güvenli ve sapsantılı bağlanma geliştirdiklerini belirtmiştir. Kızlar erkeklere göre daha güvensiz bir bağlanma örüntüsündedirler.

Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar ve Sert (2014), Kwon, Kim, Cho ve Yang’ın (2013) geliştirdikleri “Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği’nin (Smartphone Addiction Scale)” Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yapmışlardır. Araştırmalarını Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi bölümünde akıllı telefon kullanan öğrenciler ile gerçekleştirmişlerdir. 301 katılımcıdan oluşan araştırmada Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Problemlerli Cep Telefonu Ölçeği kullanılmıştır. Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar ve Sert’in (2014) araştırma sonuçlarına göre akıllı telefonları daha çok kullanıcıların oyun, internet erişimi ve sosyalleşmek için kullandıklarını söylemişlerdir.

Ceyhan’ın (2010) “Problemlerli İnternet Kullanım Düzeyi Üzerinde Kimlik Statüsünün, İnternet Kullanım Amacının ve Cinsiyetin Yordayıcılığı” çalışmasında problemlerli internet kullanımı ve nedenleri üzerinde durulmuştur. Araştırmanın örneklemini Anadolu Üniversitesinde okuyan 464 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcılara Problemlerli İnternet Kullanım Ölçeği ve Genişletilmiş Objektif Ego Kimlik Statüsü Ölçeği

uygulanmıştır. Araştırmanın sonucuna göre problemlı internet kullanım nedenleri içerisinde başkaları ile sosyalleşmek ve eğlence unsurları olduğunu belirtilmiştir.

Toprakçı'nın (2007) ders amaçlı internet kullanımı ile ilgili çalışmasının sonucunda erkek üniversite öğrencilerinin kızlara oranla interneti ders amaçlı daha çok kullandıkları bulunmuştur. Ayrıca araştırmanın bir diğer sonucu da katılımcıların yarısından azının interneti ders amaçlı kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Sümer ve Şendağ (2009) "Orta Çocukluk Döneminde Ebeveynlere Bağlanma, Benlik ve Kaygı" çalışmasında benlik algısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi önemle incelemişlerdir. Araştırmanın sonucunda Sümer ve Şendağ (2009) ebeveynlere güvenli bağlanan çocukların olumlu benlik algısı oluşturduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmanın örneklemini Ankara'da bulunan bir üniversiteye bağlı Vakıf İlköğretim okulundaki öğrenciler oluşturmuştur. Toplam 194 öğrenciden oluşan katılımcıların 92'si kız, 102'si erkek öğrencilerdir. Araştırmada Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği, Harter Benlik Algısı Ölçeği ve Çocuklar için Sürekli Kaygı Envanteri uygulanmıştır. Araştırmanın bir diğer sonucu ise güvenli bağlanma ve olumlu benlik akran ilişkilerinde yapıcı bir rol oynar. Bu sayede bireyler sosyal yetkinliğe sahip olabilirler.

Panicker ve Sachdev (2014) yaptıkları araştırmada "Yalnızlık, Depresyon, Kaygı, Stres ve Problemlı İnternet Kullanımı Arasındaki İlişkiler" internetin problemlı kullanımının etkilerine bakmışlardır. Araştırmalarını Junior (Std. XII) Colleges'da uygulamışlardır. 84 katılımcının 59'unu erkek, 25'ini kız öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın sonucunda internetin gençler tarafından stresi önlemek için kullanıldığı sonucuna varılmıştır. Ayrıca Panicker ve Sachdev (2014) yalnızlığın, depresyonun, kaygının ve stresin internet kullanımıyla arasında bir bağ olduğunu ve problemlı kullanımla ilişkisi olduğunu belirtmişlerdir.

Sosyal becerilerini kazanamamış kişiler, kişiler arası iletişim kuramadıkları için yalnızlık yaşayabilirler. Morahan-Martin ve Schumacher (2003) yaptıkları "Yalnızlık ve İnternetin Sosyal Kullanımı" çalışmalarında yalnız kişilerin sosyal ilişkilerini internet üzerinden gerçekleştirdiklerini düşünmektedirler. 283 katılımcıya UCLA Loneliness Scale uygulanmıştır. Katılımcıların 150 kişisini erkekler, 127 kişisini kadınlar oluşturmaktadır. Bununla beraber UCLA ölçeğiyle birlikte Scale of İnternet Behaviors

uygulanmıştır. Araştırmanın sonucunda yalnız kişilerin sosyalleşme davranışlarını internet üzerinden, sanal olarak arkadaşlar edinerek gerçekleştirdikleri bulunmuştur. Eksiklik hissettikleri sosyalleşme tatminliğini yine internetten edindikleri arkadaşlar üzerinden sağlamaktadırlar ve yine interneti kullanarak duygusal destek almaktadırlar.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

18-24 yaş aralığında olan üniversite öğrencilerinin internet ve akıllı telefon bağımlılığı ile bağlanma stilleri araştırılmıştır. Literatür taraması ile birlikte uygulanan anketler ile öğrencilerin bağımlılık düzeyleri ve bağlanma stilleri ölçülmeye çalışılmıştır. İnternet bağımlılığı ile akıllı telefon bağımlılığının bağlanma stilleri ile arasındaki ilişki incelenmiştir.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmada genel evren 18-24 yaş aralığında bulunan üniversite öğrencilerini kapsar. Öğrenciler tesadüfi eleman örnekleme yöntemi ile üniversitenin 1. 2. 3. ve 4. sınıflarından seçilmiştir. Kişisel bilgi formu ve anketler Üsküdar Üniversitesi ve Trakya Üniversitesinde öğretim gören öğrencilere uygulanmıştır. Araştırma örneklemini 50 erkek 50 kız öğrenci olmasıyla beraber 100 öğrenciden oluşmaktadır.

Örneklem oluşturulurken öğrencilerin özellikle internet ve akıllı telefon kullanıyor olmalarına dikkat edilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada, araştırmacı tarafından hazırlanan demografik form olan Kişisel Bilgi Formu ile beraber aşağıdaki anketler uygulanmıştır;

1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği
2. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği
3. İlişki Ölçekleri Anketi
4. Kişisel Bilgi Formu

İnternet Bağımlılığı Ölçeği

İnternet bağımlılığı tarihte ilk defa Ivan Goldberg tarafından bir rahatsızlık olarak tanımlanmıştır. İnternet bağımlılığını ölçmek için ise Young (1998) tarafından İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ) geliştirilmiştir. Türkçe uyarlaması ise Bayraktar (2001)

tarafından yapılmıştır. Ölçek Ege Üniversitesi Psikoloji bölümünde beş öğretim görevlisi tarafından anlam bütünlüğü bozulmayacak şekilde uyarlanmıştır. Likert tipi olan İBÖ toplamda 20 sorudan oluşmaktadır. Bu 20 soruya katılımcılardan “Hiçbir zaman”, “Nadiren”, “Ara sıra”, “Çoğunlukla”, “Çok sık”, “Devamlı” cevap seçenekleri içerisinde kendisine uygun olan cevabı işaretlemesi istenmektedir.

Seçeneklere 0, 1, 2, 3, 4, 5 puanları verilmektedir. Puanların toplamı 80 puan ve üzeriyse kişiler “Bağımlı İnternet Kullanıcısı”, 50 ve 79 puanları arasındaysa “Sınırlı Semptom Gösterenler” olarak tanımlanmaktadır. Eğer alınan puan toplamda 50 puan ve altındaysa “Semptom Göstermeyen” olarak tanımlanmaktadır.

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

Akıllı telefonlar günümüz teknolojisinin son ürünlerinden bir tanesi olup sürekli gelişmeye ve normal mobil telefonlardan büyük farklılıklarla (navigasyon, uygulamalar, internet erişimi, fotoğraf makinesi, oyunlar, uygulamalar, vb.) ayrılmaktadır. Akıllı telefonların bu kadar hızlı bir şekilde hayatımıza girerek bizlere sonsuz kolaylık sağlamasından dolayı kullanım miktarı da hızla artmakta ve bir bağımlılık davranışına neden olmaktadır.

Akıllı telefon tarihinin çok yeni olması nedeniyle bağımlılık ile ilgili Türkiye’de bir ölçek henüz hazırlanmamıştır. Akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili ilk ölçek Young tarafından geliştirilen internet bağımlılığı ölçeği göz önüne alınarak Kwon, Kim, Cho ve Yang (2013) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe uyarlaması Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar ve Sert (2014) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Likert tipi bir ölçek olan Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği 33 sorudan oluşmaktadır. Katılımcılardan “Kesinlikle katılmıyorum”, “Katılmıyorum”, “Kısmen Katılmıyorum”, “Kısmen katılıyorum”, “Katılıyorum”, “Kesinlikle katılıyorum” seçeneklerinden kendilerine uygun olanını seçmeleri istenmektedir. Cevaplar 1-6 arasında değerlendirilmektedir. En düşük cevap puanı 33, en yüksek cevap puanı 198’dir. Yüksek puan alanlar riskli akıllı telefon kullanıcı olarak görülerek bağımlılık gösterenlerdir. Düşük puan alanlar için ise riskli akıllı telefon kullanımı görülmemektedir.

İlişki Ölçekleri Anketi

Bağlanma stilleri Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından dörtlü bağlanma modeli olarak güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olarak adlandırılmıştır. Günümüzde bağlanma stillerini saptamak amacıyla Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından oluşturulan İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) kullanılmaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Sümer ve Güngör (1991) tarafından yapılmıştır. Türkçe uyarlanmasında çeviri-tekrar çeviri yöntemi uyarlanarak ölçeğin son halini alması sağlanmıştır.

Katılımcılardan kendileri ve yakın ilişkilerini düşünerek sorulardaki “Beni Hiç Tanımlamıyor”, “Beni pek tanımlamıyor”, “Bir fikrim yok”, “Beni biraz tanımlıyor”, “Beni oldukça tanımlıyor”, “Tamamıyla beni tanımlıyor” seçeneklerinden bir tanesini seçmeleri istenmektedir. Likert tipi olan İÖA 1 ve 7 arası değerlendirilmektedir.

İlişki Ölçeği Anketi dört alt ölçeğe sahiptir; güvenli, saplantılı, korkulu ve kayıtsız. Bu alt ölçeklerden güvenli bağlanma alt ölçeği, İÖA'nın 3., 7., 8.,10. ve 17. sorularından oluşur. Saplantılı alt ölçek ise 5. sorunun tersi, 6., 11. ve 15. soruların cevapları hesaplanılarak ölçülür. Korkulu alt ölçek 1., 4., 9. Ve 14., sorulardan oluşur. Kayıtsız bağlanma alt ölçeği ise 2., 5., 12., 13. ve 16. soruların cevapları hesaplanarak bulunur.

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, sınıf düzeyleri, internet ve akıllı telefon kullanım durumları, internet ve akıllı telefon kullanım süreleri, internet ve akıllı telefon kullanım amaçları, internet ve akıllı telefonları kullanım yerleri ve sosyal ilişkilerinin durumunu belirlemek için demografik form araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

Kişisel sorular dışında (yaş, cinsiyet, vb.) toplam 13 adet internet, akıllı telefon kullanım bilgileri ve aile ilişkileri hakkında soru hazırlanmıştır. Araştırmada kullanılan kişisel bilgi formu belirtilen üniversitelerde ders saatleri içerisinde sorumlu öğretmenlerden izin alınarak uygulanmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Verilerin toplanması iki farklı üniversitede yapılmıştır. Üsküdar Üniversitesi ve Trakya Üniversitesinde okuyan 18-24 yaş aralığında öğrencilere ölçekler uygulanmıştır. Ölçekler uygulanmadan önce hangi amaçla bu çalışmanın yapıldığıyla ilgili öğrenciler

bilgilendirilmişlerdir. Bazı ölçekler üniversitelerin ders saatleri içerisinde, ders veren öğretmenlerden izin alınarak yapılmıştır. Bir kısmı ise görevli bir araştırmacı öğrenci seçilerek diğer öğrencilere dağıtılarak daha sonra toplanmıştır.

Uygulamalar yaklaşık olarak 15-20 dakika sürmüştür. Doldurulan ölçekler, uygulamadan hemen sonra kontrol edilerek eğer birden fazla işaretli seçenek veya boş cevaplar var ise o uygulamalar kullanılmadan elenmiştir. Yine aynı şekilde, demografik formda bulunan akıllı telefon ve internet kullanım bilgisi bölümünde, eğer öğrenciler akıllı telefon ve internet kullanmıyorlar ise o uygulamalarda geçersiz sayılmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada ölçölmek istenilen verileri analiz etmek için SPSS 24.0 paketi kullanılmıştır. Verilerin analizinde yüzde, ortalama, t testi, tek yönlü varyans testi, Kruskal Wallis ve Mann-Whitney U testi uygulamaları yapılmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

SONUÇ

Yapılan analizde ilişki ölçekleri anketi, internet bağımlılığı ölçeği ve akıllı telefon bağımlılığı ölçeği sonuçları temel alınarak, ölçeklerin kendi aralarındaki ilişkilere ve demografik formda yer alan ölçeklerle ilgili soru seçeneklerinin ilişkileri ölçülmüştür.

Bu bölümde, katılımcıların internet bağımlılığı düzeyleri ve akıllı telefon düzeylerinin bağlanma stilleri üzerindeki ilişkileri ve bununla beraber kendi aralarındaki ilişki incelenmiştir. Aynı zamanda, internet bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı ve bağlanma stillerini cinsiyet, ebeveyn birlikteliği, sosyalleşme sıklıkları ve ebeveyn birlikteliğinin yordayıp yordamadığı incelenmiştir.

Tablo 2: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Yaş ve Cinsiyet Karşılaştırma

		Kadın	Erkek	%	N
Yaş	18	0	1	1	1
	19	1	4	5	5
	20	6	4	10	10
	21	18	16	34	34
	22	17	10	26	27
	23	7	8	16	15
	24	1	7	8	8
Toplam		50	50	100	100

Katılımcıların oluşturdukları araştırma örnekleminin cinsiyet ve yaş karşılaştırılması yukarıdaki tabloda verilmektedir.

Tablo 3: İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Normallik Test Sonuçları

Toplam	Statistic	P
Kolmogorov-Smirnov	,108	,006
Shapiro-Wilk	,917	,000

Üniversite öğrencilerinin katıldığı araştırmada, internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların normal dağılım gösterip göstermediği ölçülmüştür ($p < 0,05$) (Tablo 3). Bu nedenle normallik testi içerisinde çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığı zaman çarpıklık değeri (skewness) ve basıklık değerinin (kurtosis) -1,5 ve +1,5 arasında olduğu gözlemlenmiştir. Bu değer ölçek puanlamasının normal dağılım sergilediğini göstermektedir. Tabachnick ve Fidell (2013) kitaplarında belirttikleri gibi bu değer aralığında alınan analizler normal dağılım göstermektedirler (Tablo 4).

Tablo 4: İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	Statistic	Std. Error
Mean	2,0397	,07197
Std. Sapma	,71972	
Skewness	1,045	,241
Kurtosis	,776	,478

Tablo 5: Araştırmaya Katılan Öğrenciler İçerisinde İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı

	N	%
İnternet Bağımlılığı Olmayan	89	89
İnternet Bağımlılığı Risk Grubu	11	11
İnternet Bağımlılığı Olan	0	0

İnternet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların sonucunda katılımcıların internet bağımlılık düzeyleri elde edilmiştir. Sonuçlara göre, 89 katılımcı internet bağımlılığı göstermeyen, 11 katılımcı ise internet bağımlılığı risk grubunda bulunmuştur. İnternet bağımlılığı olan katılımcı saptanmamıştır.

Tablo 6: İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Alınan Puanların Dağılımı

N	Ortalama	Std. Sapma	Minimum	Maximum
100	28,11	15,640	4	75

İnternet bağımlılığı ölçeği sonuçlarından alınan puanların minimum ve maksimum değerleri, ortalama değerleri ve standart sapması ile birlikte yukarıdaki tabloda verilmektedir.

Tablo 7: Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Farklılıklarının İnternet Bağımlılığı Ölçeği Sonuçlarına Göre T testi Analizi

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Kadın	50	1,9517	,66510	-1,226	,223
Erkek	50	2,1277	,76707		

Tabloda görüldüğü gibi internet bağımlılığı ölçeği sonuçlarının ortalaması üzerinde öğrencilerin cinsiyet farklılıklarının sonuçları farklılaştırmadığı sonucuna varılmaktadır. Katılımcılar arasında kadınların ortalaması (1,9517) ile erkeklerin ortalaması (2,1277) arasında her ne kadar büyük bir fark olsa da, ölçek sonuçları üzerinde anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır.

Tablo 8: Üniversite Öğrencilerinin Arkadaşlık Kurma Düzeylerinin İnternet Bağımlılığı Ölçeği Sonuçlarına Göre T testi Analizi

Arkadaşlık kurma düzeyleri	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Kolay arkadaşlık kurabilen grup	81	2,0461	,68257	,003	,997
Kolay arkadaşlık kuramayan grup	18	2,0455	,89480		

İnternet bağımlılığı ölçeği sonuçları ortalaması ile katılımcıların arkadaşlık kurabilme düzeyleri analizi için T testi uygulanmıştır. Yapılan analizde gruplar arasındaki varyansın homojen bir şekilde dağıldığı bulunmuştur. Analiz sonucunda internet bağımlılık ölçeği sonuçları ile kolay arkadaşlık kurabilmek ve kolay arkadaşlık kuramamak kategorileri anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 9: İnternet Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Haftada bir	20	2,0023	,58355	Gruplar Arası	,691	3	,230	,437	,727
Haftada birkaç kez	39	2,0451	,66444	Grup İçi	50,591	96	,527		
Ayda birkaç kez	38	2,0173	,85471	Toplam	51,282	99			
Hiçbir zaman	3	2,5028	,39707						
Toplam	100	2,0397	,71972						

Yapılan analiz sonucunda, internet ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin sosyalleşme sıklıklarına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı ölçülmek istenmiştir. Grupların ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p=,727$) ($p>,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p=,348$) grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır ve gruplar arasında farklılık bulunamamıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 10: Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sıklıklarına Göre İnternet Bağımlılık Puanlarına İlişkin Gabriel Testi

Sosyalleşme Sıklığı	Sosyalleşme Sıklığı	Ortalama Farkı	P
Haftada bir	Haftada birkaç kez	-,04278	1,000
	Ayda birkaç kez	-,01502	1,000
	Hiçbir zaman	-,50049	,780
Haftada birkaç kez	Haftada bir	,04278	1,000
	Ayda birkaç kez	,02776	1,000
	Hiçbir zaman	-,45771	,785
Ayda birkaç kez	Haftada bir	,01502	1,000
	Haftada birkaç kez	-,02776	1,000
	Hiçbir zaman	-,48547	,739
Hiçbir zaman	Haftada bir	,50049	,780
	Haftada birkaç kez	,45771	,785
	Ayda birkaç kez	,48547	,739

Tabloda da görebileceğimiz gibi, internet bağımlılığı ölçeği değerlendirmesinde katılımcıların sosyalleşme sıklıkları bir farklılaşma göstermemektedir ($p>05$).

Tablo 11: İnternet Bağımlılığı Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeylerine Göre T Testi Sonuçları

Akıllı Telefon Kullanım Düzeyi	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Akıllı Telefon Bağımlılığı Risk Grubu	43	2,3766	,74721	4,285	,000
Akıllı Telefon Bağımlılığı Beklenmeyen Grup	57	1,7856	,58664		

Tablo incelendiğinde, akıllı telefon bağımlılık ölçeği sonuçlarının ortalaması üzerinde internet bağımlılık düzeyleri farklılık göstermektedir ($p < 0,05$). Ortalamalara bakıldığı zaman, akıllı telefon bağımlılığı risk grubunun ortalamasının (2,3766), akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen grup (1,7856) üzerinde ciddi bir yükseklikte olduğu görülmektedir. Bunun sonucunda akıllı telefon bağımlılığı görülen üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ölçeğinden, akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen gruba göre daha yüksek puan aldıkları söylenebilir.

Tablo 12: İnternet Bağımlılığı Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Bağılanma Stillerine Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Güvenli Bağılanma	22	1,7658	,50876	Gruplar Arası	4,401	3	1,467	2,960	0,037
Kayıtsız Bağılanma	64	2,0439	,69758	Grup İçi	44,106	89	,496		
Saplantılı Bağılanma	5	2,6626	,95042	Toplam	48,507	92			
Korkulu Bağılanma	2	2,6833	2,09775						
Toplam	93	2,0251	,72612						

Tabloda görüldüğü gibi, internet bağımlılığı ölçeği sonuçlarının ortalamalarının bağılanma stillerine göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı ölçülmek istenmiştir. Bağılanma stilleri grupları ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p=,037$).

Testin homojenliğini ölçmek için Levene testi sonuçlarına bakılmıştır ($p=,002$) ve sonuç olarak grupların varyansının homojen olmadığı ve gruplar arasında farklılık olduğu bulunmuştur. Bunun sonucunda Games-Howell çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 13: Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stillere Göre İnternet Bağımlılık Puanlarına İlişkin Games-Howell Testi

Bağlanma Stilleri	Bağlanma Stilleri	Ortalama Farkı	P
Güvenli bağlanma	Kayıtsız bağlanma	-,27815	,202
	Saplantılı bağlanma	-,89681	,296
	Korkulu bağlanma	-,91758	,916
Kayıtsız bağlanma	Güvenli bağlanma	,27815	,202
	Saplantılı bağlanma	-,61866	,543
	Korkulu bağlanma	-,63943	,964
Saplantılı bağlanma	Güvenli bağlanma	,89681	,296
	Kayıtsız bağlanma	,61866	,543
	Korkulu bağlanma	-,02077	1,000
Korkulu bağlanma	Güvenli bağlanma	,91758	,916
	Kayıtsız bağlanma	,63943	,964
	Saplantılı bağlanma	,02077	1,000

Tabloya bakıldığı zaman, bağlanma stillerinin internet bağımlılığı ölçeği puanlaması üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>,05$).

Tablo 14: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Normallik Testi

Toplam	Statistic	P
Kolmogorov-Smirnov	0,095	0,027
Shapiro-Wilk	0,967	0,012

Üniversite öğrencilerinin araştırmada doldurdıkları akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların normal dağılım gösterip göstermediği ölçülmüştür ($p < ,05$). Sonuçların alfa değerinden küçük bulunması nedeni ile normallik testi içerisinde çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır.

Tablo 15: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	Statistic	Std. Error
Mean	2,37	,087
Std. Sapma	,874	
Skewness	,504	,241
Kurtosis	-,341	,478

Tabloda da görüldüğü gibi, çarpıklık ve basıklık değerlerine bakıldığı zaman çarpıklık değeri (skewness) ve basıklık değerinin (kurtosis) -1,5 ve +1,5 arasında olduğu gözlemlenmiştir. Bu değer ölçek puanlamasının normal dağılım sergilediğini göstermektedir. Tabachnick ve Fidell (2013) kitaplarında belirttikleri gibi bu değer aralığında alınan analizler normal dağılım göstermektedirler.

Tablo 16: Araştırmaya Katılan Öğrenciler İçerisinde Akıllı Telefon Bağımlılığı Yaygınlığı

	N	%
Akıllı Telefon Bağımlılığı Risk Grubu	43	43
Akıllı Telefon Bağımlılığı Beklenmeyen Grup	57	57

Araştırma örnekleminin %43 lük kesimi akıllı telefon bağımlısı, %57 lik kesimi ise akıllı telefon bağımlılığı göstermemiştir.

Tablo 17: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinden Alınan Puanların Dağılımı

N	Minimum	Maximum
100	33	162

Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği sonuçlarından alınan puanların minimum ve maksimum değerleri yukarıdaki tabloda verilmektedir. Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği puanları ne kadar yükselirse bağımlılıkta doğru orantı içerisinde yükselmektedir.

Tablo 18: Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Farklılıklarının Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Sonuçlarına Göre T testi Analizi

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
Kadın	50	2,32	,859	-,553	,582
Erkek	50	2,42	,834		

Akıllı telefon bağımlılığı düzeyi ile katılımcıların cinsiyetleri arasındaki ilişkiyi incelemek için t test uygulanmıştır. Uygulama sonucunda gruplar arasındaki varyansın homojen dağıldığı görülmüştür ($p>,05$). Analiz, cinsiyet farklılıklarını akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden alınacak puanlar üzerinde anlamlı bir farklılık yaratıp yaratmadığına bakmak için yapılmıştır. Tabloda da gösterildiği gibi, akıllı telefon bağımlılık ölçeği sonuçları üzerinde cinsiyet farklılığı anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır ($p>,05$).

Tablo 19: Üniversite Öğrencilerinin Arkadaşlık Kurabilme Düzeylerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Sonuçlarının Ortalamasına Göre T Testi Analizi

Arkadaşlık Düzeyi	N	Ortalama	Std. Sapma	T	P
Kolay arkadaşlık kurabilirim	81	2,40	,865	1,004	,318
Kolay arkadaşlık kuramam	18	2,17	,898		

Yukarıda akıllı telefon bağımlılık ölçeği ortalaması ile araştırmaya katılan katılımcıların arkadaşlık kurabilme düzeyleri arasındaki farklılaşma T testi ile ölçülmek istenmiştir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda gruplar arasındaki varyans homojen bir şekilde dağılmıştır ($p>,05$). Analiz sonucuna göre akıllı telefon bağımlılık puanları, arkadaşlık kurabilme düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır ($p>,05$).

Tablo 20: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklığına Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Haftada bir	20	2,45	,780	Gruplar Arası	1,630	3	,543	,705	,551
Haftada birkaç kez	39	2,49	,892	Grup İçi	73,950	96	,770		
Ayda birkaç kez	38	2,22	,917	Toplam	75,580	99			
Hiçbir zaman	3	2,19	,726						
Toplam	100	2,32	,874						

Tabloda gösterildiği gibi, akıllı telefon bağımlılığı ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin sosyalleşme sıklıklarına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı ölçülmek istenmiştir. Bağlanma stilleri grupları ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p=,551$) ($p>,05$).

Levene testi sonuçlarına bakılmış ($p=,823$) ve grupların varyansının homojen olarak dağıldığı bulunmuştur. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 21: Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Akıllı Telefon Bağımlılık Puanlarına İlişkin Gabriel Testi

Sosyelleşme Sıklığı	Sosyalleşme Sıklığı	Ortalama Farkı	P
Haftada bir	Haftada birkaç kez	-,038	1,000
	Ayda birkaç kez	,231	,912
	Hiçbir zaman	,260	,996
Haftada birkaç kez	Haftada bir	,038	1,000
	Ayda birkaç kez	,269	,695
	Hiçbir zaman	,298	,987
Ayda birkaç kez	Haftada bir	-,231	,912
	Haftada birkaç kez	-,269	,695
	Hiçbir zaman	,029	1,000
Hiçbir zaman	Haftada bir	-,260	,996
	Haftada birkaç kez	-,298	,987
	Ayda birkaç kez	-,029	1,000

Tabloya bakıldığı zaman, sosyalleşme sıklıklarının akıllı telefon bağımlılığı ölçeği puanlaması üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılıkları bulunmamaktadır ($p>,05$).

Tablo 22: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Sonuçlarının Ortalamasına Göre T Testi Analizi

İnternet Bağımlılığı Düzeyi	N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
İnternet bağımlısı olmayan	86	2,26	,816	-3,731	,000
İnternet bağımlılığı risk grubu	11	3,24	,908		

Yukarıda akıllı telefon bağımlılık ölçeği ortalaması ile araştırmaya katılan katılımcıların internet bağımlılıklarının düzeyleri arasındaki farklılaşma T testi ile ölçülmüştür. Gruplar arasındaki varyansın homojen bir şekilde ($p=668$) dağıldığı saptanmıştır ($p>,05$). Analiz sonucuna göre akıllı telefon bağımlılık puanları, internet bağımlılığı düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($p<,05$). İnternet bağımlısı olmayan grubun ortalaması (2,26) ile internet bağımlılığı risk grubun ortalaması (3,24) incelendiğinde ve alfa değeri karşılaştırıldığında bu iki grubun, akıllı telefon bağımlılık ölçeğinin puanlamasında farklılık yaratacakları bulunmuştur

Tablo 23: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Akıllı Telefonlarda Geçirilen Zamana Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
1-4	47	2,09	,784	Gruplar Arası	7,126	3	2,375	3,331	,023
4-8	33	2,61	,855	Grup İçi	68,454	96	,713		
8-16	17	2,59	,985	Toplam	75,580	99			
16 ve üzeri	3	2,85	,784						
Toplam	100	2,37	,874						

Yapılan analiz sonucunda, akıllı telefon bağımlılığı ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin akıllı telefonlarında geçirdikleri zaman aralığına göre

anlamli bir farklılaşma oluşup oluşmadığı ölçülmek istenmiştir. Grupların ortalamaları arasında anlamli bir fark bulunmuştur ($p=,023$) ($p<,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p=,485$) grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 24: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Sonuçlarının Ortalamasına Göre Akıllı Telefonlarda Geçirilen Zamana İlişkin Gabriel Testi

Harcanan Zaman	Harcanan Zaman	Ortalama Farkı	P
1-4	4-8	-,522*	,043
	8-16	-,499	,185
	16 ve üzeri	-,758	,399
4-8	1-4	,522*	,043
	8-16	,023	1,000
	16 ve üzeri	-,235	,996
8-16	1-4	,499	,185
	4-8	-,023	1,000
	16 ve üzeri	-,258	,996
16 ve üzeri	1-4	,758	,399
	4-8	,235	,996
	8-16	,258	,996

Tabloda da görebileceğimiz gibi, akıllı telefon bağımlılığı ölçeği değerlendirmesinde katılımcıların akıllı telefonlarında harcadıkları zaman aralıklarının anlamli bir farklılaşma yarattığı görülmektedir. Gruplar arasında 4-8 saatlerini akıllı telefonlarında geçiren katılımcıların akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden alacakları sonuçları diğer gruplara oranla farklılaşmaktadır ($p<,05$).

Tablo 25: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Bağlanma Stillerine Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Güvenli bağlanma	22	2,21	,888	Gruplar Arası	1,124	3	,375	,482	,695
Kayıtsız bağlanma	64	2,40	,845	Grup İçi	69,166	89	,777		
Saplantılı bağlanma	5	2,63	1,369	Toplam	70,290	92			
Korkulu bağlanma	2	2,09	,429						
Toplam	93	2,36	,874						

Yukarıdaki tabloda gösterildiği gibi, akıllı telefon bağımlılığı ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin bağlanma stillerine göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı ölçülmek istenmiştir. Bağlanma stilleri grupları ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p=,695$) ($p>,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p=,125$) grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 26: Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stillere Göre Akıllı Telefon Bağımlılık Puanlarına İlişkin Gabriel Testi

Bağlanma Stilleri	Sosyalleşme Sıklığı	Ortalama Farkı	P
Güvenli Bağlanma	Kayıtsız Bağlanma	-,193	,929
	Sağlantılı bağlanma	-,421	,887
	Korkulu bağlanma	,118	1,000
Kayıtsız Bağlanma	Güvenli bağlanma	,193	,929
	Saplantılı bağlanma	-,228	,988
	Korkulu bağlanma	,312	,991
Saplantılı Bağlanma	Güvenli bağlanma	,421	,887
	Kayıtsız bağlanma	,228	,988
	Korkulu bağlanma	,539	,972
Korkulu bağlanma	Güvenli bağlanma	-,118	1,000
	Kayıtsız bağlanma	-,312	,991
	Saplantılı bağlanma	-,539	,972

Tabloya bakıldığı zaman, bağlanma stillerinin akıllı telefon bağımlılığı ölçeği puanlaması üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılıkları bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 27: İlişki Ölçeği Anketi Normallik Testi

Toplam	Statistic	P
Kolmogorov-Smirnov	,104	,009
Shapiro-Wilk	,961	,004

Araştırmada kullanılan ilişki ölçekleri anketinden alınan puanların normal dağılım gösterip göstermediği ölçmek için normallik testi uygulanmıştır ($p < ,05$). P değerleri istenilen aralıkta olmadığı için normallik testi içerisinde çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır.

Tablo 28: İlişki Ölçeği Anketi Çarpıklık ve Basıklık Değerlendirmesi

	Statistic	Std. Error
Mean	3,3047	,06641
Std. Sapma	,66411	
Skewness	,133	,241
Kurtosis	2,481	,478

Yukarıdaki tabloda ilişki ölçekleri anketinin çarpıklık ve basıklık sonuçları verilmektedir. Sonuçlara bakıldığı zaman çarpıklık ve basıklık puanları ($p > ,05$) bu ölçek için normal bir dağılım olmadığını göstermektedir. Alınan puanlar -1,5 ve +1,5 değerinden yüksek olduğu için bu ölçek için parametrik olmayan analiz yöntemleri kullanılacaktır.

Tablo 29: Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri Dağılımları

	Güvenli Bağlanma Stili	Korkulu Bağlanma Stili	Saplantılı Bağlanma Stili	Kayıtsız Bağlanma Stili
N	22	2	5	64

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin hangi bağlanma stillerine sahip oldukları dağılımı yukarıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 30: İlişki Ölçeği Anketinin Alt Ölçekler İçin Normallik Testi

	Toplam	Statistik	P
Güvenli bağlanma	Kolmogorov-Smirnov	,103	,011
	Shapiro-Wilk	0,974	,048
Korkulu bağlanma	Kolmogorov-Smirnov	,096	,024
	Shapiro-Wilk	,980	,130
Saplantılı bağlanma	Kolmogorov-Smirnov	,088	,052
	Shapiro-Wilk	,980	,130
Kayıtsız bağlanma	Kolmogorov-Smirnov	,084	,078
	Shapiro-Wilk	,988	,515

Araştırmada kullanılan ilişki ölçekleri anketinin dört alt ölçeğinden alınan puanların normal dağılım gösterip göstermediği ölçmek için normallik testi uygulanmıştır. Analiz sonucunda saplantılı bağlanma alt ölçeği ile kayıtsız bağlanma alt ölçeği için alınan değerler ($p > ,05$) bu iki ölçeğin normal bir şekilde dağıldığını görebiliriz. Güvenli bağlanma ve korkulu bağlanma alt ölçeklerinden alınan değerler ($p < ,05$) sonucunda ise normal bir dağılım elde edilmediği için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmaktadır.

Tablo 31: İlişki Ölçekleri Anketi Alt Ölçeklerinin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

		Statistic	Std. Error
Güvenli bağlanma	Mean	15,09	,466
	Std. Sapma	4,660	
	Skewness	,575	,241
	Kurtosis	,605	,478
Korkulu bağlanma	Ortalama	13,06	,410
	Ss	4,099	
	Skewness	,203	,207
	Kurtosis	,241	,478
Saplantılı bağlanma	Ortalama	13,48	,335
	Ss	3,353	
	Skewness	333	241
	Kurtosis	061	478
Kayıtsız bağlanma	Ortalama	18,42	455
	Ss	4,546	
	Skewness	-,077	241
	Kurtosis	274	478

Güvenli bağlanma ve korkulu bağlanma alt ölçeklerinin çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiği zaman elde edilen puanların -1,5 ile +1,5 aralığında olduğu saptanmıştır. Bu değerler ölçeklerin puanlamasının normal dağılım sergilediğini göstermektedir. Tabachnick ve Fidell (2013) kitaplarında belirttikleri gibi bu değer aralığında alınan analizler normal dağılım göstermektedirler.

Tablo 32: Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Farklılıklarının İlişki Ölçeği Anketinin Sonuçlarına Göre Mann-Whitney U Testi Analizi

Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kadın	50	45,76	2288,00	1013,000	,102
Erkek	50	55,24	2768,00		

İlişki ölçekleri anketine verilen cevaplar arasında erkek öğrencilerin ortalaması kız öğrencilere oranla daha yüksek bulunmuş ancak istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır ($p>,05$).

Tablo 33: Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Farklılıklarının İlişki Ölçeği Anketinin Alt Ölçekleri Sonuçlarına Göre T testi Analizi

	Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	T	P
Güvenli bağlanma	Kadın	50	14,72	4,352	-,792	,430
	Erkek	50	15,46	4,966		
Saplantılı bağlanma	Kadın	50	13,14	3,245	-,779	,438
	Erkek	50	13,82	3,456		
Kayıtsız bağlanma	Kadın	50	18,40	3,943	-1,014	,313
	Erkek	50	18,44	5,120		
Korkulu bağlanma	Kadın	50	12,74	3,578	-,792	,430
	Erkek	50	13,38	4,580		

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin ilişki ölçekleri anketinin alt ölçeklerinden aldıkları puanların cinsiyet ile arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma alt ölçeklerinin hepsinin gruplarının varyansı homojen olarak dağılmaktadır ($p>,05$). Her alt ölçek için cinsiyet ayrımının ölçek puanlaması üzerinde anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucu bulunmuştur ($p>,05$). Gruplar arasındaki ortalamalara da bakıldığı zaman cinsiyet farklılıkları arasında alınan puanların çok büyük farklılık göstermediği, birbirlerine yakın değerler aldıkları saptanmıştır.

Tablo 34: Üniversite Öğrencilerinin Arkadaşlık Kurabilme Düzeylerinin İlişki Ölçeği Anketinin Alt Ölçeklerine Göre T testi Analizi

	Arkadaşlık kurabilme düzeyi	N	Ortalama	Std. Sapma	T	p
Güvenli bağlanma	Kolay arkadaşlık kurabilen	81	15,35	4,583	,969	,335
	Kolay arkadaşlık kuramayan	18	14,17	5,044		
Saplantılı bağlanma	Kolay arkadaşlık kurabilen	81	13,32	3,346	-,900	,370
	Kolay arkadaşlık kuramayan	18	14,11	3,479		
Kayıtsız bağlanma	Kolay arkadaşlık kurabilen	81	18,59	4,227	,823	,413
	Kolay arkadaşlık kuramayan	18	17,61	5,952		
Korkulu bağlanma	Kolay arkadaşlık kurabilen	81	12,89	3,745	-,644	,526
	Kolay arkadaşlık kuramayan	18	13,78	5,579		

Yukarıdaki tabloda ilişki ölçekleri anketinin dört alt ölçeği puanları üzerinde arkadaşlık kurabilme düzeylerinin farklılık gösterip göstermediğini ölçmek için T testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda kolay arkadaşlık kurabilmek ve kolay arkadaşlık kuramamak durumunun ilişki ölçekleri anketinin alt ölçek puanlaması üzerinde anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>,05$). Alt ölçeklerin grup varyansları korkulu bağlanma stili dışında homojen olarak dağılmaktadır ($p>,05$).

Dört bağlanma stilinin arkadaşlık kurabilme düzeylerine göre ortalamaları dikkate alındığı zaman, ortalamalar arasındaki farkın çok küçük olduğu bir anlam ifade etmediği bulgusu saptanmıştır.

Tablo 35: Korkulu Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Haftada bir	20	11,75	2,918	Gruplar Arası	185,401	3	61,800	4,013	,010
Haftada birkaç kez	39	13,41	3,697	Grup İçi	69,166	89	15,398		
Ayda birkaç kez	38	12,84	4,421	Toplam	70,290	92			
Hiçbir zaman	3	20,00	6,083						
Toplam	100	13,06	4,099						

Yukarıdaki tabloda gösterildiği gibi, korkulu bağlanma alt ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin sosyalleşme sıklıklarına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı ölçülmek istenmiştir. Grupların ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p=,010$) ($p<,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p=,125$), grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 36: Korkulu Bağlanma Alt Ölçeklerine Göre Akıllı Sosyalleşme Sıklıklarına İlişkin Gabriel Testi

Sosyalleşme Sıklığı	Sosyalleşme Sıklığı	Ortalama Farkı	P
Haftada bir	Haftada birkaç kez	-1,660	,536
	Ayda birkaç kez	-1,092	,888
	Hiçbir zaman	-8,250*	,002
Haftada birkaç kez	Haftada bir	1,660	,536
	Ayda birkaç kez	,568	,988
	Hiçbir zaman	-6,590*	,010
Ayda birkaç kez	Haftada bir	1,092	,888
	Haftada birkaç kez	-,568	,988
	Hiçbir zaman	-7,158*	,004
Hiçbir zaman	Haftada bir	8,250*	,002
	Haftada birkaç kez	6,590*	,010
	Ayda birkaç kez	7,158*	,004

Tabloya bakıldığı zaman, korkulu bağlanma stili alt ölçeğinden alınan puanlar ile sosyalleşme sıklıkları grupları arasında anlamlı bir farklılaşma görülmektedir. Haftada bir sosyalleşmeyi ve hiçbir zaman sosyalleşmeyi tercih eden katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık vardır ($p < ,05$). Aynı şekilde haftada birkaç kez sosyalleşmeyi seçen ve hiçbir zaman sosyalleşmeyi seçmeyen öğrenci grupları ile ayda birkaç kez sosyalleşen ve hiç sosyalleşmeyen gruplar arasında da farklılık var. sonuç olarak tablo incelendiği zaman korkulu bağlanma alt ölçeğinden alınan puanlarda farklılaşan grup hiçbir zaman sosyalleşmeyi seçmeyen gruptur. Diğer gruplar kendi aralarında bir farklılaşma göstermemektedirler ($p > ,05$).

Tablo 37: Güvenli Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Haftada bir	20	16,75	4,844	Gruplar Arası	127,879	3	42,626	2,023	,116
Haftada birkaç kez	39	15,00	4,611	Grup İçi	2022,311	96	21,066		
Ayda birkaç kez	38	14,05	4,287	Toplam	70,290	99			
Hiçbir zaman	3	18,33	6,658						
Toplam	100	15,09	4,660						

Yukarıdaki tabloda gösterildiği gibi, güvenli bağlanma alt ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin sosyalleşme sıklıklarına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı ölçülmek istenmiştir. Grupların ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p=,116$) ($p>,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p=,802$) grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır ve gruplar arasında farklılık bulunamamıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 38: Güvenli Bağlanma Alt Ölçeklerine Göre Akıllı Sosyalleşme Sıklıklarına İlişkin Gabriel Testi

Sosyalleşme Sıklığı	Sosyalleşme Sıklığı	Ortalama Farkı	P
Haftada bir	Haftada birkaç kez	1,750	,650
	Ayda birkaç kez	2,697	,184
	Hiçbir zaman	-1,583	,990
Haftada birkaç kez	Haftada bir	-1,750	,65
	Ayda birkaç kez	,947	,933
	Hiçbir zaman	-3,333	,659
Ayda birkaç kez	Haftada bir	-2,267	,184
	Haftada birkaç kez	-,947	,933
	Hiçbir zaman	-4,281	,379
Hiçbir zaman	Haftada bir	1,583	,990
	Haftada birkaç kez	3,333	,659
	Ayda birkaç kez	4,281	,379

Tabloda da görebileceğimiz gibi, güvenli bağlanma alt ölçeği değerlendirmesinde katılımcıların sosyalleşme sıklıkları bir farklılaşma göstermemektedir ($p>,05$).

Tablo 39: Saplantılı Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Haftada bir	20	13,05	3,120	Gruplar Arası	28,388	3	9,463	,838	,477
Haftada birkaç kez	39	13,54	3,612	Grup İçi	1084,572	96	11,298		
Ayda birkaç kez	38	13,42	3,252	Toplam	1112,960	99			
Hiçbir zaman	3	16,33	2,517						
Toplam	100	13,48	3,353						

Yapılan analiz sonucunda, saplantılı bağlanma alt ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin sosyalleşme sıklıklarına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı ölçülmek istenmiştir. Grupların ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p=,116$) ($p>,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p=,841$) grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır ve gruplar arasında farklılık bulunamamıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 40: Saplantılı Bağlanma Alt Ölçeklerine Göre Akıllı Sosyalleşme Sıklıklarına İlişkin Gabriel Testi

Sosyalleşme Sıklığı	Sosyalleşme Sıklığı	Ortalama Farkı	P
Haftada bir	Haftada birkaç kez	-,488	,995
	Ayda birkaç kez	-,371	,999
	Hiçbir zaman	-3,283	,418
Haftada birkaç kez	Haftada bir	,488	,995
	Ayda birkaç kez	,117	,1,000
	Hiçbir zaman	-2,795	,510
Ayda birkaç kez	Haftada bir	,371	,999
	Haftada birkaç kez	-,117	1,000
	Hiçbir zaman	-2,912	,466
Hiçbir zaman	Haftada bir	3,283	,418
	Haftada birkaç kez	2,795	,510
	Ayda birkaç kez	2,912	,466

Tabloda da görebileceğimiz gibi, saplantılı bağlanma alt ölçeği değerlendirmesinde katılımcıların sosyalleşme sıklıkları bir farklılaşma göstermemektedir ($p>,05$).

Tablo 41: Kayıtsız Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Haftada bir	20	17,95	3,818	Gruplar Arası	154,158	3	51,386	2,607	,056
Haftada birkaç kez	39	19,41	4,070	Grup İçi	1892,202	96	19,710		
Ayda birkaç kez	38	17,29	4,821	Toplam	2046,360	99			
Hiçbir zaman	3	23,00	7,937						
Toplam	100	18,42	4,546						

Yapılan analiz sonucunda, kayıtsız bağlanma alt ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin sosyalleşme sıklıklarına göre anlamlı bir farklılık olup olmadığı ölçülmek istenmiştir. Grupların ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p=,056$) ($p>,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p=,195$) grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır ve gruplar arasında farklılık bulunamamıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 42: Kayıtsız Bağlanma Alt Ölçeklerine Göre Akıllı Sosyalleşme Sıklıklarına İlişkin Gabriel Testi

Sosyalleşme Sıklığı	Sosyalleşme Sıklığı	Ortalama Farkı	P
Haftada bir	Haftada birkaç kez	-1,460	,783
	Ayda birkaç kez	,661	,995
	Hiçbir zaman	-5,050	,250
Haftada birkaç kez	Haftada bir	1,460	,783
	Ayda birkaç kez	2,121	,208
	Hiçbir zaman	-3,590	,543
Ayda birkaç kez	Haftada bir	-,661	,995
	Haftada birkaç kez	-2,121	,208
	Hiçbir zaman	-5,711	,090
Hiçbir zaman	Haftada bir	5,050	,250
	Haftada birkaç kez	3,590	,543
	Ayda birkaç kez	5,711	,090

Tabloda da görebileceğimiz gibi, kayıtsız bağlanma alt ölçeği değerlendirmesinde katılımcıların sosyalleşme sıklıkları bir farklılaşma göstermemektedir ($p>,05$).

Tablo 43: Güvenli Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Ebeveyn Birlikteliğine Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	P
Beraber	84	14,52	4,218	Gruplar Arası	171,804	2	85,902	4,212	,018
Ayrılmış	10	17,70	5,813	Grup İçi	1978,386	97	20,396		
Dul	6	18,67	6,282						
Toplam	100	15,09	4,660	Toplam	2150,190	99			

Yapılan analiz sonucunda, güvenli bağlanma alt ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin ebeveyn birlikteliklerine göre anlamlı bir farklılaşma oluşup oluşmadığı ölçülmek istenmiştir. Grupların ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p=,018$) ($p<,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p=,285$) grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 44: Güvenli Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarına Göre Ebeveyn Birlikteliğine İlişkin Gabriel Testi

Ebeveyn Birlikteliği	Ebeveyn Birlikteliği	Ortalama Farkı	P
Beraber	Ayrılmış	-3,176	,063
	Dul	-4,143*	,041
Ayrılmış	Beraber	3,176	,063
	Dul	-,967	,966
Dul	Beraber	4,143*	,041
	Ayrılmış	,967	,966

Tabloda da görebileceğimiz gibi, güvenli bağlanma alt ölçeği değerlendirmesinde katılımcıların ebeveynlerin beraberlik durumlarının anlamlı bir farklılaşma yarattığı görülmektedir. Gruplar arasında ebeveynleri dul olan katılımcıların saplantılı bağlanma alt ölçeği sonuçları diğer gruplara oranla farklılaşmaktadır ($p < ,05$).

Tablo 45: Korkulu Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Ebeveyn Birlikteliğine Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	P
Beraber	84	12,87	4,248	Gruplar Arası	27,580	2	13,790	,818	,445
Ayrılmış	10	13,50	2,506	Grup İçi	1636,00	97	16,867		
Dul	6	15,00	4,050						
Toplam	100	13,06	4,099	Toplam	1663,640	99			

Yapılan analiz sonucunda, korkulu bağlanma alt ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin ebeveyn birlikteliklerine göre anlamlı bir farklılaşma oluşup oluşmadığı ölçülmek istenmiştir. Grupların puanlarının ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p = ,445$) ($p > ,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p = ,287$) grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 46: Korkulu Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Ortalamalarına Göre Ebeveyn Birlikteliğine İlişkin Gabriel Testi

Ebeveyn Birlikteliği	Ebeveyn Birlikteliği	Ortalama Farkı	P
Beraber	Ayrılmış	-,631	,940
	Dul	-2,131	,404
Ayrılmış	Beraber	,631	,940
	Dul	-1,500	,856
Dul	Beraber	2,131	,404
	Ayrılmış	1,500	,856

Tablo 47: Saplantılı Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Ebeveyn Birlikteliğine Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	P
Beraber	84	13,21	3,401	Gruplar Arası	70,817	2	35,409	3,296	,041
Ayrılmış	10	16,00	2,000	Grup İçi	1042,143	97	10,744		
Dul	6	13,00	3,033						
Toplam	100	13,48	3,353	Toplam	1112,960	99			

Yapılan analiz sonucunda, saplantılı bağlanma alt ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin ebeveyn birlikteliklerine göre anlamlı bir farklılaşma oluşup oluşmadığı ölçülmek istenmiştir. Grupların ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p=,041$) ($p<,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p=,284$) grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 48: Saplantılı Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarına Göre Ebeveyn Birlikteliğine İlişkin Gabriel Testi

Ebeveyn Birlikteliği	Ebeveyn Birlikteliği	Ortalama Farkı	P
Beraber	Ayrılmış	-2,786*	,017
	Dul	,214	,997
Ayrılmış	Beraber	2,786*	,017
	Dul	3,000	,213
Dul	Beraber	-,214	,997
	Ayrılmış	3,000	,213

Tabloda da görebileceğimiz gibi, saplantılı bağlanma alt ölçeği değerlendirmesinde katılımcıların ebeveynlerin beraberlik durumlarının anlamlı bir farklılaşma yarattığı görülmektedir. Gruplar arasında ebeveynleri ayrılmış olan katılımcıların saplantılı bağlanma alt ölçeği sonuçları diğer gruplara oranla farklılaşmaktadır ($p < ,05$).

Tablo 49: Kayıtsız Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarının Puan Ortalamalarının Ebeveyn Birlikteliğine Göre Tek Yönlü Varyans Testi

	N	Ortalama	Ss	Varyans katsayısı	Kareler toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	P
Beraber	84	18,11	4,639	Gruplar Arası	134,224	2	67,112	3,405	,037
Ayrılmış	10	18,30	3,302	Grup İçi	1912,136	97	19,713		
Dul	6	23,00	2,366						
Toplam	100	18,42	4,546	Toplam	2046,360	99			

Yapılan analiz sonucunda, kayıtsız bağlanma alt ölçeği sonuçlarının ortalamalarının öğrencilerin ebeveyn birlikteliklerine göre anlamlı bir farklılaşma oluşup oluşmadığı ölçülmek istenmiştir. Grupların ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($p = ,037$) ($p < ,05$).

Levene testi sonuçlarına bakarsak ($p = ,150$) grupların varyansı homojen olarak dağılmıştır. Bunun sonucunda Gabriel çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

Tablo 50: Kayıtsız Bağlanma Alt Ölçeği Sonuçlarına Göre Ebeveyn Birlikteliğine İlişkin Gabriel Testi

Ebeveyn Birlikteliği	Ebeveyn Birlikteliği	Ortalama Farkı	P
Beraber	Ayrılmış	-,193	,998
	Dul	-4,893*	,010
Ayrılmış	Beraber	,193	,998
	Dul	-4,700	,119
Dul	Beraber	4,893*	,010
	Ayrılmış	4,700	,119

Tabloda da görebileceğimiz gibi, kayıtsız bağlanma alt ölçeği değerlendirmesinde katılımcıların ebeveynlerin beraberlik durumlarının anlamlı bir farklılaşma yarattığı görülmektedir. Gruplar arasında ebeveynleri dul olan katılımcıların kayıtsız bağlanma alt ölçeği sonuçları diğer gruplara oranla farklılaşmaktadır ($p<,05$).

Tablo 51: İlişki Ölçeği Anketi Alt Ölçeklerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı Düzeylerine Göre T Testi ile İncelenmesi

	Akıllı telefon bağımlılık düzeyi	N	Ortalama	Std. Sapma	T	p
Güvenli bağlanma	Akıllı telefon Bağımlılığı Beklenen	43	15,91	4,545	1,533	,129
	Akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen	57	14,47	4,691		
Saplantılı bağlanma	Akıllı telefon Bağımlılığı Beklenen	43	14,21	3,482	1,914	,058
	Akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen	57	12,93	3,173		
Kayıtsız bağlanma	Akıllı telefon Bağımlılığı Beklenen	43	19,79	3,961	2,701	,008
	Akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen	57	17,39	4,716		
Korkulu bağlanma	Akıllı telefon Bağımlılığı Beklenen	43	14,26	3,540	2,607	,011
	Akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen	57	12,16	4,288		

Yukarıdaki tabloda ilişki ölçekleri anketinin dört alt ölçeği puanları üzerinde akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin farklılık gösterip göstermediğini ölçmek için T testi uygulanmıştır. Bütün grupların varyansları homojen bir şekilde dağılmaktadır. Yapılan analiz sonucunda güvenli bağlanma alt ölçeği ile saplantılı bağlanma alt ölçeğinin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > ,05$).

Kayıtsız ve korkulu bağlanma alt ölçekleri akıllı telefon bağımlılığı beklenen ve beklenmeyen gruplar arasında anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadırlar. Kayıtsız bağlanma alt ölçeğinde akıllı telefon bağımlılığı beklenen grubun daha yüksek ortalama alması, o alt ölçek içerisinde daha yüksek puan aldığını göstermektedir. Korkulu bağlanma alt ölçeği puan ortalamalarında da akıllı telefon bağımlılığı beklenen grubun daha yüksek bir

ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Sonuç olarak akıllı telefon bağımlısı olan grup korkulu bağlama stili alt ölçeğinden daha yüksek puan almıştır.

Tablo 52: İlişki Ölçeği Anketi Alt Ölçeklerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerine Göre T Testi ile İncelenmesi

	İnternet bağımlılığı düzeyi	N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
Güvenli bağlanma	İnternet bağımlılığı olmayan grup	86	14,99	4,784	,423	,673
	İnternet bağımlılığı risk grubu	11	14,36	2,693		
Saplantılı bağlanma	İnternet bağımlılığı olmayan grup	86	13,30	3,148	-1,001	,338
	İnternet bağımlılığı risk grubu	11	14,82	4,895		
Kayıtsız bağlanma	İnternet bağımlılığı olmayan grup	86	18,14	4,587	-1,031	,305
	İnternet bağımlılığı risk grubu	11	19,64	4,056		
Korkulu bağlanma	İnternet bağımlılığı olmayan grup	86	12,97	4,028	-,643	,522
	İnternet bağımlılığı risk grubu	11	13,82	5,016		

Yapılan analiz sonucunda üniversite öğrencilerinin güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu alt ölçeklerinden aldıkları puanlar ile internet bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişki ölçülmüştür. Tüm gruplar içerisinde saplantılı bağlanma alt ölçeği dışında, diğer grupların varyansları homojen olarak dağılmaktadır.

Ölçümler, internet bağımlılığı olmayan ve internet bağımlılığı risk grubunda olan öğrencilerin bağlanma stilleri alt ölçekleri puanları üzerinde anlamlı bir şekilde farklılaşmadıklarını göstermektedir ($p > ,05$).

Tablo 53: İlişki Ölçeği Anketi Sonuçlarının Ortalamasının Sosyalleşme Sıklıklarına Göre Kruskal Wallis testi ile İncelenmesi

Sosyalleşme sıklığı	N	sıra ortalaması	Ss	x ²	p
Haftada bir	20	48,15	3	7,299	,063
Haftada birkaç kez	39	52,13			
Ayda birkaç kez	38	46,72			
Hiçbir zaman	3	92,83			

İlişki ölçekleri anketi sonucunun ortalaması ile katılımcıların sosyalleşme sıklığını analiz etmek için Kruskal Wallis parametrik olmayan test uygulanmıştır. Analiz sonucuna göre, sosyalleşme sıklıklarının ortalama sıralamasına bakıldığında, sosyalleşme sıklığı için hiçbir zaman seçeneğini tercih eden katılımcılar diğer seçeneklere oranla daha yüksek bir değerdedir.

İlişki ölçekleri anketi sonucunun ortalaması ile katılımcıların sosyalleşme sıklıklarına verdikleri cevaplar arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>,05$).

Tablo 54: İlişki Ölçeği Anketi Sonuçlarının Ortalamasının Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeyi ile İlişkinin Mann-Whitney U Testi ile İncelenmesi

Akıllı telefon bağımlılık düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Akıllı telefon bağımlılığı beklenen	43	62,37	2682,00	715,000	,000
Akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen	57	41,54	2368,00		

İlişki ölçeği anketi sonuçlarının ortalaması ile akıllı telefon bağımlılık düzeyleri arasında analiz yapmak için Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Analiz sonucuna göre akıllı telefon bağımlılık düzeylerine göre ilişki ölçekleri anketi sonuçları açısından anlamlı bir farklılık vardır ($p<,05$).

Aralarındaki bu anlamlı farklılığın ne yönde olduğuna bakmak için akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin ortalama sıralamalarına baktığımızda, akıllı telefon bağımlılık risk grubu (62,37) ilişki ölçekleri anketi sonuçları üzerinde akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen gruptan (41,54) daha etkilidir.

Tablo 55: İlişki Ölçeği Anketi Sonuçlarının Ortalamasının İnternet Bağımlılık Düzeyi ile İlişkinin Mann-Whitney U Testi ile İncelenmesi

İnternet bağımlılığı düzeyi	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	P
İnternet bağımlısı olmayan	86	47,58	4091,50	350,500	,163
İnternet bağımlılığı risk grubu	11	60,14	661,50		

İlişki ölçekleri anketi sonuçlarının ortalaması ile internet bağımlılık düzeylerini analiz etmek için Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Analiz sonucuna göre internet bağımlısı olmayan grup ve internet bağımlılığı risk grubu ile ilişki ölçekleri anketi sonuçları arasında anlamlı bir şekilde farklılaşma bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 56: İlişki Ölçeği Anketi Sonuçlarının Ortalamasının Cinsiyet ile İlişkinin Mann-Whitney U Testi ile İncelenmesi

Cinsiyet	N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	p
Kadın	50	45,76	2288,00	1013,000	,102
Erkek	50	55,24	2762,00		

İlişki ölçeği anketi sonuçları ortalaması ile katılımcıların cinsiyet farklılıkları arasında analiz yapmak için Mann-Whitney U testi uygulanmıştır. Testin sonucunda kadın ve erkek cinsiyet farklılığı ile ilişki ölçekleri anketi sonucu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>,05$).

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin, internet bağımlılık düzeyleri, akıllı telefon bağımlılık düzeyleri, bağlanma stilleri ve internet bağımlılık düzeyleri sonuçlarıyla akıllı telefon düzeyleri sonuçlarının bağlanma stilleri ile aralarındaki ilişki saptanmak istenmiştir. Bununla beraber, internet bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı ve bağlanma stillerini etkileyebilecek bazı değişkenler (sosyalleşme sıklıkları, arkadaşlık kurabilme düzeyleri, vb.) ile aralarındaki farklılıklara bakılmıştır.

Katılımcıların yaş ve cinsiyet yönünden demografik özellikleri incelendiğinde, %1'i 18 yaş grubunda, %5'i 19 yaş grubunda, %10'u 20 yaş grubunda, %34'ü 21 yaş grubunda, %26'sı 22 yaş grubunda, %16'sı 23 yaş grubunda ve %8'i 24 yaş grubunda bulunmuştur (Tablo 2).

Yapılan araştırmada internet bağımlılığı olan öğrenci bulunmamıştır. İnternet bağımlılığı risk grubunda 11 öğrenci, internet bağımlılığı olmayan 89 öğrenci bulunmuştur (Tablo 5). Balcı ve Gülnar'ın (2009) yaptıkları bir çalışmada internet bağımlısı olarak bulunan kişi ortalaması 2,83, internet bağımlısı bulunmayan grup ortalaması ise 1,92 olarak bulunmuştur. Çelik ve arkadaşları (2014) çalışmalarında araştırmalarına katılanların %62,3'ü internet bağımlısı olmayan, %30'u internet bağımlısı risk grubunda olan, %7,7'si ise internet bağımlısı olan olarak bulunmuştur. Şimşek ve arkadaşları (2015) yaptıkları çalışmalarında katılımcılarının %3,6'sının internet bağımlılığı, %74,6'sının internet bağımlılığı olmayan, %21,8'inin ise internet bağımlılığı risk grubunda olduklarını bulmuşlardır. Durualp ve Çiçekoğlu (2013) çalışmalarında %17 ergende internet bağımlılığının olmadığını, %66 ergenin internet bağımlılığı risk grubunda olduğunu, %17 ergenin ise internet bağımlısı olduğunu belirtmektedirler. Bu çalışmanın sonuçları ile yukarıda bahsedilen çalışmaların sonuçları birbirleri ile benzemektedirler. Genel olarak yapılan çalışmalarda internet bağımlılığı risk grubunun yüksek değerlerde olduğu görülmüştür. Yukarıdaki çalışmalar ile bu çalışmanın internet bağımlılığı düzeyinde farklılıkları, bu çalışmada herhangi bir internet bağımlısı bulunmamasıdır.

İnternet kullanımının yaygınlaşması ve erişiminin kolaylaşması sonucunda kullanıcı profilleri de genişlemektedir. İnterneti kadınların ve erkeklerin cinsiyet farklılığı olmaksızın kullandıkları bilinmektedir. Ancak birçok çalışmada internet kullanım miktarı ile cinsiyet arasında farklılıklar olduğu bulunmuştur. Bu sebeple kullanım miktarı ile cinsiyet farklılığının varlığı araştırılmalıdır. İnternet bağımlılığı ölçeği puanlamasında kadınların ortalaması 1,95, erkeklerin ortalamaları 2,12 olarak bulunmuştur. Erkek katılımcıların ortalama değerleri kadın katılımcılarda bu ölçek için yüksek bir değerdedir. Bu çalışmada internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların ortalaması ile cinsiyetler arasında bir farklılık bulunmamıştır (Tablo 7). Esen ve M. Siyez (2011) erkeklerde görülen internet bağımlılığı kızlardaki internet bağımlılığı düzeyine göre daha yüksektir. Çelik ve arkadaşları (2014) yaptıkları çalışmada internet bağımlılığında cinsiyet farklılığı olduğu ve erkekleri internet bağımlılığında daha yüksek bir düzeyde olduklarını söylemişlerdir. Gökçearslan ve Günbatar (2012) çalışmalarında erkek öğrencilerin internet bağımlılık seviyeleri kız öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur. Akdağ ve arkadaşları (2014) çalışmalarında internet bağımlılık düzeyinde cinsiyet farklılığının olduğunu belirtmişler ve erkeklerin ortalamalarının (748,80) kadınlardan (608,79) yüksek olduklarını bulmuşlardır. Çalışmalarında erkeklerin internete kadınlardan daha çok bağımlı olduklarını söylemekte ve bulgularında %75 kadın kullanıcıların ve % 33 erkek kullanıcının bağımlılık sergilemediklerini, bununla beraber erkek kullanıcıların %6,4'ü internet bağımlısı iken kadınlar içinde internet bağımlısı bulunmamaktadır. Bahsedilen çalışmalarda olduğu gibi bu çalışmada da kadınlar ve erkeklerin internet kullanım düzeylerinde, erkeklerin ortalamaları kadınlara oranla daha yüksek bulunmuştur. Bu durumda erkeklerin internet bağımlılığı riski eğilimlerinin kadınlardan daha yüksek olabileceği sonucuna varılabilir.

Sosyalleşme özellikle öğrenciler için her gün gerçekleştirdikleri aktivitelerden bir tanesidir. Okul yaşantısı içerisinde sürekli başka insanlar ile istemeseler bile etkileşim halinde bulunabilirler. Ancak okul dışındaki sosyallik yaşantısı da çok önemlidir. İnsanlarla iletişim kurma becerileri sosyalleşme düzeylerini etkilemektedir. Bu çalışmada internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların ortalaması ile katılımcıların arkadaşlık kurma düzeyleri incelendiğinde aralarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Tablo 8). Aynı şekilde sosyalleşme sıklıkları ile internet bağımlılığı ölçeğinden alınan puanları karşılaştırıldığında da anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (Tablo 9). Duman (2008)

çalışmasında internet bağımlılığının öğrencilerin sosyal ilişkilerini olumsuz yönde etkilediğini söylemiştir. Taş ve Ayas (2015) çalışmalarında internetin fazla kullanılması sonucunda kişiler sosyal hayatlarında olumsuzluk yaşarlar demişlerdir. Kutlu ve arkadaşları (2016) çalışmalarında sosyal ilişkilerin olumlu olması internet bağımlılığı riski üzerinde etkili olduğunu söylemişlerdir. Arısoy (2009) çalışmasına göre sosyal destek alamayan bireyler internet bağımlılığı göstermektedirler. Sosyallik ve internet bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmaların bazıları olan yukarıdaki çalışmalarda görülmektedir ki sosyal ilişkiler ve alınan sosyal destek internet kullanım düzeyini düşürebilecek ve bağımlılık riskini azaltabilecek etkiye sahiptirler. Yapılan bu çalışmada ise öğrencilerin sosyal ilişkileri arkadaşlık kurabilme düzeyleri ve sosyalleşme sıklıkları ile ölçülmek istenmiş ancak internet bağımlılığı ölçeğinden alınan sonuçların ortalaması ile aralarında bir farklılık olmadığı bulunmuştur.

Akıllı telefonlar hayatımıza girdikleri andan itibaren günlük yaşantımızın en büyük parçalarından bir tanesi olmaktadır. Sosyal medya, oyunlar, uygulamalar dışında günlük işlerimizi ve haberleşmelerimizi en kolay yolla karşılamamızı sağlamaktadır. Akıllı telefonlar bize sağladıkları yararları internet üzerinden gerçekleştirdikleri için internet kullanımı ile akıllı telefon kullanımı arasında güçlü bir ilişki vardır. Bu çalışmada katılımcıların internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların ortalamaları ile akıllı telefon bağımlılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Tablo 11). Araştırmada akıllı telefon bağımlılığı beklenen grubun ortalaması 2,37 olarak bulunmuş ve internet bağımlılığı ölçeğinde akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen grup ortalamasından 1,78 farklılaştığı için daha yüksek puan aldıkları bulunmuştur. Aynı şekilde akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların ortalaması ile internet bağımlılık düzeyleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Tablo 22). Araştırmada internet bağımlısı olan hiçbir grup bulunmamıştır bu nedenle akıllı telefon bağımlılığı ile arasındaki ilişki incelenememiştir. Ancak yapılan analizler sonucunda internet bağımlılığı risk grubunda bulunan üniversite öğrencilerinin ortalamasının 3,24 ve internet bağımlılığı bulunmayan öğrencilerin ortalamalarının 2,26 bulunması internet bağımlılığı risk grubunun akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden daha yüksek puan aldıkları bulunmuştur. İnternet kullanımının yüksek olması akıllı telefon bağımlılığını tetikleyebilecek bir etki

oluşturmaktadır, internet kullanım oranı azaldıkça akıllı telefon kullanım oranlarının da bu sonuçlara göre azalabileceği düşünülmektedir.

Günümüz teknolojinin en güçlü araçlarından birisi olan akıllı telefonlar artık kadın erkek, genç yaşlı, her meslekte insanlar için vazgeçilmez olmaktadır. Akıllı telefonların sahip oldukları özellikler ve sağladıkları yararlar ile beraber kullanım miktarları da artmaktadır. Ne kadar fazla yarar sağladıkça ve hayatımızı kolaylaştırdıkça beraberinde olumsuzluklarda getirebilmektedir. Bu olumsuzluklar sosyal, fiziksel veya akademik olsa bile kullanım miktarlarını etkilememekte ve devamlılık sağlamaktadır. Bu çalışmada akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların ortalaması ile cinsiyet farklılığı arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı bulunmuştur (Tablo 18). Taner (2013) çalışmasında cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığını, kadınların ortalamasının 3,41 ve erkeklerin ortalamasının 3,38 olması durumundan dolayı akıllı telefon bağımlılığı ile cinsiyet farklılığı arasında bir ilişki olmadığını söylemişlerdir. Demirci ve arkadaşları (2014) çalışmalarında kız öğrencilerin aldıkları puan ortalamalarının erkeklerin puan ortalamalarına oranla daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Süt ve arkadaşları (2016) çalışmasında akıllı telefon bağımlılık ölçeğinde kadınların erkeklerden daha yüksek puan aldıklarını söylemişlerdir. Yukarıda bulunan araştırma sonuçlarından bazılarında elde edilen sonuçlar ile bu araştırmanın sonuçları desteklenmektedir. Cinsiyet farklılığı akıllı telefon bağımlılığı düzeyinde etkileyici bir faktör değildir. Ancak bazı çalışmalarda cinsiyetin akıllı telefon bağımlılığı üzerinde etkili bir rolü olduğu yukarıda bahsedilmiştir. Bunun sebebi, katılımcıların okul düzeyi farklılıkları veya ergenlik dönemi olarak düşünülebilir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık düzeylerini ölçmek için kullanılan akıllı telefon bağımlılığı anketi sonucunda, %43 katılımcı akıllı telefon bağımlısı, %57 katılımcı ise akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen gruplar içerisinde bulunmuşlardır (Tablo 17). Bağımlı olarak bulunan grup ortalaması bağımsız olarak bulunan grup ortalamasına oranla az bulunmuş olsa bile anlamlı bir yüzdeye sahip olduğu için araştırmalarda bulunması gerekmektedir.

Akıllı telefonlar sağladıkları sosyal medya uygulamaları ve internet erişimi sayesinde kişilerin sürekli bir sosyalleşme içerisinde bulunmalarını sağlamaktadır. Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların ortalaması ile arkadaşlık kurma düzeyleri

arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (Tablo 19). Aynı şekilde akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların ortalaması ile sosyalleşme sıklıkları arasında anlamlı bir farklılaşma istatistiksel olarak bulunmamaktadır (Tablo 20). Akıllı telefon bağımlılığı ile sosyal ilişkilerin arasında farklılaşma olup olmadığı ile ilgili yapılan bir araştırma bulunmamıştır. Ancak akıllı telefon bağımlılığı ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında güçlü bir ilişki olduğu bu çalışmada bulunmuştur. Bu sonuç doğrultusunda, internet bağımlılığı düzeyleri ile sosyal ilişkiler arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu için akıllı telefon bağımlılık düzeyi ile sosyalleşme arasında da bir ilişki olabileceği düşünülebilir.

Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların ortalaması ile akıllı telefonlarda geçirilen zaman arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. Öğrenciler akıllı telefonlarını 4-8 saat arasında daha çok kullanmayı tercih etmektedirler. 4-8 saat akıllı telefon kullanımı ortalaması 2,61 olup, 1-4 saat ortalaması 2,09, 8-16 saat ortalaması 2,59 ile 16 ve üstü saat ortalamasından 2,37 yüksek bulunmuştur (Tablo 23). Yapılan analizler sonucunda 1-4 saat ile 4-8 saat aralığında akıllı telefon kullanan gruplar arasında farklılaşma olduğu, ancak diğer grup değişkenleri arasında farklılaşma olmadığı bulunmuştur (Tablo 24). Demirci ve arkadaşları (2014) araştırmalarında 16 saat ve üzerinde kullanımın ölçek puanlamasında daha yüksek bir orana sahip olduğunu söylemişlerdir. Akıllı telefon kullanım süresine bağlı olarak değerlendirme yapacak olursak, araştırma örneklemi arasında farklılıklar gözlemlenebilir. Bu çalışmada 4-8 saat arası akıllı telefon kullanmayı tercih eden üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı risk grubunda oldukları bulunmuştur. Yukarıda bahsedilen bir diğer çalışmada ise kullanım miktarı 16 saat ve üzeri olarak bulunmuştur. Aradaki farklılık, araştırma yapılan bireylerin boş zamanlarına, çalışma veya iş yaşantılarına göre akıllı telefonlarını kullanmak için yarattıkları zamana göre değişebilmektedir.

Bağlanma stilleri, her bir birey için öncelikle bebeklik döneminde kurulan ilişkilerden doğan ancak daha sonra yaşamlarının her döneminde ilişki kurdukları bireylerle tekrarlanır. Sahip olunan bağlanma stillerine göre sosyalleşme ve çevreyi tanıma becerileri değişmektedir. Bireylerin kişiler arası etkileşiminin temelini oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilerin bağlanma stillerini ölçmek için ilişki ölçeği anketi uygulanmıştır. Anket analizlerinin sonucunda katılımcıların 22'si güvenli,

2'si korkulu, 5'i saplantılı, 64'ü ise kayıtsız bağlanma stiline sahip bulunmuşlardır (Tablo 29). Sümer ve Güngör (1999) çalışmalarındaki katılımcıların %38'i güvenli, %7'si korkulu, %33'ü saplantılı, %22'si kayıtsız bağlanma stili göstermektedir. Bartholomew ne Horowitz (1991) çalışmalarında %47 katılımcıyı güvenli, %14 katılımcıyı saplantılı, %18 katılımcıyı kayıtsız ve %21 katılımcıyı korkulu olarak saptamışlardır. Yapılan çalışmalarda katılımcılar daha çok güvenli bağlanma göstermektedirler, ancak bu çalışmada en yüksek saplantılı bağlanma ve onun ardından güvenli bağlanma stilleri gelmektedir.

İlişki ölçekleri anketinden alınan puanlarda kadınların ortalaması 45,76 çıkarak erkeklerin ortalamasından 55,24 düşük bulunmuştur. Bu çalışmada ilişki ölçekleri anketinden alınan puanların ortalamaları ile cinsiyet farklılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Tablo 32). İlişki ölçeği anketinin sonuçlarında saptanmak istenilen bağlanma stillerini bulmak için, ilişki ölçeği anketinin alt ölçeklerine bakılmıştır. Alt ölçeklerden alınan puanlar ile cinsiyet farklılıkları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır (Tablo 33). Güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma stillerinin cinsiyet farklılıklarına göre değişmemektedir. Barholomew ve Horowitz (1991) kadınların erkeklere oranla saplantılı bağlanma alt ölçeğinden daha yüksek puan aldıklarını, aynı şekilde erkeklerinde kadınlara oranla kayıtsız bağlanma stilinde daha yüksek puan aldıklarını söylemişlerdir.

Bağlanma stilleri, bireyler arasında kurulan ilişkilerle belirlediği ve sonraki sosyal ilişkilerinde etkili bir yapı taşı olmaktadır. Bu çalışmada ilişki ölçeği alt ölçekleri ile arkadaşlık kurma düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır (Tablo 34). Deniz'in (2006) araştırmasına göre korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin sosyal ilişki kurmak istemeyen grupta yer aldıklarını söylemektedir. Çalışır (2009) çalışmasına göre güvenli bağlanma stili gösteren yetişkinler sosyallik açısından girişkendirler. İlişki ölçeği anketinin alt ölçekleri güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma, kaygılı bağlanma ve korkulu bağlanma stillerini ölçek için kullanılmaktadır. Bu alt ölçekler ile sosyalleşme sıklıkları arasında bu çalışmada korkulu bağlanma alt ölçeği için anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. "Hiçbir zaman" sosyalleşme sıklığını tercih eden öğrencilerin ortalamaları 20,00 olarak bulunmuş ve diğer seçenekler arasından en yüksek ortalama olarak hesaplanmıştır (Tablo 35).

Sosyalleşme sıklıkları için “hiçbir zaman” seçeneğini tercih eden öğrenciler ile “ayda bir kez”, “haftada bir kez”, “haftada birkaç kez” seçeneklerini tercih eden öğrenciler arasında farklılaşma bulunmaktadır (Tablo 36). Ancak “hiçbir zaman” sosyalleşme sıklığı seçeneği dışında kalan diğer sosyalleşme sıklığı değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Sosyalleşme sıklığı olarak “hiçbir zaman” diyen üniversite öğrencilerinin korkulu bağlanma alt ölçeğinde daha yüksek puan aldıkları bulunmuştur. Korkulu bağlanma stiline sahip bireylerde reddedilme korkusu ve kendine güven duygusunun olmaması durumu, sosyalleşme isteklerini etkilemekte olduğu için bu araştırmadaki sonuç anlamlı bulunmuştur. İlişki ölçeği anketinin diğer alt ölçekleri olan güvenli, saplantılı ve kayıtsız alt ölçekleri puanları ile sosyalleşme sıklıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır (Tablo 37, 39, 41). Dört bağlanma stili ile katılımcıların arkadaşlık kurabilme düzeyleri arasında bir farklılaşma bulunmamış olmasına rağmen sosyalleşme sıklıkları ile aralarında ilişki saptanmıştır. Yukarıda bahsedilen çalışmalarda korkulu bağlanma stiline sahip bireyler ile güvenli bağlanma stiline sahip bireyler arasında sosyalleşme açısından değişiklikler bulunmuştur. İlk çalışmada sosyalleşmek istemeyen kişilerin korkulu bağlanma stiline sahip oldukları bulunmuştur. Bulunan bu bulgu şimdi yapılan çalışmadaki bulgularla uyumaktadır. Yapılan çalışmada da korkulu bağlanmaya sahip katılımcıların hiçbir zaman sosyalleşmek istemedikleri bulunmuştur.

İlişki ölçeği anketinin alt ölçekleri puanları ile katılımcıların ebeveyn birliktelikleri arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. Kayıtsız bağlanma alt ölçeği ile ebeveyn birlikteliğindeki gruplar arasında farklılık vardır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin, alt ölçek değerlendirmesinde ebeveyni dul olan grubun ortalaması 23,00 olarak bulunmuş ve diğer grup ortalamalarından daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo 49). Ebeveynin dul olması durumu ile ebeveynlerin beraber olma durumları değişkenleri arasında farklılık vardır, ancak diğer değişkenler arasında bir farklılık bulunmamaktadır (Tablo 50). Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireylerde duygusal sınırlamalar, karşılarındakilere karşı olumsuzluk ve ilişki kurmada isteksizlik olduğu için ebeveyni dul olan kişilerin bu bağlanma stili sergilemeleri normal karşılanmalıdır. Saplantılı bağlanma alt ölçeği ile ebeveyn birlikteliği arasındaki ilişki incelendiğinde, ebeveynleri ayrılmış olanların, beraber olanlar ile arasında farklılaşma bulunmaktadır (Tablo 47). Sevilmeme korkusu ve kendilerini hep kanıtlama çabası

içerisinde olanlar saplantılı bağlanma stili göstermektedirler. Bu çalışmada da saplantılı bağlanma kuran kişilerin ebeveynlerinin boşanmış olmaları, öğrencileri sosyal ilişkilerinde yukarıda bahsedilen korku ve kanıtlama çabası içerisinde bulmalarına neden olabilir. Güvenli bağlanma alt ölçeği ile ebeveyn birlikteliği arasındaki ilişki incelendiğinde, ebeveyni dul olan öğrenciler ile beraber olanlar arasında farklılaşma bulunmaktadır (Tablo 48). Güvenli bağlanma ise kişilere kendilerine yeterlilik, sorun çözebilmek ve ilişkilerde başarılı olabilmek gibi özellikler katmaktadır. Bu durumda anne babası beraber olan kişiler ile ebeveyninin dul olduğu kişiler bu bağlanma stili içerisinde değişiklik gösterebilirler.

Çalışmamızda asıl ölçülmesi amaçlanan bağlanma stillerinin akıllı telefon bağımlılığı ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiye bakacak olursak; bu çalışmada ilişki ölçeği anketinden korkulu ve kayıtsız bağlanma alt ölçekleri puanları ile akıllı telefon bağımlılık düzeyi arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. Akıllı telefon bağımlılığı olan öğrencilerin korkulu ve kayıtsız bağlanma alt ölçeklerinde diğer alt ölçeklere göre daha yüksek puan almışlardır (Tablo 51). Alt ölçekler değerlendirmesi ayrı bir şekilde yapılmadan, akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ile ilişki ölçeği anketinden alınan genel puanların ortalamasında da anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır (Tablo 54). Akıllı telefon bağımlılığı beklenen öğrenci gruplarının sıra ortalamaları (62,37), akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen öğrencilerin sıra ortalamalarından (41,54) büyük bir farkla yüksektir. Bu nedenle akıllı telefon bağımlısı olan üniversite öğrencilerinin ilişki ölçeği puanları anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Bu sonuçla beraber bir diğer ölçek istediğimiz internet bağımlılığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiye bakıldığında; ilişki ölçeği anketinin alt ölçekleri ve ilişki ölçeği anketinin genel puan ortalaması ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır (Tablo 52) (Tablo 55).

Akıllı telefonların kullanım sebeplerinin altında yatan birçok neden olabilir. Bu araştırmada korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin akıllı telefon bağımlılığı grubunda oldukları sonucu bulunmuştur. Korkulu bağlanmada kişilerin reddedilme korkuları ve kendilerine karşı güvensizlik gibi özellikler bulunmaktadır. Bu sebeple kişiler sosyal ilişkilerinde bu tarz özellikler sergiledikleri için, ilişkilerinin zayıf olduğu veya hiç ilişki kuramadıkları sonucuna varabiliriz. Bu neden onları akıllı telefon kullanımına itmekte ve

bu ihtiyaçlarını akıllı telefon uygulamaları ve sosyal medyada aramalarına sebep olabilir. Aynı şekilde yüz yüze ilişkilerde zayıf olduklarını düşünmeleri, yüz yüze iletişimin kurulmadığı akıllı telefon üzerinden görüşmeler ve mesajlaşmalara kişileri yönlendirebilir.

Aynı şekilde kayıtsız bağlanma stiline sahip öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinde yüksek puan aldıkları görülmektedir. Kayıtsız bağlanma kişilere duygusal sınırlamalar koyan, ilişki kurmayı engelleyen, problem çözümüne itmeyen ve diğerlerine karşı olumsuz düşünceler besleyen özellikler vermektedir. Burada da görüldü gibi bu bağlanma stiline sahip bireylerin sosyal ilişkilerinde problem yaşayabildikleri ve bunun akıllı telefon kullanım nedenleri arasında bulunuyor olduğu düşünülebilir.



ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

İnternet bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığın bağlanma stilleri ile arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmadan çıkan sonuçlar aşağıda belirtilmiştir.

1. Araştırmaya katılan üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı bulunan öğrenci saptanmamıştır. Katılımcıların 11 tanesi internet bağımlılığı risk grubunda, 89 öğrencisi ise internet bağımlılığı görülmeyen olarak bulunmuştur.
2. Katılımcıların demografik özellikleri içerisinde bulunan cinsiyet, sosyalleşme sıklıkları, arkadaşlık kurma düzeyleri ile ebeveyn birliktelikleri internet bağımlılığı düzeyi ile karşılaştırılmıştır.
3. Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri ile cinsiyet, arkadaşlık kurma düzeyi ve sosyalleşme sıklıkları arasındaki ilişki anlamlı bulunmamıştır.
4. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile akıllı telefon kullanım düzeyleri arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. İnternet bağımlılığı risk grubunda olan öğrenciler akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinden yüksek puan almaktadırlar. Aynı şekilde akıllı telefon bağımlısı olan öğrenciler internet bağımlılığı ölçeğinden yüksek puan almaktadırlar.
5. Araştırmaya katılan üniversite öğrencileri arasında akıllı telefon bağımlılığı bulunan öğrenci grubunun ortalaması 2,37 olarak ve akıllı telefon bağımlılığı beklenmeyen öğrenci grubunun ortalaması 1,78 olarak bulunmuştur.
6. Katılımcıların demografik özellikleri içerisinde bulunan cinsiyet, sosyalleşme sıklıkları, arkadaşlık kurma düzeyleri ve akıllı telefon kullanım oranları karşılaştırılmıştır.
7. Öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ile cinsiyet, arkadaşlık kurma ve sosyalleşme sıklıkları arasındaki ilişki anlamlı bulunmamıştır.
8. Öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ile akıllı telefon kullanım oranları arasındaki ilişki anlamlı bulunmaktadır. Araştırmada 4-8 saat aralığında akıllı telefonlarını kullanan katılımcıların, akıllı telefon bağımlılığı puanları daha yüksektir.
9. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerininin 22'si güvenli, 2'si korkulu, 5'i saplantılı, 64'ü ise kayıtsız bağlanma stiline sahip bulunmuşlardır.

10. Katılımcıların demografik özellikleri içerisinde bulunan cinsiyet, arkadaşlık kurma, sosyalleşme sıklıkları ve ebeveyn birliktelikleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ebeveyn birliktelikleri güvenli ve saplantılı bağlanma stillerinde farklılaşma göstermektedir.
11. Öğrencilerin bağlanma stilleri ile sosyalleşme sıklıkları ve ebeveyn birlikteliği arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur.
12. Araştırmanın asıl araştırma konusundan birisi olan bağlanma stilleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Korkulu ve kayıtsız bağlanma stillerine sahip katılımcıların akıllı telefon bağımlısı olan grupta oldukları sonucu bulunmuştur.
13. Araştırmanın asıl araştırma konularından bir diğeri olan bağlanma stilleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki anlamlı bulunmamıştır.

Yukarıda bulunan araştırma sonuçları doğrultusunda şu önerilerde bulunulabilir;

1. Araştırmada internet bağımlılığı olan grup bulunmasa bile risk grubu bulunmaktadır. İnternetin sürekliliği nedeniyle gelecekte bağımlı gruplarında çoğalabileceği düşünülmeli ve bu doğrultuda önlemler alınması önerilebilir.
2. Aynı şekilde araştırmada akıllı telefon bağımlılığı grubunun gelecekte sayı olarak çoğalacağı, günümüz teknoloji ve akıllı telefonların sürekli gelişim içerisinde bulunmaları sebebiyle düşünülmektedir. Bu sebeple akıllı telefon kullanımı hakkında bireyler bilinçlendirilmeli ve önlemler alınması önerilebilir.
3. Korkulu ve saplantılı bağlanmaya sahip katılımcıların az sayıda olmasından dolayı akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili daha güçlü ilişki sonuçlarının daha büyük katılımcı sayıları ile ölçülmesi önerilebilir.
4. Akıllı telefon kullanım sıklığı, bağlanma ilişkisi ile anlamlı olduğu için akıllı telefon kullanım süreleri kısaltılması önerilebilir.
5. Bağlanma stilleri üzerinde ebeveyn birlikteliklerinin rolü bulunduğu için, güvenli bağlanma dışında diğer bağlanma stilleri için ebeveyn bilinçlendirilmesi yapılması önerilebilir.
6. Bireylerin bağlanma stilleri içerisinde korkulu ve kayıtsız bağlanmaya sahip olan kişilerin sosyal ilişkileri iyileştirilmeye çalışılması önerilebilir.

7. Katılımcıların sosyal bağlanmalarında eksiklik ya da sorun var ise bunun çözümünün akıllı telefonlar dışında aranması gerektiği anlatılması önerilebilir.
8. Akıllı telefonlar kullanılarak sağlanabilecek sosyal bağlanmanın gerçek hayattaki sosyallik ile bir ilişkisi olmadığı bilincinin kazandırılması önerilebilir.
9. Araştırmada akıllı telefon bağımlısı olanlar ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki saptanmıştır. Ancak internet bağımlısı olan herhangi bir grup tespit edilemediği için bağlanma stilleri ile arasındaki ilişki saptanamamıştır. İnternet bağımlılık grubunun hiç bulunmaması nedeniyle ve daha genel verilere ulaşabilmek için bu araştırmanın daha geniş bir grup üzerinde yapılması önerilebilir.



KAYNAKÇA

- Ada, S., Tatlı, H.S. 2013, Akıllı Telefon Kullanımını Etkileyen Faktörler Üzerine Bir Araştırma, Akademik Bilişim, Antalya.
- Arısoy, Ö. (2009), İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 1,55-67.
- Aslan, S., Aylaz, R. 2014, Akademisyenlerin İnternet Bağımlılık Düzeyleri ve Buna Bağlı Oluşabilecek Sağlık Sorunların Değerlendirilmesi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 3(2), 14-19.
- Aydoğdu, H., Çam, M.O. 2013, Madde Kullanım Bozukluğu Olan ve Olmayan Ergenlerin Bağlanma Stilleri, Anne Baba Tutumları ve Sosyal Destek Algıları Yönünden Karşılaştırılması, Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 4(3), 137-144.
- Balcı, Ş., Gülnar, B. Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılarının Profilleri, Selçuk İletişim, 6, 5-22.
- Bartholomew, K., Horowitz, L.M. 1991, Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model, Journal of Personality and Social Psychology, 61(2), 226-244.
- Batıgün, A.D., Hasta, D. 2010, İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından Bir Değerlendirme, Anadolu Psikiyatri Dergisi, 11, 213-219.
- Bilge, F. 2012, Bir Grup İlköğretim Öğrencisinde Bilgisayara Yönelik Bağımlılık Eğilimi Değerlendirmesi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 43, 96-105.
- Bowlby, J., Ayrılma, Birinci Baskı, Birinci Baskı, Pinhan Yayıncılık, İstanbul, 2014.
- Bowlby, J., Bağlanma, İkinci Baskı, Pinhan Yayıncılık, İstanbul, 2013.
- Bowlby, J., Güvenli Bir Dayanak, Birinci Baskı, Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, İstanbul, 2012.
- Bowlby, J., Sevgi Bağlarının Kurulması ve Bozulması, Birinci Baskı, Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, İstanbul, 2012.
- Bölükbaş, K., Yıldız, M.C. 2003, İnternet Kullanımında Kadın-Erkek Eşitsizliği, Değişen Dünya ve Türkiye’de Eşitsizlikler-IV. (Ulusal) Sosyoloji Kongresi, Sivas.
- Çalışır, M. 2009, Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 1, 240-255.

- Coşkun, M.K. 2011, Ortaöğretim Öğrencilerinin Anne Babaya Güvenli Bağlanma Düzeylerinin Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Dergisine Yönelik Tutumlarına Etkisi, SBArD, 17,145-155.
- Cömert, I.T., Kayıran, S.M. 2010, Çocuk ve Ergenlerde İnternet Kullanımı, Çocuk Dergisi, 10(4), 166-170.
- Çakır, F., Demir, N. 2014, Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Satın Alma Tercihlerini Belirlemeye Yönelik Bir Araştırma, Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 1(29), 213-143.
- Çavuş, H. 2006, Eğitim Fakültesi'nde Öğrenim Göre Öğrencilerin İnternette Yararlanma Nedenleri ve Kazanımları, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2, 56-78.
- Çelen, F.K., Çelik, A., Seferoğlu, S.S. 2011, Çocukların İnternet Kullanımları ve Onları Bekleyen Çevrim-İçi Riskler, Akademik Bilişim '11-XIII. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, Malatya.
- Çubukçu, H., Sivaslıgil, H. 2007, 7. Sınıf İngilizce Ders Kitaplarında Cinsiyet Kavramı, Dil Dergisi, 137, 7-17.
- Demirci, K., Orhan, H., Demirdaş, A., Akpınar, A., Sert, H. 2014, Validity and Reliability of the Turkish Version of the Smartphone Addiction Scale in a Younger Population, Bulletin of Clinical Psychopharmacology, 24(3), 226-234.
- Deniz, M.E. 2006, Ergenlerde Bağlanma Stilleri ile Çocukluk İstismarları ve Suçluluk-Utanç Arasındaki İlişki, Eurasian Journal of Educational Research, 22, 89-99.
- Derman, O. 2008, Ergenlerde Psikososyal Gelişim, İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, İstanbul.
- Doğan, T., Sapmaz, F. 2012, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Öznel İyi Oluş, Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 10(3), 585-601.
- Duman, M.Z. (2008), İnternet Kullanımının Öğrencilerin Sosyal İlişkileri ve Okul Başarıları Üzerindeki Etkisi, Toplum ve Demokrasi, 2(3), 93-112.
- Dursun, F. 2004, Üniversite Öğrencilerinin İnterneti Kullanma Amaçları, XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, Malatya.
- Durualp, E., Çiçekoğlu, P. 2012, Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin İnternet Bağımlılığı ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 15(1), 29-46.
- Egger, O., Rauterberg, M. 1996, Internet Behaviour and Addiction, Work & Organisational Psychology Unit (IfAP), Zurich.
- Erden, S., Hatun, O. 2015, İnternet Bağımlılığı ile Başa Çıkmada Bilişsel Davranışçı Yaklaşımın Kullanılması: Bir Olgu Sunumu, Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 2(1), 53-83.

- Gökalliler, E., Aybar, A.S., Gülay, G. 2011, Bir Statü Tüketimi Göstergesi olarak Iphone Markalı Akıllı Telefon Algısı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma, Selçuk İletişim, 7, 36-48.
- Gökçearslan, Ş., Günbatar, M.S. 2012, Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama, 2(2), 10-24.
- Gül, S.K., Güneş, İ.D. 2009, Ergenlik Dönemi Sorunları ve Şiddet, Sosyal Bilimler Dergisi, 1(6), 80-101.
- Güney, M. 1998, Ergenlik Dönemi Depresyonları, Psikiyatri Dünyası, 2, 41-44.
- Günüç, S., Kayri, M. 2010, Türkiye’de İnternet Bağımlılık Profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik-Güvenirlik Çalışması, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 39, 220-232.
- Hazan, C., Shaver, P.R. 1994, Bağlanma (Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar İçin Bir Çerçeve), Psychological Inquiry, 5(1), 1-2.
- İlhan, T., Özdemir, Y. 2012, Beliren Yetişkinlerde Yaş, Cinsiyet ve Bağlanma Stilllerinin Kimlik Statüleri Üzerindeki Yordayıcı Rolü, Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, 19, 227-241.
- Süt, H.K., Kurt, S., Uzal, O., Özdelek, S. 2016, Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeylerinin Sosyal ve Eğitim Hayatlarına Etkisi, Euras J Fam Med, 5(1),9-13.
- Kapçı, E.G., Küçüker, S. 2006, Ana Babaya Bağlanma Ölçeği: Türk Üniversite Öğrencilerinde Psikometrik Özelliklerinin Değerlendirilmesi, Türk Psikiyatri Dergisi, 17(4), 286-295.
- Karaman, M.K., Kurtoğlu, M. 2009, Öğretmen Adaylarının İnternet Bağımlılığı Hakkındaki Görüşleri, Akademik Bilişim’09-XI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, Şanlıurfa.
- Kayri, M., Günüç, S. 2009, İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 42(1), 157-175.
- Keser, H., Kavuk, M., Numanoğlu, G. 2016, The Relationship Between Cyber-Loafing and Internet Addiction, Cypriot Journal of Educational Sciences, 11(1), 37-42.
- Kırbaşoğlu-Kılıç, L., Eyüp, B. 2011, İlköğretim Ders Kitaplarında Ortaya Çıkan Toplumsal Cinsiyet Rollerini Üzerine Bir İnceleme, ODÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi, 3(2), 130-148.
- Koç, M. 2004, Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17, 231-256.
- Koçhan, K., İlhan, T. 2015, Erbaş/erlerin Ebeveyne Bağlanma Stilleri, Depresyon Düzeyleri ve Stresle Başa Çıkma Stilllerinin Madde Kullanımı Açısından İncelenmesi, Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 2(2), 61-109.

- Kutlu, M., Savcı, M., Demir, Y., Aysan, F. (2016), Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun Türkçe Uyarlaması: Üniversite Öğrencileri ve Ergenlerde Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması, 17, 69-76.
- Kuzucu, Y., Bulut, B., Özçelik, Ş., Soydemir, F.M. 2015, Sosyal Destek Kontrol Edildiğinde Cinsiyetin İnternet Bağımlılığı Üzerine Etkisi, Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 6(2), 11-19.
- Mestçi, A. 2007, Türkiye İnternet Raporu 2007, XII. “Türkiye’de İnternet” Konferansı, Ankara.
- Morahan-Martin, J. 2005, Internet Abuse Addiction? Disorder? Symptom? Alternative Explanations?, Social Science Computer Review, 23(1), 39-48.
- Martin, J.M., Schumacher, P. 2003, Loneliness and social uses of the Internet, Computers in Human Behavior, 19, 659-671.
- Morsümbül, Ü. (2014), Ergenlik Döneminde İnternet Bağımlılığı: Kimlik Stilleri ve Seçeneklerin Saplantılı Araştırılması ile İlişkileri, Anadolu Psikiyatri Dergisi, 15, 77-83.
- Noyan, C.O., Darçın, A.E., Nurmedov, S., Yılmaz, O., Dilbaz, N. (2015), Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Kısa Formunun Üniversite Öğrencilerinde Türkçe Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması, Anadolu Psikiyatri Dergisi, 16(1), 73-81.
- Özmert, E.N. 2006. Erken Çocukluk Gelişiminin Desteklenmesi-III: Aile, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi, 49, 256-273.
- Panicker, J., Sachdev, ‘. 2014, Relations Among Loneliness, Depression, Anxiety, Stress and Problematic Internet Use, International Journal of Research in Applied, Natural and Social Sciences, 9(2), 1-10.
- Seferoğlu, S.S., Yıldız, H. 2013, Dijital Çağın Çocukları: İlköğretim Öğrencilerinin Facebook Kullanımları ve İnternet Bağımlılıkları Üzerine Bir Araştırma, İletişim ve Diploması, 2, 31-48.
- Set, T., Dağdeviren, N., Aktürk, Z. 2006, Ergenlerde Cinsellik, Genel Tıp Dergisi, 16(3), 137-141.
- Sümer, N. 2016, Measures (In Turkish). http://www.nebisumer.com/?page_id=337 internet sitesinde müsait durumdadır.
- Sümer, N., Güngör, D. 1999, Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma, Türk Psikoloji Dergisi, 14(43), 71-106.
- Sümer, N., Oruçular, Y., Çapar, T. 2015, Bağlanma ve Bağımlılık: Kurumsal Çerçeve ve Derleme Çalışması, Bağımlılık Dergisi, 4(16), 192-209.
- Sümer, N., Şendağ, M.A. 2009, Orta Çocukluk Döneminde Ebeveynlere Bağlanma, Benlik Algısı ve Kaygı, Türk Psikoloji Dergisi, 24(63), 86-101.

- Şahin, C., Korkmaz, Ö. 2011, İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması, Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Drgisi, 32, 101-115.
- Şahin, M., Sarı, S.V., Özer, Ö., Er, S.H. 2010, Lise Öğrencilerinin Siber Zorla Davranışlarda Bulunma ve Maruz Kalma Durumlarına İlişkin Görüşleri, SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, 21, 257-270.
- Şar, A.H., Işıklar, A. 2012, Problemlili Mobil Telefon Kullanım Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması, International Journal of Human Sciences, 2(9), 264-275.
- Şener, G. 2009, Türkiye’de Facebook Kullanımı Araştırması, iner-tr’09-XIV. Türkiye’de İnternet Konferansı Bildirileri, İstanbul.
- Şenormancı, Ö., Konkan, R., Sungur, M,Z. 2010, İnternet bağımlılığı ve Bilişsel Davranışçı Terapisi ,Anadolu Psikiyatri Dergisi,11, 261-268.
- Tabachnick, B.G., Fidell, L.S., Using Multivariate Statistics, Altıncı Baskı, Pearson, United States of America, 2013.
- Taner, N. 2013, Kullanıcıların Akıllı Telefonları Değerlendirmeleri: Kastamonu Şehir Merkezinde Bir Uygulama,Uluslararası İşletme ve Yönetim Dergisi, 2(1), 127-140.
- Taş, İ., Ayas, T. 2015, Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Kişilik Özellikleri İle İlişkisi, International Journal of Human Sciences, 2(12), 151-162.
- Turan, A.H. 2008, İnternet Alışverişi Tüketici Davranışını Belirleyen Etmenler: Geliştirilmiş Teknoloji Kabul Modeli (E-TAM) ile Bir Model Önerisi, Akademik Bilişim, Şubat.
- Tüzün, Ü. 2002, Gelişen İletişim Araçlarının Çocuk ve Gençlerin Etkileşimi Üzerine Etkisi, Düşünen Adam, 15(1), 46-50.
- Tüzün, O., Sayar, K. 2006, Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji, Düşünen Adam, 19(1), 24-39.
- Uludağlı, N.P., Sayıl, M. 2009, Orta ve İleri Ergenlik Döneminde Risk Alma Davranışı: Ebeveyn ve Akranların Rolü, Türk Psikoloji Yazıları, 12(23), 14-24.
- Ulusoy, Y., Durmuş, E. 2011, Investigation of Interpersonal Dependency Tendency in Terms of Five-Factor Personality Traits, Inonu University Journal of the Faculty of Education, 2(12), 1-21.
- Yılmaz, E., Şahin, Y.L. 2014, Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: Balıkesir İli Örneği, Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 4(1), 134-144.
- Young, K. 2013. İnternet Addiction Test (IAT). <http://netaddiction.com/internet-addiction-test/> internet sitesinde müsait durumdadır.

EKLER

EK1. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

EK2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

EK3. İlişki Ölçekleri Anketi

EK4. Kişisel Bilgi Formu

EK5. Yemin Metni

EK6. Özgeçmiş



EK1.

AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

Aşağıda akıllı telefon kullanımı ile ilgili verilen ifadelerden size en uygun olduğunu düşündüğünüz seçeneği lütfen işaretleyiniz.

**1.)Kesinlikle katılmıyorum 2.)Katılmıyorum 3.)Kısmen katılmıyorum 4.)Kısmen katılıyorum
5.)Katılıyorum 6.)Kesinlikle katılıyorum**

		1	2	3	4	5	6
1	Akıllı telefon kullanımından dolayı planladığım işleri aksatırım						
2	Akıllı telefonu kullanımından dolayı derslerime odaklanmakta,ödevlerimi yapmakta ve işlerimi tamamlamakta güçlük çekerim						
3	Yoğun akıllı telefon kullanımından dolayı ile başım döner ve bulanık görürüm						
4	Akıllı telefon kullanımından dolayı el bileğimde ya da enseimde ağrı hissederim						
5	Akıllı telefonumu yoğun kullanımım sebebiyle uykusuz ve yorgun hissederim						
6	Akıllı telefonumu kullanırken sakin ve rahat hissederim						
7	Akıllı telefonumu kullanırken keyifli ya da heyecanlı hissederim						
8	Akıllı telefonumu kullanırken özgüvenli hissederim						
9	Akıllı telefon kullanımım stresi yok edebilmemi sağlar						
10	Hayatımda akıllı telefonumu kullanmaktan daha eğlenceli bir şey olamaz						
11	Akıllı telefonum olmadan hayatım boş olurdu						
12	Akıllı telefonumu kullanırken kendimi çok özgür hissederim						
13	Akıllı telefon kullanmak yapılabilecek en eğlenceli şeydir						
14	Akıllı telefonumun yanımda olmamasına tahammül edemem						
15	Akıllı telefonum yanımda olmadığına sabırsız ve sinirli olurum						
16	Kullanmasam da akıllı telefonum aklımdadır						

17	Günlük hayatımı aksatmasına rağmen akıllı telefonumu kullanmaktan vazgeçemem								
18	Akıllı telefonumu kullanırken rahatsız edilirse huzursuz olurum								
19	Çok sıkışmış olsam bile tuvalete akıllı telefonum ile girerim								
20	Akıllı telefon sayesinde daha çok insanla tanışmak çok iyi hissettirir								
21	Akıllı telefon arkadaşlarımla olan ilişkilerimin gerçek hayattaki arkadaşlarımla olan ilişkilerimden daha yakın olduğunu hissedirim								
22	Akıllı telefonumu kullanamamak bir arkadaşını kaybetmek kadar acı olurdu								
23	Akıllı telefon arkadaşlarımla beni gerçek hayattaki arkadaşlarımdan daha iyi anladıklarını hissedirim								
24	İnsanların Twitter ya da Facebook üzerinden konuşmalarını kaçırmamak için sürekli akıllı telefonumu kontrol ederim								
25	Uyandıktan hemen sonra Twitter ya da Facebook gibi sosyal paylaşım sitelerini kontrol ederim								
26	Akıllı telefon arkadaşlarımla konuşmayı, gerçek hayattaki arkadaşlarımla ya da ailemin diğer üyeleri ile birlikte olmaya tercih ederim								
27	Diğer insanlara sormaktansa akıllı telefonumdan araştırmayı tercih ederim								
28	Tam olarak şarj edilmiş bataryam bir tam gün dayanmaz								
29	Akıllı telefonumu hedeflediğimden daha uzun süre kullanırım								
30	Kullanmayı bıraktıktan hemen sonra akıllı telefonumu yeniden kullanmak isterim								
31	Akıllı telefonumu kullanma süresini azaltmayı bir çok kez denemiş olmama rağmen başaramadım								
32	Akıllı telefonumu kullanma süresini azaltmam gerektiğini her zaman düşünürüm								
33	Çevremdeki insanlar akıllı telefonumu çok fazla kullandığımı söylerler								

EK2.

İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

Aşağıda verilen her soru için size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

0=Hiçbir zaman 1=Nadiren 2=Ara sıra 3=Çoğunlukla 4=Çok sık 5=Devamlı

1	Ne sıklıkla planladığınızdan daha fazla süre internette kalıyorsunuz?	0	1	2	3	4	5
2	Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?	0	1	2	3	4	5
3	Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?	0	1	2	3	4	5
4	Ne sıklıkla internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurarsınız?	0	1	2	3	4	5
5	Ne sıklıkla bir işe başlamadan önce e-postanızı (e-mail) denetlersiniz?	0	1	2	3	4	5
6	Ne sıklıkla okula devamınız internette dolaylı olumsuz etkilenir?	0	1	2	3	4	5
7	Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?	0	1	2	3	4	5
8	Çevrenizdekiler ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın fazlalığından şikayet eder?	0	1	2	3	4	5
9	Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?	0	1	2	3	4	5
10	Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?	0	1	2	3	4	5
11	Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?	0	1	2	3	4	5
12	Ne sıklıkla internetsiz hayatın sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?	0	1	2	3	4	5
13	Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıncı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?	0	1	2	3	4	5
14	Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?	0	1	2	3	4	5
15	İnternette olmadığınız zamanlarda ne sıklıkla interneti düşünür veya internete girmeyi hayal edersiniz?	0	1	2	3	4	5
16	Kendinizi ne sıklıkla internetteyken "yalnızca birkaç dakika daha" derken bulursunuz?	0	1	2	3	4	5
17	Ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın miktarını azaltmaya çalışır ve başarısız olursunuz?	0	1	2	3	4	5
18	İnternette kaldığınız süreyi ne sıklıkla saklamaya çalışırsınız?	0	1	2	3	4	5
19	Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?	0	1	2	3	4	5
20	Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlırsınız?	0	1	2	3	4	5

EK3.

İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

Aşağıda verilen cümleleri lütfen yakın ilişkilerinizi (arkadaşlık, romantik ilişkiler gibi) düşünerek 7 ölçek üzerinden size en uygun olanı işaretleyiniz.

1.)Beni Hiç Tanımlamıyor 2.)Beni pek tanımlamıyor 3.)Bir Fikrim Yok 4.)Beni Biraz Tanımlıy5.)Beni oldukça Tanımlıyor 6.)Tamamıyla Beni Tanımlıyor

		1	2	3	4	5	6	7
1	Başkalarına kolaylıkla güvenemem.							
2	Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.							
3	Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.							
4	Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.							
5	Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.							
6	Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum.							
7	Yalnız kalmaktan korkarım.							
8	Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.							
9	Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.							
10	Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.							
11	Başkalarının bana, benim onlara verdiğim değer kadar değer vermediğinden kaygılanırım.							
12	Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.							
13	Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.							
14	Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.							
15	Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.							
16	Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.							
17	Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.							

EK4.

Kişisel Bilgi Formu

ANKET: I. BÖLÜM

Bu çalışmanın amacı internet ve akıllı telefon bağımlılığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Yanıtlarınız yalnızca bu çalışma için kullanılacak ve gizli tutulacaktır. Zaman ayırdığınız ve katıldığınız için teşekkür ederiz. Lütfen her soruyu yanıtlayınız.

Cinsiyetiniz: Kadın:

Erkek:

Yaşınız:

Kiminle yaşıyorsunuz?:

Ailemle	<input type="text"/>
Akrabalarımle	<input type="text"/>
Arkadaşlarımla	<input type="text"/>
Yalnız	<input type="text"/>

Anneniz: Sağ:

Yaşamıyor:

Babanız: Sağ:

Yaşamıyor:

Annenizin eğitim durumunu belirtiniz:

Okur-Yazar değil	<input type="text"/>
Okur-Yazar	<input type="text"/>
İlköğretim	<input type="text"/>
Lise	<input type="text"/>
Üniversite	<input type="text"/>
Üniversite ve üstü	<input type="text"/>

Babanızın eğitim durumunu belirtiniz:

Okur-Yazar değil	<input type="text"/>
------------------	----------------------

Okur-Yazar	
İlköğretim	
Lise	
Üniversite	
Üniversite ve üstü	

Aylık eve giren geliri yazınız:

940-1500 YTL	
1500-2500	
2500-4000	
4000 ve üstü	

Anne ve babanız:

Berber:	
Boşanmış:	
Ayrılmış:	
Dul	

İnternet kullanır mısınız?:

Evet:	
-------	--

Hayır:	
--------	--

Hangi sıklıkta internet kullanırsınız?:

	Her gün	Ayda birkaç kez	Hiçbir zaman
İnternet			

Günde kaç saatinizi internet başında geçirdiğinizi aşağıdaki tabloda işaretleyiniz.

	1-3 saat	3-6 saat	6-12 saat	12 saat ve üstü
İnternet (saat)				

**İnterneti en çok hangi amaç için kullanırsınız?
Aşağıdaki tabloda işaretleyiniz.**

Sosyal medyayı kullanmak için (facebook, twitter, vb.)	
Araştırma yapmak için (ödev, internette sörf)	
İş için	
Oyun oynamak için (online oyun, vb.)	
Yeni arkadaşlıklar kurmak için	
Arkadaşlar ile haberleşmek için	
Dizi veya film izlemek için	
Haberleri takip etmek için	
Alışveriş yapmak için	
Chat yapmak için	

İnternet bağlantısına hangi araç ile ulaşıyorsunuz?:

Akıllı telefon	
Tablet	
Kişisel bilgisayar	
İnternet kafe	

Akıllı telefon kullanır mısınız?:

Evet:

Hayır:

Gün içerisinde en çok akıllı telefon kullandığınız zaman dilimi/dilimleri hangileridir?:

Sabah (07:00-12:00)	
---------------------	--

Öğlen (12:00-15:00)	
Öğleden sonra (15:00-18:00)	
Akşam (18:00-23:00)	
Gece (23:00-07:00)	

Günde kaç saatinizi akıllı telefonunuz ile geçirdiğinizi aşağıdaki tabloda işaretleyiniz.

1-4 saat 4-8 saat 8-16 saat 16 saat ve üstü

Akıllı telefon				
----------------	--	--	--	--

Akıllı telefonu hangi amaçlar için kullanırsınız? Lütfen tabloda işaretleyiniz.

Mesaj göndermek ve/veya telefon açmak için	
Oyun oynamak için	
Sosyal medyayı kullanmak için	
İnterneti kullanmak için	
Uygulamaları kullanmak için	
Alışveriş yapmak	
Ders çalışmak	
Not paylaşmak	
Arkadaş bulmak	
Sevgili bulmak	
Araştırma yapmak	
Yeni insanlarla tanışmak	

Kolay arkadaşlık kurar mısınız?:

Evet	
Hayır	

Hangi yollar ile iletişim kurmayı tercih edersiniz?:

Telefon (SMS, arama yapmak)	
Sosyal medya hesaplarını kullanarak (facebook, twitter, instagram, vb.)	
Yüz yüze görüşerek	
Mail göndererek	

Hangi iletişim yolunu kullanmak kendinizi daha iyi ve güvende hissettirir?:

Mesajlaşarak	
Facebook, instagram, twitter kullanarak	
Yüz yüze görüşerek	
Telefonda görüşerek	
Mail göndererek	

Kimler ile daha iyi iletişim kurarsınız?:

Kız arkadaşlarım	
Erkek arkadaşlarım	
Ailem	
Akrabalarım	

Sosyal etkinliklere hangi sıklıkta katılırsınız? :

Haftada bir kez Haftada birkaç kez Ayda birkaç kez Hiçbir zaman



EK 5.

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ile İlişkisinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Tarih
07/06/2016

Adı SOYADI

Ece YÜCELTEN

İmza

EK 6.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler:

Ece Yücelten

Tel : (0216) 332 72 02

Mobile : 0533 335 14 77

E-mail : eceercan_89@hotmail.com

Eğitim durumu :

Özel Çamlıca Bilfen Lisesi mezuniyetinden sonra İstanbul Bilgi Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümünden mezun oldum. Ardından Üsküdar Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programına başladım.

Yabancı Dil (ler) ve düzeyi:

İngilizce: İleri düzeyde

İş deneyimi:

10/2009 - 05/2010 Staj

Saklıbahçe Eğitim Kurumları Anaokulu

Psikolojik danışmanlık ve rehberlik birimi

14/10/2011 - 18/01/2012

DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü

DBE Yetişkin ve Aile Psikolojik Danışmanlık Merkezi

Mesleğe Hazırlık ve Staj Programı

17/10/2011 - 08/12/2011

TEGV Türkiye Eğitim Gönüllüleri Vakfı

Destek Gönüllüsü-Ofis Gönüllüsü

13/06/2011 - 24/06/2011 Staj

NP İstanbul Nöropsikiyatri Hastanesi

31/12/2012 – 11/01/2013 Staj

NP İstanbul Nöropsikiyatri Hastanesi

