

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET  
BAĞIMLILIKLARI, ALGILANAN SOSYAL DESTEK  
DÜZEYLERİ VE REDDEDİLME DUYARLILIKLARI**

**THE RELATION BETWEEN INTERNET ADDICTION,  
PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND REJECTION  
SENSITIVITY OF UNIVERSITY STUDENTS**

**Hatice Berna METE**

Hacettepe Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

olarak hazırlanmıştır.

2017

## KABUL VE ONAY

Eğitim Bilimleri Enstitüsü M¼d¼rl¼đ¼'ne,  
Hatice Berna METE'nin hazırladığı "¼niversite ¼đrencilerinin İnternet Bağımlılıkları,  
Algılanan Sosyal Destek D¼zeyleri ve Reddedilme Duyarlılıkları" başlıklı bu çalışma  
j¼rimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik  
Bilim Dalı'nda Y¼ksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan Prof. Dr. İbrahim YILDIRIM



¼ye  
(Danışman) Doç. Dr. T¼rkan DOğAN



¼ye Doç. Dr. İlhan YALÇIN



¼ye Doç. Dr. şerife IşIK



¼ye Doç. Dr. Meliha TUZG¼L-DOST



## ONAY

Bu tez Hacettepe ¼niversitesi Lisans¼st¼ Eğitim-¼đretim ve Sınav Y¼netmeliđi'nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki j¼ri ¼yeleri tarafından ..... / ..... / ..... tarihinde uygun g¼r¼lm¼ř ve Enstit¼ Y¼netim Kurulunca ..... / ..... / ..... tarihinde kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Ali Ekber şAHİN  
Eğitim Bilimleri Enstit¼s¼ M¼d¼r¼

## YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI

Enstitü tarafından onaylanan lisansüstü tezimin/raporumun tamamını veya herhangi bir kısmını, basılı (kağıt) ve elektronik formatta arşivleme ve aşağıda verilen koşullarla kullanıma açma iznini Hacettepe Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak, tezimin tamamının ya da bir bölümünün gelecekteki çalışmalarda (makale, kitap, lisans ve patent vb.) kullanım hakları bana ait olacaktır.

Tezin kendi orijinal çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Tezimde yer alan telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izin alınarak kullanılması zorunlu metinlerin yazılı izin alınarak kullandığımı ve istenildiğinde suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Tezimin/Raporumun tamamı dünya çapında erişime açılabilir ve bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir.

(Bu seçenekle teziniz arama motorlarında indekslenebilecek, daha sonra tezinizin erişim statüsünün değiştirilmesini talep etmeniz ve kütüphane bu talebinizi yerine getirebile, teziniz arama motorlarının önbelleklerinde kalmaya devam edebilecektir)

Tezimin/Raporumun 30.06.2022 tarihine kadar erişime açılmasını ve fotokopi alınmasını (İç Kapak, Özet, İçindekiler ve Kaynakça hariç) istemiyorum.

(Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir, kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisi alınabilir).

Tezimin/Raporumun ..... tarihine kadar erişime açılmasını istemiyorum ancak kaynak gösterilmek şartıyla bir kısmı veya tamamının fotokopisinin alınmasını onaylıyorum.

Serbest Seçenek/Yazarın Seçimi: .....

19.06.2017

Hatice Berna METE

## ETİK BEYANNAMESİ

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada,

- tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu,
- atıfta bulunduğum eserlerin tümünü kaynak olarak gösterdiğimi,
- kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
- ve bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversitede veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı

beyan ederim.

  
Hatice Berna METE

## TEŞEKKÜR

Hayatımın hiçbir döneminde beni yalnız bırakmayan, desteklerini her zaman hissettiğim anne ve babama teşekkür ederim. İyi ki sizlere sahibim. Bu çalışmamı size armağan etmek istiyorum. İyi ki varsınız...

Tez danışmanım olmayı kabul ederek gönderdiğim her taslağı sabırla inceleyerek yapıcı önerilerde bulunan, bu süreçte beni sürekli motive eden sevgili danışmanım Doç. Dr. Türkan DOĞAN'a minnetlerimi sunarım.

Biricik kardeşim Zeynep'e, ablam Ahsen'e, eniştem Burak'a, minik yeğenime, dualarıyla destek olan anneannem ve babaanneme ve tüm aileme teşekkürlerimi sunarım.

Lisans dönemimde İstanbul'da evini ve kalbini açan sevgili Çiğdem DÜNDAR'a, dayım Mutlu DÜNDAR'a, Ada ve Derin'e, Ankara'yı çekilir kılarak bana anne ve babamı aratmayan sevgili teyzem Behiye YAĞCI ve eniştem Ali YAĞCI'ya çok teşekkür ederim.

Desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen arkadaşlarım Sezgi, Ayşegül ve Işıl'a, Hacettepe yaşantımı güzelleştiren tüm arkadaşlarıma, Gizem, Gülsen, Özlem ve Öznur'a ve tabii ki başım her sıkıştığında telefona sarılarak aradığım sevgili arkadaşım Muharrem'e, değerli arkadaşlarım Özge'ye, Mervenur'a, Sema'ya, Müncübe'ye, Şerife Hoca'ma, üniversitede ve sonrasında desteğini esirgemeyen sevgili hocam Ayşe GÜR TURABOĞLU'na teşekkür ederim. Hayat sizinle güzel.

Tez jürimde bulunmayı kabul eden ve geliştirdiği ölçeği çalışmamda kullanmama izin veren hocam Prof. Dr. İbrahim YILDIRIM'a ve jüri üyeleri Doç. Dr. İlhan YALÇIN'a, Doç. Dr. Şerife IŞIK'a ve Doç. Dr. Meliha TUZGÖL-DOST'a değerli katkılarından dolayı teşekkür ederim.

Son olarak, en değerli varlığım olan, hayatıma güzellikler katarak her zaman yanımda olan sevgili eşim Mehmet Yasin AFŞİN'e çok teşekkür ederim. Seni çok seviyorum...

# ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIKLARI, ALGILANAN SOSYAL DESTEK DÜZEYLERİ VE REDDEDİLME DUYARLILIKLARI

Hatice Berna METE

## ÖZ

Bu çalışmanın amacı, algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığının üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini yordayıp yordamadığını incelemektir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin cinsiyete, sınıf düzeyine, anne ve baba eğitim durumuna, aile gelir durumuna göre internet bağımlılıkları düzeylerinde anlamlı bir fark olup olmadığı da incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, bir devlet üniversitesinin çeşitli fakültelerinde ve sınıf düzeylerinde öğrenim görmekte olan, 419 (302 kadın, 117 erkek) gönüllü lisans öğrencisi oluşturmaktadır.

Araştırmada öğrencilerin internet bağımlılıklarını ölçmek amacıyla “İnternet Bağımlılığı Ölçeği”; algılanan sosyal destek düzeylerini ölçmek için “Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-Revize Formu” ve reddedilme duyarlılıklarını ölçmek amacıyla “Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Öğrencilerin demografik nitelikleri hakkında bilgi elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizinde, cinsiyete göre öğrencilerin internet bağımlılıklarında anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek amacıyla bağımsız örneklem t testi; sınıf düzeyi, günlük internet kullanım süresi, anne ve babanın eğitim düzeyi ve ailenin gelir düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark olup olmadığı tek yönlü varyans analizi; algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığının öğrencilerin internet bağımlılığını anlamlı olarak yordayıp yordamadıklarını belirlemek amacıyla ise regresyon analiz yöntemlerinden yararlanılmıştır.

Çalışmada elde edilen bulgulara göre, algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığı değişkenleri üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarını anlamlı şekilde yordamaktadır. Ayrıca, kadın öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri erkek öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinden anlamlı olarak yüksektir. Öte yandan, sınıf düzeyi arttıkça internet bağımlılığı puan ortalamaları da artmaktadır. Ayrıca anne ve babanın eğitim düzeyi, ailenin gelir düzeyi ve günlük internet kullanım süresine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark yoktur. Araştırmada elde edilen bulgular alanyazın ışığında tartışılmış ve çalışmanın sınırlılıkları değerlendirilerek çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar sözcükler:** İnternet bağımlılığı, algılanan sosyal destek, reddedilme duyarlılığı, üniversite öğrencileri

**Danışman:** Doç. Dr. Türkan DOĞAN, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı

# THE RELATION BETWEEN INTERNET ADDICTION, PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND REJECTION SENSITIVITY OF UNIVERSITY STUDENTS

**Hatice Berna METE**

## ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate whether perceived social support and rejection sensitivity predicted internet addiction levels of university students. In addition, the study examined whether gender, class levels, parents education level, family income and daily internet usage time have a significant relation with internet addiction was examined. The study group consisted of 419 volunteering university students (302 females and 117 males). Internet addiction levels of participants were measured by "Internet Addiction Scale (IAS)", perceived social support was assessed by "Perceived Social Support Scale- Revised (PSSS-R)" and rejection sensitivity was measured by "Rejection Sensitivity Scale (RSS)". Personal and socio-demographic informations about participants were collected by "Demographic Information Form (DIF)". Multiple regression analysis, independent samples t-test an one-way ANOVA were used for data analysis.

Result of the study showed that perceived social support and rejection sensitivity significantly predicted the internet addiction levels of university students. Also, internet addiction levels of women is significantly higher than males. On the other hand, no significance relationship between internet addiction levels of participants and their parents' education levels, family income and internet usage time. The findings of the study were discussed in the light of literature and recommendations were made.

**Keywords:** Internet addiction, perceived social support, rejection sensitivity, university students

**Advisor:** Assoc. Prof. Dr. Türkan DOĞAN, Hacettepe University, Department of Educational Sciences, Division of Psychological Counseling and Guidance



## İÇİNDEKİLER

KABUL ve ONAY.....	ii
YAYIMLAMA VE FİKRİ MÜLKİYET HAKLARI BEYANI .....	iii
ETİK BEYANNAMESİ .....	iv
TEŞEKKÜR.....	v
ÖZ .....	vi
ABSTRACT .....	viii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLolar DİZİNİ .....	xii
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xiii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ .....	xiv
1. GİRİŞ .....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	6
1.3. Problem Cümlesi .....	7
1.3.1. Alt Problemler.....	7
1.4. Sayıltılar.....	8
1.5. Sınırlılıklar.....	8
1.6. Tanımlar.....	9
1.7. Araştırmanın Kuramsal Temeli .....	9
1.7.1. İnternet Bağımlılığı .....	9
1.7.1.1.İnternet Bağımlılığının Belirtileri ve Nedenleri .....	11
1.7.1.2. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı .....	11
1.7.1.3. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri.....	14
1.7.1.3.1. Young'ın Kriterleri.....	14
1.7.1.3.2. Goldberg'in Kriterleri.....	15
1.7.1.3.3. Suler'in Kriterleri .....	16
1.7.1.3.4. Beard ve Wolf'un Kriterleri.....	17
1.7.1.3.5. Shapira'nın Kriterleri .....	17
1.7.1.4.İnternet Bağımlılığını Açıklayan Kuramlar .....	18
1.7.1.4.1. Suler'in İnternet Bağımlılığı Kuramı.....	18
1.7.1.4.2. Young'ın Dört Kategori Kuramı.....	19
1.7.1.4.3. Grohol'ün Patolojik İnternet Kullanım Kuramı.....	20
1.7.1.4.4. Bilişsel Davranışçı Kuram .....	20
1.7.1.5. İnternet Bağımlılığının Tedavisi.....	21
1.7.1.6. Türkiye'de İnternet Kullanımı .....	22
1.7.2. Algılanan Sosyal Destek .....	24
1.7.2.1. Sosyal Destek Çeşitleri .....	26
1.7.2.2. Sosyal Desteğin İşlevi .....	27
1.7.2.3. Sosyal Destek Kaynakları .....	28
1.7.3. Reddedilme Duyarlılığı .....	30
1.7.3.1. Sosyal Reddedilme .....	30

2. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	32
2.1. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Araştırmalar .....	32
2.2. Sosyal Destek ile İlgili Araştırmalar .....	34
2.3. Reddedilme Duyarlılığı ile İlgili Araştırmalar .....	35
3. YÖNTEM .....	37
3.1. Araştırmanın Yöntemi .....	37
3.2. Çalışma Grubu.....	37
3.3. Veri Toplama Araçları .....	39
3.3.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği .....	39
3.3.2. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Revize Formu .....	40
3.3.3. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği .....	40
3.3.4. Kişisel Bilgi Formu.....	41
3.4. Veri Toplama Araçlarının Uygulanışı .....	41
3.5. Verilerin İşlenmesi ve Çözülmesi .....	41
4. BULGULAR VE TARTIŞMA .....	43
4.1. İnternet Bağımlılığı ve Bireysel Değişkenlere İlişkin Bulgular ve Tartışma .....	43
4.1.1. İnternet Bağımlılığı ve Bireysel Değişkenlere İlişkin Bulgular .....	43
4.1.2. İnternet Bağımlılığı ve Bireysel Değişkenlere İlişkin Tartışma .....	45
4.2. İnternet Bağımlılığı ve Ailesel Değişkenlere İlişkin Bulgular ve Tartışma .....	46
4.2.1. İnternet Bağımlılığı ve Ailesel Değişkenlere İlişkin Bulgular.....	46
4.2.2. İnternet Bağımlılığı ve Ailesel Değişkenlere İlişkin Tartışma.....	49
4.3. İnternet Bağımlılığı ve İnternet Kullanım Süresine İlişkin Bulgular ve Tartışma .....	50
4.3.1. İnternet Bağımlılığı ve İnternet Kullanım Süresine İlişkin Bulgular.....	50
4.3.2. İnternet Bağımlılığı ve İnternet Kullanım Süresine İlişkin ve Tartışma .....	52
4.4. İnternet Bağımlılığının Yordayıcılarına İlişkin Bulgular ve Tartışma.....	52
4.4.1. İnternet Bağımlılığının Yordayıcılarına İlişkin Bulgular.....	52
4.4.2. İnternet Bağımlılığının Yordayıcılarına İlişkin Tartışma.....	55
5. SONUÇ ve ÖNERİLER .....	56
5.1. Sonuçlar.....	56
5.2. Öneriler.....	57
5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler .....	57
5.2.2. Uygulamacılara Yönelik Öneriler .....	58
5.2.3. Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler.....	59
KAYNAKÇA.....	60
EKLER DİZİNİ .....	80
EK 1. Etik Komisyonu Onay Bildirimi.....	81
EK 2. Orijinallik Raporu .....	83
EK 3. Gönüllü Katılım Formu.....	85
EK 4. Kişisel Bilgi Formu .....	86
EK 5. İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ).....	87
EK 6. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Revize Formu (ASDÖ-R) .....	88

EK 7. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği (RDÖ).....	90
ÖZGEÇMİŞ .....	91



## TABLolar DİZİNİ

Tablo 1.1: Türkiye’de 2008-2012 Yılları Arasında Öğrencilerde İnternet Bağımlılığı Yaygınlık Oranları.....	13
Tablo 2.1: Türkiye İstatistik Kurumu Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı 2007-2016 .....	23
Tablo 3.1.: Katılımcıların Cinsiyete, Yaşa, Sınıf Düzeyine, Aile Aylık Gelirine, Anne ve Baba Eğitim Düzeyine ve Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Dağılımları .....	38
Tablo 4.1.: Cinsiyete Göre Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına İlişkin Bağımsız Gruplar için t Testi Sonuçları .....	43
Tablo 4.2.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarının Sınıf Düzeyine Göre Betimsel Değerleri .....	44
Tablo 4.3.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanları ve Sınıf Grupları İçin Varyans Anlizi Sonuçları .....	44
Tablo 5.1.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre Betimsel Değerleri .....	46
Tablo 5.2.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanları ve Annenin Eğitim Düzeyi Grupları İçin Varyans Analizi Sonuçları .....	47
Tablo 5.3.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre Betimsel Değerleri .....	47
Tablo 5.4.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanları ve Babanın Eğitim Düzeyi Grupları İçin Varyans Analizi Sonuçları .....	48
Tablo 5.5.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarının Ailenin Gelir Düzeyine Göre Betimsel Değerleri.....	48
Tablo 5.6.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanları ve Ailenin Gelir Düzeyi İçin Varyans Analizi Sonuçları .....	49
Tablo 6.1.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarının Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Betimsel Değerleri .....	51
Tablo 6.2.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanları ve Günlük İnternet Kullanım Süresi Grupları İçin Varyans Analizi Sonuçları .....	51
Tablo 7.1.: Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler Arasındaki Korelasyonlar .....	53
Tablo 7.2.: Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Düzeylerini Yordayan Değişkenlere İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları .....	54

## ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1.1. Davis'in Bilişsel-Davranışsal Patolojik İnternet Kullanım Modeli.....21



## SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

**TÜİK:** Türkiye İstatistik Kurumu

**DSM IV:** Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fourth Edition

**İBO:** İnternet Bağımlılığı Ölçeği

**ASDÖ-R:** Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Revize Formu

**RDÖ:** Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği



# 1. GİRİŞ

Çalışmanın bu bölümünde araştırma ile ilgili problem durumu açıklanmıştır. Ardından araştırmanın amacı ve önemi, problem cümlesi, sayıltıları, sınırlılıkları ve araştırmada yer alan temel kavramların tanımlarına yer verilmiştir. Son olarak araştırmanın kuramsal temeli ele alınmıştır.

## 1.1. Problem Durumu

Bilgisayar kullanımının ve internete erişimin hızla arttığı ve kolaylaştığı günümüzde bu teknoloji kullanımının önemi de gün geçtikçe artmaktadır. Bilgisayar ve internet kullanımının çağımızda hızla gelişmesi ve yaygınlaşmasının temel nedenlerinden biri sunduğu hizmetler ile günlük yaşamı kolaylaştırmasıdır (Tanrıverdi, 2012). Son yıllarda dünyada ve Türkiye’de de internet kullanımının hızla arttığı görülmektedir. Özellikle ergenlik dönemindeki bireyler teknoloji kullanımını kısa zamanda benimsemiş ve günlük hayatlarının bir parçası haline getirmişlerdir (Baytemir, 2006). Türkiye’de 2015 yılı Nisan ayında ülke genelindeki internet erişimi imkanına sahip hanelerin tespiti için yapılan araştırma sonuçlarına göre erişim imkanına sahip hanelerin oranı %69,5’tir. 16-74 yaş aralığındaki erkeklerde internet kullanımı %55,9 iken, kadınlarda %46,1’tür. İnternet kullanan bireylerin %94,2’si interneti düzenli olarak kullanmaktadır (TÜİK, 2015a). İstatistiki bilgilere göre günümüzdeki milyonlarca genç ve yetişkin interneti deneyimlemektedir.

İnternet kullanımının artmasıyla birlikte, bu deneyimi yaşayan insanların internet kullanımında hem olumlu hem de internet bağımlılığı gibi olumsuz sonuçlarla karşılaşabilmektedir. İnternet bağımlılığı kavramının standardize edilmiş bir tanımı yoktur. Birkaç araştırmacı “bağımlılık” kelimesinin yalnızca kimyasal madde bağımlıları için kullanılması gerektiğini belirtse de, benzer tanı kriterleri kumar bağımlılığı gibi diğer problemleri davranışları tanımlamak adına da kullanılmıştır. Bağımlılık terimi popüler kullanımda herhangi bir madde veya eylemle ilişkilendirilebilir (Tanrıverdi, 2012). İnternet bağımlılığının da diğer bağımlılık türlerindeki gibi benzer durumlara yol açtığı görülmektedir. Bu nedenle araştırmacılar internet bağımlılığını çeşitli durumlarla tanımlamaktadır. Örneğin bir başka çalışmada internet bağımlılığı, bireyin interneti olması gerekenden çok daha fazla kullanılması ve bu kullanımın gün içinde bırakamamasından kaynaklanarak

kişinin kendine zarar vermesi durumu olarak tanımlanmıştır (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000). DSM-IV'deki patolojik kumar oynama bağımlılığı tanı ölçütlerinden yola çıkarak Young (1996) kendi internet bağımlılığı kriterlerini ortaya koymuştur. Tanımlanan kriterlerden minimum beş tanesinin yaşanması durumunda kişiye bağımlı denilebilmektedir. Young (1996) tarafından ortaya koyulan tanı ölçütleri şöyledir:

- Her daim internet ile ilgili hayaller kurma ve internet düşüncesini akıldan silmememe (sürekli oynayacağı oyunu düşünüp, oyunlarda seviye atlama endişesi ve takıntısını yaşama),
- İnternet kullanma isteğinin dinmemesi,
- Kontrolsüz bir şekilde internet kullanma ve bu kullanımı kontrol altına alamama (bırakamama veya azaltamama),
- Kişide internet kullanımının azalması veya bırakılması ile birlikte gelen kızgınlık, çökkünlük ve huzursuzluk hissi,
- İnternet kullanmaya başlarken yapılan zamanlama planlamasına uyulmama ve internette daha fazla vakit harcama,
- Bireyin aşırı internet kullanması ile birlikte gelen sosyal problemler (aile, iş, okul, kariyer vb.),
- İnternette geçirdiği vakit ile ilgili terapistle veya aileye yalan söyleme,
- İnterneti kendi şahsi sorunlarından kaçmak ya da olumsuz duygu durumundan arınmak için kullanım gösterme.

Yukarıda da belirtildiği üzere, internet kullanımının getirdiği pek çok olanaklara rağmen bireyler için pek çok riskleri de bulunmaktadır. Bu riskler; iletişim sorunları, duyarsızlaşma, gençlerin sosyal yapıdan uzaklaşarak yalnızlaşması veya uzun süre bilgisayar başında kalmaktan dolayı ortaya çıkan sağlık problemleridir. Bu nedenle günümüzün ciddi bir problemi olan internet bağımlılığının kaynaklarının araştırılması önemli görülmektedir. Bireyin internet bağımlılığına sahip olma sürecinde, algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığı faktörlerini anlamak büyük önem kazanmaktadır. Bu çerçevede araştırmada internet bağımlılığı ile bireyin algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığı kaynakları incelenecektir.



Toplumdan genel olarak kendini soyutlamış olan bireylerin internet yoluyla sosyalleşme çabası içine giren bireyler olduğu açıkça görülebilmektedir. Bireyin interneti sosyalleşme amacıyla kullanması, onu yakın çevresinden ve toplumsal bağlarından koparabilmektedir (Ögel, 2012). Bireye bilgi ve öğüt verme, maddi ve duygusal destek, takdir, kişinin problemlerle başa çıkmasına yardımcı olma, bireye model olma ve sosyal ilgi şeklinde görülen çok boyutlu kavrama sosyal destek adı verilmektedir (Yıldırım, 2004a). Bireyin sosyal destek kaynaklarını ailesi, aile çevresi, romantik partneri, arkadaşları, iş arkadaşları, öğretmenleri, komşuları, ideolojik, dinsel ya da etnik gruplarla kişinin içinde yaşadığı toplum gibi faktörler oluşturmaktadır (Yıldırım, 1997). İnternet ortamında sosyal destek ise kullanıcının sürekli olarak aynı sohbet grubunu, internet vasıtasıyla çoklu katılımcılarla oynanan çevrimiçi oyunlarını ya da haber gruplarını ziyaret ya da takip etmesi ile oluşabilmektedir. Birey internette, gerçek hayatın aksine fikirlerini açıkça belirtebildiği bir ortama sahip olduğu gibi romantik bir ilişki kurabilme şansına da sahip olmaktadır. İnternet bağımlıları günlük yaşamda bahsetmekten kaçındıkları inanç ve görüşlerine destek veren sistemleri internette bulabildiklerini söylemişlerdir (Young, 1998a). Diğer bir deyişle, internet sayesinde birey sosyal destek ihtiyacını karşılayabilmektedir.

Gerçekleşme ihtimali bulunan yardımlar algılanan sosyal destek olarak adlandırılmaktadır (Kaplan, 1985). Algılanan sosyal destek, bireyin sosyal ilişkilerini algılama şeklidir ve bu ilişkinin birey üzerindeki etkisi ile alakalıdır. (Karadağ, 2007). Çevreden alınan sosyal desteğin, bireyin internet bağımlılığını engelleyen önemli bir faktör olduğu düşünülmektedir.

İnternet kullanımı ile sosyal destek arasındaki ilişkiyi inceleyen çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Üniversite öğrencileri ile internet kullanımı ve sosyal desteğin incelendiği bir çalışmada problemlili internet kullanımının algılanan sosyal destekle ilişkisi olduğu belirlenmiştir (Özcan, 2004). Aynı şekilde üniversite öğrencileri ile yapılan bir diğer çalışmada ise sosyal desteğin problemlili internet kullanımını yordadığı bulunmuştur (Kuzucu vd., 2015). Bir başka çalışmada ise sosyal desteği az olan öğrencilerin internet kullanımlarında artış olduğu saptanmıştır (Ersun vd., 2012). Lise öğrencileri ile yapılan bir çalışmada ise öğrencilerin internet kullanım alışkanlıkları ile sosyal destek değişkenleri arasında manidar bir fark bulunmamıştır (Ak, 2014). Bu konuda ortaokul öğrencileriyle yapılan diğer

çalışmalarda ise öğrencilerin internet bağımlılıkları ile sosyal destek arasında manidar bir fark tespit edilmiştir (Tanrıverdi, 2012, Baytemir, 2006). İnternet bağımlılığı yüksek olan bireylerin sosyal destek düzeyleri diğerlerine göre daha düşük bulunmuştur (Batıgün ve Kılıç, 2011). Yetişkinlerin algıladıkları sosyal destek düzeyleri arttıkça internet bağımlılık düzeyleri azalmaktadır (Günüç ve Doğan, 2013). Yurt dışında yapılan bir araştırmada ise internet kullanımı arttıkça algılanan sosyal destek düzeyi azalmaktadır (Mitchell vd., 2011). Aynı konuda yapılan bir başka çalışmada ise sosyal desteğin kompülsif internet kullanımı ile ilişkisi bulunmuştur (Quinones ve Kakabadse, 2015). Yapılan araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde, farklı yaş grupları ile çalışılmasına rağmen genel olarak sosyal destek ile internet kullanımı arasında ilişki bulunmaktadır.

Gün içerisinde çok fazla internet kullanımından dolayı, kişiler yüz yüze iletişim kurmaktan kaçınmaya başlamaktadırlar. Bu durum neticesinde başkalarının duygu ve davranışlarına duyulan hassasiyet, reddedilmeye karşı verilen tepkiler olarak açıklanabilmektedir. Reddedilmeye ilişkin endişeli bekleyişin ve reddi kolayca algılama eğiliminin yoğun internet kullanımı ile ilişkili olduğu görülmektedir. Reddedilme duyarlılığı, başkalarının sözlerini veya hareketlerini kişisel algılamadan dolayı bireyde oluşturduğu yanlış anlama ve incinme duygusudur (Sarıçam, 2011). Yeni insanlarla sosyal ortamlarda tanışmaktan kaçınan, asosyal eğilimleri olan ve dışlanmaktan korktuğu için etkileşime girmekten kaçınan bireylerin, internet yolu ile daha kolay bir şekilde kendilerini ifade ettiği ve yoğun internet kullanan kişilerin reddedilme duyarlılıklarının diğerlerine göre daha fazla olduğu düşünülmektedir. Konu ile ilgili araştırmalar incelendiğinde reddedilme duyarlılığı ile internet bağımlılığı arasında nasıl bir ilişkisi olduğuna dair yurtiçinde yapılan araştırmaya rastlanılmamıştır. Khaleque (2001) reddedilme duyarlılığı yüksek olan kişilerin ortak kişilik özelliklerini aşağıdaki gibi sıralamıştır:

1. Bağımlılık ya da savunucu bağımsızlık (yaşanılanın reddedilme biçimine ve derecesine bağlı),
2. Duyarsızlık,
3. Saldırganlık, düşmanlık, pasif düşmanlık ya da saldırganlık ya da saldırganlığın denetimiyle ilgili problemler,
4. Özsaygı eksikliği,

5. Özyeterlilik eksikliği,
6. Duygusal tutarsızlık,
7. Negatif dünya görüşü.

Reddedilme duyarlılığı yüksek olan bireylerde reddedilme algılandığı zaman, kişiler stres ve tehdit altına girerler. Yine aynı şekilde reddedilme algılandığında olumsuz uyarılma hali içinde de olurlar. Bu hal bireysel değer ve yeterlilik duygularının zayıflaması ile beraber depresyona ve özsaygı seviyesinin azalmasına sebep olmaktadır (Magios, Downey ve Shoda, 2000; Oktan, 2012).

Yapılan alanyazın araştırmasında Türkiye’de internet bağımlılığının nedenlerini ortaya koyan araştırmaların sınırlı sayıda olduğu görülmektedir (Gürsoy, 2010; Bal, 2010; Ateş, 2011; Rahat, 2014). Bununla birlikte, daha önce de belirtildiği üzere internet bağımlılığı ve reddedilme duyarlılığı ile ilgili herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Türkiye’de internet bağımlılığı veya problemlili internet kullanımı ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde; internet ile anne baba tutumları (İşleyen, 2013; Canoğulları, 2014; Önay, 2014, Eftekin, 2015; Baykan, 2015), akademik başarı (Toraman, 2013) ve algılanan sosyal destek (Tanrıverdi, 2012; Taçyıldız, 2010) konularına odaklanılmıştır. Ayrıca, sağlık sorunları (Aslan, 2011), siber zorbalık (Başköy, 2013; Peker, 2013; Türkoğlu, 2013), mizaç özellikleri (Özgün, 2011), aleksitimi (Akın, 2014), zorbalık (Coşkun, 2008), algılanan esenlik halleri (Çağır, 2010), sağlıklı yaşam (Yıldız, 2010; Sevindik, 2011), uyum (Gürcan, 2010), öz-yeterlilik düzeyi (Sırakaya, 2011), benlik saygısı (Özer, 2013), psikolojik iyi oluş (Yılmaz, 2013), sosyal kaygı (Zorbaz, 2013; Cicioğlu, 2014) gibi konularla ilgili de araştırma yapılmıştır. Öte yandan, bilişsel yetenek (Özolgün Kurt, 2014), yaşam doyumu (Balkaya Çetin, 2014; Eroğlu, 2014), öz anlayış (Yiğit, 2015), psikiyatrik değişkenler (Işık, 2016), depresyon (Tunalıoğlu, 2013; Soydan, 2015; Öner, 2015; Korkmaz, 2014), dikkat eksikliği ve hiperaktivite (Meşeli Allard, 2014), problem çözme becerileri (Ceylan, 2015), obezite (Budak, 2015; Çam, 2014), kaygı (Tok, 2014), sosyal beceri (Biçer, 2014), ergenlik problemleri (Şahin, 2014), öznel iyi oluş (Derin, 2013) ve bağlanma (Şenormancı, 2013) konularına da odaklanıldığı görülmektedir. Araştırmalarda internet bağımlılığı, algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığı değişkenlerinin birlikte ele alındığı herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu çerçevede bu çalışmanın amacı, üniversite

öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin bireysel, ailesel, internet kullanım süresine göre incelenmesi ve algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılıklarının internet bağımlılığını yordama düzeylerinin belirlenmesidir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi:**

İnternet, istenilen her an iletişim kurabilme ve geniş kullanım alanı ile günlük yaşamın vazgeçilemez bir parçası haline gelmiştir. İnternetin bilgi alışverişi sağlama gibi katkısı olmasına karşın, doğru kullanılmamasından kaynaklanan siber zorbalık, oyun bağımlılığı veya kumar oynama birçok riskleri de barındırmaktadır. Türkiye nüfusunun %16,5'ini ise 15-24 yaş aralığındaki (12 milyon 782 bin 381 kişi) genç nüfus oluşturmaktadır. Ayrıca, her dört gençten üçü interneti deneyimlemektedir (TÜİK, 2015b). Bu oranlar incelendiğinde, internet kullanımının hızla artması ve genç nüfusun bu kullanımı deneyimlemesi ile birlikte farklı yaş gruplarında yapılacak olan çalışmaların önemi artmaktadır. Bu noktada, üniversite öğrencileri ile yapılan bu çalışmanın söz konusu olan ihtiyacın giderilmesinde önem taşıyacağı düşünülmektedir.

Alanyazında yapılan çeşitli araştırmalar incelendiğinde internet kullanımı ve algılanan sosyal destek ile ilgili araştırmalara (Ak, 2014; Batıgün ve Kılıç, 2011; Baytemir, 2006; Ersun vd., 2012; Kayri, Tanhan ve Tanrıverdi, 2014; Kuzucu vd., 2015; Özcan ve Buzlu, 2005) rastlanmasına rağmen internet kullanımı ve reddedilme duyarlılığına ilişkin çalışma bulunmamıştır. Ayrıca, internet bağımlılığının, algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığı düzeyine etkisini inceleyen tez çalışmasına rastlanmamıştır. Bunların dışında diğer çalışmaların genellikle depresyon, anksiyete, sosyal kaygı ve sağlık sorunları gibi olumsuz yaşam durumları ile ilişkilendirilmektedir. Bu noktada internet bağımlılığını farklı değişkenlerle yordayan araştırmaların yeterli düzeyde olmadığı görülmektedir. Bu nedenle bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığının bireysel, ailesel, internet kullanım süresine göre incelenmesi ve algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığı internet bağımlılığını yordama düzeylerinin belirlenmesidir. Elde edilen bulguların ayrıca Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında çalışan uzmanların yapacakları çalışmalara ve araştırmalarına katkı sağlaması düşünülmektedir.

### **1.3. Problem Cümlesi:**

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığının bireysel değişkenlere (cinsiyet, sınıf düzeyi), ailesel değişkenlere (anne ve babanın eğitim düzeyi ve ailenin gelir durumu) ve günlük internet kullanım süresine göre incelenmesidir. Bir diğer amaç ise algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığının internet bağımlılığını yordayıp yordamadığının araştırılmasıdır. Bu kapsamda yapılan çalışmada aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmıştır. Bu doğrultuda oluşturulan problem cümleleri şöyledir:

Cinsiyet ve sınıf düzeyi gibi bireysel değişkenlere, anne ve babanın eğitim düzeyi ve ailenin gelir düzeyi gibi ailesel değişkenlere ve günlük internet kullanım süresine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?

Aile desteği, arkadaş desteği ve reddedilme duyarlılığı değişkenleri üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerini anlamlı olarak yordamakta mıdır?

#### **1.3.1. Alt Problemler:**

Araştırmanın problemi doğrultusunda oluşturulan alt problemler aşağıda yer almaktadır:

1. Bireysel değişkenlere (cinsiyet ve sınıf düzeyi) göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?
  - 1.1. Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?
  - 1.2. Sınıf düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?
2. Ailesel değişkenlere (annenin eğitim düzeyi, babanın eğitim düzeyi ve ailenin gelir düzeyi) göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?
  - 2.1. Annenin eğitim düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?

- 2.2. Babanın eğitim düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarında anlamlı bir fark var mıdır?
- 2.3. Ailenin gelir düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?
3. Günlük internet kullanım süresine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark var mıdır?
4. Algılanan Sosyal Destek (Aile desteği ve Arkadaş desteği) ve reddedilme duyarlılığı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerini anlamlı olarak yordamakta mıdır?

#### **1.4. Sayıltılar:**

Araştırmanın sayıltıları aşağıdadır.

1. Bu araştırmada katılımcılara, araştırmanın gizlilik ilkesine uyularak yapılacağını açıklayan; sonuçların yalnızca bilimsel amaçla kullanılacağı, gönüllü katılımcıların sebep göstermeksizin ve sorumlu tutulmaksızın araştırmadan istedikleri zaman ayrılacaklarını belirten bir 'Gönüllü Katılım Formu' hazırlanmış ve bu form katılımcılara imzalatılmıştır. Buna dayanarak, katılımcıların veri toplama araçlarına içten ve kendi durumlarını doğru şekilde yansıtan tepkilerde buldukları varsayılmıştır.
2. Bu araştırmada, katılımcıların Reddedilme Duyarlılığı ölçme aracının bir gereği olarak, reddedilme duyarlılığına neden olacak ilişkileri varmış gibi düşünerek tepki verdikleri varsayılmıştır.

#### **1.5. Sınırlılıklar:**

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdadır.

1. İnternet bağımlılığının yordayıcıları, ele alınan algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığı değişkenleri ile sınırlıdır.
2. Bu araştırma kendini anlatmaya dayalı ölçme araçları kullanılarak yürütülmüştür.
3. Bu araştırmada ele alınan internet bağımlılığı kavramı, İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

4. Bu araştırmada ele alınan algılanan sosyal destek kavramı, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.
5. Bu araştırmada ele alınan reddedilme duyarlılığı kavramı, Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği'nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.
6. Bu araştırma 2015-2016 öğretim yılı güz döneminde bir orta Anadolu kentindeki bir devlet üniversitesinden araştırmaya katılan öğrenciler ile sınırlıdır. Elde edilen bulgular yalnızca benzer özelliklere sahip üniversite öğrencilerine genellenebilir.

#### 1.6. Tanımlar:

Araştırma kapsamında ele alınan temel kavramlar aşağıda tanımlanmıştır.

**İnternet Bağımlılığı:** İnternetin kontrolsüz ve karşı koyulamayan bir şekilde sürekli kullanılması ve bu durumun kişinin hayatında olumsuz etkilere yol açması durumudur (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000).

**Algılanan Sosyal Destek:** Bireye verilen maddi ve manevi destek şeklinde görölen çok boyutlu kavramdır (Yıldırım, 2004a). Algılanan sosyal destekse gerçekleşebilecek yardım davranışı anlamına gelir (Kaplan, 1985).

**Reddedilme Duyarlılığı:** Reddedilme duyarlılığı, başkalarının sözlerini veya hareketlerinin kişisel algılamadan dolayı bireyde oluşan yanlış anlama ve incinme duygusudur (Sarıçam, 2011).

#### 1.7. Araştırmanın Kuramsal Temeli

Bu bölümde ilk olarak araştırmanın bağımlı değişkeni olan internet bağımlılığı ile ilgili kuramsal temel sunulmuştur. Ardından araştırmanın bağımsız değişkenleri olan reddedilme duyarlılığı ve algılanan sosyal destek ile ilgili kuramsal bilgilere değinilerek, internet bağımlılığı ile olan ilişkileri açıklanmıştır.

##### 1.7.1. İnternet Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı henüz diğer bağımlılık tipleri gibi tam olarak karşılığının bulunmaması ile birlikte internetin kontrolsüzce ve zararlı bir şekilde kullanılması olarak tanımlanmaktadır (Beard, 2005). İnternet bağımlılığında bireylerde madde bağımlılığında olduğu kadar yoksunluk belirtileri görölmemektedir. Madde bağımlılığında bireyler sosyal çevrelerinin veya ailelerinin ikazlarına maruz kalarak

bu davranışı söndürebilmektedirler. İnternet bağımlılığının ise diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi açık fiziksel veya somut belirtileri bulunmadığından dolayı bu davranışın azaltılması diğer bağımlılıklara göre daha zordur (Ünsal, 2016).

İnternet bağımlılığı bulunan bireyler genel olarak teknolojik buluşlarla meşguliyeti sevmektedirler. İnternet bağımlılığı karşısında bireyler kendilerini çaresiz hissetmeseler de bağımlılıklarının onlara haz vermektedir (Arısoy, 2009). İnternet bağımlılığı bulunan bireyler temel ihtiyaçları olan yemek yeme, içme, kitap okuma veya sosyalleşme gibi beklenen davranışlardan vazgeçip, çevrimiçi oyun oynama veya sosyal medya ile sürekli olarak meşguliyet içerisinde olduklarıdır. Bu tür durumlarda birey, internetle bütün gereksinimlerini karşılayacağına inanmaktadır.

Batıgün ve Hasta (2010) ise internet bağımlılığını aşağıdaki kriterlere göre tanımlamaktadır:

- İnternette sebebi olmadan gün ve saat bilinci olmadan bağlanıp bundan haz duymak,
- E-posta adresi, Skype, Facebook, Twitter vb. sosyal medya hesaplarını dağıtmak,
- İnternet dışı faaliyetlerde ilgi kaybı bulunması,
- Sosyal aktivitelerden kaçınmak,
- Spor aktivitelerinden kaçınmak,
- İş verimliliğini azaltmak,
- Her daim uykulu ve yorgun olmak,
- Alışverişlerin internet vasıtası ile yapılması,
- Aile bireyleri veya arkadaşlarla iletişim kurmak yerine sanal ortamlarda zaman harcamaktan haz almak,
- Gerçek yaşamdan zevk almamak ve sanal hayat fikrini benimsemek.

İnternet bağımlılığının 2000'li yıllar öncesinde bağımlılık olarak tanımlanması tartışılırken, günümüzde bu kavram kabul görmektedir ve bunun yanı sıra bağımlılık adına yürütülen tedavi çalışmaları bulunmaktadır. Günümüzde bu iletişim aracının kullanımı gerçek dışı bir hızla artmıştır. İnternet kullanımının yaygınlaşması bireylere olumlu katkılar getirmekle beraber bazı olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir. Bu olumsuzluklar; iş performansının azalması, uyku bozukluğu veya internet kullanımının olmadığı bir yaşantının sıkıcı veya anlamsız olduğu gibi bilişsel öğeleri içermektedir. Bunların yanı sıra internetin aşırı kullanılması ile birlikte görülen fizyolojik problemler veya epileptik nöbetler de



bireylerin sağlığını etkilemektedir. İnternet bağımlılığı küresel olduğu kadar ülkemizde de hızla yaygınlaşmaktadır.

#### **1.7.1.1. İnternet Bağımlılığının Belirtileri ve Nedenleri**

Ege niversitesi'nin yapmış olduğu araştırmada; internet bağımlılığının sosyal ve duygusal belirtilerinin yanında fiziksel semptomlarının da olduğu ifade edilmiştir.

Bu belirtiler:

- z bakımda azalmaların oluşması,
- Gz kurumasının yaşanması,
- Sırt ve bel ağrılarının oluşması,
- Hareket azlığından dolayı kilo artışın meydana gelmesi,
- El bileği ve parmaklarda rahatsızlıkların oluşması,
- Uyku düzeninde bozulma,
- Diyabet ve obezite

biçiminde sıralanmaktadır. Aynı zamanda çalışmada uzun süre internet başında kalmanın epilepsi nöbetlerinin yaşanmasına da neden olabileği tespit edilmiştir. İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan incelemeler bu davranışın diğer psikolojik hastalıklar ile beraber görülebileceğini ortaya koymuştur. İnternet bağımlılığı gösteren bireylerin yarısında farklı bir psikiyatrik bozukluk da görülebilmektedir. İnternet bağımlılığıyla en sık grlen psikiyatrik problemler; madde kullanımı (%38), duygudurum bozuklukları (%33), kaygı bozukluğu (%14), depresyon (%14) ve psikotik bozukluklardır (%10). Bu bozuklukların yanı sıra hiperaktivite, dikkat eksikliği, sosyal fobi ve depresyon gibi durumlarda da riskli internet kullanımı görülebilmektedir (Teknoloji Bağımlılığı Merkezi, 2011).

#### **1.7.1.2. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı**

İnternet bağımlılığının kültür, coğrafya, kıta, din, dil, ırk gibi kavramlar fark etmeksizin evrensel olarak hızlı yayıldığı belirtilmektedir. Buna ek olarak internetin bağımlılara sağladığı iletişim, medya, oyun, video, alışveriş gibi vazgeçilmez olanaklar sayesinde gelecekte diğer bağımlılıklara kıyasla daha yaygın olabileceği söylenmektedir (Din, 2010). Aynı zamanda bu hususla ilgili Block (2008) internet bağımlılığının DSM'de bulunabilecek kadar yaygın bir bozukluk olduğunu vurgulamakta iken DSM-5'te tanımlanan bağımlılık bozukluklarında madde ile ilişkili bozukluklar haricinde sadece kumar oynama bozukluğu tanımlanmıştır.

Alanyazın incelendiği zaman internet bağımlılığının yaygınlığına dair araştırmalarda önemli sonuçlar elde edilmiştir. Lin ve Tsai'nin (2002) Tayvan'daki ergenlerle yaptığı çalışmada katılımcıların %11,6'sı problemlili internet kullanımı göstermiştir. Yurt dışında yapılan bir başka araştırmada ise Hong Kong'da yaşayan üniversite öğrencilerinin %18'i internet bağımlısı olarak neticelendirilmiştir (Sally, 2006). Cao ve Su (2007), 12-18 yaş arasındaki 2126 öğrencinin dahil olduğu araştırmada internet kullanım seviyesinin %88 olduğu ve internet bağımlılık düzeyinin ise %2,4 olduğunu belirtmiştir. Bu konudaki bir diğer çalışmada Cao ve arkadaşları (2011), 15.538 öğrencinin dahil olduğu araştırmada öğrencilerden %8,1'inin sorunlu internet kullanımına sahip olduğunu belirlemiştir.

Gökçearslan ve Günbatır'ın (2012) ortaokul son sınıf öğrencileri ile yaptığı araştırmada 172 öğrenciden %2,33'nde internet bağımlılığı tespit edilmiştir. Katılımcıların %4,65'inin riskli internet bağımlısı, %12,80'inin ise sınır grubunda bulunduğu saptanmıştır. Yüzdeler dilimlere ele alındığında öğrencilerin yaklaşık %7'sinin internet bağımlılık seviyesinde bulunduğu ya da bu yolda ilerlediği, %17,45 oranındaki öğrencinin ise riskli seviyede internet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir. Yapılan bir diğer araştırmada ise, 2109 öğrenciden %4,5'inin internet bağımlılığı bulunduğu saptanmıştır (Tarı ve Ögel, 2009). Aşağıda verilen çizelgede, yapılan farklı çalışmalara göre Türkiye'deki öğrencilerin internet bağımlılık seviyesi gösterilmiştir.

Tablo 1.1.: Türkiye’de 2008–2012 yılları arasında öğrencilerde internet bağımlılığı yaygınlık oranları

Yıl	Araştırmacı	Okul Türü	Araştırma Grubu	İnternet Bağ. Yüzdesi	Riskli İnternet Kullanıcısı/ Eşik Grubu
2012	Gökçearslan ve Günbatar	Lise	172	2.33	17.45
2011	Üneri ve Tanıdır	Lise	211	24.2	
2010	Durak Batıgün, Kılıç, Akün ve Özgür (Proje)	Üniversite	1198	18.89	
2010	İnan	İ. Ö. 2. kademe ve Lise	524	0.4	9.2
2009	Kayri ve Günüç	Üniversite	277		11.5
2009	Tarı Cömert ve Ögel	Lise	2209	4.5	21.2
2009	Günüç	Lise	754	10.1	26.4 Riskli/ 34.1 Eşik Grubu
2009	Balcı ve Gülnar	Üniversite	953	23.2	28.4
2008	Doğan, Işıklar ve Eroğlu	Lise (son sınıf)	184		

Kaynak: Derin, S. (2013). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yapılan çalışmalar ve tabloda verilen oranlar ele alındığında, Türkiye’deki internet bağımlılık seviyesinin göz ardı edilemeyecek şekilde olduğu ortaya çıkmaktadır.

Söz konusu orana sınır ve risk grubunda bulunanlar da dahil edildiğinde yaygınlığın ve risk altında bulunan grup oranının artış gösterdiği neticesine varılmaktadır (Derin, 2013). Bunlara ek olarak, internet kullanımının zamanla artması ile birlikte üniversite öğrencileri gibi lise yaş grubunda yer alan bireylerde de internet bağımlılığı seviyesinin arttığı görülmektedir.

### **1.7.1.3. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri**

İnternet bağımlılığı, bu konuda araştırma yapan beş farklı araştırmacıya göre farklı şekillerde tanımlanmıştır. Araştırmacıların benzer tespitleri olduğu gibi farklı tespitleri de bulunmaktadır. Her beş araştırmacı da birbirinden farklı konular üzerinden internet bağımlılığını tanılamaya çalışmıştır. Yapılan çalışmalar aşağıda yer almaktadır.

#### **1.7.1.3.1. Young'ın Kriterleri**

Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayınlanan DSM-5'teki bağımlılık bozuklukları bölümünde madde ile ilişkili bozukluklar yer almaktadır. Madde ile ilişkili olmayan bağımlılık bozukluklarında ise sadece kumar oynama bağımlılığı tanımlanmıştır (Köroğlu, 2014). Young (2004), DSM-IV'ye bağlı olan ve internet bağımlılık durumuna en yakın gördüğü patolojik kumar oynama prensiplerinde değişiklik gerçekleştirerek internet bağımlılık teşhisi niteliklerini meydana getirmiştir. Young (2004) tarafından ortaya konan tanı prensipleri aşağıda verilmektedir;

- İnternetle ilgili yüksek oranda zihinsel uğraş,
- İnternet kullanım süresinde artışa gereksinim duyma,
- İnternet kullanımını en aza indirmeye veya bırakmaya yönelik başarısız girişimler gösterme,
- İnternet kullanımının aza indirildiği takdirde yoksunluk hissetme,
- İnternet kullanımında başlangıca göre daha fazla zaman geçirme,
- Aşırı internet kullanımı nedeni ile sosyal çevre ile ve işle ilgili problemler yaşama,
- Aile bireylerine, terapisteye ya da başka insanlara internet kullanım süresiyle ilgili yalan söyleme,
- İnterneti problemlerden uzaklaşmak ya da negatif duyguları yok etmek amacıyla kullanma.

### 1.7.1.3.2. Goldberg'in Kriterleri

Madde bağımlılığı belirtilerini kullanarak internet bağımlılığını açıklayan Goldberg (1996), 12 aylık bir süre içerisinde herhangi bir sürede meydana gelen aşağıdakilerin üçünü ya da daha çoğu ile belirli, klinik olarak belirgin bir bozulmaya veya soruna sebebiyet veren uygun olmayan internet kullanımı aşağıdaki gibi belirtmiştir (DiNicola, 2004; Goldberg,1996):

1. Aşağıdakilerden biriyle betimlenen etki gelişimi:

a. Arzu edilen zevkin alınabilmesi adına belirli artış göstermiş internet kullanım süreci,

b. Devamlı olarak aynı zamanlarda internet kullanımıyla alınan zevkte azalış görülmesi,

2. Aşağıda açıklanan biçimde eksiklik meydana gelmesi:

Ağır ve uzun dönem internet kullanımı neticesinde aşağıda verilen durumların minimum iki tanesinin gün boyu meydana gelmesi ve bireylerin söz konusu durumlardan ötürü iş, sosyal ve önemli işlevsel alanlarında problem meydana gelmesi:

a. Psikomotor ajitasyon,

b. Bunalım,

c. İnternette meydana gelen olaylar ile ilgili takıntılı fikirlere sahip olma,

d. İnternet ile ilgili çeşitli düşler kurma,

e. İstemli veya istem dışı tuş basma hareketlerinde bulunma,

f. Söz konusu problemlerden kurtulmak üzere internette ya da benzeri servislere bağlılık duyma,

3. İnternet kullanımında tasarlanan süreden daha uzun süre kalma,

4. İnternet kullanımını bitirmek veya kontrol altında tutmak üzere devamlı bir istek ya da başarısız çabaların mevcut olması,

5. İnternetle ilgili etkinliklerin uzaması,

6. Toplumsal, mesleki ya da psikolojik problemlere karşın internet kullanımının artarak süreklilik göstermesi.

### 1.7.1.3.3. Suler'in Kriterleri

Suler (1999), uygun ve uygunsuz internet kullanımı farkındalığının sağlanabileceğini ileri sürmektedir. İnternet kullanımı ayırımını yapmak üzere sekiz kriter ortaya koymuştur. Söz konusu kriterler aşağıda verilmektedir:

- İnternet aktivitesinin giderdiği gereksinimlerin miktar ve türü: Kişi fiziksel, içsel, bireysel ya da bireyler arası gereksinimlerini gidermek üzere internette yararlanmaktadır. Kullanıcı için giderilmesi amaçlanan gereksinim miktarında artış gözlemlenince doğru orantılı olarak internetin öneminde de artış gözlenmektedir.

- Giderilmemiş gereksinimlerin ardında bulunan eksiklik düzeyi: İnternet kullanıcısı bireyin gereksinimlerini bastırma ya da yadsıma seviyesiyle orantılı olarak gereksinimlerini karşılamak üzere değişik yöntemler arar. İnternet, genellikle söz konusu gereksinimlerin günlük yaşantıya kıyasla daha kolay karşılandığı bir ortamdır.

- İnternet etkinliğinin çeşidi: İnternetteki etkinlikler miktarıyla doğru orantılı olarak özellik içerdiği takdirde, internet kullanıcısı aynı oranda gereksinimini gidermek üzere interneti kullanmayı arzu etmektedir.

- İnternet kullanıcısının günlük yaşantıda iş görebilirliğine etkisi: Fiziksel, sağlık, iş ve okul performansı ve bireyler arası ilişkilerdeki iş görebilirlik etkilenebilmektedir. İnternet kullanımına paralel olarak sorun haline gelen alanların miktarı ve sorunun ciddiyeti patolojinin ciddiyetini ortaya koymaktadır.

- Bunalıma ait kişisel hisler: Kullanıcının internet aktiviteleriyle alakalı depresyon, sinir, suçluluk, hayal kırıklığı ve yabancılaşma hisleri patolojik internet kullanımının belirtileridir.

- Gereksinimler hakkında bilinçlenme: Üstü kapatılmış gereksinimlerini internet kullanım aracılığıyla gideren birey rahatlama yaşayarak karşılanmamış gereksinimlerini gidermeyi istemektedir. Birey internet aktivitelerinin altında bulunan giderilmemiş gereksinimlerini bilinç dahilinde anlayarak söz konusu çatışma ve eksikliğini gidermelidir.

- Tecrübe ve içinde bulunma aşaması: İnternet kullanıcıları tecrübe sahibi oldukça internette yaptıkları aktivitelerin gündelik yaşam gereksinimlerini yeterli seviyede giderilmediğini ve ilgi toplayıcılığının gitgide yok olduğunun bilincine varırlar. Genel olarak tecrübe, çevrimiçi kullanıcılarla iç içe olmayı zorunlu kılan etkinliklerden uzak durmaları hususunda yardımcı olmaktadır.

- Gündelik yaşam ve sanal ortam arasındaki denge ve bütünleşme: Uygun internet kullanımı, internet etkinlikleriyle gündelik yaşam etkinliklerini bütünleştirmektedir. Patolojik internet kullanımı, genel olarak gündelik yaşamdan uzaklaşmış sanal bir yaşamla neticelenmektedir.

#### **1.7.1.3.4. Beard ve Wolf'un Kriterleri**

Beard ve Wolf (2001) internet bağımlılığı tanı kriterlerinin geçerlilik ve nesnellliğini sorgulayıp birkaç ifadenin belirsiz olduğunu düşünerek kendi tanı kriterlerini ortaya koymuşlardır. Bu doğrultuda Young'ın saptadığı sekiz ölçütten ilk beşini internet kullanım fonksiyonelliği, diğerlerini ise kişilerin internet kullanımından ötürü zarara uğraması olarak iki grupta toplamışlardır. Beard ve Wolf'un (2001) tanı kriterleri aşağıda verilmektedir:

- Aşağıdakilerden minimum bir tanesi kişide görülmüş olmalı:

1. İnternetle alakalı zihinsel meşguliyet,
2. Boş zamanlarda internet kullanma gereksinimi,
3. İnternet kullanımını azaltma, kontrol etme ve sonlandırmada başarılı olmayan girişimlerde bulunma,
4. İnternet kullanımını azaltma ya da sonlandırma girişiminde bulunulduğu zamanlarda huzursuz, sinirli, öfkeli ya da bunalmış olma,
5. Planlanandan çok çevrimiçi olma.

- Aşağıdakilerden minimum bir tanesi kişide görülmüş olmalı:

1. İnternet kullanımı sebebiyle önem taşıyan bir ilişki, iş, mesleki ya da akademik kariyer fırsatını tehlikeye sokma ya da riske atma,
2. İnternet kullanımının boyutlarını saklamak adına aile mensuplarına, terapisteye veya diğerlerine yalan söyleme,
3. İnterneti problemlerden, anksiyete, depresyon ve suçluluk vb. duygulardan kaçış yolu olarak kullanma.

#### **1.7.1.3.5. Shapira'nın Kriterleri**

İnternet bağımlılığı terimini dürtü-kontrol problemi olarak kavramsallaştıran ve DSM-IV-TR'nin dürtü-kontrol bozukluğu modelini temel alarak internet bağımlılığı tanı kriterlerini geliştiren Shapira ve arkadaşlarının (2003) tanı kriterleri şöyledir;

1. Aşağıda bahsedilenlerden bir veya daha fazlasıyla internet kullanımıyla ilgili zihinsel uğraşın bulunması:

- a. Zihindeki karşı koyulamayan internet kullanma fikri,
  - b. İnterneti planlanandan daha uzun süre kullanma.
2. İnternet kullanımının veya kullanım planlarının yapıldığı düşüncelerin sosyal, mesleki ya da herhangi bir işlevde klinik olarak problem ya da rahatsızlığa neden olması.
  3. İnternet kullanımının sadece başka bir Eksen I bozukluğuyla açıklanamaması.

Yukarıda beş farklı araştırmacıda tanımlanan internet bağımlılığı, bireylerin internet kullanım süresinde artış, bilişsel boyutta değişimler ve sosyal ilişkilerde bozulma boyutlarında ortak olduğu görülmektedir. Bunların dışında ise yapılan tanımlar kumar oynama, madde bağımlılığı ya da dürtü-kontrol bozukluğu gibi farklı konular üzerinden tanımlanmıştır. Çeşitliliğe rağmen internet bağımlılığında bireylerin iş ve sosyal yaşamında yaşadığı sorunlar, yoksunluk belirtileri ya da problemler internet kullanımındaki kontrolsüz artışın her tanımında belirtilmesi dikkat çekmektedir.

#### **1.7.1.4. İnternet Bağımlılığını Açıklayan Kuramlar**

Bu bölümde internet bağımlılığını açıklayan dört farklı kuram bulunmaktadır. İlk olarak Suler'in İnternet Bağımlılığı Kuramı yer almaktadır. Daha sonra ise Young'ın Dört Kategori Kuramı ve Grohol'ün Patolojik İnternet Kullanım Kuramı'na yer verilmiştir. Son olarak ise Bilişsel Davranışçı Kuram yer almaktadır.

##### **1.7.1.4.1. Suler'in İnternet Bağımlılığı Kuramı**

Suler (1996), yaptığı çalışmalar neticesinde internet kullanımının bağımlılık yaptığına dair tespitler bulunmuştur. Suler'e (1999) göre insanların gereksinimi, bir sistem etrafında düzenlenerek psikolojik sağlığın bozulmaması adına tatmin edilmesi gerekmektedir. Gereksinimler bastırılıp karşılanmadığında kişiyi ihmale yönlendirdiğini ve dolaylı yoldan bağımlılığa sebebiyet verebileceğini ileri sürmektedir. Gereksinimlerin bilinçli olarak karşılanması halinde bireyin patoloji ve bağımlılığı ortadan kalkmaktadır. İnternetteki etkileşimlerin Maslow'un gereksinimler hiyerarşisinde bulunan gereksinimlerle eşleştiği neticesine varmıştır. Bu gereksinimler aşağıdaki gibidir:

- Fizyolojik Gereksinimler: Bunlar beslenme, cinsellik, uyku vb. en temel gereksinimlerdir. Bu basamağın internet etkileşimindeki karşılığı flört ilişkilerine ciddi bir biçimde yer vermektir.



- Kişilerarası Temas Gereksinimi: Kişi, gerçek hayattakinin aksine sanal ortamda gerginlikten uzak ve daha rahat bir şekilde iletişim kurabilmekte ve bu gereksinimini internet vasıtasıyla giderebilmektedir.
- Öğrenme ve Saygınlık Gereksinimi: İnternette çevrimiçi oyun oynayan bir oyuncu, belirli karakterlerin ona verdiği görevleri yaparak oyunda belirli bir statü kazanabilen bir karaktere sahip olabilmektedir. Kişi, internet sayesinde tüm dünyanın parmak uçlarında olduğunu, sınırsız bir bilgi kaynağının bulunduğunu kabul etmektedir.
- Ait Olma Gereksinimi: İnternet belli bir gruba ait olma gereksiniminin gerçek hayat haricinde karşılanabileceği bir yerdir ve internette katılabilecek grubun sayısı ve çeşidi oldukça çoktur. İnternet kullanıcısı, bu tarz bir ortamda bir veya fazla gruba katılıp, grup mensubu durumuna gelebilmektedir.
- Kendini Gerçekleştirme Gereksinimi: İnternet kullanıcıları birçok yolla insanlarla iletişime geçmeye çalışmalarına rağmen gerçek hayatta bunu başaramadıklarını ve internette bu uğraşın daha basit olduğunu dile getirmişlerdir.

#### **1.7.1.4.2. Young'ın Dört Kategori Kuramı**

Young'ın internet bağımlılığıyla alakalı yaptığı kapsamlı araştırmalar, bu bağımlılığa nelerin neden olduğu ile ilgili kendi tanımlamasına ve çeşitli kriterlerini oluşturmasına olanak sağlamıştır. Young (1997) internet bağımlılığı kriterlerini dört şekilde açıklamıştır:

- Sosyal Destek: Bireyin sohbet gruplarını, çevrimiçi oynanan çoklu katılımcı oyunlarını ya da haber gruplarını takip etmesi ile oluşmaktadır.
- Yaşam Koşulları: Hayat standartları internet bağımlılığında önem taşıyan bir faktördür. Sosyal çevresindeki bireylerle iletişim sıkıntısı çekenler internet bağımlılığına daha yatkındırlar.
- Cinsel Ergi: İnternette her türlü cinsel arzuyu karşılayabilecek türde içerik bulunmaktadır.
- Yeni Bir Karakter Yaratma: İnternetin kişiye yeni bir karakter yaratma olanağı sunması internet bağımlılığıyla alakalı olup internet, bireylere gerçek hayatta olduklarından daha değişik bir kişilik yaratmalarına imkan sağlamaktadır.

#### **1.7.1.4.3. Grohol'ün Patolojik İnternet Kullanım Kuramı**

Grohol (1999) internet bağımlılığının kullanıcılarında üç kademeli basit bir geçişi takip ettiğini belirtmiştir. Büyülenme, hayal kırıklığı ve denge internet bağımlılığının üç kademesini oluşturmaktadır:

- Birinci kademe, büyülenme kademesidir. Yeni, heyecan ve zevk verici, daha önce alışık olmadığı çevre kişinin internette kalmasını sağlamaktadır. Kişi, internetteki yeni bir sistem veya uygulamayla büyülenip etki ikinci kademeye geçene kadar internetin aşırı kullanımını problemini ortaya çıkarmaktadır. Büyülenme kademesinden bir sonraki kademeye geçmek kullanıcıların birkaçında daha uzun vakit alabilmektedir.

- İkinci kademe, hayal kırıklığı kademesidir. İnternet kullanıcısı aktiviteleri tanıdık, bildik bulmaya başlamaktadır. Kişiler birinci kademede keyif aldığı internet aktivitelerinden artık keyif almamaya başlayarak internet kullanımını azaltmaktadır. Aşırı kullanılan internet neticesinde kullanıcıda hayal kırıklığı, sıkılma ve buna bağlı olarak da etki son aşamaya geçene kadar internet kullanımından kaçınma görülmektedir.

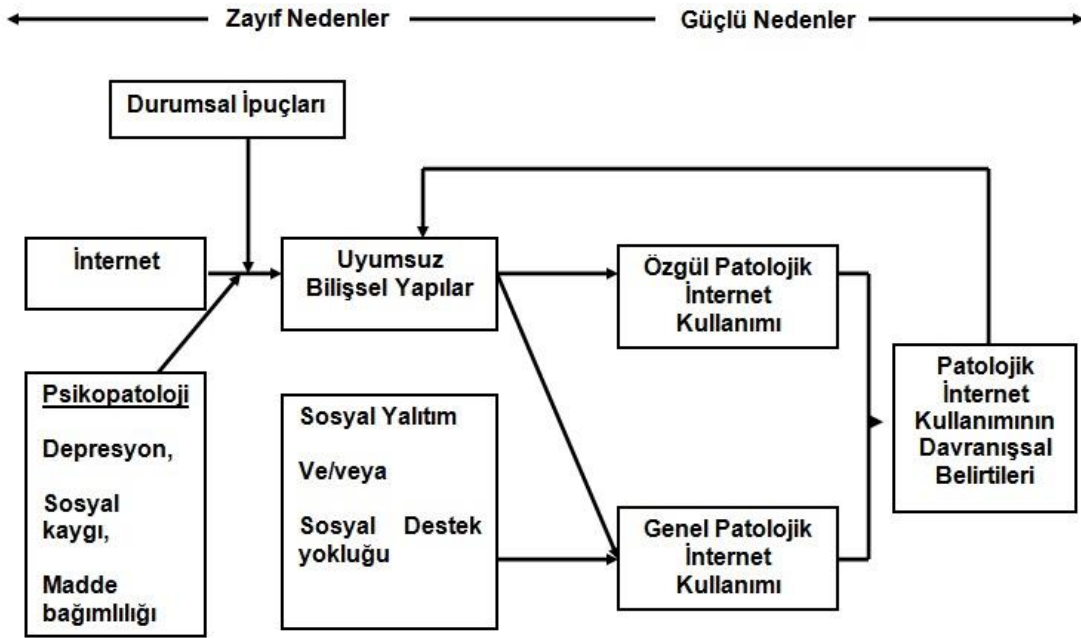
- Üçüncü kademe, denge kademesidir. Bu kademede bireyler, internet ve gerçek hayat arası dengeyi kurmakta ve aşırı internet kullanımının üstesinden gelmektedirler. Birey, internet kullanımını normal seviyeye çekmeyi başarmıştır.

Üç farklı kuram incelendiğinde bireyler öncelikle internet kullanım sürelerinde artış yaşamaktadırlar. Bunların yanı sıra kişinin kendini sosyal çevresinden soyutlamaya başlaması dikkat çekmektedir. Ayrıca, gerçek hayata uyum sağlama evreleri internet bağımlılığını ortak olarak vurgulamaktadır.

#### **1.7.1.4.4. Bilişsel Davranışçı Kuram**

Davis ve arkadaşlarına (2002) göre bir hedef için uygun dönemlerde, bilişsel ve davranışsal rahatsızlıklar olmadan kullanılan internet, sağlıklı internet kullanımudur. Davis ve arkadaşları (2002) patolojik internet kullanımını açıklarken bilişsel davranışçı yaklaşımı kullanarak internet kullanımının en çok önem taşıyan nedeninin bilişsel süreçler olduğunu öne sürmüştür. Problemlili bilişsel süreçlerin, davranışlara yansması patolojik internet kullanımını oluşturmaktadır. Bu modele göre normal olmayan biliş ve yanlış fikirler neticesinde bireyde internet bağımlılığı gelişmektedir. Olumsuz bilişlere sahip olan bireyler olumsuz duygularla başa çıkabilmek adına internet kullanmakta ve bireylerin internette pekiştirici etkenlerle

karşılaşma riski bulunmakta, pekiştirici etkenler internet bağımlılığını arttırmaktadır. Olumsuz bilişler internette değişir ve bireyde yeni uyumsal olmayan bilişler meydana getirir. Yeni şemalar, harekete geçme, problem çözme gibi uyumsal tepkileri engellemektedir. 'İnternet haricinde arkadaşım yok, internet bana saygı duyulan tek mekan, internet sayesinde yalnız değilim, yalnızca internet ortamında seviliyorum' gibi olumsuz şemalar uyumsuzdur ve internet bağımlılığını pekiştirmede önemli rol oynamaktadır. İnternette geçirilen vaktin fazlalığı ve internette karşılaşılan olumsuzluklardan kaynaklanan bireyin yaşamı etkilenmekte ve günlük yaşama uyumunda kötü sonuçlar oluşabilmektedir. Şekil 1'de görüldüğü gibi bağımlılığın oluşmasına sebep olan uzak ve yakın sebepler bulunmaktadır.



**Şekil 1.1. Davis'in Bilişsel-Davranışsal Patolojik İnternet Kullanım Modeli (Davis vd., 2002)**

Bilişsel Davranışçı Kuram incelendiğinde yanlış bilişsel yapıların patolojik internet kullanımına yol açtığı belirtilmektedir. Bireyin internet bağımlılığı, olumsuz fikirler ve yanlış bilişlerle pekişmektedir. Sonuç olarak ise bireyin yaşamı olumsuz etkilenmektedir.

#### 1.7.1.5. İnternet Bağımlılığının Tedavisi

İnternet bağımlılığının tedavi edilme aşamasındaki asıl problem internet bağımlılarının kendilerini içinde buldukları durumu bir sorun olarak görmemesi ve bu bireylerin internet bağımlılığı haricinde başka bir ya da birden fazla psikolojik

problemlerinin bulunmasıdır (Gönül, 2002; Shapira vd., 2000). İnternet bağımlılığı tedavisinin diğer bağımlılık tedavilerine benzer olarak ilaç tedavisi, profesyonel yardım, yüz yüze terapi ve kendi kendine tedavi yöntemleri ile yapılması mümkün olup aşağıda belirtilen yöntemler de internet bağımlılığı tedavisinde etkili olmaktadır. Bunlar (Tarhan ve Nurmedov, 2011):

- Bilgisayarlı Eğitim Modülleri: İnternette yararlanılan bu adımda bireylere ve ailelere eğitim sağlayan siteler aracılığı ile çevrimiçi toplantılar ve tartışma grupları düzenlenmektedir. Ancak dikkat edilmesi gereken bir husus olan internet yardımcı olan bu programda tedaviye bağımlılık ihtimali de bulunmaktadır.
- İlaç Tedavisi: Bireyler genelde olumsuz duygulardan kaçınmak için internete bağımlı olduklarını belirtmektedirler ve bu bağımlılık kişilerde uyku problemlerine yol açabilmektedir. Bununla birlikte uyku düzenleyici ilaçlar kullanılmaktadır ancak direkt olarak bu bağımlılığa yönelik bir ilaç bulunmamaktadır.
- Bireysel Psikoterapi: Bu süreçte öncelikle kişiyi internete bağlayan sebepler listelenir. Daha sonrasında ise diğer bağımlılık tedavilerinde olduğu gibi bilişsel ve davranışsal yaklaşımlar kullanılır. Uygulama bu bağımlılık türünde de etkili bir yol olarak gösterilmektedir.
- Grup Psikoterapisi: Bu teknikte bireyler internette uzaklaştırılarak sosyalleşmeleri beklenir. “Kendi Kendine Yardım” grupları da oluşturulmaktadır.

İnternet süresindeki kontrolsüz artıştan sonra yapılan müdahalelerden ziyade problem durumu ortaya çıkmadan önce yapılan önleyici çalışmalar da büyük önem taşımaktadır. Psikolojik danışma ve rehberlikteki temel dört işlevden birisi olan önleyici çalışmaların bu konuda etkililik sağlaması beklenmektedir. Risk altında olan ya da riskli davranışa yatkınlığı olan bireyler ile çalışmanın da en az tedavi süreci kadar önemli olduğu düşünülmektedir.

#### **1.7.1.6. Türkiye’de İnternet Kullanımı**

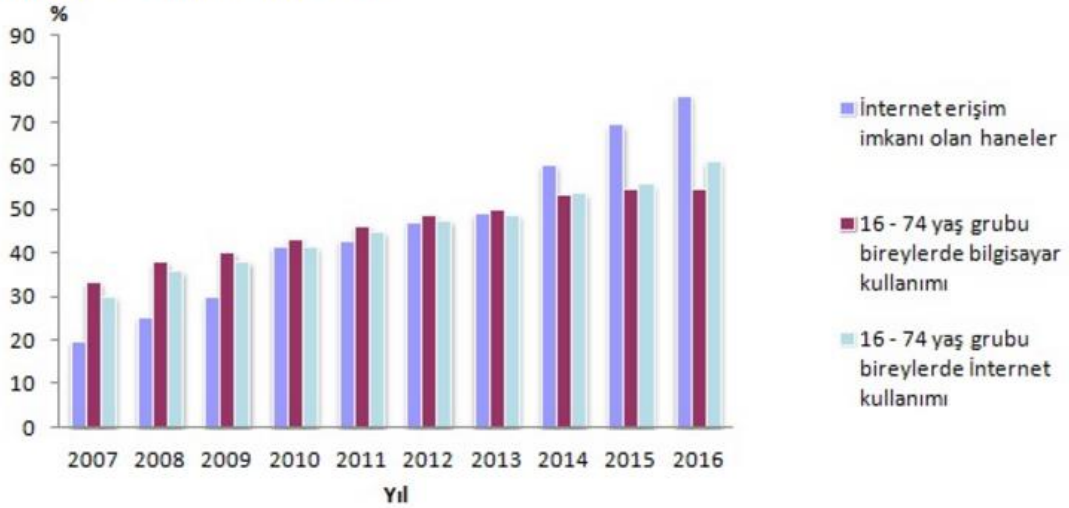
İnternet, Türkiye’de ilk kullanılmaya başlandığı dönemlerde diğer ülkelere benzer olarak bilgi alışverişi için kullanılırken zaman ilerledikçe iletişim, habercilik, iş, ticaret gibi amaçlar için de kullanılmaya başlanmıştır (Yılmaz, 2013). Türkiye’de ilk bilgisayar ağlarının oluşturulmasında üniversitelerin büyük katkısı olmuştur. Ancak tam anlamı ile Türkiye’de internetin kullanılmaya başlaması 1993 senesini bulmuştur ve ilk bağlantı Ortadoğu Teknik Üniversitesi’nde gerçekleşmiştir. 2000’li

yıllarda internet günlük hayatta daha fazla yer almış ve yaşamın vazgeçilmezleri arasına girmiştir (Balcı ve Ayhan, 2007).

İnternetin birçok farklı kullanım alanı olduğunu düşünülürken her yaş grubundan bireyin internetten yararlandığı söylenilebilir. Türkiye’de 2007’den 2014’e kadar geçen sürede internet erişimi olan hanelerde %40’a yakın bir artış meydana gelmiştir. Buna ek olarak 2007-2014 seneleri arasında 16-74 yaş grubu kişilerde bilgisayar ve internet kullanımı oranlarında düzenli bir yükseliş saptanmıştır. Bu veriler aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 2.1.: TÜİK Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı 2007-2016**

**Temel göstergeler, 2007-2016**



**Kaynak:** TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu) (2016). Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması. [Çevrim-içi: [www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=18660](http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=18660)]. Erişim tarihi: 14 Mayıs 2016.

Tablo 2.1. incelendiğinde internet kullanımının artmasının yanı sıra bilgisayar kullanımında da artış görülmektedir. Buna ek olarak internet erişim imkanı olan hanelerin her geçen yıl arttığı ve özellikle 2014 yılında yüksek oranda artış sağladığı görülmektedir. Özetle internet kullanımının Türkiye’de giderek yaygınlaştığı görülmektedir.

Türkiye’de 15 - 19 yaş ve üstü 1000 kişinin internet kullanımına dair yapılan bir diğer çalışmada, ailelerin %57,3’ünün evinde internet olduğu ve %40,7’sinin de günde en az bir kez interneti kullandığı tespit edilmiştir. Bu grubun interneti kullanım amaçları ele alındığında en yüksek oranda %55,5 ile ödev yapma seçeneği görülmektedir. Sohbet ve araştırma yapma seçenekleriyse %42,8’lik eşit oranla ikinci sırada bulunmaktadır. İnternet üstünden müzik dinleyenler %39,3,

oyun-eğlence amaçlı kullananlarsa %37 oranında kalmıştır. İnterneti haber okumak için kullananların oranının ise %21,1 olduğu tespit edilmiştir (Yıldız, 2010). Kelleci ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan çalışmada ise 673 lise öğrencisi yer almış ve cinsiyete göre öğrencilerin internet kullanım oranları araştırılmıştır. Neticelere bakıldığında, gün içerisinde beş saat üstünde internet kullanımının cinsiyete göre farklılaştığı tespit edilmiştir.

Arnas'ın (2005) 3-18 yaş grubunda 933 çocukla internet, bilgisayar ve televizyon kullanımları ile ilgili yaptığı araştırma neticesinde ailelerin bilgisayara sahip evlerin oranının %36,7 olduğu ve internet bağlantısı olan evlerin oranının %21,7 olduğu saptanmıştır. Ailelerin %21,3'ünün bilgisayarı çocuklarının ders ve ödevlerine yardımcı olması için aldıkları, çocukların %19,7'sinin ailelerini haklı çıkarıp bilgisayarı araştırma yapmak ve okulda verilen ödevleri, projeleri bitirmek için internette yararlandıkları görülmüştür.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde öğrencilerin internet kullanım amaçları arasında internet üzerinden ödev ve araştırma yapma gibi uygulamalar yer almaktadır. Akademik çalışmaların yanı sıra müzik dinleme, haber okuma ve eğlence gibi çeşitli amaçlarla da internet kullanımının sağlandığı görülmektedir. Bunların yanı sıra öğrencilerin yaş grupları ve yıllara göre internet kullanımları ve internette sosyalleşme bulguları da dikkat çekmektedir.

### **1.7.2. Algılanan Sosyal Destek**

Kişilerin ortak bir sorumluluğu paylaşan bir gruba dahil olduğuna, bu grubun bireye ilgi gösterdiğine, kişinin kendini sevildiğini ve sayıldığını hissetmesini sağlaması sosyal destek olarak tanımlanmaktadır (Cobb, 1995). Başka bir açıklamada ise, strese direnç göstermede bir araç olarak belirtilip kişinin stresli bir halde başvurduğu 'sosyal sermaye' olarak tanımlanmaktadır (Thoits, 1995). Bir diğer tanıma göre ise sosyal destek; bireyin zor anlar geçirdiği dönemlerde veya problemlili zamanlarında, akrabalarından, ailesinden, yakın arkadaşlarından ya da ilişki içinde olduğu diğer topluluklardan duygusal veya araçsal olarak yardım alması halidir (Şahin, 2009).

Oxford sözlüğünde destek kavramı birçok farklı anlama gelmekteyken sosyal destek ve destek arasındaki en belirgin fark, sosyal destekte insan ilişkilerinin bulunmasıdır (Wehmeier, 1993). Cohen ve Wills'e (1985) göre sosyal destek bireylerin birbirlerini duygusal açıdan desteklediği, önerilerde bulunduğu,

sıkıntılarını tartıştığı, gerektiği zaman maddi yardımın sağlandığı ve bireyi sosyal bir sistemin parçası olduğunu hissettiren bireylerarası ilişki şeklindedir. Sorias'a (1988) göre ise sosyal destek, stres altında veya zor durumda olan bireye yakınlarının sağladığı manevi ve maddi yardımdır.

Vaux'a (1988) göre sosyal destek kavramını oluşturan en önemli öge sosyal geri bildirimdir. Cobb'a göre ise (1995) sosyal destek, bireye;

- Korunduğunu ve sevildiğini,
- Değer verildiğini ve güven duyulduğunu,
- Karşılıklı iletişim kurabildiği bir gruba mensup olduğunu hissettiren sistemdir.

Sosyal destek sistemine bakıldığında en önemli etkenlerinden biri de kişiye sevildiğini hissettirmek olduğu görülmektedir. Kişinin aldığı sosyal desteği çevresinde hissetmesi önem taşımaktadır. Genel olarak özetlendiğinde sosyal destek, bireylerin aidiyet duygusu hissederek, duygusal olarak desteklenmesi ve zorlu yaşam olaylarında yardım alması olarak tanımlanabilir.

Sosyal desteği oluşturan sosyal destek kaynakları aile, arkadaşlar ve özel insanlar (Zimet vd., 1988), iş yaşamındaysa (Ducharme ve Martin, 2000; Eisenberger vd., 2001) iş arkadaşları ve yöneticiler olarak değerlendirilmektedir. İş ortamında çalışanla yönetici arasındaki faydalı sosyal etkileşimler sosyal destek kavramının diğer bir tanımlamasıdır (Karasek ve Theorell, 1990).

Sosyal destek ile kişilerin psikolojik durumları arasında bir bağ vardır. Sosyal destekle tükenmişlik birbirleriyle ilişkili kavramlar olup sosyal destek kavramı, tükenmişlik için bir tampon olarak düşünülebilir. Çünkü sosyal destek kişideki tükenmişlik hissini azaltmaktadır. Aksi halde bu destekten faydalanmamak tükenmişlik halini artırmaktadır. Kişinin güven duyduğu yakın arkadaşları ve ailesiyle beraber olduğu bir ortamda tükenmişlik hissini yaşama ihtimali oldukça azdır (Tevruz, 1996).

Tanımlamalar genel olarak ele alındığında istenmeyen bir durumla karşılaşmış olan bireye çevresindekiler tarafından verilen desteğin ve yardımın sosyal destek olarak tanımlandığı görülmektedir. Bu çevrenin içine; aile, arkadaş ve kurum da dahildir. Bu yardımlar psikolojik ya da fiziksel olabilmektedir.

Sosyal destekte önemli olan kişiye sunulan hizmetler değildir, asıl önemli olan kişinin eşinden, arkadaşlarından gördüğü ve iletişime dayalı olan desteklerdir (Kay, 2002). Yıldırım (1997) sosyal desteğin kişilere üç şekilde yardım ettiğini göstermiştir. Bu yardımlar:

- Kişinin yaşamını olumsuz etkileyen stres etkenlerinin etkisini azaltır ya da bu etkenleri yok eder,
- Bireyin olumsuz durumlar karşısında dayanma gücünü arttırarak sağlığını pozitif yönde etkiler,
- Çevre kaynaklı ve bireyde strese sebebiyet verebilecek durumları engelleyici görev üstlenerek kişilere yardımcı olur.

Caplan (1974) ise sosyal desteğin hastalıklara karşı dört koruyucu rolünün bulunduğunu ortaya koymuştur ve bu kapsamda sosyal desteğin;

- Kişilere duygusal sorunlarıyla başa çıkabilmelerinde psikolojik kaynaklarının harekete geçirilmesine yardım ettiğini,
- Kişilere sorumlu oldukları görevleri paylaşma imkanı sağladığını,
- Kişilere para, çeşitli materyal, eşya, bilgi ve beceri edinmelerini sağlayarak içerisinde oldukları zor durumla başa çıkabilmelerinde yardım ettiğini,
- Kişinin çevresindeki önem taşıyan bireylerden oluşan koruyucu bir mekanizma olduğunu açıklamıştır.

#### **1.7.2.1. Sosyal Destek Çeşitleri**

Bireylerin sevgi, aidiyet ve onaylanma ihtiyaçlarını karşılayan sosyal destek, araştırmacılar tarafından farklı şekillerde sınıflandırılmaktadır. Bu sınıflandırmalar sosyal desteğin işlevlerine göre yapılmaktadır. House'ın (1981) sınıflandırmasına göre sosyal desteği dört gruba ayrılmaktadır. Bunlar;

- Duygusal destek: Empati, bakım, sevgi, güven endişe ve dinleme.
- Araçsal destek: Para, iş, vakit ve doğrudan destek şeklinde türlü yardım sağlama.
- Bilgisel destek: Bireysel problemlere yardımcı olması amacıyla talimat ve önerilerde bulunma.
- Değerlendirme desteği: Onaylama, geribildirim, sosyal karşılaştırma ve sosyal değerlendirme sağlama.

Sosyal desteğin önemini vurgulayan Cohen ve Wills'e (1985) göre sosyal destek çeşitleri kişilere rehberlik yapıp, geri bildirim sağlamaktadır. Sosyal destek onlara göre beş grupta toplanmaktadır:

- Duygusal destek: Kişiye verilen pozitif duyguların iletilmesine dayanmaktadır.
- Takdir desteği: Bireyin olması gerektiği gibi değil, olduğu gibi kabul edildiğini ve bunun belirtilmesini içerir.



- Maddi destek: Maddi açıdan yardım ve destek verilmesini içerir.
  - Bilgisel destek: Problemlerin çözülmesi amacıyla kişiye bilgi verme ve becerilerin öğretilmesine dayanır.
  - Beraberlik desteği: Boş vakitlerin beraber geçirilmesiyle sağlanan destektir. Bir başka sınıflandırmada ise Richman, Rosenfeld ve Bowen (1988) sosyal destek türlerini sekiz grupta ele almıştır:
  - Dinleyerek destek verme: Bireyin hiçbir yargı ve öğüt bulunmaksızın tarafsızca dinlendiği algısı.
  - Duygusal destek: Bireyin değer gördüğünü ve yanında insanların bulunduğunu hissettiren algı.
  - Duygusal meydan okuma: Bireyin bakış açısı, değer ve hislerinin değerlendirilmesine meydan okuyarak destek olma.
  - Gerçekliği doğrulama desteği: Bireyin fikir ve düşünceleriyle ortak bir şekilde hareketip edip bu fikirleri onaylayarak birlik ve beraberlik sağlayarak destek verme.
  - İş takdir desteği: Bireyin yaptığı herhangi bir işin onaylanması ve takdir edilmesi yönündeki algısı.
  - İşe meydan okuma desteği: Kişinin fikirlerinin onu motive etmek, yaratıcılığını artırmak, işe duyduğu heyecan ve bağlılığını artırmak için zorlamak, mücadele etmek için meydan okumak.
  - Gözle görülen destek ve yardım: Kişinin hediye veya para gibi maddi ürünlerle desteklendiği algısı.
  - Kişisel yardım: Destek görenin işinin yapılması hususunda aldığı destek algısı.
- Sosyal destek modelleri incelendiğinde, yakınlığı ve beraberliği ifade eden ilişki desteği, fiziksel yakınlık ve bireylerin varlığının onaylanması gibi destekler dikkat çekmektedir. Bu tür desteklerin bireylerin iş ve aile yaşamlarındaki sosyalleşme ihtiyaçlarını karşıladığı söylenebilir. Bu nedenle bireylerin bu temel ihtiyaçlarını karşılamada sosyal destek kaynaklarının önemli olduğu düşünülmektedir.

### **1.7.2.2. Sosyal Desteğin İşlevi**

Sosyal sistem içinde bir birey farklı yaşantılar deneyimlemektedir. Bu süreç içinde birey kendisini güvende ve mutlu hissetmek ister. Aksi halde, kişiler olumsuz olaylar karşısında çaresizlik ve değersizlik duygularını yaşantılayarak psikolojik ve fiziksel sağlamlılıklarında azalma riski görülmektedir (Görgü, 2005).

Sosyal desteğin kişiye güven kazandırmasının yanı sıra, kaygı sağlayıcı olaylarla karşılaşılması halinde kişinin başa çıkma sürecine yardımcı olur (Torun, 2005). Bireyin sosyal kaynaklarının sağladığı desteğin direkt veya dolaylı olarak bireyin davranışlarını, tutumlarını, beklentilerini ve bilgilerini etkilediği görülmektedir. Sosyal destek, kişilerin stresli yaşantılarını gerçekçi bir biçimde değerlendirmelerini, yeteneklerini kuvvetlendirerek alternatif baş etme yöntemleri geliştirmelerini sağlamaktadır (Özkan, 2002; Pearson, 1986).

Sosyal destek kaynaklarının ve toplumsal olarak onay almış rollerin bireyin hayatına, kendini kabullenmesine olumlu etkisi bulunmaktadır. Aynı zamanda sosyal ağ ile bütünleşme, ruhsal veya bedensel sağlığın bozulmasında yola çıkabilecek negatif davranışlardan da kaçınmaya hizmet eder. Sosyal destek, bireye duygusal olarak katkıda bulunarak, kişiyi zorlu yaşam olaylarının olumsuz etkilerinden korumaktadır (Çakır ve Palabıykoğlu, 2007).

Destekleyici bir aile ortamından gelen insanların, stresli bir durum karşısında çoğunlukla etkin ve problem odaklı baş etme tarzına başvurdukları görülmektedir. Yeterince destek alamayan kişilerinse duygusal tepkilerde bulunarak ve olaydan kaçma gibi etkili olmayan yöntemlere başvurdukları saptanmıştır (Doğan, 2011). Özet olarak sosyal destek bireyin stresle başa çıkmasında önemli bir işleve sahiptir. Sosyal destek, bireyin karşılaştığı olumsuz durumlar karşısında tampon işlevi görmektedir. Bu sayede birey duygusal olarak korunarak olumsuz duyguları daha az yaşantılamaktadır.

### **1.7.2.3. Sosyal Destek Kaynakları**

Kişiler herhangi bir stres verici olay ile karşılaştıklarında ilk önce eş, arkadaş ya da ailelerine başvurumaktadırlar. Ancak eğer kişiler yakın çevresinden aldığı bu kaynağın yeterli olmadığını düşünürse profesyonel yardımlara ya da resmi kaynaklara da başvurabilmektedirler (Ceyhun, 2009). Resmi kurum ve kuruluşlarla yasal bir çerçevede hizmet veren sivil toplum kuruluşları, gönüllü kuruluşlar resmi destek kaynaklarıdır (Özbesler, 2001).

Kişinin belirli karakteristik özellikleri aileden sağlanan sosyal destek ile birlikte biçimlendirilir. Aile, kişi üstünde pozitif veya negatif etkilere sahiptir. Kişinin ailesinden yeterince sosyal destek görmesi stres düzeyini pozitif yönde etkilerken, sosyal destek görmemesi halinde stres seviyesi yükselerek kişinin karakteristik niteliklerine negatif yansımalar yapabilecektir (Deveci, 2011).

Çocuklar temel iletişim becerileri, saygı, sevgi, yardımseverlik, kabullenme gibi değerleri aile yaşamında öğrenirler. Bu sayede ailede sosyalleşmenin birkaç temel boyutları öğrenilir. Sosyal davranışların gelişimi ve diğer insanlarla ilişkilerde uyum sağlama bilinci, çocukların direkt olarak annenin, babanın ve diğer aile fertlerinin davranışlarını kendilerine örnek almaları sonucu oluşmaktadır. Çevrenin ona öğrettiği bilgilere dayanarak çocuk kime destek vermesi gerektiğini bilir ve kimden destek alacağını da görür. Küçük yaşlarda sosyal destek sisteminden önemli derecede yararlanan bir çocuğun ileri yaşlarında sosyalleşmesinde ve başkalarına sağlayacağı destekte önemli gelişmeler sağlayacağı söylenebilir (Ceyhun, 2009).

Aileden alınan desteğin kişi için öncü durumunda olduğu görülmektedir. Çünkü kişinin ilk içinde bulunduğu ortam aile ortamıdır ve bu destek de ailesi tarafından sağlanmaktadır. Kişi ailesinden destek sağlayamıyorsa, bu desteği arkadaşlarından ve çevresinden sağlama gereksinimi içine girecektir.

Arkadaşlar da aileden sonra kişilerarası ilişkilerde doyumu ve sosyal uyumu etkileyen bir diğer etkidir. Mahalle arkadaşlıklarından, ilkokul, lise, üniversite ve iş arkadaşlıklarına kadar her yaşta kurulan sosyal etkileşim, tüm insanlar için sosyalleşmenin önemli bir yanısıdır. Arkadaşlık ilişkileri çocuklara iletişim becerilerini, kültürel değerler ve normları, toplumsal statüler gibi sayılabilecek sosyal yapı şeklini kullanıp geliştirebilecekleri olanaklar sağlar. Arkadaşlık ilişkileri, aile içerisinde karşılanamayan önemli bir ihtiyaç ve sosyal destek kaynağıdır. Belli bir olgunluğa erişemeyen insanlar arkadaş edinmekte zorlanır. Sonuç olarak kişinin arkadaşlık ilişkileri iyi değilse bir o kadar da psikolojik sorunlarının bulunduğu görülmektedir (Deveci, 2011).

Özetle aile, birey için temel sosyal destek kaynağıdır. Birey küçük yaşlardan itibaren ailesinden olumlu ya da olumsuz yönde etkilenecek ileri yaşamındaki ilişkilerine yön verir. Aile desteğinin yanı sıra arkadaş ilişkilerinin de kendini değerli hissetme, destek ve rehberlik, güvenilirlik ve teşvik etme gibi birçok işlevi bulunmaktadır (Dülger, 2009). Kişi ihtiyaç olduğu anlarda ailesinden ziyade arkadaşlarının tampon etki yapmasını istemesi olasıdır. Söz konusu durumlarda sağlayacağı pozitif destek ile birlikte kişi hızlı bir şekilde stresli dönemini atlatabilir. Bu sayede arkadaş ilişkileri iyi olan biri, aradığı sosyal desteği rahatlıkla bulabilme imkanına sahip olabilmektedir.

### **1.7.3. Reddedilme Duyarlılığı**

Reddedilme, bireyler arası etkileşim (ebeveynler, yakın arkadaşlar, akranlar, romantik partnerler vb.) aracılığı ile onaylanmayan ve değer taşımayan duygu yoğunluğunun oluşmasına neden olan bir kavramdır (Creasey ve McInnis, 2001; Sarıçam, 2011). Reddedilme duyarlılığı, bireylerin yakın ilişki kurmasını engelleyen, onaylanma beklentisi içinde yaşantıladığı endişeli bir süreçtir. Çoğunlukla reddedilen bireyler olumsuz duyguları hissetmeye başladıklarında birbirinden farklı duyguları yoğun olarak yaşarlar. Reddedilen kişilerde kızgınlık, sinirlilik gibi tepkiler ön plana çıkabilmektedir. Bu tür karışık ve yoğun duygular yaşayan kişiler kendini değersiz, aciz-basit görme ve aşağılanmış hissetme gibi olumsuz durumlar yaşamaktadır (Savage, 2006).

Reddedilme hissiyatı, başkaları tarafından kabul edilmeme kaygısıyla bireylerin birinci dereceden ilişki kurduğu kişiler ile yaşadıkları zorlu bir süreçtir (Downey, Lebolt ve O'shea, 1995). Reddedilmeye duyarlı insanlar, kabul görmeme endişesi ile sosyal ilişkilere girmekten çekinerek kendilerini soyutlar ve diğerleriyle iletişimlerini kendilerini sınırlandırarak sürdürürler (Downey, Feldman ve Ayduk, 2000).

İnsanlar günlük hayatlarında etraflarındaki diğer insanlar hakkında iyimser bir tavır sergilemektedirler. Bazen de kişiler üzerinde iyimser düşünceleri farklı yorumlayarak reddedilme hissiyatına kapılarak yüksek ölçüde tepkilerde bulunabilmektedirler. Yüksek ölçüde tepki durumu da çoğu zaman bireyin aile içi yaşantıları ile ilişkilendirilmektedir. Yani diğer bir bakış açısı ile bu tür bireylerin yaşamlarında meydana gelen reddedilmeye yönelik bir takım olayların çocukluk döneminden itibaren olduğu söylenebilir (Sarıçam, 2011). Başka bir deyişle reddedilme duyarlılığına sahip bireyler ilişkilerinde güven eksiliği ve ret endişesi taşıyarak sosyal çevreleri ile yaşamaları muhtemel çatışmalardan kaçınmaktadırlar.

#### **1.7.3.1. Sosyal Reddedilme**

Sosyal psikoloji alanyazında reddedilme aynı zamanda arzu edilen bir birey, grup veya ilişki aracılığı ile dışlanma veya ilişki değerinin azalmasının bir şekli olarak da incelenmiştir (MacDonald ve Leary, 2005). Leary (2005) kişinin dışlandığı veya reddedildiğine ilişkin algısının bile kendi başına önemli sonuçları olduğunu ileri sürmektedir. Kişinin öteki insanlar ile kalıcı ve tatmin edici bağlar kurma arayışında

bu tür algının ortaya çıkması bireyin öteki kişi veya grupla ilişkisinin değerli olma derecesine ilişkin algısını ifade eden ilişki değerinde bir düşme anlamına gelebilir. Leary (2005) çalışmasında reddedilme kavramından yola çıkarak sosyal reddedilme, sosyal dışlanma ve psikolojik dışlanmayla öteki yakın anlamlı kavramlar arasındaki benzerlik ve farklılıkları dört boyut üzerinden ele almıştır. İlk boyut reddedilen kişi ile reddeden kişi veya grup arasında daha önce bir ilişkinin olup olmaması kavramını içermekte ve kişinin önceki aidiyet durumu olarak ifade edilmektedir. Buna göre, kişinin daha önceden dahil olduğu bir grup veya ilişkiden mi dışlandığı yoksa bir grup veya ilişkiye ilk etapta mı kabul edilmediği bu boyutun ana eksenini oluşturmaktadır. İkinci boyut değerlendirmenin yönü olarak adlandırılmakta ve kişinin olumlu veya olumsuz bir özelliği sebebiyle reddedilmesini göstermektedir. Burada reddedilen kişinin reddeden kişi veya grup için gerekli şartları taşımadığı yani olumsuz niteliklere sahip olduğu için mi; yoksa dışlayan kişi veya grup için kusursuz denilebilecek düzeyde olumlu niteliklere sahip olduğu için mi reddedildiği üzerinde durulmaktadır.

Üçüncü boyut davranışsal olarak ilişki kesme biçiminde ele alınmakta ve reddedilen bireyden psikolojik veya fiziksel olarak uzaklaşmanın gerçekleşip gerçekleşmemesine odaklanmaktadır. Böylece bireylerin reddedildiklerinde algıladıkları ilişki değerindeki düşmenin, reddeden bireylerin reddettikleri kişilerden psikolojik ya da fiziksel olarak uzak durdukları için mi; yoksa herhangi bir uzaklaşma söz konusu olmadan mı ortaya çıktığını belirlemek esastır. Dördüncü boyut olan karşılaştırmalı yargılamada ise reddedilen kişinin reddeden kişi veya grup aracılığı ile öteki alternatif kişilerle karşılaştırılması neticesinde mi; yoksa böyle bir karşılaştırma yapılmadan mı reddedildiği üzerinde durulmaktadır. Bir anlamda bu boyut kişinin tamamıyla reddedilmesi veya ötekilerden görelilik olarak daha az tercih edilmesini ortaya koymaktadır. Sosyal reddedilme bireyin kişilerle ya da grup içerisinde değer görmesine ilişkin bir olguyken, sosyal dışlanma anlamlı bir ilişki barındırmayabilir. Böylece sosyal dışlanma ve sosyal reddedilme kavramlarının eş anlamlı olarak kullanılmaması gerektiği ileri sürülmektedir.

## 2. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde sırasıyla ilgili alanyazında internet bağımlılığının, algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığı ile birlikte ele alındığı çalışmalara yer verilmiştir. Değişkenlere ilişkin çalışmalar verilirken kronolojik sıralama esas alınmıştır ancak anlamsal bütünlüğün bozulmaması da göz önünde bulundurulmuştur. Alanyazında sınırlı sayıda çalışma olmasından dolayı araştırmalar verilirken sadece üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmalar değil, diğer örneklem gruplarıyla yürütülen çalışmalara da yer verilmiştir.

### 2.1. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Araştırmalar

Tsai ve Lin (2001), bilgisayar ve internet bağımlılığını incelediği bir araştırmada 753 Tayvanlı genç bireyle çalışmışlardır. Yaptıkları çalışmada, araştırmaya katılan 90 bireyin internet bağımlısı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca bu gençlerin, internetle alakalı fikirlerinin, internet bağımlılıklarının oluşumunda önemli rol oynadığı tespit edilmiştir. Yani internet kullanımının olumsuz sonuçlara yol açmadığı düşüncesine sahip olan öğrencilerin diğerlerine oranla internet kullanım oranlarının daha çok olduğu görülmüştür.

Aydoğdu (2003) araştırmasında 18-24 yaş aralığındaki ergen ve gençlerin TV ve bilgisayardan psikososyal açıdan etkilenme durumlarını incelemiştir. Araştırma neticesinde bu yaş grubunun bir kısmının yoğun bir biçimde televizyon izlediği ve bilgisayar (internet) kullandığı, öteki bir kısmının ise bilgisayar kullanım oranının yoğun olmadığını saptamıştır. Sonuç olarak ise her iki grubun da televizyon ve bilgisayardan olumsuz olarak etkilendikleri belirtilmiştir.

Li ve Chung (2006) yaptıkları araştırmada 76 üniversite öğrencisine internet kullanım işlevi soru listesi ve Çin İnternet Bağımlılık Ölçeği'ni uygulamıştır. Elde ettikleri bulgulara göre sosyal işlev ile internet kullanımları arasında bir ilişki bulunmaktadır. İnterneti sosyal işlevi için kullanan öğrencilerin, dürtüsel kullanım, zaman problemi ve sağlık sorunları gibi problemlerle karşılaştıkları ve bağımlılık eğilimlerinin arttığı saptanmıştır.

Esen (2007) 15-17 yaş aralığındaki ergenlerle yaptığı araştırmada internet bağımlılığının yordayıcıları olarak ekran baskısı ve sosyal desteği incelemiştir. Bu kapsamda araştırmaya katılan 479 lise öğrencisi ile çalışarak belirtilen

değişkenlerin internet bağımlılığını yordadığı bulunmuştur. Ayrıca tüm değişkenlerin internet bağımlılığını %33 oranında oluşturduğu saptanmıştır.

Günüç (2009) araştırmasında demografik değişkenlerle internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma, farklı illerdeki liselerde öğrenim görmekte olan ergenler ile yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre internet bağımlılığı ile ailenin geliri, sınıf düzeyi, ebeveyn eğitim durumu ve günlük internet kullanım miktarı arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu saptanmıştır.

Esen ve Siyez'in (2011) ergenlerle yaptıkları araştırmada psiko-sosyal değişkenlerin interneti yordama gücü incelenmiştir. Yapılan araştırmaya toplamda 700 lise öğrencisi dahil olmuştur. Araştırma bulgularına göre öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ile internet bağımlılıkları arasında pozitif yönde ve manidar bir ilişki bulunmaktadır. Araştırmanın neticesinde cinsiyet, aileden algılanan sosyal destek ve akademik başarı gibi değişkenlerin internet bağımlılığının bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir.

Tanrıverdi (2012) algılanan sosyal yardım ve internet bağımlılığı değişkenleri arasındaki ilişkiyi ortaöğretim öğrenci ile incelemiştir. Araştırmaya Batman'da yaşayan ve lisede öğrenim görmekte olan 999 öğrenci katılmıştır. Araştırma neticesinde elde edilen bulgulara göre internet bağımlılığı ile cinsiyet, aile gelir düzeyi ve sosyal ilişki kurma değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur.

Kalmus, Blinka ve Olafsson (2015) ergenlerin aşırı internet kullanımıyla aile ortamı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada 11-16 yaş arasındaki 18.709 ergenle çalışılmıştır. Yapılan araştırmada sonucu neticesinde aile tutumunun internet bağımlılığını yordadığı bulunmuştur.

Dalgacı (2016) lise öğrencilerinde yeme tutumları ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya 301 lise öğrencisi katılmıştır. Yapılan çalışmada öğrencilerin internet bağımlılıkları ile sınıf düzeyi, ailenin aylık geliri, sosyal medya kullanma durumu ve sosyal medyada kalma süresini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre ise öğrencilerin internet bağımlılıkları ile ailenin aylık geliri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Yapılan araştırmalara bakıldığında, internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelendiği sınırlı sayıda araştırma olduğu söylenebilir. Araştırmalarda internet bağımlılığı ile farklı değişkenlerin incelendiği görülmektedir.

Ayrıca, yapılan araştırmalardaki örneklemleri lise öğrencileri oluşturmaktadır. Bu nedenle bu çalışmada, internet bağımlılığının üniversite öğrencileri ile çalışılmasının önemli olduğu düşünölmektedir.

## **2.2. Sosyal Destek ile İlgili Araştırmalar**

Taysi'nin (2000) sosyal destek ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırması üniversite öğrencilerinin katılımıyla gerçekleşmiştir. Araştırma neticesine göre en fazla algılanan sosyal destek kaynağının aile olduğu saptanmıştır. Ayrıca, öğrencilerin algılanan sosyal destek düzeyi arttıka benlik saygısı düzeyinin de arttığı tespit edilmiştir.

Başer (2006), üniversite öğrencilerinin katılımı ile kendini kabul düzeyi ve aileden algılanan sosyal destek değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin ailelerinden algılanan sosyal destek düzeyleri arttıka öğrencilerin kendini kabul düzeyleri de artmaktadır. Bunun yanı sıra sosyal destek ile anne ve babanın eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre aileden algılanan sosyal destek düzeyi kız öğrencilerde erkek öğrencilere göre anlamlı olarak yüksektir.

şencan (2009) tarafından lise öğrencilerinin katılımıyla yapılan bir başka çalışmada ise sosyal destek ile sosyal yetkinlik arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma neticesinde, sosyal yetkinlik beklentisi ile algılanan sosyal destek arasında zayıf fakat manidar bir ilişki bulunduğu görölmüştür.

Mahanta ve Aggarwal'ın (2013) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada sosyal destek çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırmaya farklı faköltelerden 50'si kız, 50'si erkek 100 öğrenci katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre aileden algılanan sosyal destek ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, kız öğrencilerin arkadaştan algıladıkları sosyal destek erkek öğrencilerin arkadaştan algıladıkları sosyal desteğe göre anlamlı olarak yüksek bulunmuştur.

Tercan (2014), üniversite öğrencilerinin ailelerinden algıladıkları sosyal destek ile eğlenceli spor aktivitelerinde yer alma, boş zamanlarını değerlendirme ve yaşam doyumuyla ilişkisini incelemiştir. Araştırmaya 194'ü erkek, 274'ü kadın toplam 468 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonucunda, aileden algılanan sosyal destek ile



fiziksel uygunluk, beceri kazanma, boş zamanları değerlendirme stratejileri arttıkça yaşam doyumunun da arttığı tespit edilmiştir.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde algılanan sosyal destek ile birçok araştırma yer almaktadır. Bu araştırmaların çoğu ortaokul, lise ya da üniversite öğrencileri ile yapılmıştır. Genel olarak, bireylerin olumlu yaşam durumları düzeyleri arttıkça algılanan sosyal destek düzeyleri de artmaktadır. Bireylerin negatif yaşam olayları azaldıkça ise algıladıkları sosyal destek düzeylerinin azaldığı görülmektedir.

### **2.3. Reddedilme Duyarlılığı ile İlgili Araştırmalar**

Erözkan (2004) tarafından yapılan bir çalışmada, üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları çeşitli değişkenler açısından incelenerek kişilerarası duyarlılıkları ile karşılaştırılmıştır. Yapılan araştırma sonuçlarına göre reddedilme duyarlılığı ile cinsiyet ve ailenin sosyo-ekonomik düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Harper, Dickson ve Welsh (2006) araştırmasında ergenlerde romantik ilişkilerde reddedilme duyarlılığı ile depresyon belirtileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya 14 ile 21 yaş arasında değişen 211 ergen çift katılmıştır. Araştırma bulgularına göre, yüksek reddedilme duyarlılığına sahip ergenler romantik ilişkilerinde daha fazla depresyon belirtileri göstermektedir. Araştırmada aynı zamanda yüksek reddedilme duyarlılığına sahip ergenlerin “sessiz kalma davranışını” romantik ilişkinin devamı için bir araç olarak kullandıkları saptanmıştır.

Bregtje-Gunther, Eveline ve van der Molen’in (2010) yapmış olduğu araştırmada sosyal reddedilmenin fiziksel etkilerini incelenmiştir. Araştırmaya 27 sağlıklı üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma bulgularına göre, sosyal redde uğrayan insanların kalp atışında bir hızlanma olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda sosyal reddin sindirim sistemi ve sinir sisteminde aksamalara sebep olduğu tespit edilmiştir.

Sarıçam (2011) üniversite öğrencilerinde reddedilme duyarlılığı ile benlik saygısı ve yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya 1149 öğrenci katılmıştır. Araştırma sonucuna göre üniversite öğrencilerinde reddedilme duyarlılığı ile benlik saygısı ve yalnızlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, araştırma bulgularına göre yüksek reddedilme duyarlılığına sahip öğrencilerde benlik saygısı düşük, yalnızlık düzeyi yüksektir. Sosyo-

demografik değişkenlerin, reddedilme duyarlılığını, benlik saygısını ve yalnızlık düzeyini etkilediği saptanmıştır.

Yüksel (2015) hemşirelik öğrencilerinde yalnızlık ile reddedilme duyarlılığı ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 352 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekteşen araştırmada yalnızlık, reddedilme duyarlılığı ve sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler belirlenmiştir. Araştırma bulgularına göre sosyo-demografik değişkenler öğrencilerin reddedilme duyarlılığı, sosyal kaygı ve yalnızlık düzeylerini anlamlı olarak yordamaktadır.

Zörer (2015) araştırmasında, bağlanma stillerinin, sosyal endişe ve reddedilme duyarlılığı üzerindeki etkilerini araştırmıştır. Araştırmaya 557 üniversite öğrencisi katılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, saplantılı ve korkulu bağlanan bireylerin güvenli bağlanan bireylere kıyasla reddedilmeye daha duyarlı oldukları saptanmıştır. Ayrıca, sosyal kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin reddedilmeye daha duyarlı oldukları tespit edilmiştir.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, reddedilme duyarlılığı ile yapılan çalışmaların sınırlı olduğu görölmektedir. Çalışmalarda reddedilme duyarlılığı ile depresyon, yalnızlık veya sosyal endişe gibi değişkenler incelenmiştir. Yurt içinde ve yurt dışında reddedilme duyarlılığı ile ilgili sınırlı sayıda araştırma yapılmasına rağmen, yapılan çalışmalardaki katılımcıları genellikle öğrenciler oluşturmaktadır. Bu nedenle yapılacak çalışmanın alanyazına katkı sağlaması düşünölmektedir.

### 3. YÖNTEM

Bu bölümde ilk olarak araştırma yöntemi ve araştırmaya katılan çalışma grubu hakkında bilgi verilmiştir. Daha sonra ise çalışmada kullanılan veri toplama araçları, veri toplama araçlarının uygulanmasına yer verilmiştir. Son olarak verilerin işlenmesi ve çözümlenmesi konularına ilişkin bilgi verilmiştir.

#### 3.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırmanın bir amacı, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığının bireysel değişkenlere (cinsiyet ve sınıf düzeyi), ailesel değişkenlere (anne ve baba eğitim durumu ve ailenin gelir durumu) ve günlük internet kullanım süresine göre incelenmesidir. Bir diğer amaç ise algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığının internet bağımlılığını yordayıp yordamadığının araştırılmasıdır. Bu çerçevede bu araştırma, betimsel ve ilişkisel bir tarama çalışmasıdır.

#### 3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Kayseri’de bir devlet üniversitesinde öğrenim görmekte olan ve uygun örnekleme yöntemi ile ulaşılan 543 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmaya veri setinde sunulan ölçekleri blok halinde boş bırakan katılımcıların verileri dahil edilmemiştir. Ayrıca araştırmaya katılmaya gönüllü olduğunu belirtmeyen katılımcıların verileri analize dahil edilmemiştir. Dolayısıyla, veri toplama araçlarında sunulan maddelerin %5’inden daha fazlasının eksik bırakılmadığı ve gönüllü olan 419 katılımcının verileri dahil edilmiştir. Regresyon analizi için uygun görülen örneklem büyüklüğü için temel kural,  $N \geq 50+8m$  (m bağımsız değişken sayısı) biçimindedir. Bu temel kurallar  $\alpha=.05$ ,  $\beta=.20$  ve bağımlı-bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin orta düzey olduğunu varsaymaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu doğrultuda  $419 \geq 50+8.6$  ile bu çalışmada kullanılan çalışma grubunun yeterli büyüklüğe ulaşıldığı söylenebilir.

Katılımcılarla ilgili demografik bilgiler ‘Kişisel Bilgi Formu’ kullanılarak elde edilmiştir. Alınan bilgilere ilişkin frekans ve yüzdeler aşağıda tablolar halinde açıklanmıştır.

**Tablo 3.1.: Katılımcıların Cinsiyete, Yaşa, Sınıf Düzeyine, Aile Aylık Gelirine, Anne ve Baba Eğitim Düzeyine ve Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Dağılımları**

		f	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	302	72,1
	Erkek	117	27,9
<b>Yaş</b>	20 yaş altı	91	21,7
	20-22 yaş	224	53,5
	23-25 yaş	81	19,3
	25 yaş üstü	23	5,5
<b>Sınıf</b>	1.sınıf	1	,2
	2.sınıf	156	37,2
	3.sınıf	103	24,6
	4.sınıf	159	37,9
<b>Ailenin aylık geliri</b>	0-500 TL	6	1,4
	501-750 TL	10	2,4
	751-1000 TL	34	8,1
	1001-2000 TL	162	38,7
	2001-3000 TL	115	27,4
	3001 TL ve üzeri	92	22,0
<b>Anne eğitim düzeyi</b>	İlkokul	197	47,0
	Ortaöğretim	103	24,6
	Lise	88	21,0
	Üniversite	29	6,9
	Yüksek lisans	2	,5
<b>Baba eğitim düzeyi</b>	İlkokul	106	25,3
	Ortaöğretim	101	24,1
	Lise	111	26,5
	Üniversite	95	22,7
	Yüksek lisans	6	1,4
<b>Günlük internet kullanım süresi</b>	0-30 dk	22	5,3
	31-60 dk	61	14,6
	61-120 dk	123	29,4
	121-180 dk	82	19,6
	181 dk ve üzeri	131	31,3

Tablo 3.1’de görüldüğü üzere, araştırma kapsamına alınan öğrencilerin %72,1’i kadın, %27,9’u erkektir.. Yaş incelendiğinde katılımcıların %21,7’si 20 yaş altı, %53,5’i 20-22 yaş, %19,3’ü 23-25 yaş ve %5,5’i 25 ve üstü olarak belirtmiştir. Sınıf düzeyine bakıldığında ise, öğrencilerin %0,2’si 1. sınıf, %37,9’si 2. sınıf, %24,6’sı 3. sınıf ve %37,9’u 4. sınıf olduğunu belirtmiştir. Öğrencilerin %1,4’ü aylık gelirini 0-500 TL, %2,4’ü 501-750 TL, %8,1’i 751-1000 TL, %38,7’si 1001-2000 TL, %27,4’ü 2001-3000 TL ve %22’si 3001 TL ve üzeri olarak belirtmiştir.

Katılımcıların %47’si anne eğitim düzeyini ilkökul, %24,6’sı ortaöğretim, %21’i lise, %6,9’u üniversite, %0,5’i yüksek lisans belirtmiştir. Katılımcıları baba eğitim

düzeyine bakıldığında ise %25,3'ü ilköğretim, %24,1'i ortaöğretim, %26,5'i lise, %22,7'si üniversite ve %1,4'ü yüksek lisans olarak belirtmiştir. Öğrencilerin günlük internet kullanım süresine bakıldığında ise %5,3'ü 0-30 dakika, %14,6'sı 31-60 dakika, %29,4'ü 61-120 dakika, %19,6'sı 121-180 dakika ve %31,3'ü 181 dakika ve üzeri olarak belirtmiştir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Bu araştırmada veri toplamak için dört araç kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin belirlenmesi amacıyla "İnternet Bağımlılığı Ölçeği", algılanan sosyal destek düzeyinin belirlenmesi amacıyla "Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, öğrencilerin reddedilme düzeylerini belirlemek amacıyla "Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Öğrencilerin bireysel özelliklerine ilişkin bilgilerin toplanmasında araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Belirtilen ölçme araçlarının geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının sonuçları, puanlama ve yorumlanma özellikleri ile ilgili bilgiler aşağıda sunulmuştur.

#### **3.3.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği**

İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ), Günüş (2009) tarafından geliştirilmiş, 5'li Likert tipi ve 35 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek internet bağımlılığına yönelik olarak "Yoksunluk", "Kontrol Güçlüğü", "İşlevsellikte Bozulma" ve "Sosyal İzolasyon" olarak dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin maddeleri 5-"Tamamen katılıyorum", 4-"Katılıyorum", 3-"Kararsızım", 2-"Katılmıyorum" ve 1-"Kesinlikle katılıyorum" şeklindedir. Ölçek maddeleri 5'ten 1'e doğru puanlanmış olup, "Tamamen katılıyorum" derecesine 5 puan karşılık gelirken, "Kesinlikle katılmıyorum" derecesine 1 puan karşılık gelmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek toplam puan 175, en düşük puan ise 35'tir. Elde edilen yüksek puan internet bağımlılığının yüksek düzeyde ya da olası (risk taşıyan) bağımlı oldukları anlamına gelmektedir. İBÖ'nün tüm maddelerine ilişkin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .94 ve KMO değeri .963 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin dört alt faktörüne ilişkin Cronbach alfa ( $\alpha$ ) güvenirlik katsayıları "yoksunluk" boyutu için .87, "kontrol güçlüğü" boyutu için .85, "işlevsellikte bozulma" boyutu için .82 ve "sosyal izolasyon" boyutu için .79 olarak bulunmuştur (Günüş, 2009).

Bu çalışmada toplanan veriler üzerinde ölçeğin ve alt ölçeklerinin Cronbach Alpha güvenirlik katsayıları hesaplanmış ve İBÖ'nin tümü için Cronbach Alpha= .94,

'Yoksunluk' alt ölçeği için .80, 'Kontrol Güçlüğü' alt ölçeği için .88, 'İşlevsellikte Bozulma' alt ölçeği için .93 ve 'Sosyal İzolasyon' alt ölçeği için .85 olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuç, söz konusu ölçme aracının bu araştırma grubu için güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Ölçek maddeleri EK 5'te verilmiştir.

### **3.3.2. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Revize Formu**

Yıldırım tarafından 1997 yılında geliştirilen Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ), 2004 yılında revize edilmiştir (Yıldırım, 2004a). Algılanan Sosyal Destek Ölçeği-Revize Formu'nun (ASDÖ-R) üç alt ölçeği bulunmaktadır. Bu üç alt boyut öğretmen desteği, aile desteği ve arkadaş desteğinden oluşmaktadır. Toplamda 50 maddeden oluşan ASDÖ-R'nin 17 maddesi öğretmen, 20'si aile ve 13'ü arkadaş desteklerine ait özellikleri içermektedir. ÜASDÖ-R'nin maddeleri Likert tipi ve üçlü derecelendirmelidir. Üçlü derecelendirmeden oluşan seçenekler "Bana uygun", "Kısmen uygun" ve "Bana uygun değil" şeklindedir. Beşli Likert tipi olan ölçekte tane ters kodlanan üç madde bulunmaktadır.

ASDÖ-R'nin Alpha güvenilirlik katsayısı ölçeğin tümü için Alpha= .93'tür. Aile desteği için Alpha güvenilirlik katsayısı .94 ve arkadaşlık desteği için ise .91'dir (Yıldırım, 2004a). Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeylerinin incelenmesi için uygulanan ölçekte "aile desteği" ve "arkadaş desteği" alt ölçek kullanılmıştır. Ölçekte bulunan "öğretmen desteği" alt ölçeğinin maddelerinin ifade olarak üniversite öğrencilerine yönelik olmayabileceğinin düşünülmesinden dolayı "Öğretmen Desteği" alt ölçeği bu çalışmada kullanılmamıştır. Bu çalışmada toplanan veriler üzerinde ölçeğin ve alt ölçeklerinin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı hesaplanmış ve ASDÖ'nün tümü için Cronbach Alpha= .93, 'Aile Desteği' alt ölçeği için .88 ve 'Arkadaş Desteği' alt ölçeği için .90 olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuç, söz konusu ölçme aracının bu araştırma grubu için güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Ölçek maddeleri EK 6'da verilmiştir.

### **3.3.3. Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği**

Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği (RDÖ) Downey ve Feldman tarafından 1996 yılında geliştirilmiştir. Türkçe'ye uyarlaması Erözkan (2004) tarafından yapılmış olup 18 maddeden oluşan 6'lı Likert tipi bir ölçektir. RDÖ'nün tümü için Alpha güvenilirlik katsayısı .83'tür. Ölçeğin puanlama biçimi her madde için "Beni hiç

endişelendirmez (1) ile, Beni çok endişelendirir (6)" aralığında derecelendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek toplam puan 18-108 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan reddedilme duyarlılığı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu çalışmada toplanan veriler üzerinde ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı hesaplanmış ve .91 olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuç, söz konusu ölçme aracının bu araştırma grubu için güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. Ölçek maddeleri EK 7'de verilmiştir.

#### **3.3.4. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu (KBF) aracılığıyla katılımcıların bireysel değişkenleri olarak öncelikle cinsiyeti ve sınıf düzeyi hakkında bilgi toplanmıştır. Daha sonra ise ailesel değişkenler kapsamında anne ve baba eğitim durumu, ailenin aylık geliri ve günlük internet kullanım süresi hakkında bilgi toplanmıştır. Uygulanan Kişisel Bilgi Formu EK 4'te verilmiştir.

#### **3.4. Veri Toplama Araçlarının Uygulanışı**

Bu araştırmaya katılacak bireylere ulaşmak için ilk olarak Hacettepe Üniversitesi Etik Kurul Komisyonu'ndan (EK 1) gerekli izinler alınmıştır. Daha sonra veri toplama araçları bir belge halinde düzenlenmiştir. Ölçekler ve formlara ek olarak 'Gönüllü Katılım Formu' da (EK 3) katılımcılara sunulmuştur. Katılımcıların ölçekleri doldurmadan önce bu formu okuyup, imzalanması istenmiştir. Uygulama Kayseri'de bulunan bir devlet üniversitesinin Mühendislik Fakültesi ve Eğitim Fakültesi'nde öğrenimine devam eden, farklı sınıf düzeylerindeki 543 lisans öğrencisine, ders sorumlusu öğretim elemanlarının izni alınarak, ders saatinde araştırmacı tarafından uygulanmıştır. Uygulama esnasında katılımcılara gerekli açıklamalar yapılmış; ölçeklerle ilgili yönergeleri dikkatlice okumaları uyarısı yapılmış ve hiçbir maddeyi boş bırakmalarının önemi vurgulanmıştır. Uygulamalar yaklaşık 15 dakika sürmüştür.

#### **3.5. Verilerin İşlenmesi ve Çözümlemesi**

Toplanan veriler araştırmacı tarafından bilgisayar ortamına aktarılarak verilerin analizi SPSS 23 programı ile yapılmıştır. Elde edilen toplam 543 veriden, 124 tanesinde blok halinde boş bırakılan maddeler olduğu veya gönüllü katılım formunda belirtilen maddeyi boş bıraktıkları için bu veriler analiz dışı bırakılmıştır.

Bu nedenle veri analizleri 419 bireyden elde edilen veriler üzerinde gerçekleştirilmiştir.

KBF'ndaki "Sınıf düzeyiniz" maddesine ilişkin "1. Sınıf" seçeneği kapsamındaki öğrenci sayısı gruplararası karşılaştırma yapmada anlamlılık düzeyinin altında kaldığı için, bu seçenek bir sonraki seçenek olan "2. Sınıf" seçeneği ile birleştirilmiş ve bu seçenekte "1. ve 2. Sınıf" olarak düzenlenerek diğer gruplarla karşılaştırılmıştır. Benzer durum "Annenizin eğitim düzeyi" maddesi için de geçerlidir. Bu çerçevede anne eğitim düzeyinde "Yüksek Lisans" seçeneği kapsamındaki birey sayısı gruplararası karşılaştırma yapmada anlamlılık düzeyinin altında kaldığı için, bu seçenek bir önceki seçenek olan "Üniversite" seçeneği ile birleştirilmiş ve bu seçenekte "Üniversite ve üstü" olarak düzenlenerek diğer gruplarla karşılaştırılmıştır. Aynı şekilde "Babanızın eğitim düzeyi" maddesi kapsamındaki "Yüksek Lisans" seçeneği kapsamındaki birey sayısı gruplararası karşılaştırma yapmada anlamlılık düzeyinin altında kaldığı için, bu seçenek bir önceki seçenek olan "Üniversite" seçeneği ile birleştirilmiş ve bu seçenekte "Üniversite ve üstü" olarak düzenlenerek diğer gruplarla karşılaştırılmıştır. Aynı kapsamda "Günlük internet kullanım süreniz" maddesi kapsamındaki "0-30 dakika" seçeneği öğrenci sayısı gruplararası karşılaştırma yapmada anlamlılık düzeyinin altında kaldığı için, bu seçenek bir sonraki seçenek olan "31-60 dakika" seçeneği ile birleştirilmiş ve bu seçenekte "0-60 dakika" olarak düzenlenerek diğer gruplarla karşılaştırılmıştır.

Çalışmada bağımlı ve bağımsız değişkenlerin birbiriyle ilişkisi Pearson Korelasyon testi ile, sosyo-demografik değişkenlerin bağımlı değişken puanlarına göre fark gösterme durumu t testi ve ANOVA testleri ile, bağımsız değişkenlerin İnternet Bağımlılığını yordayıp yordamadığı ise çoklu doğrusal regresyon testi ile analiz edilmiştir. Pearson Korelasyon testi bağımsız iki nicel değişken arasındaki doğrusal ilişkinin yönü ve kuvvetinin belirlenmesi kullanılan test tekniğidir. Bağımsız gruplar t testi; bağımsız iki grubun nicel bir değişken açısından karşılaştırılmasında kullanılan test tekniği, tek yönlü ANOVA testi; bağımsız k grubun ( $k > 2$ ) nicel bir değişken açısından karşılaştırılmasında kullanılan test tekniğidir. Regresyon testi ise bağımlı değişkenin bağımsız değişkenler tarafından etkilenme durumunu inceleyen test tekniğidir (Büyüköztürk, 2011).



## 4. BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu bölümde araştırma bulguları ve bulgulara ilişkin tartışma yer almaktadır. Öncelikle çalışmada yer alan bireysel değişkenlere ilişkin bulgular ve tartışmalar verilmektedir. Daha sonra ise ailesel değişkenler, algılanan sosyal destek ve reddedilme duyarlılığı ile ilgili bulgulara ve tartışmalara yer verilmiştir.

### 4.1. İnternet Bağımlılığı ve Bireysel Değişkenlere İlişkin Bulgular ve Tartışma

Çalışmanın bu bölümünde bireysel değişkenler kapsamında cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenleri ele alınmıştır. Cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark olup olmadığı bağımsız örneklem için t testi, sınıf düzeyine göre ise üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile değerlendirilmiştir.

#### 4.1.1. İnternet Bağımlılığı ve Bireysel Değişkenlere İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin cinsiyete göre değişip değişmediğini belirlemek için yapılan bağımsız gruplar için t testi sonuçları Tablo 4.1.'de verilmiştir.

**Tablo 4.1.: Cinsiyete Göre Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına İlişkin Bağımsız Gruplar için t Testi Sonuçları**

Gruplar	n	$\bar{x}$	Ss	t
Kadın	302	80.82	21.08	3.351**
Erkek	117	74.24	16.71	

Bağımsız gruplar için t testi sonuçlarına göre, cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ( $t=3.351$ ,  $p<.01$ ). Buna göre kadın öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin ( $\bar{x}=80.82$ ,  $Ss=21.08$ ) erkek öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinden ( $\bar{x}=74.24$ ,  $Ss=16.71$ ) anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sınıf düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarına ilişkin betimleyici değerler Tablo 4.2.'de verilmiştir.

**Tablo 4.2.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarının Sınıf Düzeyine Göre Betimsel İstatistikleri**

Sınıf Düzeyi	n	$\bar{x}$	Ss
1. ve 2. Sınıf	157	71.38	13.18
3. Sınıf	103	76.12	14.31
4. Sınıf	159	88.35	24.90

Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyine göre internet bağımlılığı puan ortalamalarının birbirinden farklı olduğu Tablo 6'da görülmektedir. Değerler incelendiğinde en büyük ortalamanın 4. sınıfa, en küçük ortalamanın da 1. ve 2. sınıfa ait olduğu saptanmıştır. Sınıfların ortalamaları arasındaki farkların istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını belirlemek için yapılan ANOVA sonuçları Tablo 4.3.'te verilmiştir.

**Tablo 4.3.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığına İlişkin Sınıf Düzeylerine Göre Varyans Analizi Sonuçları**

Bağımsız Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	Eta Kare ( $\eta^2$ )
Sınıf düzeyi	Gruplar arası	23855.24	2	11927.62	34.01***	0.14
	Gruplar içi	145915.65	416	350.76		
		169770.88	418			
	Toplam					

Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre; üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasındaki farklardan en az birinin anlamlı olduğu görülmektedir ( $F_{2;416}=34.01$ ,  $p<.001$ ). Ortalamalar arasındaki farkı belirlemek amacıyla Dunnett C ikili karşılaştırma testinin sonuçlarından yararlanılmıştır. Dunnett C testi sonuçları, bütün ortalamalar arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir. Bu sonuca göre 4. sınıfta öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamalarının 1. ve 2. sınıfta ve 3. sınıfta öğrenim görmekte olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamalarından ve 3. sınıfta öğrenim görmekte olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamalarının 1. ve 2. sınıfta öğrenim görmekte olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Sonuç olarak

sınıf düzeyi arttıkça internet bağımlılığı puan ortalamalarının da arttığı görülmektedir. Sınıf düzeyi değişkeninin internet bağımlılığı üzerinde ne derece etkili olduğunu belirlemek amacıyla etki büyüklüğü hesaplanmış ve  $\eta^2=0,14$  olarak bulunmuştur. Eta kare değeri incelendiğinde (Büyüköztürk, 2011), geniş düzeyde etki sağladığı görülmektedir.

#### **4.1.2. İnternet Bağımlılığı ve Bireysel Değişkenlere İlişkin Tartışma**

Araştırmada ele alınan bulgulara göre kadın öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri erkek öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinden anlamlı olarak daha yüksektir. İlgili alanyazın incelendiğinde, cinsiyete ilişkin farklı bulguların olduğu görülmektedir. Örneğin, bu araştırma bulgusundan farklı olarak, Yoo ve arkadaşları (2004), Gençler (2011), Üneri ve Tanıdır (2011), Gu (2012), Doğrusever (2015), Kılınç (2015) ve Yu ve Shek (2016) erkeklerde internet bağımlılığının daha fazla olduğunu saptamışlardır. Alanyazında erkeklerin internet kullanımının kızlardan daha fazla olmasına ilişkin erkeklerin teknolojiye yatkınlıkları (Gürcan, 2010), erkeklerde oyun bağımlılığının, kadınlardan daha yüksek olması (Ayas, 2012; Çakır vd., 2011) gibi açıklamalar yapılmıştır. Bu araştırma bulgusu ile tutarlı olarak ise; Adiele ve Olatokun (2014), Metin ve arkadaşları (2015) kadınlarda internet bağımlılığının daha fazla olduğunu ortaya koymuştur. Son yıllarda Türkiye’de ve dünyada sosyal medya kullanımının hızla artması ve kadınların sosyal medya hesaplarını erkeklere göre daha fazla kullanarak paylaşımda bulunmaları nedeni ile kadınların internet bağımlılığı düzeylerinin arttığı düşünülmektedir. Bu düşüncüyü ise Vural ve Bat’ın (2010) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışma desteklemektedir. Araştırma sonuçlarına göre araştırmaya katılan öğrencilerin dörtte üçüne yakın bir kısmı sosyal medyayı kullanmaktadır. Ayrıca, Armağan (2013) tarafından yapılan bir başka araştırmada ise gençlerin %96,8’i sosyal medyayı kullanmakta ve %71’i günlük 1-5 saat arasında zaman geçirmektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer bulguya göre üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri arttıkça internet bağımlılığı düzeyleri de anlamlı olarak artmaktadır. İlgili alanyazın incelendiğinde elde edilen bu bulgudan farklı olarak, Tanrıverdi’nin (2012) yaptığı araştırmaya göre sınıf düzeyine göre öğrencilerin internet kullanım alışkanlıkları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Bu bulgunun yanı sıra

Baytemir (2006), Günüç (2009), Ak (2014), Dalgalı'nın (2016) yaptıkları araştırma sonuçları ise bu araştırma bulgusu ile paralellik göstererek öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu desteklemektedir. Üniversite öğrencilerinin mezun olduktan sonra buldukları sosyal ve maddi ortamlarından ayrılarak iş bulma endişesi ile maddi kaygı yaşayarak bireylerin internet kullanımlarını arttırıp internet bağımlılığını arttırdığı düşünülmektedir. Bu düşünceye paralel olarak Cirit Gül (2015) ve Özсарı (2008), son sınıf öğrencilerinin iş bulma endişelerinden dolayı arkadaş ve aile ilişkilerinin ve sosyal faaliyetlerinin olumsuz olarak etkilendiklerini ortaya koymaktadır.

#### **4.2. İnternet Bağımlılığı ve Ailesel Değişkenlere İlişkin Bulgular ve Tartışma**

Çalışmanın bu bölümünde ailesel değişkenler kapsamında anne ve babanın eğitim düzeyi ve ailenin gelir düzeyi değişkenleri ele alınmıştır. Anne ve babanın eğitim düzeyi ve ailenin gelir düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile değerlendirilmiştir.

##### **4.2.1. İnternet Bağımlılığı ve Ailesel Değişkenlere İlişkin Bulgular**

Annenin eğitim düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarına ilişkin betimleyici değerler Tablo 5.1.'de verilmiştir.

**Tablo 5.1.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre Betimsel İstatistikler**

Annelerin Eğitim Düzeyi	n	$\bar{x}$	Ss
İlkokul mezunu	197	78.56	20.49
Ortaöğretim	103	79.55	19.88
Lise	88	79.41	20.54
Üniversite ve üstü	31	78.55	18.62

Üniversite öğrencilerinin annenin eğitim düzeyine göre internet bağımlılığı puan ortalamaları Tablo 5.1.'de görülmektedir. Değerler incelendiğinde en büyük ortalamanın annesi ortaöğretimden mezun olana, en küçük ortalamanın da annesi üniversite ve üstü düzeyden mezun olana ait olduğu görülmektedir.

Anne eğitim düzeyine göre ortalamalar arasındaki farkların istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını belirlemek için yapılan ANOVA sonuçları Tablo 5.2'de verilmiştir.

**Tablo 5.2.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanları ve Annenin Eğitim Düzeyi Grupları İçin Varyans Analizi Sonuçları**

Bağımsız Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F
Annenin Eğitim Düzeyi	Gruplar arası	90.02	3	30.01	0.73
	Gruplar içi	169680.86	415	408.87	
	Toplam	169770.88	418		

Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre; anneleri farklı eğitim düzeyine sahip üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasındaki farklardan hiç birinin anlamlı olmadığı görülmektedir ( $F_{3;415}=0.73$ ,  $p>.05$ ). Bir başka ifade ile annenin eğitim düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark yoktur.

Babanın eğitim düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarına ilişkin betimleyici değerler Tablo 5.3.'te verilmiştir.

**Tablo 5.3.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre Betimsel İstatistik**

Babanın Eğitim Düzeyi	n	$\bar{x}$	Ss
İlkokul mezunu	106	78.00	22.97
Ortaöğretim	101	78.36	18.29
Lise	111	79.00	20.03
Üniversite ve üstü	101	80.62	19.07

Üniversite öğrencilerinin babanın eğitim düzeyine göre internet bağımlılığı puan ortalamaları Tablo 5.3.'te görülmektedir. Değerler incelendiğinde en büyük ortalamanın babası üniversite ve üstü kurumlardan mezun olana, en küçük ortalamanın da babası ilkokul mezunu olana ait olduğu görülmektedir. Baba eğitim

düzeyine göre ortalamalar arasındaki farkların istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını belirlemek için yapılan ANOVA sonuçları Tablo 5.4'te verilmiştir.

**Tablo 5.4.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanları ve Babanın Eğitim Düzeyi Grupları İçin Varyans Analizi Sonuçları**

Bağımsız Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F
	Gruplar				
Babanın Eğitim Düzeyi	arası Gruplar içi	414.01	3	138.00	.338
		169356.87	415	408.09	
	Toplam	169770.88	418		

Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre; babaları farklı eğitim düzeyine sahip üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasındaki farklardan hiç birinin anlamlı olmadığı görülmektedir ( $F_{3;415}=0.34$ ,  $p>.05$ ). Bir başka ifade ile babanın eğitim düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark yoktur.

Ailenin gelir düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarına ilişkin betimleyici değerler Tablo 5.5.'te verilmiştir.

**Tablo 5.5.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarının Ailenin Gelir Düzeyine Göre Betimsel Değerleri**

Ailenin Gelir Düzeyi	n	$\bar{x}$	Ss
1000 TL ve altı	50	80.06	18.41
1001 TL-2000 TL	162	79.31	19.71
2001 TL-3000 TL	115	79.03	22.72
3001 TL ve üzeri	92	77.75	18.63

Üniversite öğrencilerinin ailenin gelir düzeyine göre internet bağımlılığı puan ortalamalarının birbirinden farklı olduğu Tablo 5.5.'te görülmektedir. Değerler incelendiğinde en büyük ortalamanın gelir düzeyi 1000 TL ve altına, en küçük ortalamanın ise gelir düzeyi 3001 TL ve üzeri olana ait olduğu görülmektedir.

Ailenin gelir düzeyine göre ortalamalar arasındaki farkların istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını belirlemek için yapılan ANOVA sonuçları Tablo 5.6'da verilmiştir.

**Tablo 5.6.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanları ve Ailenin Gelir Düzeyi Grupları İçin Varyans Analizi Sonuçları**

Bağımsız Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F
Ailenin Gelir Düzeyi	Gruplar arası	216.01	3	72.00	.176
	Gruplar içi	169554.88	415	408.57	
	Toplam	169770.88	418		

Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre; farklı gelir düzeyine sahip üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasındaki farklardan hiç birinin anlamlı olmadığı görülmektedir ( $F_{3;415}=0.18$ ,  $p>.05$ ). Bir başka ifade ile ailenin gelir düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark yoktur.

#### 4.2.2. İnternet Bağımlılığı ve Ailesel Değişkenlere İlişkin Tartışma

Araştırmada üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının anne ve baba eğitim düzeyi değişkenleri ele alındığında anlamlı bir ilişki belirlenememiştir. Bu araştırma bulgusuna benzer olarak, Ayas ve Horzum (2013), Doğan (2013), Doğrusever (2015), Metin ve arkadaşları (2015) ve Saatçioğlu (2016), yaptıkları çalışmalarda bu araştırma bulgularını destekler şekilde, ebeveynlerin eğitim düzeyi ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığını ortaya koymuştur. Buna karşın İnan (2010), Batıgün ve Kılıç (2011), Koyuncu ve arkadaşları (2012), Kılınc (2015) ve Ülgen (2015) anne eğitim düzeyi arttıkça internet bağımlılığının görülme sıklığının arttığını saptamışlardır. Görüldüğü üzere anne babanın eğitim düzeyi ile internet bağımlılıkları arasındaki araştırmaların farklı sonuçları bulunmaktadır. İnternet kullanımının her geçen gün yaygınlaşması ve kullanım alanlarının artması ile birlikte, ebeveynlerin bu gelişmeleri yeteri kadar takip edemedikleri düşünülmektedir. Ebeveynlerin internet deneyimlerinin üniversite öğrencileri kadar yoğun olmadığından dolayı internet kullanımı konusunda gençleri yeterli düzeyde

yönlendiremedikleri düşünülmektedir. Bu nedenle internet kullanımının anne ve baba eğitim düzeyi ile açıklanamayacağı düşünülmektedir.

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının aile gelir düzeyine göre değişmediğidir. Alanyazında bu araştırma bulgusuna paralel veya paralel olmayan bulguların olduğu görülmektedir. Örneğin Günüş (2009) yaptığı çalışmada gelir düzeyi arttıkça internet bağımlılığının arttığını belirtmektedir. Buna karşın bu araştırma bulgusu ile tutarlı olarak, Tanrıverdi (2012), Alaçam (2012) ve Dalgacı (2016) yaptıkları araştırmalarda ailenin aylık geliri ile öğrencilerin internet bağımlılıkları arasında anlamlı bir farklılık bulmamıştır.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde internet bağımlılığı ile anne ve babanın eğitim seviyesi ve gelir düzeyleri arasında farklı sonuçların saptandığı görülmektedir. Bu farklılıkların internetin yaşam alanlarında hızla yaygınlaşması ile birlikte internet kullanımının artması ve ebeveynlerin bu sürece uyum sağlayamaması ile ilgili olduğu söylenebilir. Ebeveynlerin eğitim düzeyleri ve gelir düzeyleri fark etmeksizin, öğrencilerin internet kullanımlarına müdahale edememelerinin öğrencilerin internet bağımlılıkları düzeylerinde etkili olmadıkları düşünülmektedir.

### **4.3. İnternet Bağımlılığı ve İnternet Kullanım Süresine İlişkin Bulgular ve Tartışma**

Çalışmanın bu bölümünde günlük internet kullanım süresine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark olup olmadığı tek yönlü varyans analizi ile değerlendirilmiş ve sonuçlar tartışılmıştır.

#### **4.3.1. İnternet Bağımlılığı ve İnternet Kullanım Süresine İlişkin Bulgular**

Günlük internet kullanım süresine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarına ilişkin betimleyici değerler Tablo 6.1.'de verilmiştir.



**Tablo 6.1.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarının Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Betimsel Değerleri**

Günlük İnternet Kullanım Süresi	N	$\bar{x}$	Ss
0-60 dakika	83	80.23	19.87
61-120 dakika	123	77.22	21.47
121-180 dakika	82	79.63	19.07
181 dakika ve üzeri	131	79.44	19.84

Üniversite öğrencilerinin günlük internet kullanım süresine göre internet bağımlılığı puan ortalamaları Tablo 6.1.'de görülmektedir. Değerler incelendiğinde en büyük ortalamanın günlük internet kullanım süresi 0-60 dakika, en küçük ortalamanın ise 61-120 dakika olana ait olduğu görülmektedir. Günlük ortalama internet kullanım süresine göre ortalamalar arasındaki farkların istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını belirlemek için yapılan ANOVA sonuçları Tablo 6.2.'de verilmiştir.

**Tablo 6.2.: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanları ve Günlük İnternet Kullanım Süresi Grupları İçin Varyans Analizi Sonuçları**

Bağımsız Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	Levene
Günlük İnternet Kullanım Süresi	Gruplar arası	573.81	3	191.27	.469	.483
	Gruplar içi	169197.07	415	407.70		
	Toplam	169770.88	418			

Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre; günlük ortalama internet kullanım süresi farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasındaki farklardan hiç birinin anlamlı olmadığı görülmektedir ( $F_{3;415}=0.47$ ,  $p>.05$ ). Bir başka ifade ile günlük ortalama internet kullanım süresine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark yoktur.

### **4.3.2. İnternet Bağımlılığı ve İnternet Kullanım Süresine İlişkin Tartışma**

Araştırmada elde edilen bulguya göre üniversite öğrencilerinin günlük internet kullanım süresi ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Simkova ve Cincera (2004), Kwiatkowska ve arkadaşları (2007) ve Doğrusever (2015) bu araştırma bulgusundan farklı olarak; internet kullanım süresi ile internet bağımlılığı ile arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Ancak, Chang ve Man Law (2008), öğrencilerin internet yıllık kullanım süreleri ile internet bağımlılıkları düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulmamıştır. Araştırmalar incelendiğinde internet bağımlılığı ile internet kullanım sürelerine ilişkin farklı sonuçlar bulunmaktadır. Tanrıverdi'nin (2012) yaptığı araştırmaya göre öğrencilerin interneti kullanım amaçları en çok araştırma (ders, bilgi) ve sohbetir. Öğrencilerin interneti ödev yapma veya bilgi edinme gibi akademik nedenlerden dolayı kullanabileceği gibi sohbet etme, oyun oynama veya alışveriş yapma gibi alanlarda da kullanabildikleri düşünülmektedir. Bu nedenle, öğrencilerin internet kullanım amaçlarındaki bireysel farklılıklardan dolayı günlük internet kullanım süresi ile internet bağımlılığının açıklanamayacağı düşünülmektedir.

### **4.4. İnternet Bağımlılığının Yordayıcılarına İlişkin Bulgular ve Tartışma**

Çalışmanın bu bölümünde aile desteği, arkadaş desteği ve reddedilme duyarlılığı değişkenlerinin üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini anlamlı olarak yordayıp yordamadığı çoklu doğrusal regresyon analizi ile değerlendirilmiştir.

#### **4.4.1. İnternet Bağımlılığının Yordayıcılarına İlişkin Bulgular**

Bu araştırma kapsamında ele alınan 'aile desteği, arkadaş desteği ve reddedilme duyarlılığı değişkenleri üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerini anlamlı olarak yordamakta mıdır?' problemine yanıt bulabilmek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizinden faydalanılmıştır. Regresyon analizinin yapılabilmesi için öncelikle regresyon analizinin normallik, doğrusallık, otokorelasyon ve çoklu bağlantılılık varsayımları incelenmiştir. Elde edilen değerlerin kabul edilebilir olduğu görülmüştür.

**Tablo 7.1.: Bağımlı ve Bağımsız Değişkenler Arasındaki Korelasyon Değerleri**

	1	2	3	4
1.İnternet Bağımlılığı	1.000			
2.Aile Desteği	-.406**	1.000		
3.Arkadaş Desteği	-.368**	.203**	1,000	
4.Reddedilme Duyarlılığı	.279**	-.383**	-.220**	1.000
Ortalama	78.98	54.79	34.05	48.10
Std. Sapma	20.15	5.89	6.33	18.65
Çarpıklık	.596	-1.19	-1.76	.25
Basıklık	.02	2.13	2.63	-1.07

Tablo 7.1.'e göre katılımcıların internet bağımlılığı puan ortalamasının 78.98, standart sapma değerinin 20.15, aile desteği puan ortalamasının 54.79, standart sapma değerinin 5.89, arkadaş desteği puan ortalamasının 34.05, standart sapma değerinin 6.33 ve reddedilme duyarlılığı puan ortalamasının 48.10, standart sapma değerinin 18.65 olduğu görülmektedir.

Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları incelendiğinde, internet bağımlılığı ile aile desteği ( $r=-.406$ ,  $p<.01$ ) ve arkadaş desteği ( $r=-.368$ ,  $p<.01$ ) arasında negatif yönde ve reddedilme duyarlılığı ( $r=.279$ ,  $p<.01$ ) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Aile desteği ile arkadaş desteği ( $r=.203$ ,  $p<.01$ ) arasında pozitif yönde, reddedilme duyarlılığı ( $r=-.383$ ,  $p<.01$ ) arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Son olarak arkadaş desteği ile reddedilme duyarlılığı arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler ( $r=-.220$ ,  $p<.01$ ) olduğu görülmektedir.

Araştırmada ele alınan ve “Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini aile desteği, arkadaş desteği ve reddedilme duyarlılığı değişkenlerinin anlamlı olarak yordamakta mıdır?” şeklinde ifade edilen alt problemin çözümü için üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı toplam puanları bağımlı değişken olarak alınmıştır. Aile desteği, arkadaş desteği ve reddedilme duyarlılığı değişkenleri ise bağımsız değişkenler olarak ele alınmış ve analiz sonuçları Tablo 7.2.'de verilmiştir.

**Tablo 7.2.: Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Düzeylerini Yordayan Değişkenlere İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımsız Değişkenler	B	Std. Hata	$\beta$	t	p	Tolerans	VIF
Sabit	162.953	10.560		15.431	.000		
Aile Desteği	-1.064	.158	-.311	-6.738	.000	.838	1.193
Arkadaş Desteği	-.902	.139	-.283	-6.473	.000	.935	1.070
Reddedilme Duyarlılığı	.105	.050	.098	2.104	.036	.832	1.202
R = 0.508 F <sub>3,415</sub> =48.059	R <sup>2</sup> = 0.252						

Regresyon denkleminin ilişkin F değeri incelendiğinde, anlamlı bulunduğu görülmektedir (F<sub>3,415</sub>=48.059, p < 0,001). Bu sonuca dayanarak kurulan regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu söylenebilir. Modeldeki bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni yordama düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını belirlemek için regresyon katsayıları incelenmiş ve Tablo 7.2.'de verilmiştir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre aile desteği, arkadaş desteği ve reddedilme duyarlılığı puanları birlikte internet bağımlılığı puanları ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vermektedir ( $R = 0.508$ ,  $R^2 = 0,252$ , p<0.05). Bağımsız değişkenler internet bağımlılığı puanlarındaki toplam varyansın yaklaşık olarak %25,2'sini açıklamaktadır. Standartlaştırılmış regresyon katsayıları incelendiğinde, aile desteği ( $\beta = -.311$ , p<.001), arkadaş desteği ( $\beta = -.283$ , p<.001) ve reddedilme duyarlılığı ( $\beta = .098$ , p<.05) değişkenlerinin üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir. Standartlaştırılmış regresyon katsayıları ( $\beta$ ) incelendiğinde yordayıcı değişkenlerin internet bağımlılığı üzerindeki görece önem sırasının aile desteği, arkadaş desteği ve reddedilme duyarlılığı olduğu görülmektedir. Buna göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarını yordamada aileden algılanan desteğin, arkadaştan algılanan desteğin ve reddedilme duyarlılığının önemli bir rol oynadığı söylenebilir.

#### 4.4.2. İnternet Bağımlılığının Yordayıcılarına İlişkin Tartışma

Araştırmada ele alınan aile desteği, arkadaş desteği ve reddedilme duyarlılığı değişkenleri üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini anlamlı olarak yordamaktadır. Aile ve arkadaş destekleri alt boyutlarının, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarını yordamada anlamlı olduğu ve negatif yönde ilişki gösterdiği belirlenmiştir. Bir diğer deyişle algılanan sosyal desteği az olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığına sahip oldukları bulunmuştur. Ayrıca reddedilme duyarlılığının üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarını yordamada anlamlı olduğu ve pozitif yönde ilişki gösterdiği belirlenmiştir. Bir başka ifade ile reddedilme duyarlılığı yüksek olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığına sahip oldukları bulunmuştur. Bu araştırma bulgusu ile tutarlı olarak Özcan ve Buzlu (2005), Esen (2007) ve Esen ve Siyez (2011) yaptıkları araştırmalarda da algılanan sosyal destek ve internet bağımlılıkları arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki bulmuştur. Erözkan (2004), kişilerarası duyarlılık ile reddedilme duyarlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Sarıçam (2011) ise, yüksek reddedilme duyarlılığına sahip üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin yüksek olduğunu saptamıştır. Dolayısıyla yalnız ve sosyal desteği az olan öğrencilerin internete daha fazla yöneldikleri söylenebilir. Bu bulgular ışığında sosyal destek eksikliğinin öğrencileri internet bağımlısı durumuna getirebildiği söylenebilir. Ayrıca, öğrencilerdeki zayıf sosyal bağların ve olumsuz değerlendirilme korkusunun interneti daha yoğun şekilde kullanarak internet bağımlılıklarını arttırdıkları söylenebilir.

## 5. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmadan elde edilen sonuçların özetine yer verilmiştir. Buna ek olarak sonuçlardan yola çıkarak geliştirilen öneriler de bulunmaktadır. Sonuç ve öneriler verilirken, araştırmadan elde edilen bulguların veriliş sırası temel alınmıştır.

### 5.1. Sonuçlar

Bu kısımda bu çalışmada elde edilen bulgulara ilişkin sonuçlar sunulmuştur. Sırasıyla cinsiyet, sınıf düzeyi, anne-babanın eğitim durumu, ailenin gelir durumu, günlük internet kullanım süresi ile ilgili sonuçlar yer almaktadır. Daha sonra ise internet bağımlılığının yordayıcıları ile ilgili elde edilenler maddeler halinde verilmiştir.

1. Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark vardır. Bir başka ifade ile kadın öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri erkek öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinden anlamlı olarak yüksektir.

2. Sınıf düzeylerine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları birbirinden farklıdır. 4. sınıfta öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları 1. ve 2. sınıfta ve 3. sınıfta öğrenim görmekte olan öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamalarından anlamlı olarak yüksektir. Ayrıca, 3. sınıfta öğrenim görmekte olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamalarının 1. ve 2. sınıfta öğrenim görmekte olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksektir. Bir başka ifade ile sınıf düzeyi arttıkça internet bağımlılığı puan ortalamaları da artmaktadır.

3. Annenin eğitim düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark yoktur.

4. Babanın eğitim düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark yoktur.

5. Ailenin gelir düzeyine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark yoktur.

6. Günlük ortalama internet kullanım süresine göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinde anlamlı bir fark yoktur.

7. Aile desteği, arkadaş desteği ve reddedilme duyarlılığı, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamaktadır.

## **5.2. Öneriler**

Bu kısımda bu çalışmanın bulgularından elde edilen verilere dayanılarak araştırmacılara, uygulamacılara ve politika yapıcılara çeşitli öneriler sunulmuştur.

### **5.2.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler**

1. Bu çalışmada üniversite öğrencileri ile çalışılmıştır. İnternet kullanımının her geçen gün artması ve internet erişiminin giderek kolaylaşması göz önünde bulundurulursa çocuklarla ve ergenlik dönemindeki bireylerle çalışılarak farklı yaş grubu değişkenlerinin araştırılması alanyazına katkı sağlayabilir.
2. Bu araştırmadaki örneklem sayısı sınırlıdır. Bundan sonra yapılacak çalışmalarda örneklem sayısının artırılarak farklı coğrafi bölgelerdeki üniversite öğrencileri ile çalışılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.
3. Bu çalışma sonucu elde edilen bulgular sadece öğrencilerin vermiş oldukları cevaplarla sınırlıdır. Bundan sonraki yapılacak olan çalışmalarda velilerin, öğretmenlerin ve sivil toplum kuruluşlarının katılımları da sağlanırsa internet bağımlılığı hakkında daha etkili sonuçlara ulaşılabilecektir.
4. Bu araştırma kesitsel bir çalışmadır. İnternet bağımlılığının uzun dönemdeki etkisinin incelenmesi açısından boylamsal çalışmaların yapılması internet kullanımının detaylı bir şekilde incelenmesine ve sonuçlarının anlaşılmasına yarar sağlayacaktır.
5. Bu çalışma üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarını cinsiyet, sınıf düzeyi, anne ve baba eğitim durumu, gelir düzeyi ve günlük internet kullanımı açısından incelenmiştir. Araştırmada yer alan değişkenler dışında internet bağımlılığına yol açan farklı değişkenler incelenerek internet bağımlılığını

yordayıp yordamadığı araştırılabilir. Bu sayede, internet bağımlılığının sebepleri daha kapsamlı şekilde saptanabilir ve bağımlılığı engelleyici önlemler alınabilir.

6. İnternet bağımlılığının aile sosyo-ekonomik durumu ile ilişkisi bulunmaması göz önünde bulundurularak farklı gelir düzeylerine sahip bireylerle nitel araştırma yapılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

### **5.2.2. Uygulamacılara Yönelik Öneriler**

1. Reddedilme duyarlılık düzeyi fazla olan ve risk gruplarını içeren öğrenciler başta olmak üzere internet bağımlılığı konusunda bilinç ve farkındalık kazandıracak çalışmalar yapılabilir. Öğrencilere ve ailelere bu konuda koruyucu, önleyici ve müdahale edici programlar düzenlenerek eğitilebilir ve bu konuda seminerler düzenlenebilir.
2. Öğrencilerin sosyal yaşamlarını daha sağlıklı hale getirmek ve böylelikle sosyal amaçlı internet kullanımlarını önlemek adına faaliyetler ve okul içi aktiviteler düzenlenerek öğrencilerin sosyal aktivitelere katılımı konusunda teşvikler yapılabilir.
3. Reddedilme duyarlılık düzeyi yüksek veya algılanan sosyal destek düzeyi düşük olan üniversite öğrencileri için psikolojik danışmanlar tarafından bireysel ya da grup psikolojik danışma çalışmaları yapılabilir.
4. Güvenli internet kullanımını teşvik ederek ailelere, akademisyenlere ve öğrencilere yönelik eğitim çalışmaları yapılabilir. Bu sayede internet kullanımı konusunda farkındalık kazandırılması sağlanabilir.
5. Bu araştırmada algılanan sosyal desteğin üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarını yordamada önemli bir değişken olduğu bulunmuştur. Bundan dolayı psikolojik danışma ve rehberlik alanında çalışan uzmanların sosyal desteği artırıcı ve yüz yüze iletişimi özendirici çalışmalar yapmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.



### 5.2.3. Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler

1. Güvenli internet kullanımı konusunda ülke genelinde farkındalık çalışmaları yapılarak ilgili bakanlıkların desteği sağlanabilir. Özellikle küçük yaş grubundaki öğrencilere yönelik güvenli internet kullanımını teşvik edici projeler üretilebilir.
2. Sosyal destek düzeyi düşük olan bireylere yönelik üniversitelerle işbirliği ile çalışılarak çeşitli etkinlikler ve bilgilendirme çalışmaları yapılabilir. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı ile Ulaştırma Bakanlığı işbirliği içerisinde sosyal desteğin artırılmasında ve internet bağımlılığının azaltılmasına yönelik eğitimler vererek yapılacak bilimsel çalışmalara destek verilebilir.



## KAYNAKÇA

- Adiele, I. & Olatokun, W. (2014). Prevalence and determinants of Internet addiction among adolescents. *Computers in Human Behavior*, 31, 100-110.
- Ak, H. (2014). *Mesleki ve teknik eğitim kurumları öğrencilerinin internet kullanım alışkanlıkları ile algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akal, A. (2010). *Üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akın, İ. (2014). *Problemlili internet kullanımının duygu düzenleme, aleksitimi ve dürtüsellik ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aksüllü, N. ve Doğan, S. (2014). Huzur evinde ve evde yaşayan yaşlılarda algılanan sosyal destek etkenleri ile depresyon arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 5, 76-84.
- Alaçam, H. (2012). *Denizli bölgesi üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının görülme sıklığı ve yetişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Denizli.
- Altay, M. (2012). *Okul yöneticilerinin mesleki tükenmişlik düzeyleri ile çok boyutlu algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.
- Arnas, Y. A. (2005). 3-18 Yaş grubu çocuk ve gençlerin interaktif iletişim araçlarını kullanma alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 4, 4.
- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family* 62, 1269-1287.
- Arısoy, G. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.
- Armağan, A. (2013). Gençlerin sanal alanı kullanım tercihleri ve kendilerini sunum taktikleri: Bir araştırma. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 33, 137-161.

- Aslan, S. (2011). *Akademisyenlerde internet bağımlılık düzeyleri ve buna bağlı oluşabilecek sağlık sorunları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Ateş, B. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile atılganlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Ayaroğlu, N. S. (2002). *Üniversite öğrencilerinin internet kullanımları ve yalnızlıkları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ayas, T. (2012). The relationship between internet and computer game addiction level and shyness among high school students. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 12(2), 632-636.
- Ayas, T. ve Horzum, M.B. (2013). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 46-57.
- Aydoğdu, C. (2003). *Televizyon ve bilgisayarın (18-24 yaş) gençler üzerindeki psikolojik etkileri: Hendek örneği*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Bakker, A.B. & Demerouti, E. (2007). The job demands-resources model: State of the art, *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309-328.
- Bakker, A.B., Demerouti, E. & Schaufeli, W.B. (2003). Dual processes at work in a call centre: An application of the job demands – resources model. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 12(4), 393–417.
- Bal, S. (2010). *Çocukluk örselenme yaşantıları, ana-baba-ergen biçimleri ve sosyal destek algısının, kuraldışı davranışlarla ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Balcı, Ş. ve B. Ayhan. (2007). Üniversite öğrencilerinin internet kullanım ve doyumlar üzerine bir saha araştırması. *Selçuk İletişim Dergisi*, 5(1), 175-177.
- Balkaya Çetin, A. (2014). *Ergenlerin internet ve problemleri internet kullanım davranışlarının bazı psiko-sosyal özellikler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Banaz, M. (2002). *Lise öğrencilerinde sosyal destek kaynakları ve stres ile ruh sağlığı arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Başer, Z. (2006). *Aileden algılanan sosyal destek ile kendini kabul düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

- Başköy, N. (2013). *Ortaöğretim öğrencilerinin internet bağımlılık, siber zorbalık ve bilgisayara karşı tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ahi Evran Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırşehir.
- Batıgün, A. D. ve Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 213-219.
- Batıgün, A. D. ve Kılıç N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26 (67), 1-10.
- Baykan, N. (2015). *Anne-baba tutumları ile internet bağımlılık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bayraktar, Ö. (2011). *Üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyleri ile duygusal zekaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Baytemir, K. (2006). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin bazı demografik özelliklerine ve algıladıkları sosyal destek düzeylerine göre interneti kullanma amaçlarının incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Beard, K. W. (2005). Internet addiction: A review of current assessment techniques and potential assessment questions. *Cyber Psychology and Behavior*, 8, 7-14.
- Beard, K., & Wolf, E. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *CyberPsychology & Behaviour*, 4(3), 377-383.
- Benazzi, F.(2000). Characteristics of bipolar II patients with interpersonal rejection sensitivity. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 54(1), 499–501.
- Biçer, U. (2014). *Sosyal beceri eğitiminin ortaokul öğrencilerindeki internet bağımlılığı düzeyine etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Blackhart, G .C., Nelson, B. C., Knowles, M. L. & Baumeister, R. F. (2009). Rejection elicits emotional reactions but neither causes immediate distress nor lowers self-esteem: A meta-analytic review of 192 studies on social exclusion. *Personality and Social Psychology Review*, 13, 269-309.
- Block, J. J. (2008). Issues for DSM-V: Internet addiction. *The American Journal of Psychiatry*, 165, 306–307.

- Bregtje-Gunther, M., Crone, E. A., van der Molen, M. W. (2010), The heartbrake of social rejection heart rate deceleration in response to unexpected peer rejection. [Çevrim içi: <https://doi.org/10.1177/0956797610379236>], Erişim tarihi: 8 Nisan 2016.
- Budak, C. (2015). *Ortaokul öğrencilerinde internet bağımlılığı, obezite prevalansı ve fiziksel aktivite katılım düzeylerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Büyükoztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. (15. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Can, A. (2013). *Spss ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. (2. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Canoğulları, Ö. (2014). *İnternet bağımlılık düzeyleri farklı ergenlerin cinsiyetlerine göre psikolojik ihtiyaçları, sosyal kaygıları ve anne baba tutum algılarının incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Cao, F. & Su, L. (2007). Internet addiction among Chinese adolescents: Prevalence and psychological features. *Child Care Health and Development*, 33(3), 275–281.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J. & Tao, F. (2011). Problematic internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11, 802.
- Caplan, G. (1974). *Support Systems and Community Mental Health: Lectures on Concept Development*. New York: Behavioral Publications.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychological well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18, 553–575.
- Ceyhan, E. (2008). Ergen ruh sağlığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(2), 111-112.
- Ceyhun, A. T. (2009). *Zihinsel yetersizliği olan çocuklarla çalışan öğretmenlerde iş stres, algılanan sosyal destek ve iş doyumu*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Ceylan, M. S. (2015). *Kişilerin sosyal açıdan kendilik algısı ve problem çözme becerileri ile internet bağımlılığı ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Chang, M. K. ve Man Law, S. P. (2008). Factor structure for young's internet addiction test: A confirmatory study. *Computers in Human Behavior*, 24 (6), 2597-2619.
- Cırık, İ., Oktay, A., Fer, S. (2014). İlköğretim öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri. *Eğitim ve Bilim*, 39(173), 169-180.

- Cicioğlu, M. (2014). *Öğrencilerin problemleri internet kullanımı ve siber zorbalık davranışlarına ilişkin görüşleri*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Cimarolli, V. R. & Wang, S. (2006). Social support differences among employed and unemployed adults who are visually impaired. *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 100, 545-556.
- Cirit Gül, A. (2015). *KPSS'nin öğretmen adaylarının akademik ve sosyal yaşamlarına etkileri*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Cobb, S. (1995). *Social support as a moderator of life stress toward an integrated medicine, classics from psychosomatic medicine 1959-1979*. USA: American Psychiatric Press.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support and buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Cooke, B. D., Rossman, M. M., McCubbin, H. L. & Joan, M. (1988). Examining the definition and assessment of social support: A resource for individuals and families. *Family Relations*, 37,(2), 211-216.
- Coşkun, G. (2008). *İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin zorbalık eğilimleri ile problemleri internet kullanımları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cournoyer, D. E. (2000). Universalist research: Examples drawing from the methods and findings of parental acceptance-rejection theory. In A.L. Comunian & U. Gielen (Eds.). *International Perspective on Human Development*, 213-232. Lengerich: Pabst Science Publishers.
- Coyne, J. C. & Downey, G. (1991). Social factors and psychopathology: Stress, social support and coping processes. *Annual Review of Psychology*, 42, 401-425.
- Cutrona, C. E. & Suhr J. A. (1994). Social support communication in the context of marriage: An analysis of couples' supportive interactions. In: Burleson, B. R., Albrecht, T. L., and Sarason, I. G. (Eds.): *Communication of Social Support: Messages, Interactions, Relationships, and Community*, Sage Publications: Thousand Oaks, CA.
- Çağır, G. (2010). *Lise ve üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanım düzeyleri ile algılanan esenlik halleri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Çakır, Ö., Ayas, T. ve Horzum, M. B. (2011). Ergenler için bilgisayar bağımlılığı ölçeği. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(2), 339-448.

- Çakır, Y. ve Palabıyıkoglu, R. (2007). Gençlerde sosyal destek, çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Kriz Dergisi*, 5(1), 15-24.
- Çam, H. H. (2014). *Adölesanlarda internet bağımlılığı prevalansı ile psikopatolojik semptomlar ve obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Çebi, E. (2009). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları: algılanan sosyal destek, psikolojik sıkıntı, yardım alma deneyimi ve cinsiyetin etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dalgacı, F. N. (2016). *Lise öğrencilerinde yeme tutumları ve internet bağımlılığının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Davis, R., Flett, G. & Besser, A. (2002). Validation of a new scale for measuring problematic internet use: Implications for pre-employment screening. *Cyberpsychol Behavior*, 5, 331–345.
- Dayıoğlu, B. (2008). *Üniversite giriş sınavına hazırlanan adaylarda psikolojik sağlık: öğrenilmiş güçlülük, algılanan sosyal destek ve cinsiyetin rolü*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F. & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499-512.
- Derin, S. (2013). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Derin, S. (2013). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Deveci, F. (2011). *Ergenlerde karar verme stilleri ile algılanan sosyal destek düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Dinç, M. (2010). *İnternet bağımlılığı*. İstanbul: Ferfir Yayınları.
- Doğan, A. (2013). *İnternet bağımlılığı yaygınlığı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Doğan, M. (2011). *İşitme engelli çocuğa sahip ebeveynlerin çeşitli psikolojik değişkenleri açısından değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Doğrusever, C. (2015). *Ön ergenlerin internet bağımlılığının yalnızlık, sosyal beceriler ve bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Çukurova Üniversitesi, Adana.

- Downey, G., Lebolt, A. & O'shea, K. (1995). *Implications of Rejection Sensitivity for Adolescent Peer and Dating Relationship*. Paper Presented at the Biennial Meeting of the Society for Research on Adolescence, (1995). Indianapolis.
- Downey, G. & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1343.
- Downey, G., Feldman, S. & Ayduk, Ö. N. (2000). Rejection sensitivity and male violence in romantic relationships. *Personal Relationships*, 7, 45-61.
- Döner, C. (2011). *İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının farklı değişkenlere göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ducharme, L. J. & Martin, J. K. (2002). Unrewarding work, coworker support, and job satisfaction: A test of the buffering hypothesis. *Work and Occupations*, 27, 223-243.
- Dülger, Ö. (2009). *Ergenlerde algılanan sosyal destek ile karar verme davranışları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Eftekin, P. (2015). *Ergenlik dönemindeki öğrencilerin internet bağımlılığı ve anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Ege Üniversitesi, Madde Bağımlılığı, Toksikoloji ve İlaç Bilimleri Enstitüsü. Madde bağımlılığı  
[Çevrim içi : <http://bati.ege.edu.tr/index.php?lid=1&SayfaID=144&cat=details>], Erişim Tarihi: 10 Ağustos 2016.
- Eisenberger, R., Armeli, S., Rexwinkel, B., Lynch, P. D., & Rhoades, L. (2001). Reciprocation of perceived organizational support. *Journal of Applied Psychology*, 86, 42-51.
- Ekinci, A. (2002). Aziz Antonius'un baştan çıkarılması: Bir kötü alışkanlık olarak internet. *COGİTO Dergisi*, 30, 227-235.
- Ekmekçi, A. Y. (2008). *Congruence of parent and child perceptions of parental acceptance-rejection*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erbaş, M. M. (2012). *Öğretmen adaylarının mükemmeliyetçilik düzeylerinin red duyarlılığı ve öznel iyi oluş düzeylerine göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ondokuzmayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Eroğlu, A. (2014). *İnternet bağımlılığı ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.



- Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası duyarlılıkları ile reddedilme duyarlılıklarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 85-98.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve karar stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3) 60-74.
- Ersun, A., Şahin Köze B., Muslu, G., Beytut D., Başbakkal, Z. ve Conk, Z. (2012). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinde internet kullanımı ile sosyal destek sistemi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İ.Ü.F.N. Hemşirelik Dergisi*, 20 (2), 86-92.
- Esen, E. (2010). *Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Esen, E. ve Siyez D. M. (2011). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 127-138.
- Esen, K. N. (2007). Akran baskısı ve algılama sosyal destek değişkenlerine göre, ergenlerde internet bağımlılığının yordanması. *Ülkemizde Bağımlılıkla İlgili Gelişmeler* içinde (ss. 1-9). I. Uluslararası Bağımlılık Kongresi, İstanbul.
- Gençer S. L. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinin internet bağımlılık durumlarının internet kullanım profilleri ve demografik özelliklere göre farklılıklarının incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Isparta.
- Gu, M. (2012). *Study of adolescents' internet use and internet addiction in Shanghai, China: Implications for social work practice*. Unpublished Doctoral Dissertation, The Chinese University of Hong Kong.
- Gökçearsan, Ş. ve Günbatar, M. S. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2), 10-24.
- Gökler, I. (2007). Çocuk ve ergenler için sosyal destek değerlendirme ölçeği, Türkçe formunu uyarlama çalışması: Faktör yapısı geçerlik ve güvenirliği. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 14(2), 90-99.
- Gönül, A. S. (2002). Patolojik İnternet Kullanımı. *Yeni Symposium*, 40(3), 105-110.
- Göral, Ş. (2013). *İnternet ortamında geçirilen boş zamanın üniversite öğrencilerinin mutluluk ve yaşam doyum değerlerine etkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Görgü, E. (2005). *3-7 Yaş arası otistik çocuğa sahip olan annelerin algıladıkları sosyal destek düzeyleri ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Griffiths, M. (1999). Internet addiction: Fact or fiction? *The Psychologist*, 12(5), 246- 250.

- Gündüz, Ş., Bolat E. ve Güneş M.G. (2013). *İnternet kullanımının ergenlerin yaşam biçimlerine etkisine ilişkin anne-baba görüşleri*. 1st International Instructional Technologies & Teacher Education Symposium. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Günüç, S. (2009). *İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.
- Günüç, S. ve Doğan, A. (2013). The relationships between Turkish adolescent's internet addiction, their perceived social support and family activities. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2197-2207.
- Gürcan, N. (2010). *Ergenlerin problemleri internet kullanımları ile uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Gürsoy, E. C. (2010). *Ergenlerde sosyo-demografik özelliklere ve algılanan sosyal destek ile akran zorbalığına maruz kalmanın incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Goldberg, I. (1996). Goldberg's Message. [Çevrim içi: <http://wwwusr.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html>], Erişim Tarihi: 17 Temmuz 2016.
- Grohol J. M. (1999). Internet addiction guide. [Çevrim içi: <http://psychcentral.com/netaddiction>], Erişim tarihi: 10 Mayıs 2016.
- Harper, M. S., Dickson, J. W. & Welsh, D. P. (2006). Self-silencing and rejection sensitivity in adolescent romantic relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 435-443.
- Heo, J., Oh, J., Subramanian, S.V., Kim, Y. & Kawachi, I. (2014). Addictive internet use among Korean adolescents: A national survey. *PloS One*, 9(2), e87819.
- Hobfoll, E. (1989). Conservation of resources a new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513-524.
- Horney, K. (1997). *Günümüzün nevrotik insanı*. İstanbul: Mert Yayıncılık.
- Işık, A. (2016). *Akneli ergenlerde akne şiddeti ile problemleri internet kullanımı ve psikiyatrik değişkenlerle ilişkisinin araştırılması*. (Yayımlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Isparta.
- İnan, A. (2010). *İlköğretim II. kademe ve ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Erzurum.

- İşleyen, F. (2013). *Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin kişisel ve ailesel faktörlerle ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Kalmus, V., Blinka, V. & Olafsson, K. (2015). Does it matter what mama says: Evaluating the role of parental mediation in European adolescents' excessive internet use. *Children and Society*, 29(2), 122-133.
- Karadağ, İ. (2007). *İlköğretim 5. sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının sosyal destek kaynakları açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Karakuş, G. (2008). *Özel ilköğretim ve ortaöğretim kurumlarında çalışan öğretmenlerin tükenmişlik düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Karasar, N. (2006). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. (16. Baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Karasek, R.A. ve Theorell, T. (1990). *Healthy work: Stress, productivity and the reconstruction of working life*. New York: Basic Books.
- Kay, B. (2002). *Zihinsel engelli ve engelli olmayan çocuğa sahip anne ve babaların algıladıkları sosyal destek düzeyleri*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kaşık, D. Z. (2009). *Ergenlerde karar verme stilleri ve algılanan sosyal destek düzeylerinin sosyal yetkinlik beklentisi ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Kayri, M., Tanhan, F. ve Tanrıverdi, S. (2014). *Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Çevrim-içi: <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/ojtac/article/download/1097000004/1097000007>, Erişim tarihi: 14 Mayıs 2016.]
- Kelleci M., Güler N., Sezer H., ve Z. Gölbaşı. (2009). Lise öğrencilerinde internet kullanma süresinin cinsiyet ve psikiyatrik belirtiler ile ilişkisi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(4), 223-230.
- Keskin, Y. (2008). *Türkiye’de sosyal bilgiler programlarında değerler eğitimi: Tarihsel gelişim, 1998 ve 2004 programlarının etkililiğinin araştırılması*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Khaleque A. (2001). *Parental acceptance-rejection, psychological adjustment, and intimate adult relationships*. (Unpublished Master’s Thesis). University of Connecticut, Storrs.

- Kılınç, D. (2010). Türk hukukunda ve mukayeseli hukukta internet sitelerine erişimin engellenmesi ve ifade hürriyeti. *Gazi Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 14(2), 407-454.
- Kılınç, İ. (2015). *Lise öğrencilerinin siber duyarlılık, internet bağımlılığı ve sosyal değerlerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Korkmaz, Y. (2014). *Lise öğrencilerinin depresyon, anksiyete, stres ve internet bağımlılığı ilişkisinin bazı değişkenlerine göre yordanması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Koyuncu, T., Ünsal, A. ve Arslantaş, D. (2012). *İlköğretim ve lise öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve yalnızlık*. 15.Ulusal Halk Sağlığı Kongresi, Bursa.
- Köroğlu, E. (2014). *DSM-5 tanı ölçütleri başvuru el kitabı*. (5. Baskı). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Kuzu A., Odabaşı, F.H., Akbulut, Y., Dursun, Ö. Ö., Kıyıcı, M. ve Şendağ, S. (2008). *İnternet kullanımı ve aile araştırması*. [Çevrim içi: <http://ailetoplum.aile.gov.tr/data/54292ce0369dc32358ee2a46/internet%20ve%20aile.pdf>], Erişim tarihi: 18 Mayıs 2016.
- Kuzucu, Y., Bulut, B., Özçelik, Ş. ve Soydemir, F. M. (2015). Sosyal destek kontrol edildiğinde cinsiyetin internet bağımlılığı üzerine etkisi. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 11-19.
- Kwiatkowska, A., Ziolkowski, E., Krysta, K., Muc-Wierzgon, M., Brodziak, A., Krupka-Matuszczyk, I. & Przybylo, J. (2007). Internet addiction and its social consequences. *European Neuropsychopharmacology*, 17(4), 559-560.
- Lam, L.T., Peng, Z.W., Mai, J.C. ve Jing, J. (2009). Factors associated with internet addiction among adolescents. *CyberPsychology&Behavior*, 12(5), 551-555.
- Leary, M. R. (2005). Varieties of interpersonal rejection. K. D. Williams, J. P. Forgas ve W. Von Hippel, (Ed.). *The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying*. 35-51. New York: Psychology Press.
- Leymann, H. & Gustafsson, A. (1996). Mobbing at work and the development of post traumatic stress disorders. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5(2), 251-275.
- Li, S-M. & Chung, T. M. (2006). Internet function and internet addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 22(6), 1067-1071.
- Li, W., Garland, E.L. & Howard, M. O. (2014). Family factors in internet addiction among Chinese youth: A review of English and Chinese language studies. *Computers in Human Behavior*, 31, 393-411.

- Lin, S. S. J & Tsai, C. C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18(4), 411–426.
- Lopez-Duran, N. (2010). *Language skills, aggression and peer rejection in elementary school*. [Çevrim içi: <http://www.child-psych.org/2010/09/language-skills-aggression-and-peer-rejection-in-elementary-school.html>], Erişim tarihi: Mayıs 2015.
- MacDonald, G. & Leary, M. R. (2005). Why does social exclusion hurt? The relationship between social and physical pain. *Psychological Bulletin*, 131(2), 202- 223.
- Mahanta, D., Aggarwal, M. (2013). Effect of perceived social support on life satisfaction of university students. *European Academic Research*, 1(6), 1083-1094.
- Meşeli Allard, S. (2014). *Dikkat eksikliği hiperaktivite ve davranış bozukluğu semptomlarının madde kullanımı ve internet bağımlılığı ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Metin, Ö., Saraçlı, Ö., Atasoy, N., Şenormancı, Ö., Çakır Kardeş, V., Ozan Açıkgoz, H., Demirci, E., Beşiktepe Ayan Ü., Atik, L. Ve Yolga Tahiroğlu A. (2015). Lise öğrencilerinde internet bağımlılığının DEHB ve tütün/alkol kullanma ile ilişkisi, *Düşünen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 28, 204-212.
- Mitchell, M. E., Lebow, J. R., Uribe, R., Grathouse, H. & Shoger, W. (2011). Internet use, happiness, social support and introversion: A more fine grained analysis of person variables and internet activity. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1856-1861.
- Moor, B. G., Crone, E. A., & Van Der Molen, M. W. (2010). The heartbrake of social rejection. *Psychological Science*, September, 21(9), 1326-1333.
- Morahan-Martin, J. & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16(1), 13-29.
- Oktan, V. (2012). Beden imajı ve reddedilme duyarlılığının özne iyi oluşu yordama gücü. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 11(22), 119-134.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı*. (5. Baskı). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Önay, N. (2014). *Ergenlerde internet bağımlılığı yordayıcıları olarak ana baba tutumları, iletişim becerisi ve yalnızlık algısı*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Öner, K. (2015). *Lise öğrencisi ergenlerde depresyon, internet bağımlılığı ve ilişkili faktörler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Özbesler, C. (2001). *Çocukluk çağı lösemileri ve sosyal destek sistemlerinin aile işlevlerine etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özcan, N. K. (2004). *Üniversite öğrencilerinde internet kullanımının psikososyal durum ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özcan, N. ve Buzlu, S. (2005). Problemlerli internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: İnternette bilişsel durum ölçeğinin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirliği. *Bağımlılık Dergisi*, 6(1), 19-26.
- Özdemir, S. (2012). *Psikolojik yardım alma tutumu ile kişilik, kendini saklama, cinsiyet rolleri arasındaki ilişkiler*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özdemir, H. E. (2017). *Bir grup üniversite öğrencisinde bağlanma stilleri ile narsisizm arasındaki ilişki: Reddedilme duyarlılığının aracı rolü*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özer, Ş. (2013). *Problemlerli internet kullanımının benlik saygısı ve öznel iyi oluş ile açıklanabilirliği*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Özgün, F. (2011). *İnternet bağımlısı olan ve olmayan ergenlerde mizaç özellikleri ve psikiyatrik semptomların karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Özkan, B. (2002). *Zihinsel engelli ve normal çocuğa sahip annelerin algıladıkları sosyal destek ve depresyon düzeylerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özolgün Kurt, N. (2014). *Meslek lisesi öğrencilerinde problemlerli internet kullanımı, bilişsel yetenek ve dikkat becerilerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, G., Genç, D. ve Kalyoncu, Y. (2007). İnternet bağımlılığı ve klinik tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 36-41.
- Özsarı, İ. (2008). *Eğitim fakültesi son sınıf öğrencilerinin KPSS merkezi sınavı odaklı gelecek kaygıları ve mesleki beklentileri*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Özyavru, N. Ç. (2008). *İlköğretim ve lise öğrencilerinin ağabey veya ablalarıyla ilişkide algıladıkları kabul-reddin anne-baba kabul-reddi, psikolojik uyum, aile-içi çatışma ve eş kabul-reddi ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Papakonstantinou, D. & Papadopoulos, K. (2009). Social support in the workplace for working age adults with visual impairments. *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 103(7), 393-402.
- Pearson, J. E. (1986). The definition and measurement of social support. *Journal of Counseling and Development*, 64(6), 390-395.
- Peker, A. (2013). *İnsani değerler yönelimli psiko-eğitim programının problemlili internet kullanımı ve siber zorbalık üzerindeki etkisi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Quinones, C. & Kakabadse, N. K. (2015). Self-concept clarity, social support, and compulsive internet use: A study of the US and the UAE. *Computers in Human Behavior*, 44, 347-356.
- Rahat, E. (2014). *Benlik kurgusu, sosyal destek, başa çıkma stilleri ve yılmazlığın üniversite yaşamına uyumu yordama güçlerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Richman, J. M., Rosenfeld, L. B. & Bowen, G. L. (1988). Social support for adolescents at risk of school failure. *Social Work*, 43(4), 309-323.
- Rohner, R.P. (1975). *They love me, they love me not: A worldwide study of the effects of parental acceptance and rejection*. New Haven, CT: HRAF Press.
- Rohner, R.P. (1994). Patterns of parenting: The warmth dimension in worldwide perspective. In W.J. Lonner and R.S. Malpass (Eds.). *Readings in psychology and culture*. 113-120. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon, Inc.
- Saatçioğlu, H. (2016). *İnternet bağımlılığı tanısı alan ergenlerin sosyal bilişsel becerilerinin değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi). Ege Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İzmir.
- Salahur, E. (2010). *Üniversite öğrencilerinin geriye dönük olarak çocukluklarında algılamış oldukları ebeveyn kabul veya reddinin yetişkin bağlanma biçimleri ve depresif belirtiler ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Salı, G. (2010). *Çalışan ve çalışmayan çocukların arkadaşlık ilişkileri, sosyal destek algıları ve mükemmeliyetçiliklerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Sally, L. P. M. (2006). *Prediction of internet addiction for undergraduates in Hong Kong*. Baptist University, Hong Kong.
- Sarıçam, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Savage, E. (2006). *Reddedilme korkusu neler kaybettiriyor: Kişisel algılama*. İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- Schaufeli, W. B., Bakker, A. B. & Van Rhenen, W. (2009). How changes in job demands and resources predict burnout, work engagement, and sickness absenteeism. *Journal of Organizational Behavior*, 30(7), 893-917.
- Sevindik, F. (2011). *Fırat üniversitesi öğrencilerinde problemlerli internet kullanımı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S. & Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207-216.
- Sırakaya, M. (2011). *Öğretmen adaylarının problemlerli internet kullanımı ve internet yeterlik düzeylerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Simkova, B. & Cincera, J. (2004). Internet addiction disorder and chatting in the Czech Republic. *Cyberpsychology&Behavior*, 7(5), 536-539.
- Sorias, O. (1988). Sosyal destekler ve ruh sağlığı. *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(1), 359-363.
- Soydan, Z. M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Suler, J. (2004). *Computer and cyberspace addiction*. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 1, 359-362.
- Şahin, D. (2009). *Sosyal destek ve sağlık*. Ankara: Türk Psikoloji Derneği Yayınları.
- Şahin, M. (2011). *İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şahin, N. (2014). *Ergenlik problemleri ve baş etme yöntemleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.



- Şencan, B. (2009). *Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyi ile sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Şenormancı, G. (2013). *İnternet bağımlılığı tanısı konan hastalarda bağlanma ve aile işlevleri*. (Yayımlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi). Sağlık Bakanlığı, Tıp Fakültesi, İstanbul.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. (6th edition). Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Taçıyıldız, Ö. (2010). *Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin bazı değişkenlere göre yordanması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Tanrıverdi, S. (2012). *Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Tarhan, N. ve Nurmedov, S. (2011). *Bağımlılık: Sanal veya gerçek*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarı, C. I. ve Ögel, K. (2009). İstanbul örnekleminde internet ve bilgisayar bağımlılığının yaygınlığı ve farklı etkenlerle ilişkisi. *Türkiye Klinikleri Adli Tıp Dergisi*, 6(1), 9-16.
- Taysi, E. (2000). *Benlik saygısı, arkadaşlardan ve aileden sağlanan sosyal destek: Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışma*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Teknoloji Bağımlılığı Merkezi. (2011). *Teknolojiye bağımlı yaşamamak için*. İstanbul: Limit Ofset.
- Tercan, E. (2014). Perceived social support from family, participation in recreational sport activities, leisure negotiation and life satisfaction in university students. *Mevlana International Journal of Education*, 4(1), 260-273.
- Tevruz, Y. (1996). *Endüstri ve örgüt psikolojisi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Thoits, P. A. (1995). Stress, coping, and social support processes: Where are we? what next?. *Journal of Health and Social Behavior*, 35(Extra Issue), 53-79.
- Titsika, A., Critselis, E., Kormas, G., Filippopoulou, A., Tounissidou, D., Freskou, A., Spiliopoulou, T, Louizou, A., Konstantoulaki, E. & Kafetzis, D. (2009). Internet use and misuse: A multivariate regression analysis of the predictive factors of internet use among Greek adolescents. *European Journal of Pediatrics*, 168, 655–665.

- Tok, G. (2014). *Ortaöğretim öğrencilerinin algılarına göre ebeveynlerinin internet bağımlılığı ile ilgili görüşleri ve kaygı düzeylerinin belirlenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yakın Doğu Üniversitesi, Kıbrıs.
- Toraman, M. (2013). *İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin ortaöğretim öğrencilerinin akademik başarıları ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fırat Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Torun, A. (2005). *Tükenmişlik, aile yapısı ve sosyal destek ilişkileri üzerine bir inceleme*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tsai, C. & Lin, S. J. (2001). Analysis of attitudes toward computer network and internet addiction of Taiwanese adolescents. *Cyberpsychology&Behavior*, 4(3), 373-376.
- Tunalıoğlu, Z. (2013). *Problemliliği internet kullanımı: Türkiye’de bir çalışma*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu) (2012). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması,
- [Çevrim içi: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=10880>], Erişim Tarihi: 5 Ağustos 2016.
- TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu) (2015a). Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması. [Çevrim içi: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=18660>], Erişim tarihi: 14 Ağustos 2016.
- TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu) (2015b). İstatistiklerle gençlik. [Çevrim içi: [http://turkiyeaileplatformu.com/wp-content/uploads/2016/02/Haber\\_Bulteni3.pdf](http://turkiyeaileplatformu.com/wp-content/uploads/2016/02/Haber_Bulteni3.pdf)], Erişim Tarihi: 10 Mayıs 2017.
- TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu) (2016). [Çevrim içi: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21779>], Erişim Tarihi: 3 Eylül 2016.
- Türkoğlu, S. (2013). *Ergenlerin problemliliği internet kullanımları ile siber zorbalık eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ulusoy, K. (2007). *Lise tarih programında yer alan geleneksel ve demokratik değerlere yönelik öğrenci tutumlarının ve görüşlerinin çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ülgen, V. (2015). *12-18 Yaş arası ergenlerde internet bağımlılığında sosyal karşılıklılık ve yordayıcı faktörler*. (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Marmara Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İstanbul.

- Üneri, Ö. Ş. ve Tanıdır, C. (2011). Bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirilmesi: Kesitsel bir çalışma. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24(4), 265-272.
- Ünsal, E. (2016). *Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığının bazı değişkenlere göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ünsal, Ş. G. (2015). *İstanbul'daki dört vakıf üniversitesi öğrencilerinin internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vaux, A. (1988). *Social support: Theory, research, and intervention*. New York: Praeger Publishers.
- Vural, Z. B. A., Bat, M. (2010). Yeni Bir İletişim Ortamı Olarak Sosyal Medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine Yönelik Bir Araştırma. *Journal of Yaşar University*, 20(5), 3348-3382. [Çevrim içi: <http://www.siyasaliletisim.org/pdf/sosyalmedya.pdf>], Erişim Tarihi: 2 Mayıs 2017.
- Wehmeier, E. (1993). *Oxford wordpower dictionary*. Oxford: Oxford University Press.
- Yardımcı K. F. (2007). *İlköğretim öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile öz yeterlik ilişkisi ve etkileyen değişkenlerin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yazdkhastı, F. & Harizuka, S. (2006). The effects of temperament and perceived maternal rejection on childhood anxiety and behaviour problem. *School Psychology International*, 27(1), 105-128.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi güvenilirliği ve geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 81- 87.
- Yıldırım, İ. (1999). Sosyal destek programının etkililiği: Deneysel bir çalışma. *Eğitim ve Bilim*, 23(113), 66-73.
- Yıldırım, İ. (2004a). Algılanan sosyal destek ölçeğinin revizyonu. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 17, 221-236.
- Yıldırım, İ. (2004b). Depresyon yordayıcısı olarak sınav kaygısı, gündelik sıkıntılar ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 241-250.
- Yıldırım, İ. (2007). *Anne baba desteği ve başarı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Yıldırım, S. (2006). *Validity, reliability and partial norm study of the Turkish teachers acceptance-rejection/control questionnaire child short form*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldız, İ. (2010). *Lise öğrencilerinde problemli internet kullanımı ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Cumhuriyet Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.

- Yıldız, Ü. (2014). *Üniversite öğrencilerinde obezite oluşumunda internet bağımlılığının etkisinin saptanması*. (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İzmir.
- Yılmaz, B. (2007). *Understanding social anxiety through adolescents perceptions of interparental conflict and parental rejection*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, M. F. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarının problemleri internet kullanımı ve bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Yiğit, Z. (2015). *13-18 yaş aralığındaki ergenlerde, problemleri internet kullanımı, öz anlayış ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yoo, H.J., Cho, S.C., Ha, J., Yune, S.K., Kim, S.J., Hwang, J., Chung, A., Sung, Y.H. & Lyoo, I.K. (2004). Attention deficit hyperactivity symptoms and internet addiction. *Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 58(5), 487-494.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction; the emergence of new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1(3), 237-244.
- Young, K. S. (1997). *What makes the internet addictive: Potential explanations for pathological internet use*. Annual Conference of The American Psychological Association. Chicago.
- Young, K. S. (1998a). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 3(1), 237-244.
- Young, K. S. (1998b). Center for Internet Addiction. Internet Addiction Test (IAT). [Çevrim içi: [http://www.netaddiction.com/resources/internet\\_addiction\\_test.htm](http://www.netaddiction.com/resources/internet_addiction_test.htm)], Erişim tarihi: 12 Ağustos 2016.
- Young, K. S. (1999). *Internet addiction: Symptoms, Evaluation and Treatment*. Florida: Professional Resource Press.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *The American Behavioral Scientist*, 48(1), 402-415.
- Young, K. S. (2007). Cognitive behaviour therapy with internet addicts: treatment outcomes and implications. *CyberPsychology and Behavior*, 10, 671-679.
- Yu, L. & Shek, D. T. L. (2016). Adolescent internet addiction in Hong Kong: prevalence, change, and correlates. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 29(1), 22-30.

- Yurttaş, O. G. (2013). *İnternet kullanımının alışkanlıkları açısından ilköğretim 5., 6., 7., 8. sınıf öğrencilerinin durumu-internet kullanımı ile ilgili ailelerin değerlendirilmeleri*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yüksel, R. (2015). *Hemşirelik öğrencilerinde yalnızlık ile reddedilme duyarlılığı ve sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, G. & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.
- Zorbaz, O. (2013). *Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Zörer, P. B. (2015). *Bağlanma kuramı perspektifinden sosyal kaygı: Erken dönem uyumsuz şemalar ve reddedilme duyarlılığının rolü*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.



**EKLER DİZİNİ**

# EK 1. ETİK KOMİSYONU ONAY BİLDİRİMİ



T.C.  
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜ MÜDÜRLÜĞÜ

Sayı: 51944218/2394  
Konu: Hatice Berna METE  
(Uygulama İzni)

13/10/2016

## EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞINA

Anabilim Dalımız Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı tebliğ yüksek lisans programı öğrencisi Hatice Berna METE'nin Doç. Dr. Türkan DOĞAN'ın danışmanlığında yürüttüğü "Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıkları, Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ve Reddedilme Duyarlılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı tez çalışması hakkında Erciyes Üniversitesi Rektörlüğü Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı'ndan alınan 03/10/2016 tarih ve 16251 sayılı yazı ekte gönderilmektedir.

Bilgilerinizi ve ilgiye tebliğini rica ederim.

Prof. Dr. BERRİN ARMAN  
Enstitü Müdürü

EKLER :  
1 adet yazı.

Enstitü Sekreteri : F. SÖNMEZ (Paraf)

14.10.2016  
B. Arman

EPÖ	
FUR	✓
EYTFE	
EĞD	
YÖM	
ÖİGER	
YÖNİT	





T.C.  
ERCIYES ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı

Sayı :14065294-044/  
Konu :Anketler

T.C.  
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE  
Sıhhiye / ANKARA

İlgil: 19/09/2016 tarih ve 35853172/240-2791 sayılı yazınız.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ansbilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı tezli Yüksek Lisans öğrencisi Hatice Berna METE'nin "Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıkları, Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ve Reddedilme Duyarlılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu tez uygulamasını Üniversitemizde uygulayabilmesi Rektörlüğümüz tarafından uygun bulunmuştur. Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

e-İmzalıdır

Prof.Dr. Mustafa Kemal APALAK  
Rektör a.  
Rektör Yardımcısı



## EK 2. ORJİNALLİK RAPORU



HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
YÜKSEK LİSANS/DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK BİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA

Tarih: 08/08/2017

Tez Başlığı : Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıkları, Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri ve Reddedilme Duyarlılıkları

Yukarıda başlığı verilen tez çalışmamın tamamı (kapak sayfası, özetler, ana bölümler, kaynakça) aşağıdaki filtreler kullanılarak Turnitin adlı intihal programı aracılığı ile kontrol edilmiştir. Kontrol sonucunda aşağıdaki veriler elde edilmiştir.

Rapor Tarihi	Sayfa Sayısı	Karakter Sayısı	Savunma Tarihi	Benzerlik Endeksi	Gönderim Numarası
09/07/2017	61	104186	19/06/2017	%8	829815956

Uygulanan filtreler:

- 1- Kaynakça hariç
- 2- Alıntılar dâhil
- 3- 5 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim. Gereğini saygılarımla arz ederim.

Adı Soyadı: Hatice Berna METE

Öğrenci No: N12223079

Anabilim Dalı: Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Programı: Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programı

Statüsü:  Y.Lisans  Doktora  Bütünleşik Dr.

Tarih ve İmza  
08/08/2017

DANIŞMAN ONAYI

UYGUNDUR.

Doç. Dr. Türkan DOĞAN  
(Unvan, Ad Soyad, İmza)



HACETTEPE UNIVERSITY  
GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES  
THESIS/DISSERTATION ORIGINALITY REPORT

HACETTEPE UNIVERSITY  
GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES  
TO THE DEPARTMENT OF PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND GUIDANCE

Date: 08/05/17...

Thesis Title : The Relation Between Internet Addiction, Perceived Social Support and Rejection Sensitivity of University Students

The whole thesis that includes the *title page, introduction, main chapters, conclusions and bibliography section* is checked by using **Turnitin** plagiarism detection software take into the consideration requested filtering options. According to the originality report obtained data are as below.

Time Submitted	Page Count	Character Count	Date of Thesis Defence	Similarity Index	Submission ID
09/07/2017	61	104186	19/06/2017	8%	829815956

Filtering options applied:

1. Bibliography excluded
2. Quotes included
3. Match size up to 5 words excluded

I declare that I have carefully read Hacettepe University Graduate School of Educational Sciences Guidelines for Obtaining and Using Thesis Originality Reports; that according to the maximum similarity index values specified in the Guidelines, my thesis does not include any form of plagiarism; that in any future detection of possible infringement of the regulations I accept all legal responsibility; and that all the information I have provided is correct to the best of my knowledge.

I respectfully submit this for approval.

Name Surname: Hatice Berna METE

Student No: N12223079

Department: Educational Sciences


Program: Psychological Counseling and Guidance

Status:  Masters  Ph.D.  Integrated Ph.D.

Date and Signature

08/08/17

**ADVISOR APPROVAL**

  
APPROVED  
Assoc. Prof. Dr. Türkan DOĞAN  
(Title, Name Surname, Signature)

### EK 3. GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin internet kullanımı, reddedilme duyarlılıkları ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psikolojik Danışma ve Rehberlik Yüksek Lisans Programı'nda yüksek lisans tezi olarak yürütülen çalışma kapsamında Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılık Ölçeği, Reddedilme Duyarlılığı Ölçeği ve Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'ni yanıtlamanız beklenmektedir. İlgili çalışmanın uygulamaları konusunda Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan gerekli izinler alınmıştır.

Çalışmanın sağlıklı olabilmesi için içten ve dürüst cevaplar vermeniz oldukça önemlidir. Verdiğiniz yanıtlar sadece bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılacaktır ve kimseyle paylaşılmayacaktır. Yanıtlarınız kimlik bilgileriniz olmaksızın değerlendirileceği için ölçeğin üzerinde kimliğinizi belirleyecek bilgileri yazmanıza gerek yoktur.

Çalışmaya katılımınız tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmamayı seçme ve istediğiniz zaman çalışmadan çıkma alternatifine sahipsiniz. Çalışma sırasında rahatsızlık hissettiğinizde araştırmadan çekilebilirsiniz. Rahatsızlık hissetmeniz durumunda gerekli yardımlar sunulacaktır. Araştırma sırasında çekilmenin ya da araştırmaya katılmamanın hiçbir yaptırımını bulunmamaktadır. Çalışma hakkında daha ayrıntılı bilgiye ihtiyaç duymanız ya da sorularınızı yönlendirmeniz için iletişim adresi aşağıda sunulmuştur.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederiz.

Doç. Dr. Türkan DOĞAN-H. Berna METE

Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü 06800, Beytepe-Ankara

0312 297 85 50 hbmete@gmail.com

Gönüllü olarak araştırmaya katılmayı kabul ediyor musunuz?

- ( ) Evet, kabul ediyorum.  
( ) Hayır, kabul etmiyorum.

Tarih:

Katılımcı adı, soyadı:

Adres:

Tel:

İmza:

#### EK 4. KİŞİSEL BİLGİ FORMU (KBF)

Cinsiyetiniz:

Kadın ( ) Erkek ( )

Yaşınız:

Sınıf Düzeyiniz:

1. Sınıf ( ) 2. Sınıf ( ) 3. Sınıf ( ) 4. Sınıf ( )

Ailenizin Aylık Gelir Düzeyi:

0-500 TL ( ) 501-750 TL ( ) 751-1000 TL ( ) 1001-2000 TL ( )

2001-3000 TL ( ) 3001 TL ve üzeri ( )

Annenizin Eğitim Düzeyi:

İlkokul ( ) Ortaöğretim ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek Lisans ( )

Babanızın Eğitim Düzeyi:

İlkokul ( ) Ortaöğretim ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Yüksek Lisans ( )

Günlük İnternet Kullanım Süreniz:

0-30 Dakika ( ) 31-60 Dakika ( ) 61-120 Dakika ( ) 121- 180 Dakika ( )

181 Dakika veya üzeri ( )

## EK 5. İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ (İBÖ)

Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için her zaman doğru ise **“Tamamen Katılıyorum”**, genelde doğru ise **“Katılıyorum”**, emin değilseniz **“Kararsızım”**, genelde doğru değilse **“Katılmıyorum”**, hiçbir zaman doğru değilse **“Kesinlikle Katılmıyorum”** şeklinde işaretleme yapmanız rica olunur

	Tamamen Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1. İnternet kullanmadığım zaman kendimi gergin/huzursuz hissederim.					
2. İnternet kullanmak isteyip de kullanmadığım zaman sınırlı /öfkeli olurum.					
3. İnternet bağlantısı koparsa ya da yavaşlarsa sinirlenirim/öfkelenirim.					
4. İnternet kullandığım zamanlarda hiç olmadığım kadar mutlu/huzurlu olurum.					
5. Kendimi endişeli ya da sıkıntılı hissettiğim zamanlarda internet kullanmak beni rahatlatır.					
6. Birileri beni internetin başından kaldırırsa sinirlenirim.					
7. Sorunlarımdan kaçmak için internet kullanmaya yönelirim.					
8. İnternete, planladığım zamanda giremezsem sinirlenirim.					
9. Çevremde birileri varken, yalnız kalıp, internete girmeyi isterim.					
10. İnterneti kullanmadığım zamanlarda internete girmek için sabırsızlanırım.					
11. Gittiğim yerlerde internet bağlantısı ararım.					
12. İnternet kullanmamı sınırlamakta ya da kontrol etmekte güçlük çekerim.					
13. Sabah uyandığımda ilk aklıma gelen internete girmek olur.					
14. İnternete her defasında, bir öncekinden daha uzun süre kalmak isterim.					
15. İnternette planladığımdan daha uzun süre kalırım.					
16. İnternet kullanmadığım zamanlarda bile interneti düşünürüm.					
17. İnternette iken acıktığımı, susadığımı hissetmem ya da farkına varmam.					
18. İnternette daha fazla zaman geçirmek için başka planlarımı iptal ederim.					
19. İstedğim zaman internetin başından kalkamam.					
20. Ailem beni çağırırsa dahi internetin başından kalkamam.					
21. İnternet kullanabilmek için uykumdan ödün veririm.					
22. İnternet kullanmamdan dolayı ailem ile sorunlar yaşarım.					
23. Arkadaşlarım beni çağırırsa dahi internetin başından kalkamam.					
24. İnternet kullanmamdan dolayı başka etkinliklere (spor, sinema, kitap okuma vb.) ilgim azalır.					
25. İnternet kullanmamdan dolayı ev/iş/okul sorumluluklarımı yerine getirmem ya da ihmal ederim.					
26. Çevremdekiler internette harcadığım zamandan dolayı şikâyet eder.					
27. İnternet kullanmamdan dolayı ailem ile daha az zaman geçiririm.					
28. İnternet kullanmamdan dolayı arkadaşlarım ile daha az zaman geçiririm.					
29. İnternet kullanmamdan dolayı arkadaşlarım ile sorunlar yaşarım.					
30. İnternet ortamında edindiğim arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlıklara tercih ederim.					
31. Gerçek yaşamdaki arkadaşlarımla dışarıda görüşmek yerine internette görüşmeyi tercih ederim.					
32. Arkadaşlarımı internetten edinirim.					
33. İnternet benim en iyi arkadaşımdır.					
34. İnternetsiz bir yaşam bana anlamsız/boş gelir.					
35. İnternet kullanmamdan dolayı yüz yüze iletişimde zorluk yaşarım					

## EK 6. ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ REVİZE FORMU (ASDÖ-R)

### AİLEM

	Bana U.Değ.	Kıs men	Bana Uygun
1. Bana gerçekten güvenir	( )	( )	( )
2. Sorunlarımı çözmeme yardım eder	( )	( )	( )
3. Bir haksızlığa uğradığımda beni gerçekten destekler	( )	( )	( )
4. Bana gerçekten değer verir	( )	( )	( )
5. Bana doğru tavsiyelerde bulunur	( )	( )	( )
6. Doğru kararlar vermeme yardım eder	( )	( )	( )
7. Davranışlarımı takdir eder	( )	( )	( )
8. İlgili duyduğum şeyleri yapmama yardım eder	( )	( )	( )
9. Hatalarımı nazikçe düzeltir	( )	( )	( )
10. Beni gerçekten anlar	( )	( )	( )
11. Bana, aile gelirimize göre yeterince harçlık verir	( )	( )	( )
12. İyi ve kötü günlerimde yanımda olur	( )	( )	( )
13. Geleceğimle ilgili planlar yapmamda bana yardım eder	( )	( )	( )
14. Üstün, güçlü yanlarımı vurgular	( )	( )	( )
15. İyi ve kötü yönlerimle beni sever	( )	( )	( )
16. Başarılı olmam için bana destek olur	( )	( )	( )
17. Zaman ayırıp sıkıntılarımı gerçekten dinlemez	( )	( )	( )
18. Arkadaşlarımla ilişkilerimin güçlenmesini destekler	( )	( )	( )
19. Sosyal etkinliklere katılmamı destekler	( )	( )	( )
20. Başarılarımı takdir eder	( )	( )	( )

### ARKADAŞLARIM

	Bana U.Değ.	Kıs men	Bana Uygun
21. Bana gerçekten güvenir	( )	( )	( )
22. İhtiyaç duyduğumda beni gerçekten dinler	( )	( )	( )
23. Sorunlarımı çözmeme yardım eder	( )	( )	( )
24. Bir haksızlığa uğradığımda beni gerçekten destekler	( )	( )	( )
25. Bana gerçekten değer verir	( )	( )	( )
26. Doğru kararlar vermeme yardım eder	( )	( )	( )
27. Hata yaptığımda bile beni kabul eder	( )	( )	( )
28. Hatalarımı düzeltmeme yardım eder	( )	( )	( )
29. Beni gerçekten anlamaz	( )	( )	( )
30. Gerektiğinde harçlığını benimle paylaşır	( )	( )	( )
31. Derslerle ilgili bilgilerini benimle paylaşır	( )	( )	( )
32. İyi ve kötü günlerimde yanımda olur	( )	( )	( )
33. Bir şeye sinirlendiğimde beni yatıştırır	( )	( )	( )

## ÖĞRETMENLERİM

	Bana U.Değ.	Kıs men	Bana Uygun
34. Amaç, ilgi ve yeteneklerim konusunda benimle konuşur	( )	( )	( )
35. Bana gerçekten güvenir	( )	( )	( )
36. Sorunlarımı çözmeme yardım eder	( )	( )	( )
37. Bir haksızlığa uğradığımda beni gerçekten destekler	( )	( )	( )
38. Bana gerçekten değer verir	( )	( )	( )
39. Bana doğru tavsiyelerde bulunur	( )	( )	( )
40. Doğru kararlar vermeme yardım eder	( )	( )	( )
41. Hatalarımı nazikçe düzeltir	( )	( )	( )
42. Beni gerçekten anlar	( )	( )	( )
43. Üstün, güçlü yanlarımı vurgular	( )	( )	( )
44. Zaman ayırıp sıkıntılarımı gerçekten dinlemez	( )	( )	( )
45. Arkadaşlarımla ilişkilerimin güçlenmesini destekler	( )	( )	( )
46. Sosyal etkinliklere katılmamı teşvik eder	( )	( )	( )
47. Çok çalıştığım ya da başarılı olduğum zaman beni över	( )	( )	( )
48. Duygu, düşünce ve inançlarıma saygı duyar	( )	( )	( )
49. Derslerde sorularıma içtenlikle cevap verir	( )	( )	( )
50. Bana karşı genellikle adil davranır	( )	( )	( )

## EK 7. REDDEDİLME DUYARLILIĞI ÖLÇEĞİ (RDÖ)

Aşağıda kişilerarası ilişkilere yönelik yaşantıları temsil eden çeşitli ifadeler yer almaktadır. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyup, böyle bir yaşantının sizde ne tür bir etki yapabileceğini düşününüz. Cevabınızı **1** ile **6** arasındaki **(1) Beni hiç endişelendirmez** ile **(6) Beni çok endişelendirir** aralığında belirleyerek, aşağıdaki her cümleyi size uygun olan ifadelerle tamamlayıp işaretlemenizi gerçekleştiriniz.

1. Sınıftaki birinden ödünç olarak notlarını istemek...	1	2	3	4	5	6
2. Kız/erkek arkadaşına onunla birlikte eve taşınmak istediğimi söylemek...	1	2	3	4	5	6
3. Hangi programa başvurmam gerektiği ile ilgili ebeveynlerimden yardım istemek...	1	2	3	4	5	6
4. İyi tanımadığım, çıktığım kişi hakkında başka birinden bilgi almak...	1	2	3	4	5	6
5. Kız/erkek arkadaşımın geceyi arkadaşlarıyla geçirmek için plan yapması, fakat benim gerçekten geceyi onunla geçirmek istediğimi söylemek...	1	2	3	4	5	6
6. Ailemden günlük harcamalarım için daha fazla para istemek...	1	2	3	4	5	6
7. Ders sonrası, ders hocasından anlamadığım bir bölümle ilgili daha fazla bilgi istemek...	1	2	3	4	5	6
8. Yakın bir arkadaşına yaklaşarak onu ciddi bir şekilde kızdıran bir şeyden sonra onunla konuşmak...	1	2	3	4	5	6
9. Sınıftaki birine kahve ısmarlamak...	1	2	3	4	5	6
10. Mezuniyet sonrası bir iş bulamadığımda aileme bir süre daha beni desteklemeleri gerektiğini söylemek...	1	2	3	4	5	6
11. Arkadaşımdan Şubat tatilinde benimle birlikte bir yere gelmesini istemek...	1	2	3	4	5	6
12. Sert bir tartışma sonrası kız/erkek arkadaşımı arayarak onu görmek istediğimi söylemek...	1	2	3	4	5	6
13. Bir arkadaşımdan onun herhangi bir şeyini ödünç alıp alamayacağımı sormak...	1	2	3	4	5	6
14. Ailemden benim için önemli bir davete (güne) gelmelerini istemek...	1	2	3	4	5	6
15. Arkadaşımdan bana büyük bir iyilik yapmasını istemek...	1	2	3	4	5	6
16. Kız/erkek arkadaşımın beni gerçekten sevip sevmediğini sormak...	1	2	3	4	5	6
17. Bir partide salondaki kız/erkeklerden birine onunla dans etmek istediğimi söylemek...	1	2	3	4	5	6
18. Kız/erkek arkadaşımdan ebeveynlerimi ziyaret etmesi için eve gelmesini istemek...	1	2	3	4	5	6



## ÖZGEÇMİŞ

### Kişisel Bilgiler

<i>Adı Soyadı</i>	Hatice Berna METE
<i>Doğum Yeri</i>	Melikgazi/ KAYSERİ
<i>Doğum Tarihi</i>	Ağustos, 1990

### Eğitim Durumu

<i>Lise</i>	Behice Yazgan Kız Lisesi/ Kayseri	2008
<i>Lisans</i>	Yeditepe Üniversitesi/ İstanbul	2012
<i>Yüksek Lisans</i>	Hacettepe Üniversitesi/ Ankara	2017
<i>Yabancı Dil</i>	İngilizce: Okuma (Çok İyi), Yazma (İyi), Konuşma (İyi)	

### İş Deneyimi

<i>Stajlar</i>	Ataşehir Rehberlik ve Araştırma Merkezi/ İstanbul	2012 (Şubat-Mayıs)
<i>Çalıştığı Kurumlar</i>	TED Kayseri Koleji Vakfı Özel Lisesi/ Kayseri	2012-2014
	Atlas Koleji/ Kayseri	2015-(Şubat...)

### İletişim

<i>e-Posta Adresi</i>	hbmete@gmail.com
<i>Jüri Tarihi</i>	19.06.2017