

**T.C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK BİLİM DALI**

**ERGENLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMLARI İLE UYUMLARI
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Danışman

Yrd. Doç. Dr. Erdal HAMARTA

Hazırlayan

Neslihan GÜRCAN

Konya – 2010



T. C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



BİLİMSEL ETİK SAYFASI

Adı Soyadı	NESLİHAN GÜRCAN
Numarası	074216051009
Ana Bilim / Bilim Dalı	EĞİTİM BİLİMLERİ/PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK
Programı	Tezli Yüksek Lisans <input type="checkbox"/> Doktora <input type="checkbox"/>
Tezin Adı	ERGENLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMLARI İLE UYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bu tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

Öğrencinin imzası



T. C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin	Adı Soyadı	NESLİHAN GÜRCAN
	Numarası	074216051009
	Ana Bilim / Bilim Dalı	EĞİTİM BİLİMLERİ/PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK
	Programı	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı	YRD. DOÇ. DR. ERDAL HAMARTA
	Tezin Adı	ERGENLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMLARI İLE UYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan “**Ergenlerin Problemlİ İnternet Kullanımları İle Uyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” başlıklı bu çalışma 12/07/2010 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Ünvanı, Adı Soyadı	Danışman ve Üyeler	İmza
Yrd. Doç .Dr. Erdal HAMARTA	Danışman	
Doç. Dr. Şahin KESİCİ	Üye	
Doç.Dr. İsmail ŞAHİN	Üye	

ÖNSÖZ

Modern hayatın temel unsurlarından biri de iletişim araçlarıdır. Özellikle internet, bilgisayar ve ağ bağlantıları günlük yaşantımızda sıklıkla kullanılır olmaya başlamıştır. İnternet kullanımı iş yaşamının yanı sıra günlük hayatımızda da vazgeçilmezlerimiz arasına girdiğinden beri konu üzerindeki araştırmalar bir hayli artmıştır. Yaş sınırı tanımaksızın her bünyeye hitap edebilmesi internete ve internetin sağladıklarına olan rağbeti de artırmaktadır. Nitekim giderek artan bu düşkünlüğün insan psikolojisi üzerindeki olumsuz sonuçları da gün geçtikçe karşımıza çıkmaktadır.

İnsanların, problemlili internet kullanımı olarak adlandırılabilen kontrol edemedikleri internet kullanımları bazı sorunlara yol açabilmektedir. Bu araştırma bir takım bedensel ve psikolojik yakınmalarla başgösterebilen problemlili internet kullanımının ergenlerin uyum düzeyleri ile ilişkisini incelemektedir. Çünkü problemlili internet kullanımı özellikle ergenler arasında daha hızlı bir yayılım gösterebilme potansiyeline sahiptir. Ve problemlili internet kullanımı ergenlerde görülen bazı kişisel ve sosyal uyumsuzluklarla ilişkili olabilmektedir. Problemlili internet kullanımı genel olarak zamanın verimsiz kullanılması, günlük hayattaki işlerin aksaması, uzun süreli kullanımlara bağlı olarak ortaya çıkabilen bedensel yakınmalar, sürekli online olma isteği ve bu isteğin önlenememesi ile ortaya çıkan bazı olumsuz sonuçlarla resmedilmektedir.

Çalışmamın en başından itibaren yardımlarını esirgemeyen ve destekleyici tavrıyla bana moral veren değerli hocam, danışmanım Yrd. Doç. Dr. Erdal HAMARTA'ya teşekkür ederim.

Önerilerinin yanı sıra sağladığı çeşitli kaynaklarla çalışmama destek olan sayın hocam Doç. Dr. Şahin KESİCİ'ye teşekkür ederim.

Çalışmam süresince bilgisayarla ilgili karşılaştığım her türlü sıkıntıda teknik destek sağlayan abim Fatih GÜRCAN'a teşekkür ederim.

Varlığıyla bana huzur veren, yaşam kaynağım, sevgili annem Bergüzar GÜRCAN'a bütün emeklerinden dolayı sonsuz teşekkürlerimi sunarım.



T. C.
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



Öğrencinin	Adı Soyadı	NESLİHAN GÜRCAN	
	Numarası	074216051009	
	Ana Bilim / Bilim Dalı	EĞİTİM BİLİMLERİ/PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK	
	Programı	Tezli Yüksek Lisans <input type="checkbox"/>	Doktora <input type="checkbox"/>
	Tez Danışmanı	YRD. DOÇ. DR. ERDAL HAMARTA	
Tezin Adı	ERGENLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMLARI İLE UYUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ		

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, ergenlerin problemleri internet kullanımları ile uyumları arasında anlamlı düzeyde ilişki olup olmadığının belirlenmesidir. Araştırma örneklemini Konya il merkezindeki ortaöğretim kurumlarında eğitimlerine devam eden 9, 10, 11 ve 12. sınıflar arasından tesadüfi küme örnekleme yöntemi ile seçilen 330 kız, 380 erkek öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmanın bağımsız değişkenleri olarak, cinsiyet, okul türü, sınıf düzeyi belirlenmiştir. Araştırmanın bağımlı değişkenleri ise problemleri internet kullanımınıdır.

Araştırmada, öğrencilerin problemleri internet kullanımlarını belirlemek için Ceyhan, Ceyhan ve Gürçan (2007) tarafından geliştirilen 'Problemleri İnternet Kullanım Ölçeği', uyum düzeylerini ölçmek için Reynolds (1998; Akt. Meriç, 2007) tarafından geliştirilen 'Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Ölçeği' ve öğrencilerin kişisel bilgilerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen 'Kişisel Bilgiler Formu' kullanılmıştır. Verilerin analizinde t testi, tek yönlü varyans analizi, Tukey testi, LSD ve Pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı tekniği kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda ergenlerin problemlili internet kullanım puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlılı düzeyde farklılaştığı, erkek ergenlerin problemlili internet kullanım toplam puan ortalamaları, internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve aşırı kullanım puan ortalamaları kız ergenlerden anlamlılı düzeyde yüksek bulunmuştur. Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımları toplam puan ve sosyal fayda/sosyal rahatlık, aşırı kullanım alt boyutlarında anlamlılı düzeyde farklılaşmaktadır. Meslek lisesinde öğrenim gören ergenlerin sosyal fayda/sosyal rahatlık puan ortalamaları Anadolu lisesinde öğrenim görenlerden yüksek bulunmuştur. Genel lisede öğrenim gören ergenlerin aşırı kullanım puan ortalamaları Anadolu ve İmam hatip lisesinde öğrenim görenlerden anlamlılı düzeyde yüksek bulunmuştur. Problemlili internet kullanımı toplam puan açısından da genel ve meslek lisesi öğrencilerinin Anadolu ve İmam hatip lisesi öğrencilerinden anlamlılı düzeyde yüksek bulunmuştur. Sınıf değişkenine (9, 10, 11, 12) göre ergenlerin problemlili internet kullanımlarının anlamlılı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur.

Ergenlerin problemlili internet kullanımları (internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda/sosyal rahatlık, aşırı kullanım) ile uyum puanları (antissosyal davranış, öfke kontrol problemi, duygusal sıkıntılar, olumlu benlik) arasında anlamlılı düzeyde ilişkilerin olduğu bulunmuştur.

Ek- 1: İngilizce Özet Formu



T. C.

SELÇUK ÜNİVERSİTESİ



Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Öğrencinin	Adı Soyadı	NESLİHAN GÜRCAN		
	Numarası	074216051009		
	Ana Bilim / Bilim Dalı	EĞİTİM BİLİMLERİ/PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK		
	Programı	Tezli Yüksek Lisans	<input type="checkbox"/>	Doktora <input type="checkbox"/>
	Tez Danışmanı	YRD. DOÇ. DR. ERDAL HAMARTA		
Tezin İngilizce Adı	EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ADOLESCENTS' PROBLEMATIC INTERNET USE AND THE ADAPTATION			

SUMMARY

This study aims to ascertain whether there is a significant correlation between adolescents' problematic internet use and the adaptation. The test group includes 330 female and 380 male students, chosen by concurrent test group method, from 9th, 10th, 11th and 12th grades of the highschools in the city center of Konya.

The independent variables include sex, type of school and class level. The dependent variable is problematic internet use.

In this study, to assess student's problematic use, "Problematic Internet Use Scale" developed by Ceyhan, Ceyhan and Gürçan (2007), to measure adaptation levels, "Reynolds Adaptive Survey Scale for Adolescents" developed by Reynolds (1998; Akt. Meriç, 2007) and to assess personal information of students, "Personal Info Form" developed by the researcher are used. For the analysis of data, t test, single direction variance analysis, Tukey test, LSD and pearson product-moment correlation coefficient technique is used.

Research results designates that adolescents' problematic internet use scores significantly varies upon the gender factor meaning male adolescents' total scores of problematic internet use, negative effects of internet, social benefit and overuse average

scores are significantly high from the female adolescents'. Depending on the type of school factor, adolescents' problematic internet use significantly varies in the lower dimension of total scores and social benefit and overuse. The average scores of social benefit of the adolescents in the vocational high school are assessed to be higher than the ones in the high schools taking students above the average. The overuse average scores of the adolescents from the regular high school are significantly higher than the ones from the imam hatip high schools and high schools taking students above the average. No significant variety is observed depending on the class level factor/variety (9,10,11,12) for the problematic internet use of the adolescents.

It is assessed that there is a significant positive correlation between adolescents' problematic internet use (negative effects of internet, social benefit, overuse) and adaptation scores (antisocial behaviour, anger control problem, anxiety, positive sense of self).

İÇİNDEKİLER

	SAYFA
Bilimsel Etik Sayfası.....	I
Tez Kabul Formu.....	II
Önsöz.....	III
Özet.....	IV
Summary.....	VI
İçindekiler.....	VIII
Kısaltmalar.....	XI
Şekiller ve Tablolar.....	XII

BÖLÜM I

Giriş.....	1
Araştırmanın Amacı.....	4
Alt Amaçlar.....	5
Sayıltı.....	6
Sınırlılıklar.....	6
Tanımlar.....	6
Araştırmanın Önemi.....	7

BÖLÜM II

PROBLEMİN KAVRAMSAL TEMELİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	8
Uyum.....	8
Ergenlikte uyum.....	11
Uyuumsuzlukla Başa Çıkma.....	12
PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI.....	14
İnternet.....	14
İnternet ve Sosyal İlişkiler.....	14
Problemlİ İnternet Kullanımı.....	18

Problemlİ İnternet Kullanımı, Patolojik İnternet Kullanımı, İnternet Bağımlılığı: Adlandırmadaki Farklılıklar	26
Patolojik İnternet Kullanımı	26
İnternet Bağımlılığı	28
Young'ın İnternet Bağımlılığı Modeli	29
Grohol'ün Üç Aşamalı PİK Modeli	30
Griffiths'in İnternet Bağımlılığı Modeli	31
Goldberg'in İnternet Bağımlılığı Teorisi	31
Davis'in Bilişsel-Davranışsal PİK Modeli	32
Sağlıklı İnternet Kullanımı	34

BÖLÜM III

YÖNTEM	37
Araştırmanın Modeli	37
Evren ve Örneklem	37
Veri Toplama Araçları	38
Kişisel Bilgi Formu	38
Problemlİ İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ)	38
Problemlİ İnternet Kullanım Ölçeğinin Geçerlik Çalışmaları	39
Problemlİ İnternet Kullanım Ölçeğinin Güvenirlik Çalışmaları	39
Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri (REUTE)	40
Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanterinin Faktör Yapısı	40
Güvenirlik Analizleri	41
Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanterinin Türkçe'ye Uyarlanması	41
Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri Uygulaması, Puanlaması ve Değerlendirmesi	42
Verilerin Toplanması	42
Verilerin Analizi	43

BÖLÜM IV

BULGULAR	44
----------------	----

BÖLÜM V

TARTIŞMA ve YORUM	56
-------------------------	----

BÖLÜM VI

SONUÇ ve ÖNERİLER	61
KAYNAKÇA	63
EKLER	69
Kişisel Bilgi Formu	70
Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği	71
Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri	73

KISALTMALAR

PİK: Problemlİ İnternet Kullanımı

REUTE: Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri

ŞEKİLLER VE TABLOLAR

Şekil 1. Grohol'ün Patolojik İnternet Kullanım Modeli	30
Şekil 2. Davis'in Bilişsel-Davranışsal Patolojik İnternet Kullanım Modeli (PIK).....	33
Tablo 1: Okul türü ve Cinsiyet Değişkenine göre örneklemin dağılımı.....	37
Tablo 2: Okul ve Cinsiyet değişkenine göre örneklemin dağılımı	38
Tablo 3: Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımına ilişkin olumsuz sonuç puanlarına ait bulgular.....	44
Tablo 4: Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımına ilişkin sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait bulgular.....	44
Tablo 5: Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımına ilişkin aşırı kullanım puanlarına ait bulgular.....	45
Tablo 6: Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımına ilişkin bulgular	45
Tablo 7: Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımına ilişkin olumsuz sonuç puanlarına ait bulgular	45
Tablo 8: Lise türü değişkenine göre ergenlerin olumsuz sonuç puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları	46
Tablo 9: Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımına ilişkin sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait bulgular.....	46
Tablo 10: Ergenlerin lise türü değişkenine göre sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları	47
Tablo 11: Lise türü değişkenine göre ergenlerin sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait tukey testi bulguları	47
Tablo 12: Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımına ilişkin aşırı kullanım puanlarına ait bulgular	48

Tablo 13: Lise türü değişkenine göre ergenlerin aşırı kullanım puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları	48
Tablo 14: Lise türü değişkenine göre ergenlerin aşırı kullanım puanlarına ait tukey testi bulguları	49
Tablo 15: Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımına ait bulgular.....	49
Tablo 16: Lise türü değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımı toplam puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları	50
Tablo 17: Lise türü değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımı toplam puanlarına ait LSD sonuçları	50
Tablo 18: Sınıf değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımına ilişkin olumsuz sonuç puanlarına ait bulgular	51
Tablo 19: Sınıf değişkenine göre ergenlerin olumsuz sonuç puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları	51
Tablo 20: Sınıf değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımına ilişkin sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait bulgular	51
Tablo 21: Sınıf değişkenine göre ergenlerin sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları	52
Tablo 22: Sınıf değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımına ilişkin aşırı kullanım puanlarına ait bulgular	52
Tablo 23: Sınıf değişkenine göre ergenlerin aşırı kullanım puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları.....	52
Tablo 24: Sınıf değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımı toplam puanlarına ait bulgular	53
Tablo 25: Sınıf değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımı toplam puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları	53
Tablo 26: Ergenlerin problemlili internet kullanımı ile uyum arasındaki ilişki	54

BÖLÜM I

GİRİŞ

İnsanoğlu yaşamın her döneminde çevresi ile uyum ve iletişim kurma çabası içerisinde olmuştur. Çevre ile kurulan uyum ve iletişim bireyin daha mutlu ve huzurlu bir yaşam sürmesine dolayısıyla yaşam kalitesinin artmasına neden olur. Uyum ve iletişim sorunları bireylerin yaşam kalitelerinin düşmesine neden olarak çeşitli psikolojik sorunların ortaya çıkmasına kaynaklık teşkil edebilir. Gelişim dönemleri içerisinde de ergenlik uyum ve iletişim sorunlarının en sık yaşandığı dönem olarak karşımıza çıkar. Amerikan Psikiyatri Birliğinin Psikiyatri Sözlüğü'nde (Psychiatric Glossary) ergenlik "fiziksel ve duygusal süreçlerin yol açtığı cinsel ve psikososyal olgunlaşma ile başlayan ve bireyin bağımsızlığını ve sosyal üretkenliğini kazandığı, çok da belirli olmayan bir zamanda sona eren kronolojik bir dönemdir ve hızlı fiziksel, psikolojik ve sosyal değişmelerle karakterizedir" şeklinde tanımlanmaktadır. Modern ergenlik psikolojisinin babası olan G. Stanley Hall ergenliği 'firtına ve stres' (Hall, 1904) olarak tanımlarken, Sieg (1971, s.338) ergenliği, 'İnsanda, bireyin yetişkine özgü ayrıcalıklarının kendisine verilmediğini hissettiği zaman başlayan ve yetişkinin tüm gücü ve toplumsal konumu toplum tarafından bireye verildiği zaman sona eren gelişim dönemi...!' (Sieg, 1971, s. 338; Akt. Gander ve Gardiner, 2007) olarak tanımlamaktadır.

Ergenlik insanda bedence, boyca büyümenin hormonal, cinsel, sosyal, duygusal, kişisel ve zihinsel değişme ve gelişmelerin olduğu, buluğla başlayan ve bedence büyümenin sona ermesi ile sonlandığı düşünölen özel bir evredir (Kulaksızoğlu, 2004). Bütün toplumlarda, ergenlik çocukluğun olgunlaşmamışlığından yetişkinin olgunluğuna geçişin, gelecek için hazırlanmanın gerçekleştiği bir büyüme dönemidir (Larson ve Wilson, 2004: Akt. Steinberg, 2007). Ergenlik, yüzleşilmesi gereken temel görevler olarak eğitim, olgunlaşma ve beklemeyi içeren bir dönemdir (Onur, 1995).

Ergen için bu farklılıklar büyük önem arz eder. Diğer bireylerle kendi beden gelişimi arasındaki farklılıklara dikkat etmeye başlar. Sıklıkla akranlarıyla ya da basında çokça yer alan göz önündeki kişilerle kendisini kıyaslar. Sahip olduğu bedenden memnun olmada ya da memnuniyetsizliğinde kalıp yargılar ya da kültürel normlar etkili olabilir. Görsel medyada ve popüler kültürde karşılaştıkları ideal vücut imgesi, onların kendi kafalarında belirleyecekleri ideal vücut imgesinin oluşmasında kaynaklık edebilir. Bu ikisinin örtüşmesi ergenin kendini kabulünde ve hem kendisiyle hem de akranlarıyla uyum sağlamasında önemli rol oynayabilir.

Ergenlik boyunca bireyler pek çok alanda hızlı değişimler yaşar. Bedensel farklılaşmanın yanı sıra zihinsel, psikolojik ve duygusal anlamda da gelişmelerin gözleendiği kapsamlı bir süreç başlamıştır. Bu kadar hızlı bir değişimin yaşandığı dönemde ergenin sağlıklı bir kimlik geliştirebilmesinde uyum önemli olmaktadır.

Yaşam, canlı varlığın sürekli olarak çevresine uyum sağlama çabasıdır. Uyum dinamik bir süreçtir ve bireyin çevresinde yer alan değişikliklere karşı geliştirdiği tepkilerle sağlanır. Uyum düzeyi iki temel etmen tarafından belirlenir: bireyin kişisel özellikleri ve çevresinde karşılaştığı durumlar. Diğer canlı varlıklardan önemli farklılıklar gösteren insanın uyum düzeyinin değerlendirilmesi oldukça güçtür. Çünkü insanın başarı ve yenilgisi, yalnızca temel biyolojik varlığını sürdürebilmiş olmasıyla ölçülemez; dünya içindeki kendine özgü yeriyle de değerlendirilir (Geçtan, 2004). Bireyin yaşamdan doyum sağlaması, uyum yollarını öğrenmesine bağlıdır. Uyumsuzluk, hem birey açısından mutsuzluk hem de toplum açısından üretkenliğin azalması ve insan gücü kaynağının boşa harcanması anlamına gelmektedir (Kurç 1990; Akt. Köksal, 1997). Hamburg ve Adams (1967), uyumu, ‘zorlanmalarla karşılaştığında gerekli bilgileri toplama ve bunlardan yaralanma’ olarak tanımlarken, Heath (1965), ‘davranışları, bir yandan benlik yapısının bütünlüğünü koruyacak, diğer yandan çevresel koşullarla baş edebilecek bir biçimde düzenlemek’ olarak tanımlamıştır (Geçtan, 2004). Uyumlu insan, kendi hayatını kendi yönetir ve kendine güvenir. Uyumlu insan kendi değer yargılarını ve inançlarını kullanır, problemlerinin çözümünü kendisinde arar ve başkalarının kararlarına sığınmadan, kendi kararlarını alabilir (Corey, 1982; Akt. Alver 1998).

Özellikle yetişkinliğe geçiş dönemi olan ergenlik döneminde (Nurmi, 2004), ergenlerin akranlarıyla kurmuş olduğu ilişkiler onların kimlik gelişimlerinde, sosyal davranış geliştirmelerinde, akademik başarılarında, genel psikolojik gelişimlerine önemli katkıları vardır (Berndt, 1982; La Greca ve Lopez, 1998; Nurmi, 2004). Sosyal davranışların çoğunluğu akran etkileşimleri içerisinde (Beidel, Turner ve Morris, 1999) öğrenilir (Akt. Hamarta, 2009). Ergenlerin kişisel uyumu yakalamış sağlıklı bireyler olmaları onların sosyal açıdan da yakın çevreleriyle ve toplumun geri kalanıyla uyumlu bireyler olmalarını kolaylaştırır.

Ergenlik dönemindeki genç, tutum ve davranışlarını örnek alacağı, kendisini onlarla özdeşleştireceği uygun bireylere ihtiyaç duyar. Modelin kişiliği sosyal gelişme açısından önemlidir. Bu ergen için en etkili örnekler kendi anne ve babasıdır (Kulaksızoğlu, 2004). Ergen, yetişkin modeline ulaşmak için bir çok duruma uyum göstermektedir. Bunlar, aile, yeni arkadaş grupları, değişen sosyal davranışlar, yeni sosyal gruplar, sosyal kabulde ya da

reddedilmede yeni değerler gibi durumlardır. Ergenler bu gibi değişen durumlara uyum sağlamak zorundadırlar (Hurlock 1980: Akt. Toy, 2006). Sosyal uyum zamanla kazanılmaktadır. Bu uyum ergenlik döneminde bazı deneyimlerle gelişir. Bu evrede birey kendi cinsinden oluşturduğu grup içinde sosyal faaliyetlerini sürdürmeye çalışır (Yavuzer, 2005, s. 276: Akt. Yeğen, 2008). Kulaksızoğlu'na (2004) göre, ergenlerin okul ve iş dışındaki uğraşları hiçbir zaman işe yaramaz çalışmalar olarak düşünülmemelidir. Çünkü yaşadıkları bu uyum sürecinde onları en çok rahatlatan ve gelişimlerine katkı sağlayan ilgileri ve serbest zaman uğraşlarıdır.

Ergenlerin fazlasıyla dikkatini çeken ve zamanlarının büyük bölümünü onlarla uğraşarak geçirdikleri TV, video, cep telefonu vb. eğlence araçlarına yeni dönemde internet ve bilgisayar kullanımında ki artış da eklenmiştir. Hatta internetin, artık cep telefonlarında, yeni mobil teknolojiler ve 3G aracılığıyla kolay ulaşılabilir hale gelmesi artmakta, bu durum bir bilgisayara olan ihtiyacı da zamanla ortadan kaldıracak kadar hızlı ilerlemektedir.

Erik Qualman'ın Socialnomic adlı kitabında yer alan ilginç verilere göre, radyonun 50 milyon kullanıcı sınırına ulaşmasının 38 yıl aldığı belirtilen kitapta, televizyon için 13 yıl, internet için 4 yıl, iPod içinse 3 yıl geçtiği ifade ediliyor. Facebook'un 50 milyon kullanıcı rakamına ulaşmasıysa bir yılın altında bir sürede gerçekleşti (<http://www.ntvmsnbc.com/id/25093315/>). Ergenlerin internette arkadaşlık oluşturma ve sürdürmeleri için sağlanan imkanlar son yıllarda oldukça artmıştır. Sosyal ağ siteleri ilişki kurma mekanı olarak hızla öne çıkmaktadırlar. Bu siteler odaklandıkları ilişki tipleri açısından değişiklik göstermektedirler. Bunlar Match.com gibi öncelikli olarak insanların eş bulmalarına yardım etmeyi amaçlayan flört etme siteleri, Bookcrossing gibi ilgilere dayanan ve benzer ilgileri olan insanları bir araya getirmeyi amaçlayan network siteleri ile Friendster ve MySpace gibi insanları arkadaş ağı oluşturma konusunda cesaretlendiren arkadaş network siteleridir (Valkenburg, 2006).

İnternet asıl olarak iletişimi ve araştırma faaliyetlerini kolaylaştırmak için oluşturulmuştur. Fakat son yıllarda internet kullanımının önemli ölçüde artışı patolojik kullanıma (internet bağımlılığına) neden olmuştur (Yellowlees, 2007). Ergenler internete bağımlı hale gelmeye en yatkın guruplardan biridir. Çünkü ergenlerin en belirgin özelliklerinden birisi de merak duygusudur. İnternet ise onların merakını giderecek her türlü bilgiye erişim kolaylığı sağlamaktadır. Ergenler için plansız internet kullanımı bir süre sonra bilgi kirliliğine dönüşebilmektedir. Her an karşısına çıkabilen, koruma programlarından yoksun bağlantılar, onları açtıkları her sayfada gereksiz bilgilerle ve istenmedik görsellerle

karşı karşıya getirmektedir. Belki de başlangıçta sadece arkadaşlarla görüşmek, haber okumak ya da ödev yapmak gibi masum sebeplerle yapılan başlangıçlar onlara yeni ve farklı bir dünyanın fırsatlarını sunuyor. Eğlence anlayışlarındaki esnek yapı ve heyecan arayışı ise onları bu konudaki tehlikelere karşı açık bir hedef haline getirebilmektedir.

Saplantılı bir şekilde interneti düşünmek, düşkünlük, isteği kontrol etmede dürtü kontrolünde azalma, internet kullanımının önüne geçememek ve yoksunluk gibi semptomlar sağlıksız internet kullanımının karakteristikleri olarak geçmektedir (Young, 1999: Akt. Davis, 2001). Genel olarak problemlili internet kullanımı 'bireyin hayatında internetin psikolojik, sosyal, okul ve/veya iş zorlukları yaratacak şekilde kullanılması' olarak tanımlanabilir (Beard ve Wolf, 2001, sf. 378: Akt. Caplan, 2002). Ceyhan'ın (2008) çalışmasının sonuçlarına göre cinsiyet, psikolojik semptomların derecesi, internete çoğu zaman-çoğunlukla gece bağlanmak, interneti birincil olarak akraba ve arkadaşlarla iletişim kurmak ve güzel vakit geçirmek amacıyla kullanmak öğrencilerde problemlili internet kullanımının belirleyicisi olmuştur.

Ergenlerde sağlıksız internet kullanımının birçok nedeni olabilmektedir. Genellikle ergenlerin gelişimsel ihtiyaçları problemlili/patolojik internet kullanımının en önemli nedenini oluşturmaktadır (Lin ve Tsai, 2002). Bu sağlıksız/patolojik kullanımın bir nedeni, ergenlerin kişilik gelişiminin ve hızlı psikolojik olgunlaşmanın ortasında olmaları nedeniyle, maddeler ya da aşırı internet kullanımı gibi bağımlılık yapıcı çeşitli etkenlerin zararlı etkilerine daha çok maruz kalabilmeleri olabilir (Kaltiala-Heino ve ark. 2004). Ayrıca, ergenlerde yenilik ve heyecan arayışı en temel kişilik özelliği (Farley ve Cox 1971) olduğu için internette sörf yapmak ya da birçok çevrimiçi aktivitede bulunmak ergenler için yaygınlıkla ileri teknoloji tehlikesi/macerası haline gelmeye başlamıştır (Akt: Lin ve Tsai, 2002; Akt. Ceyhan, 2008).

Bir geçiş dönemi olan ergenlik döneminde bireylerin çevreleriyle sağlıklı ilişkiler içerisinde olması onların kimlik gelişimine, sosyal ilişkilerinin zenginliği toplumsal becerilerinin gelişmesine katkı sağlayarak ergenin çevresi ile uyumlu olmasına katkı sağlar. Aslında pek çok uyumsuzluğu içinde barındıran bir dönem (Hall, 1904; Sieg, 1971, s. 338: Akt. Gander ve Gardiner, 2007) olan bu dönemde bireyin uyum problemlerinin fazla olması ergenlerin pek çok davranışlarını etkileyebilir. Bunlardan biride son yıllarda gençler arasında hızla yaygınlaşan internet kullanımınıdır.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, ergenlerin problemlili internet kullanımları ile uyumları arasında anlamlı düzeyde ilişki olup olmadığının belirlenmesidir.

Araştırmanın bağımsız değişkenleri olarak, cinsiyet, okul türü ve sınıf düzeyi belirlenmiştir. Araştırmanın bağımlı değişkenleri ise problemlı internet kullanımınıdır. Uyum puanları ile sadece problemlı internet kullanımını arasındaki ilişkiye bakılmıştır.

Alt Amaçlar

Araştırmanın genel amacına uygun olarak araştırmanın alt amaçları aşağıdaki gibi belirlenmiştir:

1. Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin problemlı internet kullanımları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.1. Cinsiyet değişkenine göre problemlı internet kullanımını internetin olumsuz sonuçları alt boyutu anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.2. Cinsiyet değişkenine göre problemlı internet kullanımını sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutu anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.3. Cinsiyet değişkenine göre problemlı internet kullanımını aşırı kullanım alt boyutu anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.4. Cinsiyet değişkenine göre problemlı internet kullanımını toplam puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

2. Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemlı internet kullanımları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

2.1. Okul türü değişkenine göre problemlı internet kullanımını internetin olumsuz sonuçları alt boyutu anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

2.2. Okul türü değişkenine göre problemlı internet kullanımını sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutu anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

2.3. Okul türü değişkenine göre problemlı internet kullanımını aşırı kullanım alt boyutu anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

2.4. Okul türü değişkenine göre problemlı internet kullanımını toplam puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

3. Sınıf düzeyi değişkenine göre ergenlerin problemlı internet kullanımları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

3.1. Sınıf değişkenine göre problemlı internet kullanımını internetin olumsuz sonuçları alt boyutu anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

3.2. Sınıf değişkenine göre problemlı internet kullanımı sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutu anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

3.3. Sınıf değişkenine göre problemlı internet kullanımı aşırı kullanım alt boyutu anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

3.4. Sınıf değişkenine göre problemlı internet kullanımı toplam puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

5. Ergenlerin problemlı internet kullanımları (internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda/sosyal rahatlık, aşırı kullanım) ile genel uyumları (antisosyal davranış, öfke kontrol problemi, duygusal sıkıntılar ve olumlu benlik) arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?

Sayıtlar

Öğrencilerin kişisel bilgi formuna, problemlı internet kullanımı ölçeğine ve Reynolds ergenler için uyum tarama envanterine gerçek durumlarını yansıtan yanıtlar verdikleri kabul edilmiştir.

Sınırlılıklar

Çalışma grubunun uyum düzeyleri "Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri (REUTE)", problemlı internet kullanımları "Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği"nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

Tanımlar

Problemlı İnternet Kullanımı: Genel olarak problemlı internet kullanımı 'bireyin hayatında internetin psikolojik, sosyal, okul ve/veya iş zorlukları yaratacak şekilde kullanılması' olarak tanımlanabilir (Beard ve Wolf, 2001, sf. 378: Akt. Caplan, 2002). Ceyhan'a (2007) göre cinsiyet, psikolojik semptomların derecesi, internete çoğu zaman-çoğunlukla gece bağlanmak, interneti birincil olarak akraba ve arkadaşlarla iletişim kurmak ve güzel vakit geçirmek amacıyla kullanmak öğrencilerde problemlı internet kullanımının belirleyicisi olmuştur.

Uyum: Heath (1965) 'uyum'u, 'davranışları, bir yandan benlik yapısının bütünlüğünü koruyacak, diğer yandan çevresel koşullarla baş edebilecek bir biçimde düzenlemek' olarak tanımlamıştır (Geçtan, 2004).

Uyumsuzluk: Sosyolojik açıdan uyumsuzluk, düzene karşı çıkma, kuramsal yapılaşmaları beğenmeme, bunları ortadan kaldırmaya yönelme olduğu gibi, bu yapıları

bireysel ya da grup bilinci içersinde reforma tabi tutma biçiminde de olabilir (Akyüz). Psikolojik açıdan uyumsuzluk ise, kişinin güdülerini ve gereksinimlerini doyurmada karşılaştığı engelleri yenememesi ve bunun sonucunda düş kırıklığına uğramasıdır. Uyumsuzluk, en hafif olan düş kırıklığından başlayarak akıl hastalıklarına kadar uzanan geniş bir alanı kapsar (Başaran, 1994; Akt. Avcı, 2003).

Araştırmanın Önemi

Teknoloji çağında bilginin baş döndürücü bir hızla gelişmesiyle birlikte internet bağlantısı ve bilgisayar hayatımızın vazgeçilmezleri olarak yerlerini almıştır. Günümüzde bu gelişmelerin etkilerini her alanda görmek mümkün hale gelmiştir. İnternetin çeşitli alanlardaki nimetlerinden faydalanmak isteyenlerin sayısı da gün geçtikçe katlanarak büyümektedir. Hatta kimi zaman bu ilginin gittikçe artarak önlenemez bir davranış haline dönüştüğü kişilere tanıklık edebilmekteyiz. Özellikle de yeni şeyler öğrenelim derken ilgi ve meraklarının kurbanı olmaya açık bir kitle bu konudaki tehditlerin odağı haline gelebilmektedir. Bu sebeple öncelikle 14 – 20 yaş aralığındaki ergenler çalışmamızın hedef kitlesini oluşturmaktadır.

Bu araştırmadan elde edilecek bulguların ülkemizdeki ergenlerin problemleri internet kullanımlarının ortaya konmasının yanı sıra okul psikolojik danışmanları ve rehberlik servislerinin problemleri internet kullanımının uyuma olan olumsuz etkileri üzerine öğrencilerle yapacakları çalışmalarda; Öss sınavı öncesi yüksek motivasyona sahip olması gereken öğrencilerin bir takım uyum sorunlarının aşılmasına yardımcı çalışmaların yapılmasında; yaşadıkları uyum sorunları ve problemleri internet kullanımı sebebi ile ders başarısının düşmesinin yanı sıra, okula devam ve okuldaki sorumluluklarını yerine getirmede sıkıntı yaşayan öğrencilerin tespiti ile beraber bu çocukların okula ve topluma yeniden kazandırılması konusunda; genel uyum düzeyleri yetersiz olan bireylerin yaşamlarının çeşitli alanlarında problemlerle karşılaşabilecekleri göz önüne alındığında, kişisel ve sosyal uyum düzeylerini arttıracak sosyal becerilerin belirlenerek bu becerilerin bireylere kazandırılmasında yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

BÖLÜM II

PROBLEMLERİN KAVRAMSAL TEMELİ VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu kısımda, araştırma probleminin değişkenleri ile ilgili kavramlara ve bu konuda yapılan araştırmalara yer verilmiştir. Bu çerçevede önce uyum, daha sonra problemlerle ilgili internet kullanımını ile ilgili bilgiler ele alınmıştır.

1. Uyum

Yaşam canlı varlığın sürekli olarak çevresine uyum sağlama çabasıdır. Uyum dinamik bir süreçtir ve bireyin çevresinde yer alan değişikliklere karşı geliştirdiği tepkilerle sağlanır (Geçtan, 2004). Hamburg ve Adams (1967) uyumu, ‘zorlanmalarla karşılaşıldığında gerekli bilgileri toplama ve bunlardan yararlanma’ olarak tanımlarken, Heath (1965: Akt. Geçtan, 2004) ‘davranışları, bir yandan benlik yapısının bütünlüğünü koruyacak, diğer yandan çevresel koşullarla baş edebilecek bir biçimde düzenlemek’ olarak tanımlamıştır.

Özgüven’e (1992) göre uyum, bireyin hem kendisi ve hem de çevresi ile sağlıklı ilişkiler kurabilmesi ve bu ilişkilerini sürdürebilmesidir. Uyum kavramını birçok yaklaşım farklı yönlerden ele alıp incelemiştir. Literatürde, ‘uyum-uyumsuzluk’, ‘normal-normal dışı’, ruh sağlığı açısından ise ‘sağlıklı-sağlıksız’ olarak ele alınmaktadır. Uyum kavramına istatistiksel yönden bakıldığında ise, çoğunluğun davranışını ölçüt olarak alıp, normal dağılım eğrisinin iki ucunda olmama halini ‘normal’ olarak kabul etmektedirler. Kliniksel yaklaşımlarda ‘normal’, ruhsal bozukluğa ilişkin belirtilerin yokluğu anlamında kullanılmaktadır.

Genel uyum, bireyin çevresine uyum sağlamak için geliştirdiği davranışların bütünü olarak kabul edilen kişisel uyum, toplumda prestij kazanma ve statü sahibi olma gereksinimlerinin karşılanması olarak tanımlanan sosyal uyum olmak üzere iki grupta incelenmektedir. Kişisel uyumun sosyal rol ve sosyal başarı, sosyal uyumun ise sosyal tutum ve standartlara sahip olma ile yakından ilişkili olduğu ileri sürülmektedir (Başaran, 1992; Bostan, 1993: Akt. Köksal, 2000).

Geçtan’a (2004) göre diğer canlı varlıklardan önemli farklılıklar gösteren insanın uyum düzeyinin değerlendirilmesi oldukça güçtür. Çünkü insanın başarı ve yenilgisi, yalnızca temel biyolojik varlığını sürdürebilmiş olmasıyla ölçülmez; dünya içindeki kendine özgü yeriyle de değerlendirilir. Özgüven’e (1992) göre de bireylerin uyum düzeylerini, ‘var’ ya da ‘yok’ şeklinde, kategorik bir kavram olarak ifade etmek mümkün değildir. Uyum bir derece

meselesidir. ‘Uyumluluk’ ve ‘uyumsuzluk’un oluşturduğu bir ölçeğin iki ucu arasında çeşitli derecelerde yer alır.

Gerçekten ciddi problemler ortaya çıkıncaya kadar, herkes tarafından "uyumlu" olarak kabul edilen pek çok kişi, bu süreç içinde ciddi davranış ve uyum problemleri yaşayabilmektedir. Pek çok ciddi davranış bozukluğu ise açık davranış semptomları halinde kendini göstermemektedir. Ancak kişilerin artan bu basit problemleri, yığılma şeklinde birikerek, etkisi gittikçe artan ciddi problemlerin gelişmesine ve ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Erkmen, 1989; Özgüven, 1992: Akt. Aktaş, 1997).

Uyumsuzluk en hafif olan düş kırıklığından başlayarak akıl hastalıklarına kadar uzanan geniş bir alanı kapsar (Başaran, 1994; Akt. Avcı, 2003). Uyum düzeyi iki temel etmen tarafından belirlenir: bireyin kişisel özellikleri ve çevresinde karşılaştığı durumlar (Geçtan, 2004). Çocukluk çağındaki ruhsal bir zedelenme; boşanma, işle ilgili sorunlar, bedensel hastalıklar gibi zorlanmalar normal bir kişiyi, uyum bozukluğu geliştirmeye yatkın kılabilir denmektedir (Pollock 1992). Ayrıca Praag (1982: Akt. Özgüven ve Tuncer, 1997) uyum bozukluğu geliştiren hastaların kişilik yapısının daha değişken ve daha nevroitik olduğunu belirtmektedir.

Fabrega’ya (1987: Akt. Özgüven ve Tuncer, 1997) göre uyum bozukluğu, ruhsal sıkıntı, sosyal-çevresel zorlanmalar yaşama ve bazen davranışsal bozuklukların varlığı gibi, psikiyatrik bir bozukluk olmanın çok genel koşullarını karşılamaktadır. Sosyolojik açıdan uyumsuzluk, düzene karşı çıkma, kuramsal yapılaşmaları beğenmeme, bunları ortadan kaldırmaya yönelme olduğu gibi, bu yapıları bireysel ya da grup bilinci içersinde reforma tabi tutma biçiminde de olabilir (Akyüz). Psikolojik açıdan ise uyumsuzluk, kişinin güdülerini ve gereksinimlerini doyurmada karşılaştığı engelleri yenememesi ve bunun sonucunda düş kırıklığına uğramasıdır (Başaran, 1994; Akt. Avcı, 2003).

Kişinin benlik kavramının, özellikle de temel olarak görülen belli bazı kendilik kavramlarının, psikolojik uyumsuzluğun nasıl sürdürüldüğünü anlayabilmek için temel olduğu anlaşılmaktadır. İnsanların benlik kavramı; onların kendileriyle ilgili algılamalarının bir takımı olduğundan, gereksinimlerini karşılamak üzere yaşam içindeki etkileşimlerinin aracı olduğundan önemlidir (Combs, Snygg, 1959). Etkili bir benlik kavramı, ister çevreden isterse organizmadan kaynaklansın, kişilerin yaşantılarını gerçekçi olarak algılamalarına, başka bir deyişle yaşantılara açık olmalarına izin verir. Etkili olmayan bir benlik kavramı, çeşitli nedenlerle inatla sürdürebilmektedirler. Birincisi, etkili benlik kavramında da olduğu gibi, etkili olmayan benlik kavramı kişisel yeterliliğin kaynağı ve gereksinimleri doyurma

aracı olarak algılanmaktadır. İkincisi, etkili olmayan benlik kavramı kişinin yaşamında bir aşamada etkili olan, ancak daha önce sahip olduğu yararlılığını yitirmiş olan çeşitli değer verme koşullarını içermektedir. Temelde bireyin olumlu saygı gereksiniminden kaynaklanmakla beraber, benlik kavramının yapısı içinde bir çeşit ‘duygusal bagaj’ olarak yerleşmiştir. Üçüncüsü, bu değer verme koşulları ne kadar derine yerleşmişse, bunların sürmesi de o kadar ısrarlı olacaktır. Çünkü bunları değiştirmek kendilik algılamaları ile yaşantılar arasındaki tutarlılığı algılamaya yol açacağından kaygı yaşanacaktır. Dördüncüsü, değer verme koşulları bireyin değer verme duygusunu azaltıcı bir etkiye sahiptir, bu nedenle de tutarsızlığı kabul etmek ve karşılaşmak için güveni azaltacaktır (Jones, 1981).

Her birey mutlu ve sağlıklı yaşamak ister. Bireylerin yaşamlarını sağlıklı ve verimli bir biçimde sürdürebilmeleri, onların kişisel ve sosyal uyum düzeyleri ile yakından ilişkilidir. Bir kişinin uyumu, kendisi ve çevresi ile arasında ahenkli bir ilişki kurabildiği oranda sağlıklıdır. Bireyin yaşamdan doyum sağlaması, uyum yollarını öğrenmesine bağlıdır. Uyumsuzluk, hem birey açısından mutsuzluk hem de toplum açısından üretkenliğin azalması ve insan gücü kaynağının boşa harcanması anlamına gelmektedir (Kurç 1990).

Daha sağlıklı olarak nitelenen insanlar, uyumla ilgili daha çeşitli davranış kalıpları geliştirebilmişlerdir. Bu onların, karşılaştıkları olayların üstesinden gelirken daha çok seçeneğe sahip olmalarına ve daha esnek davranabilmelerine olanak verir. Bireylerin uyumlarının dolayısıyla da sosyal ilişkilerinin iyi olabilmesi için belirli bir sosyal yeterliliğe de sahip olması beklenir.

Bireyin sosyal yeterliliğe sahip olması, çevresi ile uygun şekilde etkileşim kurabilmesi için gerekli olan sosyal becerilerinin olması ve gerekli ortamlarda bu becerileri kullanabilmesi demektir (Zirpoli ve Melloy, 1997). Sosyal beceriler; arkadaş kabulü, davranışsal beceriler ve sosyal geçerlik olarak açıklanmaktadır (Akkök, 1999). Aile içi iletişimin özünde de büyük ölçüde sosyal beceriler bulunmaktadır. Başka kişilerle ilişki kurma biçimlerimiz, yakın ve uzak çevremizle ilişkilerimiz, aile içi iletişimimizin de nasıl olacağını belirleyici rol oynar (Akkök, Öğütürk, Kökdemir, Annak ve Çakın, 2002). Aileler kendileri ve çocukları için uygun eğitim aldıklarında, çocukları ile ilişkilerinde daha gerçekçi beklentiler oluşturmakta, onlarla ilişkilerinde daha güvenli davranmakta ve etkili bir iletişim oluşturmaktadırlar (Elkind, 1994; Garrett, Tucker ve Roche, 1997; Akt; Strom ve Strom, 1998; Akt. Kocabaş ve Akkök, 2007).

Sosyal anlamda uyum, bireyin sosyal çevresiyle etkili ilişkiler kurma süreci olarak tanımlanabilir. Bireyin toplumsal yaşam uyumunu çeşitli faktörler belirler. Bunlardan bazıları,

toplumsal yaşamın kendisinden kaynaklanan ve bireyin uyumunu kolaylaştıran ya da zorlaştıran faktörlerdir. Bireyin yeni çevresine uyumu sürecinde, yeni çevrenin uyumu kolaylaştırıcı ve zorlaştırıcı etkisinin dışında, bireysel ve kişilik özellikleri ile ilgili faktörlerin bireyin sosyal davranışlarını belirleyen diğer bir önemli boyut olduğu çok açıktır (Duru, 2008).

2. Ergenlikte Uyum

Bireylerin ait oldukları toplumun ya da toplumun alt gruplarının değerlerini, davranışlarını ve bilgilerini kazanma aşamaları sosyalleşme süreci olarak ifade edilmektedir. Sosyalleşme sürecinde, beslenme ve cinsellik gibi içgüdülerine doyum sağlayan davranış kalıplarına ek olarak, kişiler arası iletişim ve etkileşim sonucu birey yaşadığı çevre, toplumda ortak olan kültürün getirdiği davranış kalıplarını benimsemekte, öğrenmekte ve özümlemektedir. Böylece temel kurumların öncelikle aile aracılığıyla aktardığı davranış kalıplarına zamanla eğitim, öğrenim, radyo, televizyon, kitap, gazete, dergi gibi tek yönlü iletişim araçlarının aktardığı yeni kalıplar eklenmektedir (Liebert and Wicks-Nelson 1981, Köknel 1986; Akt. Köksal, 1997).

Sosyalleşme sürecinde ailenin rolüne ilişkin pek çok kuram ve kişinin görüşleri mevcuttur. Steinberg'e göre (2007) genellikle yetkili ev ortamlarında büyüyen gençler, yetkeci, izin verici ilgisiz-kayıtsız evlerde büyüyen akranlarından psikososyal olarak daha yeterlidirler. Yetkili evlerde büyüyen ergenler daha sorumlu, daha kendine güvenli, uyumlu, yaratıcı, daha meraklı, sosyal becerileri fazla ve okulda daha başarılıdırlar. Tersine, yetkeci evlerde büyüyen ergenler daha bağımlı, edilgin, toplumsal olarak daha yetersiz, daha az güvenli ve meraklıdırlar. İzin verici ev ortamlarında büyüyen ergenlerin birçoğu genellikle olgun ve sorumlu değildirler, akranlarının isteklerine daha çok rıza gösterirler ve liderlik konumlarını daha az üstlenirler. İlgisiz-kayıtsız evlerde yetişen ergenlerin birçoğu tepkiseldir ve alkol, madde bağımlılığı, cinsellik gibi yetişkin yaşantılarına girme ve suç niteliği taşıyan davranışlar sergileme olasılıkları daha yüksektir (Fuligni ve Eccles, 1993; Kurdek ve Fine, 1994; Lamborn, Mounts, Steinberg ve Dornbusch, 1991; Pulkkinen, 1982; Steinberg, Lamborn, Darling, Mounts ve Dornbusch, 1994; Steinberg, 2007). Yaşamın her döneminde farklı uyum tepkileri isteyen durumlarla karşılaşan insanoğlu, bunların en yoğun ve kompleks şekildeki halini herhalde ergenlikte yaşamaktadır.

Ergenlikte en zor gelişim görevlerinden birisi sosyal uyum ile ilgilidir. Bu uyum aile, arkadaşlar, okul çevresi ve diğer insanlarla birlikte olmaktır. Sosyalleşme sürecinde, ergen, yetişkin modeline ulaşmak için birçok duruma uyum göstermektedir. Bunlar, yeni

arkadaş grupları, değişen sosyal davranışlar, yeni sosyal gruplar, sosyal kabulde ya da red edilmede yeni değerler gibi durumlardır. Ergenler bu gibi değişen durumlara uyum sağlamak zorundadırlar (Hurlock 1980; Akt. Köksal, 1997).

Uyum bozukluğunun en sık ergenlerde (Andreasen ve Hoenk 1982; Rosen ve ark. 1987; Synder ve ark. 1990; Kaplan ve ark. 1994) olmak üzere özellikle genç yaşlarda görüldüğü bildirilmekte, ancak her yaşta görülebileceği de bilinmektedir. Uyum bozukluğuna yol açtığı düşünülen tıbbi olmayan zorlanmaların başlıcaları: Erişkinler için evlilik sorunları, mesleki ve ekonomik sorunlar; ergenler için okul sorunları, ebeveynin reddi, anne-baba boşanmasıdır (Fabrega ve ark 1987; Kaplan ve ark 1994; De Leo 1989). Uyum bozukluğu, ergenlerde impulsivite, saldırgan davranışlar, alkol-madde kötüye kullanımı gibi belirtilerle kendini gösterebilmektedir (Kaplan ve ark 1994). Bu belirtilere ek olarak, Hail ve Benedek (1993: Akt. Özgüven ve Tuncer, 1997) uyum bozukluğu olan hastalarda gün içi duygudurum değişiklikleri olduğunu saptamışlardır.

Yörükoğlu'na (1993: Akt. Sarı, 2008) göre ergenlik dönemini kapsayan sosyal uyum sürecinde, ergenin bir takım uyumsuz hatta patolojik davranış bozuklukları sergilediği sıkça görülen bir durumdur. Kimi ergen bu uyumsuzluk sürecini daha az yıpratıcı etkilerle atlarken, bir kısmı bu kadar şanslı olmayabilir. Gerek içinde bulunulan toplumun ölçüleri, gerekse aile-okul kıskacında anlaşılmayan genç ya içe kapanır kendine zarar verir (intihara kadar uzanan bir süreç), ya da çeşitli gruplaşmalarda toplumsal yaralara yol açar şiddet ve kaba kuvvet batağına düşer veya da çeşitli bağımlılık yapıcı maddelere, sonuçta da cinsel sapmalara kadar sürüklenir.

Çocukluk rol ve statüsünden yetişkin rol ve statüsüne geçiş evresi ve bağımsızlaşma süreci olarak kabul edilen ergenlik döneminde genç, kendi bedeninde olan değişim ve gelişmeye uyum sağlamaya çalışırken; bir yandan da toplumun ondan beklentilerine cevap verme ve toplumsal rol ve kurallara uyum sağlamak zorunda kalmaktadır. Ne çocuk ne de yetişkin olarak kabul edilmeyen genç, bu durumda bazı karmaşalar, çelişkiler ve uyum güçlükleri yaşayabilir (Yörükoğlu, 1990; Özoğlu, 1985: Akt. Aktaş, 1997).

3. Uyumsuzlukla Başa Çıkma

Bireyler uyumsuzluğa neden olan durumlarla 'başa çıkma' zorundadırlar. Başatma kavramı, 'bireyin, yaşantısını tehdit edici olarak algıladığı bir durumda, kendisini daha iyi bir duruma getirmek için davranış örüntüsünü tekrar düzenlemesini ve durumu kontrol etme amacına yönelik çabaları kapsar (Özgüven, 1992). Kaplan (1964: Akt. Özgüven, 1992) kriz

durumlarında ve stres yaşantılarında kullanılan başa çıkma mekanizmalarını ‘uyuma’ ve ‘uyumsuzluğa’ yönelik olmak üzere iki grup içinde ele almıştır. Kaplan bu görüşünü aşağıdaki örneklerle açıklamaktadır.

(a) Gerçekleri araştırmak ve durumla ilgili bilgi toplamak için doğrudan harekete geçmek ‘uyuma yönelik’, sorunların hayalci düşünceye dayalı olarak değerlendirilmesi ‘uyumsuz’ bir yaklaşımdır.

(b) Olumlu ve olumsuz duyguların olduğu gibi serbestçe anlatım bulabilmesi ve içinde bulunulan sorunla ilgili sıkıntıların ve üzüntünün varlığının kabul edilmesi ‘uyuma yönelik’, buna karşın olumsuz durumlardan kaçma, yansıtma gibi savunma mekanizmaları kullanılarak uzaklaşılması ‘uyumsuz’ bir yaklaşımdır.

(c) Diğerlerinden yardım istemek ‘uyuma yönelik’, yardımı reddetmek ve direnç göstermek ‘uyumsuz’ bir çabadır.

(d) Bireyin kendisine güvenmesi ‘uyuma yönelik’, bireyin yeteneklerine inanmaması ise ‘uyumsuzluğa’ yöneliktir.

(e) Karşılaşılan duruma ilişkin sorunu çözme, sorunu analiz etme, sorunun kapsamını çeşitli parçalara ayırabilme ‘uyuma yönelik’, aşırı ya da az çaba göstermek ‘uyumsuz’ bir yaklaşımdır.

(f) Stres veya kriz yaşantısı boyunca başa çıkma stratejilerini değiştirmede istekli ve esnek olmak, durum değerlendirmelerinin sonucunu eyleme dönüştürmek ‘uyumluluk’, genel tepkilerde bulunmak, yılgınlık göstermek ‘uyumsuz’ yaklaşım olarak nitelendirilmektedir.

PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI

İnternet

Günümüzde teknolojinin gelişmesine ve yaygınlaşmasına bağlı olarak hayat tarzlarımızda, ihtiyaçlarımızda, eğlence anlayışlarımızda ve zamanı değerlendirme şekillerimizde değişiklikler meydana gelmiştir. Teknolojik gelişmelerin bize bir armağanı olan ve hızına ayak uydurmakta zorlandığımız en önemli icatlardan biri de bilgisayardır. Asıl önemli olan ise milyonlarca bilgisayarın birbirine bağlanmasıyla ortaya çıkan ağlardır. Bu ağlar sayesinde insanlar yalnızlıklarından kurtulur, pek çok kişiyle iletişim imkanı elde edilir ve bilgi akışı sağlanır.

Bilindiği üzere, teknolojideki her türlü yenilik, insanoğlunun hayatını önemli ölçüde etkilemektedir. Özellikle Türkiye'nin internetle tanışmasından bu yana, toplumun tüm kademelerinde iletişim biçimi belirgin bir değişime uğramıştır. 2000'li yıllardan itibaren ise internetin tabana hızlı ve güçlü bir şekilde yayılması, toplumdaki bilgisayar okur-yazar oranında ciddi bir artışa neden olmuştur. İnternet, hızlı yaygınlaşma sürecinde insanların düşünce ve deneyimlerini paylaşmaları açısından alternatif yollar sunmuştur. Başlangıçta internet kullanımı bir ilgi nedeni olarak ortaya çıkmıştır, ancak günümüzde toplumun hemen hemen tüm bireyleri için ihtiyaç haline gelmiştir (Göktaş ve Kayri, 2005).

Aksu ve İrgil'e (2003) göre en genel tanımı ile internet, dünya çapında bilgisayarların birbiri ile bağlandığı ağ olarak tanımlanabilirken, Demirutku'ya (2006) göre bütün dünyadaki bilgisayarların elektronik ortamda birbirlerine bağlandığı sanal bir bilgi paylaşım ve iletişim ortamıdır. Elektronik posta yoluyla haberleşilebilir. Görsel veya işitsel yollarla tanıdık veya tanımadık kişilerle iletişilebilir. World Wide Web (WWW) aracılığıyla bilgi, belge, resim, görüntü dosyaları paylaşılabilir.

İnternet, dünya üzerinde mevcut milyonlarca ağın birbiriyle ortak bir protokol çerçevesinde iletişim kurmasını ve birbirlerinin kaynaklarını paylaşmasını sağlayan iki ya da daha fazla yerel ya da geniş alan ağı arasında kurulan kaynak kümesidir (MEB 1999, 291; T.C. M.E.B-Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü, t. y.).Dünyanın en büyük bilgisayar ağı internet geniş bir kullanım alanına kavuşmuştur (Doruk, 2007).

İnternet ve Sosyal İlişkiler

İnternet, sadece reklam ve bilgi dağılım mekanizmasından daha fazla dağılım içerir (Paksoy, Ürkmez ve Arıcioğlu, 2003; Weiser, 2001). İnternet, aynı zamanda insanların sosyal etkileşimde bulunduğu bir iletişim aracıdır. Yani sadece bilgi toplama, e-posta kullanma ve

alış-veriş yapmada değil internet, sosyal iletişim kurmada da önemli bir yere sahiptir (Lavanco ve ark., 2008). Üniversite öğrencilerinin büyük bir kısmı interneti haftada en az bir kere akademik ve sosyal sebeplerden dolayı kullanmaktadır: ödev yapma, araştırma yapma, aile ve arkadaşlarla iletişim (Scherer, 1997). En yaygın olarak kullanılan servisler arasında e-posta, World Wide Web ve kütüphane erişimi yer almaktadır. İnternetin, öğretmenler tarafından da en fazla iletişim amaçlı (e-posta, sohbet gibi) kullanıldığı vurgulanmıştır (Akkoyunlu, 2002: Akt. Şahin, 2009).

İnternet kullanımının göz önüne alınması gereken ilk konu amaçtır. Çünkü internetin hangi amaçla kullanılacağı kullanma sıklığını da büyük oranda belirleyebilmektedir. Artık milyonlarca insan tarafından kullanılan bir araç olan internet, kişilerin kullanım süresi ve amacı bakımından farklılık göstermektedir. Bu durumda, internet kullanan herkesin aynı şekilde değerlendirilmesi doğru bulunmamaktadır. Sosyolojik ve psikolojik araştırmalarda da genellikle haftada 5-6 saatten fazla ve göreceli uzun bir zaman diliminde sürekliliği olan kullanım konu edilmektedir. Bu kullanım süreyle olduğu kadar internetin işlevsel olarak nasıl anlamlandırıldığı ve bireyin olumsuz bir duygu durumunda (yalnızlık, üzüntü vb.) interneti özlemesiyle veya internete bağlanmaya ihtiyaç duymasıyla, diğer bir deyişle interneti algılama şekliyle de ilgilidir (Bayraktutan, 2005).

Ergenlerin internette arkadaşlık oluşturma ve sürdürmeleri için sağlanan imkanlar son yıllarda oldukça artmıştır. Sosyal ağ siteleri ilişki kurma ortamı olarak hızla daha fazla öne çıkmaktadırlar (Valkenburg, Peter ve Schouten, 2006). Bu ağlar e-posta sohbet odaları, kısa mesaj haber grupları, forumlar, toplum ve destek gruplarıdır. Birçok insanın yakın ilişki, destek ve onaydan oluşan en önemli sosyal ihtiyaçlarını internette karşıladıkları ileri sürülmektedir (Sproull ve Faraj, 1997: Akt. Amichai-Hamburger, 2007). Bu gerçeklik Argyle'nin insanın mutluluğu için böyle ilişkilerin önemi ile birlikte ele alındığında internetin iyi oluş için büyük bir katalizör (hızlandırıcı) olduğuna işaret etmektedir.

Sosyal etkileşimin internet kullanımını öngören önemli bir faktör olduğu bulunmuştur (Papacharissi ve Rubin, 2000: Akt. Kesici ve Şahin , 2009). Yakın arkadaş sayısı, duygusal arayış ile ilişkili olup (Weisskirch ve Murphy, 2004) internetin müzik indirme, oyun oynama ve sohbet amaçlı kullanımı yanında duygusal arayışta kullanımı da fonksiyonlarından birisidir (Huang, 2008: Akt. Şahin, 2009). Valkenburg, Peter ve Schouten 'ın (2006) 881 ergen (10-19 yaş) üzerinde arkadaş ağı sitelerinin (örn. Frinedster, MySpace) engenlerin benlik saygısı ve iyi oluşu (iyilik halleri) üzerindeki sonuçlarını inceledikleri araştırmada, yapısal denklem modelini kullanarak ergenlerin bu siteleri kullanım sıklığının sosyal benlik saygıları ve iyi

oluş halleri üzerinde dolaylı etkisi olduğu bulunmuştur. Arkadaş ağı-network sitelerinin kullanımı sitede oluşturulan arkadaşlık sayısını, ergenlerin profillerine gelen geribildirimler ve bu geribildirimlerin tonunu (pozitif ya da negatif) teşvik etmekte-harekete geçirmektedir. Pozitif geribildirimler ergenlerin sosyal benlik saygılarını ve iyi oluş hallerini artırırken negatif geri bildirimler onların sosyal benlik saygılarını ve iyi oluş hallerini azaltmaktadır.

İnternet sağladığı imkanların yanı sıra pek çok olumsuz sonuçlar da doğurmuştur. İnternetle uğraşan bazı kişiler, kullarımlarını kontrol edemeyip iş hayatlarını ve ilişkilerini tehlikeye atıyor (Beard ve Wolf, 2001). Anderson (2001) ve ekibinin 1300 üniversite öğrencisi ile internet kullanımının öğrencilerin sosyal ve akademik hayatlarını nasıl etkilediğini tanımlamak için yaptığı anket çalışması sonucuna göre internet kullanıcısı olan tipik öğrenciler günde yaklaşık 100 dakika internet kullansa da küçük bir grup interneti hayatlarına etki edecek kadar çok kullanmaktadır. Bu grubun büyük çoğunluğu erkektir ve zor bilimsel alanlarda okumaktadır.

İnternet kullanımı üzerine çalışma yapan araştırmacılar, önemli bulgular elde etmişlerdir. Örneğin, yetişkinlerin interneti eğlence ve iletişim amaçlı kullandıkları belirtilmiştir (Bayraktar ve Gün, 2007). Orhan ve Akkoyunlu'nun (2004: Akt. Şahin, 2009) araştırma sonuçlarına göre de yaş büyüdükçe, internet kullanma oranı artarken oyun amaçlı kullanımın azaldığı ve bilgiye ulaşma, oyun ve haberleşme gibi çok amaçlı kullanımın arttığı gözlenmiştir.

Teknoloji ile ilişkilerinde, bugünün gençleri sık sık hem kurbanlar hem de suçlular olarak nitelendirilebilir. Bir yandan internet ve bilgisayar oyunları çocuk ve gençlerin bilgiye ulaşmalarını, araştırma yapmalarını, problem çözme, yaratıcılık, kritik düşünme gibi kişisel gelişimlerini destekleyen teknolojik bir mucize olarak değerlendirilirken (Kubey, Lawin ve Barrows, 2001; Berson ve Berson, 2003), aynı zamanda aşırı, kontrolsüz, amacı dışında ve bilinçsiz kullanım yönü ile kaygılara ve korkulara neden olmakta, kişisel becerilerin gelişmesini negatif etkilediği düşünülmektedir (Colwell ve Kato, 2003; Kerberg, 2005). Bazı çalışmalarda 13-19 yaş arası gençlerin ebeveynlerine göre daha yoğun internet kullanıcıları oldukları belirlenmiştir. Yetişkinler interneti genellikle kendi işlerinin bir parçası olarak ve işle alakalı bilgi elde etmek için kullanırken 13-19 yaş arası gençler interneti daha çok oyunlar oynamak, müzik dinlemek ve yeni insanlarla tanışmak amacıyla kullanmaktadır (Kubey, Lawin ve Barrows, 2001; Colwell ve Kato; 2003: Akt. Kelleci, 2008).

Eğitim-öğretim sürecini de etkileyen internet, bu süreci zenginleştirmekte, öğretmen ve öğrencilere zengin yaşantılar sunmaktadır (Akkoyunlu ve Yılmaz, 2005: Akt. Şahin,

2009). Bilgisayara bağılı toplum, öğrencinin de teknolojik ortamı kullanma becerisi geliştirmesi konusunda baskı yapmaktadır. Fakat internet kullanımının psikolojik bağımlılık yaratıcı karakteristikleri üzerine artan raporlar, eğitimciler ve psikologların internetin çocuklar üzerindeki etkisi hakkında endişe duymasına yol açtı. Young (1996: Akt. Nalwa ve Anand, 2003), öğrencilerin %58'inde çalışma alışkanlıklarında bozulma, notlarda düşüş, dersleri kaçırmaya ya da aşırı internet kullanımı nedeniyle cezaya kalma görüldüğünü ortaya koymuştur.

1990'ların ortasından itibaren internet kullanımı, Amerikan halkının genelinde ve özellikle Amerika'daki üniversite kampsülerinde hızla artmaya başladı (Jones, 2002: Akt. DiNicola, 2004). Ve yine üniversite öğrencileri interneti kapsamlı olarak kullanan ilk grup oldu ve aşırı internet kullanımının yol açtığı problemleri de ilk deneyimleyenler onlardı. Geçtiğimiz 10 yılda internet kişisel, mesleki ve akademik bir iletişim aracı haline geldi. Dünya çapında 400 milyon kullanıcının internet bağlantısı olduğu tahmin ediliyor ve gittikçe de yaygınlaşıyor. Kültürümüz bu teknolojilere gittikçe daha bağımlı hale geldiğinden bazı kişilerin aşırı kullanıma bağılı olarak problematik davranışlar geliştirmesi şaşırtıcı değildir (Davis, Flett ve Besser, 2002).

Türkiye'de internet kullanıcılarının bağlantı sıklığı incelendiğinde kullanıcıların yarısı hergün internete bağlanmaktadır. Kullanıcıların %33'ü ise haftada bir gün internete bağlanmaktadır (TÜİK, 2005). Türkiye Bilişim Şurası (2002: Akt. Odabaşı, Çoklar ve Kabakçı, 2007) raporuna göre 7-15 yaş grubundaki çocukların % 90'nın interneti eğlence ve yararlı olmayan siteleri incelemek için kullandığı belirtilmektedir.

Araştırmalar (Kraut ve ark., 1998: Akt. Ceyhan, 2008) internetin 'şimdi ve burada' olmayı sağlayan imkanı ile günün haberlerinden ve dedikodularından bilgi sahibi olmak için iletişim kurmak açısından internetin sıklıkla kullanıldığını belirtmişlerdir. İnternet ve bilgisayar oyunları gençlerin ve çocukların doğasında bulunan oyun oynama kabiliyetleri ile bağımlılığa neden olabilmekte ve açık cinselliğe eğilimi işaret ile suçların olgunlaşmasını sağlamaktadır (Young, 1997; Suhail ve Bargees, 2006: Akt. Kelleci, 2008). Amerika'da 12 ile 18 yaşları arasındaki gençlerin %97'sinin internet kullandığı tahmin ediliyor (UCLA center for communication policy, 2003). Gittikçe daha fazla genç internete giriş yaptığından araştırmacılar da online olmanın kişi üstündeki sosyal ve psikolojik etkilerini araştırmaya başladı (Ybarra, 2004).

12-13 yaş arası çocuklarla yapılan bir çalışmada (Colwell ve Kato, 2003) çarpıcı olarak şu sonuçları elde etmişlerdir: 'bilgisayar oyunları oynamak insanlarla birlikte

olmaktan daha iyidir', 'zamanı en iyi şekilde geçirmenin yolu bilgisayar oyunları oynamaktır', 'bilgisayar oyunu ile arkadaşım ile geçireceğim zamandan daha iyi zaman geçiriyorum', 'bilgisayar oyunu oynarken kendimi daha canlı ve aktif hissediyorum', 'bilgisayar oyunu oynamak benim yalnızlığımı unutmama yardım ediyor'. Bir başka çalışmada da (Niemz, Griffiths ve Banyard, 2008: Akt. Kelleci, 2008) 11-18 yaş arası gençlerde patolojik internet kullanım oranı % 18,3 olarak belirlenmiştir.

Amacı, üniversite öğrencilerinin internet kullanım örüntülerini bulmak olan araştırmada (Oğuz ve ark., 2008) Davis'in internette bilişsel durum ölçeği kullanılmıştır. Cinsiyetlerine bakılmaksızın, öğrencilerin ortalama olarak 5.1 yıldır internet kullandıkları, % 71'nin yaşadıkları yerde bilgisayar olduğu ve bunlardan %53.6'sının internet erişimi olduğu bulunmuştur. Yaşadıkları yerde bilgisayara sahip olan öğrencilerin ölçek toplam puanlarının daha yüksek olduğu ve bağımlılık potansiyeline sahip olabileceği görülmüştür. Ayrıca interneti sohbet, görüntülü konuşma ve oyun oynama amaçlı kullananların puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırma sonuçlarına göre (bkz. Chou, Condon, ve Belland, 2005; Nalwa ve Anand, 2003; Young, 1998b: Akt. Demetrovics, Szeredi ve Rozsa, 2008) okuldaki ve meslekteki başarının düşmesi, azalan uyku saatleri, düşük kalite yemekler, ilgi alanlarının daralması ve hayatın diğer alanlarını ihmal etme ile aşırı internet kullanımı arasında bir ilişki vardır. Gözden geçirilen çalışmalar ergenlerin interneti en çok kullanan grup olmaya başladığına işaret etmektedir. Üniversite öğrencileri ve yetişkinler için tanımlanan internet bağımlılığı belirtilerinin ergenler tarafından da yaşandığı bildirilmektedir. Ergenlerde önleyici müdahalelerin geliştirilebilmesinde, ergenlerin internet kullanımı ve ruh sağlıkları arasındaki ilişkilerin ortaya konulması oldukça önemlidir (Ceyhan , 2008a).

Problemlili İnternet Kullanımı

Genel olarak problemlili internet kullanımı 'bireyin hayatında internetin psikolojik, sosyal, okul ve/veya iş zorlukları yaratacak şekilde kullanılması' olarak tanımlanabilir (Beard ve Wolf, 2001, sf. 378: Akt. Caplan, 2002). Shapira ve ark. (2000)'e göre problemlili internet kullanımı; (1) kontrol edilemez, (2) önemli derecede endişe verici, zaman harcayan ya da sosyal, mesleki ya da finansal açıdan zorluk çıkaran ve (3) hipomanik ya da manik semptomlar dışında da var olan şekilde tanımlanır. Değerlendirmeler bağımlılığın internet kullanımı, SCID-IV, psikiyatrik aile geçmişi ve internet kullanımına uyarlanmış Yale-Brown Obsesif-Kompulsif Ölçeği (Y-BOCS)'nin verilerini kapsamaktadır. Problematik internet kullanımı DSM-IV'ün dürtü kontrol bozukluğu kriterini karşılayacak şekilde tanımlanmıştır.

Problemlerli internet kullanımı gösteren örneklem incelendiğinde bunların hayatlarında en az bir DSM-IV’de tanımlanan eksen I’den tanı almıştır ve %70’i hayat boyu bipolar bozukluk teşhisi koyulmuştur. Bu bağlamda problemlerli internet kullanımı kişisel endişe, fonksiyonel bozukluk ve eksen I bir psikiyatrik bozuklukla ilişkilendirilmiştir.

Shapira ve ark. (2000)’e göre problemlerli internet kullanımı, tekrar eden davranışa ek olarak saplantılı düşünme, obsesif-kompulsif bozukluğa eşlik eden bir hastalık olması ve depresif bozukluklar ile serotonin geri alım engelleyicilerine verdiği tepki bağlamında obsesif-kompulsif bozukluğun bir türevi olarak nitelendirilmektedir. Fakat problemlerli internet kullanımı ve hali hazırda mevcut olan mental bozukluklar arasında bir ilişki olup olmadığı bilinmemektedir çünkü bu davranışı gösteren kişilerin davranışsal karakteristiklerini, mevcut eksen I bozuklukları ya da psikiyatrik aile geçmişlerini tanımlamak için standart yapıllı görüşmelerin kullanıldığı bir çalışma yapılmamıştır (Stein, 1997: Akt. Shapira ve ark., 2000).

Ceyhan’ın (2008b) 437 üniversite öğrencisi üzerinde yürüttüğü çalışma sonuçlarına göre, psikolojik semptomların derecesi, internete çoğu zaman-çoğunlukla gece bağlanmak, interneti birincil olarak akraba ve arkadaşlarla iletişim kurmak ve güzel vakit geçirmek amacıyla kullanmak öğrencilerde problemlerli internet kullanımının belirleyicisi olmuştur. Ayrıca, belirleyiciler problemlerli internet kullanımı alanları açısından farklılaşmaktadırlar. Problematik internet kullanımının diğer özellikleri literatürden bağımsız şekilde dürtülerine hakim olamama (Shapira, Goldsmith ve Keck, 2000), yalnızlık (Morahan-Martin, Schumacher, 2000; Kraut, Patterson ve Lundmark, 1998), düşük öz-saygı (Armstrong, Phillips ve Saling, 2000), depresyon (Young ve Rogers, 1998), sosyal kaygı (King ve Poulos, 1998) ve online ortamda sosyal çekingenliği atma (Morahan-Martin, Schumacher, 2000: Akt. Davis, Flett ve Besser, 2002) olarak belirtilmiştir.

Demetrovics, Szeredi ve Rozsa (2008) Young’ın İnternet Bağımlılığı Testinden edindikleri bilgilere dayanarak, 18 maddelik, 3 alt ölçekli (saplantı, ihmal ve kontrol bozukluğu), interneti yanlış kullanmaktan kaynaklanan problemlerin boyutunu ölçmede güvenilir bir ölçek geliştirmişlerdir. Davis, Flett ve Besser (2002), problemlerli internet kullanımının dört boyutunu (yalnızlık/depresyon, dürtü kontrolünde azalma, dikkat dağınıklığı ve sosyal rahatlık) ortaya çıkarmak için Online Biliş Ölçeğini kullanmışlardır. Problemlerli internet kullanımının yalnızlık ve azalan sosyallikle ilişkili olduğunu, ayrıca problemlerli internet kullanımı ile reddedilmeye karşı hassasiyet, erteleme/oyalanma ve akademik-mesleki sorunlarla arasında bir ilişki olduğunu öne sürmüşlerdir.

Cheng ve ark. (2008)'nın Tayvan üniversite öğrencilerinin gerçek ve sanal sosyal destek ile depresif semptomların aracı olduğu internet bağımlılığı arasındaki ilişkideki cinsiyet farklılıklarını inceledikleri araştırma sonuçlarına göre, kızlarda gerçek ve sanal sosyal destek internet bağımlılığında doğrudan belirleyici olmakta ya da depresif semptomlar aracılığıyla görülmektedir. Bununla birlikte erkeklerde, internet bağımlılığı sanal sosyal destek tarafından doğrudan belirlenmekte ya da depresif semptomlar aracılığıyla görülürken, gerçek sosyal destek ve internet bağımlılığı arasındaki bağlantı sadece depresif semptomlarla belirmektedir. Dahası, her iki cinsiyette de düşük gerçek sosyal destek ve yüksek sanal sosyal destek depresif semptomlarla ilişkilendirilmiştir.

Problemlili internet kullanımı olan kişilerin şiddetli depresif semptomlar gösterdiği bildirilmiştir. World Wide Web (WWW) ve beck depresyon ölçeği kullanan bir online ankete katılan 259 kişide hafiften ileri dereceye giden dağılımda ortalama 11.2 (13.9) (SD) ile patolojik internet kullanımı tanımlanmıştır. Son dönemlerde 169 bağımlıyla yapılan ileriye yönelik bir çalışma, aşırı internet kullanımı ve depresyon (zaten mevcut olan depresyon seviyeleri kontrol edilmiş olsa da), yalnızlık, aynı evde yaşayan aile üyeleriyle iletişimde düşüş ve sosyal geri çekilme arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir (Kraut ve diğerleri, 1998: Akt. Shapira ve ark., 2000).

Davis'in (İnsan Davranışında Bilgisayarlar, 17 (2001: Akt. Caplan, 2002)) genellenmiş problemlili internet kullanımının kuramsal yapısını kullanılabilir hale getirmek amacıyla *Genellenmiş Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği* (GPIUS) adında yeni bir ölçme aracı geliştirilmiştir. GPIUS yedi alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar: Duygu durum (mod) değişimi, online erişilebilirliği olan sosyal kazanç algısı, internet kullanımı ile ilişkili olumsuz sonuçlar, kompulsif (zorlayıcı) internet kullanımı, internette geçirilen zamanın aşırılığı, internetten uzak kalındığı zamanlarda görülen gerileme belirtileri (daha çok modla alakalı), online erişilebilirliği olan sosyal kontrol algısıdır. Bütün GPIUS alt ölçekleri, depresyon, yalnızlık, utangaçlık ve benlik saygısı gibi değişkenlerini içeren psikososyal sağlık değişkenleri ile ilişkilidirler. Sonuçlar ayrıca bireyin yüz yüze etkileşim yerine bilgisayar ortamında sosyal etkileşimi tercih etmesinin genellenmiş problemlili internet kullanımının sebepleri, gelişimi ve sonuçlarında rol oynadığını ileri sürmektedir.

Rosanna Guadagno ve Robert Cialdini (2002: Akt. Amichai-Hamburger, 2007) siber alemde ikna etme girişimlerini ve bunların kadın ve erkekler için psikolojik sonuçlarını incelemişlerdir. Katılımcılar karşı-tavırlarla ilgili bir konu üzerinde kendileri ile aynı cinsiyetten olan bir müttefik ile tartışmışlardır. İletişim kurulan kişi ile paylaşılan bir kimlik

(bir olma) duygusuna sahip olması istenen katılımcılar önergeye çok hoşnut bir tavır alırken, kendilerini farklı kimliklerden hissetmeleri sağlanan katılımcılar en az hoşnut olanlardı. Sonuçlar, iletişim yaklaşımına dayalı olarak kadın ve erkeklerde farklılık göstermiştir. Bu araştırmadan çıkarılacak sonuçlardan biri, e-postanın erkeklerin birbirlerini ikna etmede -özellikle hiçbir ortak kimlik özelliği paylaşmıyorlarsa- faydalı bir yol olabileceğidir. Sonuçlar aynı zamanda e-postanın düşük benzerlikten oluşan ayrılığı sürdürmede etkili olduğunu göstermektedir. Bu da kadınlarda daha az fikir birliğine varmaya (kişisel bağlantı/ilişki için yetersiz ipucu-işaretlerden dolayı), erkeklerde ise yüksek düzeyde fikir birliğine (yüzleştirme için yetersiz sayıda ipucu-işaretlerden dolayı) neden olmaktadır.

Promlemlı İnternet Kullanımına en popöler kavramsal yaklaşım İnternet Bağımlılığı perspektifidir (Bak. Beard ve Wolf, 2001; Griffiths, 1996, 1997, 1998; Pratarelli ve diğlerleri, 1999; Shaffer, Hall, ve Vander Bilt, 2000; Shotton, 1991; Surratt, 1999; Young, 1996, 1998). İnternet bağımlılığı perspektifi problemlı internet kullanımını kumar gibi dürtü kontrol bozukluklarına benzer karakterde bir davranışsal bağımlılık olarak nitelendirmektedir (daha yakın zamanda yapılan gözden geçirme için Beard ve Wolf, 2001'e bakınız; ayrıca bak. Brenner, 1997; Griffiths, 1996, 1997, 1998, 2000; Shotton, 1991; Surratt, 1999; Walther, 1999; Young, 1996, 1998; Young ve Rogers, 1998: Akt. Caplan, 2002). Bu kriterleri taşıyan bireyler, "öğrencilerde düşük not alma, çalışanlarda düşen iş performansı" gibi internet kullanımlarından kaynaklanan "sosyal, psikolojik ve mesleki bozukluk" taşımaktadır.

Son zamanlarda sosyal psikolojiden uyarlanmış bazı araştırmalar erteleme/oyalanmanın problemlı internet kullanımının ana nedeni olduğunu öne sürmüştür. Lavoie ve Pychl erteleme/oyalanma ile online ortamda geçirilen zaman arasındaki ilişkiyi test etmiştir. İlk olarak bazı kişilerin interneti stresle baş etmek için kullandıklarını öne sürmüşlerdir (Davis, Flett ve Besser, 2002). Erteleme/oyalanma bir kişinin yapması gereken işlerden bilinçli bir şekilde dikkatini başka bir tarafa yönelterek, bir takım aktivitelerle kendini meşgul etmesini karşılayan bilinçli olarak görevden kaçınma halidir (Lay, 1986). Genel oyalanma/erteleme ayrıca depresyon (Burka ve Yuen, 1990; Ferrari, Johnsan ve McCown, 1995) ve yüksek stresle (Flett, Blankstein ve Martin, 1995) ilişkilendirilen olumsuz etkiler ve bilişsel bozukluklarla bağıntılıdır. Online ortamda geçirilen zaman problemlı internet kullanımına etki eden faktörlerden yalnızca biri olsa da (Morahan-Martin, Schumacher, 2000) bu problemlı internet kullanıcıların üretkenliklerinde aksaklıklar (Young, 1999; Ho ve Lee, 2001: Akt. Davis, Flett ve Besser, 2002) bağlamında, neden mesleki ve akademik başarısızlık problemleri yaşadığını açıklayabilir.

İnterneti çok fazla kullanan öğrenciler çevrimiçi aktiviteleri uykuya tercih etmektedirler. En az bir çalışmada uyku yüksek kullanıcıları düşük kullanıcılardan ayırt eden tek yapıdır (Anderson, 2001). Birçok öğrenci derslerini ya da sınavlarını kaçırarak kadar -kalacaklarını bilseler bile- internetle meşgul hale gelmişlerdir (Chou, 2001; Tsai ve Lin, 2003: Akt. Yellowlees ve Marks, 2007).

İnternet bazlı anketlerine katılan 308 internet kullanıcısının değerlendirilmesi sonucu Lavoie ve Pychyl, katılanların %50'sinin interneti sık sık erteleme/oyalanma için kullandığını ve internette geçirdikleri zamanın %47'sini oyalanma şeklinde geçirdiklerini ortaya koymuştur (Lavoie ve Pychyl, 2001) Ayrıca interneti oyalanma/erteleme için kullanmak ile interneti stresi azaltan eğlendirici bir araç olarak görme arasında sağlam bir ilişki vardır (Lavoie ve Pychyl, 2001). Bu eylemin işyerinde yapılmasına 'siberkaytarma' denmektedir ve bir iş yerinde bir kaç eleman tarafından belli bir süre boyunca bu davranış görüldüğünde sonuç üretkenlikte ciddi miktarda düşüştür (Greenfield, 1999: Akt. Davis, Flett ve Besser, 2002).

Pratarelli ve çalışma arkadaşları 74 maddelik bir anket kullanarak internet kullanımını tanımlayan dört faktör tespit etmişlerdir. Bunlar: internet bağımlılığı, internet kullanımı, cinsel faktör ve internet-bilgisayar kullanımının problemlili olmayan hali (Pratarelli ve Browne, 2002; Pratarelli, Browne ve Johnson, 1999). Ayrıca Beard (2005: Akt. Caplan, 2002) pek çok araştırmada kullanılan yayınlanmamış bazı araçlara ve ölçek niteliği taşımayan 'ad hoc' soru serilerine dikkat çeker (bknz. Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Yuen ve Lavin, 2004).

Balcı ve Ayhan'ın (2007: Akt. Şahin, 2009) internetin kullanım özellikleri ve alışkanlıklarımız üzerindeki yaptıkları çalışma sonucunda internet kullanımında etkili olan 6 faktör önem sırasına göre şöyle sıralanmıştır: sosyal kaçış, bilgilenme, boş zamanları değerlendirme, ekonomik fayda, sosyal etkileşim ve eğlencedir. Katılımcıların ne zamandan beri internet kullandığı, internet kullanma becerisi, haftalık/günlük internet kullanım süresi, internete duydukları güven, cinsiyet ve aylık harcama miktarı internet kullanım ve doyum motivasyonlarına verilen önem düzeyini etkileyen en temel değişkenler olarak tespit edilmiştir.

Literatür internetin aşırı oranda kullanımının okul, aile, sağlık ve iş gibi alanlarda sorunlara yol açabildiğine ve aşırı internet kullanımının uyku ve çalışma zamanının kaybı gibi sosyal ya da kişisel işlevleri aksatabileceğine işaret etmektedir (Tsai ve Lin, 2003). Gerçekte bazı insanlar bu teknolojiyi kullanırken kendilerini kontrol edememektedirler. Bu da onların

mesleki ve kişisel ilişkilerini tehlikeye atabilmektedir (Beard, 2002: Akt. Kesici ve Şahin, 2009).

Problemlerli internet kullanımına yatkın olan insanlar, özellikle dürtü kontrolünde problemi olan ya da bağımlılık bozuklukları olanlar interneti problemlerli bir biçimde kullanma riski taşıyor görünmektedirler. Bu bulgunun bireysel ve sosyal anlamlarının yanında bu davranış iş ortamı için önemli anlamlar içermektedir. Bu durum internet kullanımı kurallarını (ya da politikalarını-yasalarını) kullanmayan şirketlerde üretkenlik kaybı ile sonuçlanabilir (Yellowlees ve Marks, 2007).

Aşırı internet kullanımı, aile ve eş ilişkileri ile aile içi iletişimi olumsuz yönde etkiler. Bu bağlamda yalnızlık ölçütlerinde internet bağımlılarının daha yüksek puan aldıkları kanıtlanmıştır (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Nalwa ve Anand, 2003; Whang, Lee, ve Chang, 2003) ve yüzyüze görüşmelerde daha içedönük (Koch ve Pratarelli, 2004) ve utangaç oldukları gözlemlenmiştir (Chak ve Leung, 2004; Yuen ve Lavin, 2004). Ayrıca düşük özgüven (Armstrong, Phillips, ve Saling, 2000) ve ağır depresyon gözlemlenmiştir (Whang et al., 2003; Young ve Rodgers, 1998). Psikiyatrik bozukluklar, özellikle kaygı ve mizaç bozukluğu internet bağımlıları arasında daha sık görülmektedir ve madde kullanım bozuklukları da genelde internet bağımlılarında hastalığa eşlik eden durum olarak çıkmaktadır (Bai, Lin ve Chen, 2001; Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla ve McElroy, 2000: Akt. Demetrovics, Szeredi ve Rozsa, 2008).

Erişilebilir kanıtlar problemlerli internet kullanımı ile psikososyal değişkenler (örn. Depresyon ve sosyal yalıtım) ve iş ve evdeki olumsuz sonuçlar arasında bir bağ olduğuna işaret etmektedir (Kraut ve diğerleri, 1998; Sanders ve diğerleri, 2000; Young ve Rogers, 1998: Akt. Caplan, 2002). Yine de internet kullanımının bazı fonksiyonel olmayan kullanımının varlığına dair kanıtın olmasına rağmen bu alandaki araştırma göreceli olarak az gelişmiştir. Bunu temel nedeni problemlerli internet kullanımının psikososyal iyi oluş ve iş ve evdeki olumsuz sonuçlar ile nasıl bağlantılı olduğunu açıklayan test edilebilir teorilerin eksik olmasıdır.

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışma (National on campus report, 1996) okuldan atılmayla internet kullanımı arasında bir bağlantı olduğunu ortaya koymuştur. Diğer bir çalışmaya (Kraut ve ark, 1998) göre uzun süreli internet kullanımı sosyal etkileşimde düşüşe ve depresyonda artışa neden olmaktadır. Aynı çalışma göstermiştir ki internet kullanımı diğer sosyal aktivitelerin yerine konulabilmektedir (Anderson, 2001).

Pek çok araştırmaya göre internet kişinin sosyal ağını geliştirmek için tek başına yaptığı bir eylemdir (Kraut, Patterson ve Lundmark, 1998). Ancak sonuçta problematik internet kullanıcıları kendilerini bir anda yalnız ve insan etkileşiminden uzak kalmış halde bulurlar (Wastlund, Norlander, Archer, et al. 2001). Bazı kişiler tarafından internet sosyal etkileşimden uzak durmak için bilinçli olarak da kullanılabilir. Yani internete tehditkar sosyal etkileşimlere karşı bir tampon görevi yüklenir (Wallace, 1999: Akt. Davis, Flett ve Besser, 2002).

Problemlili internet kullanımı her yaş grubunda, sosyal, ekonomik ve eğitim seviyesindeki kişilerde görülebilir (Young, 1998). Young'ın (Young, 1995, 1996, 1998, 1998) problemlili internet kullanımı kriterini karşılayan bağımlılar kendi karakterlerini cesur, dışadönük, açık fikirli ve iddialı olarak tanımlamışlardır. Çoğu internet kullanıcısının depresif, yalnız, kaygılı ve özgüven seviyelerinin düşük olduğu bildirilmiştir. Gözlenen diğer ortak karakteristikler zekalarıyla gösteriş yapma ve entelleştirme diye tanımlanan savunma mekanizmasıdır (Shotton, 1989; Pocius, 1991: Akt. Beard ve Wolf, 2001).

Bazı yalnız kişiler interneti bir kaçış noktası olarak görmektedir, interneti yalnızlıkla ilişkili olumsuz hisleri ve stresi azaltmak için kullanırlar (Booth, 2000). İnternet ayrıca yalnızlığı körükleyebilir de. Potansiyel olumlu etkilerine karşın, yalnız kişiler aşırı internet kullanımı nedeniyle doğabilecek mesleki, akademik ve sosyal sorunlara karşı daha açıktır. (Loytskert ve Aiello, 1997; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Young, 1998: Akt. Morahan-Martin ve Schumacher, 2003).

İnternetin anonim oluşunun verdiği güven hissi bazı öğrencilerin daha az risk içerdiğini düşündükleri sanal ilişkiler kurmalarına olanak sağlar (Turkle, 1995: Akt. Anderson, 2001). Bu ilk bakışta bir sosyal ilişki kurmak için etkili bir yol gibi gözükabilir. Fakat kişinin hayatında karşılaştığı problemler çoğunlukla 'internet kimliği'nde de ortaya çıkar.

Morahan-Martin ve Schumacher (2003) ait olan yalnız ve yalnız olmayan kişiler ile internet kullanımları ve internetin sosyal etkileşimleri üzerinde etkilerinin karşılaştırıldığı çalışmada, yalnız kişiler internette daha fazla zaman geçirmeye, malleşmeye ve interneti duygusal destek almak için kullanmaya diğerlerine kıyasla daha yatkındır. Yalnız insanların internetteki iletişimi yüz yüze iletişime tercih ettikleri, internet iletişimindeki anonimlikten hoşlandıkları ve diğerlerinden daha fazla gizlilik ihtiyacı duydukları belirtilmiştir. Yalnız kişilerin olumlu sosyal davranış gösterdikleri ve rol yaptıkları tahmin edilmektedir. Bu da

online arkadaşlıklar kurma ve online arkadaşlıklardan keyif almayla sonlanır. Ayrıca yalnız kişiler, yalnız olmayanlara kıyasla online ortamda daha kendileri gibi hissetmektedir. Yalnız insanlar, yalnız olmayanların aksine, internet kullanımını yalnızlıktan ileri gelen kötü ruh halini değiştirmek için kullanır. Son olarak, yalnız insanlar internet kullanımının yol açtığı günlük hayattaki işleyiş problemlerini yalnız olmayanlara kıyasla daha çok tecrübe etmektedir.

Online bir ortamda, her bir kişinin ruh hali ve sosyal etkileşim becerisi birebir olunan durumlardan daha önemli hale gelir (McKenna ve Bargh, 2000). Depresif semptomlar gösteren gençler genelde sosyal ipuçlarını yakalamakta ve akranlarıyla klasik bir ortamda etkileşime geçmekte güçlük çekerler (Kazdin ve Marciano, 1998: Akt. Ybarra, 2004). Depresif semptomlar gösteren genç insanlar bu sebeple birebir hayatta başkalarının söylediklerini anlama ve karşılık verme ile karşılaştırıldığında online ortamda daha da dezavantajlı durumdadırlar. İnternetin anonimliğinden yararlanarak bu durumdan fayda sağlayan kişilerin kurbanlarına yardım etmek için bazı web siteleri (<http://www.cyberangels.org>: Akt. Anderson, 2001) kurulmuştur.

İnternette taciz ve depresyon semptomatolojisinin arasındaki ilişkiyi saptamak için, gözlemlenen ilişkinin her iki tarafta da bulunan bir faktör olduğunun altını çizmek gerekir. Örneğin akran çekişmeleri, sosyal desteğin olmaması ve düşük sosyal beceriler hem depresyon semptomatolojisi (Golding ve Lipton, 1990; Schraedley, Gotlip ve Hayward, 1999) gösteren gençlerde hem de zorbalığa (Haynie, Nansel, Eitel, ve ark. 2001; Boulton ve Underwood, 1992; Slee ve Rigby, 1993: Akt. Ybarra, 2004) maruz kalanlarda gözlemlenmektedir. Öyleyse sosyal desteğin olmaması depresyon semptomatolojisiyle ilişkili olduğu gibi aynı zamanda internetteki tacize açık hedef haline gelme olasılığını da artırır. Karşılıklı iletişimin olduğu Metin2 gibi interaktif oyunlar, haber grupları ve e-posta uygulamaları kötüye kullanıma daha müsaittir (Griffiths, 1997; Young, 1996, 1997, 1998: Akt. Beard ve Wolf, 2001).

Ybarra'nın (2004) 10-17 yaş arası gençlerde yürüttüğü araştırma sonuçlarına göre, orta düzeyde depresyon semptomatolojisi gösteren ya da hiç depresyon semptomatolojisi göstermeyenlere kıyasla ağır depresyon semptomatolojisi gösteren gençlerin raporlarında bildirilen internetteki taciz durumu geçen yılın 3 katıdır (OR: 3.38, CI: 1.78, 6.45). Kızlar ve erkekler ayrı ayrı değerlendirmeye alındığında, aynı zamanda DSM-IV ağır depresyon semptomları da gösteren erkeklerin internetteki taciz raporlarının oranı, orta düzeyde depresyon semptomatolojisi gösteren ya da hiç

depresyon semptomatolojisi göstermeyen erkeklerin üç katıdır (OR: 3.64, CI: 1.16,11.39). Benzer bir durum kızlarda görülmemiştir. Fakat genç insanların olumsuz internet deneyimlerine tepki olarak mı depresyon semptomları gösterdiği, yoksa semptomatolojinin mi akabinde gelen olumsuz olaylara yol açtığı bağlamında olayların zamansallığı üzerinde durmalıdır.

Bazı araştırmalar, ergenlerin düşük benlik saygısı ve diğer uyum problemleri ile başa çıkma stratejisi olarak sağlıksız/problemlili internet kullanım davranışı sergilediğini ortaya koymaktadır (Lin ve Tsai, 2002). Özellikle okulda çok fazla arkadaşı olmayan, yalnızlık duyguları ve sosyal kaygısı olan çocuklarda yabancılarla etkileşimde bulunmaya yönelik bir eğilim olduğuna ilişkin bulgular bulunmaktadır (Gross ve ark. 2002: Akt. Ceyhan, 2008a).

Problemlili İnternet Kullanımı, Patolojik İnternet Kullanımı, İnternet Bağımlılığı Bozukluğu: Adlandırmadaki Farklılıklar

Son zamanlarda pek çok araştırmacı ve klinisyen bazı kişilerin İnternet Bağımlılığı (Anderson, 2001; Brenner, 1997; Davis, Smith, Rodrigue ve Pulvers, 1999; Goldberg, 1997; Young, 1996, 1998) ya da Patolojik İnternet Kullanımından muzdarip olacağını (Davis, 2001a; Davis, Flett ve Besser, 2002; Holmes, 1997: Akt. DiNicola, 2004) belirtmiştir. İnsanların uyuşturucu ya da patolojik kumar oynama gibi internete de bağımlı hale gelebilecekleri düşüncesi ciddi tartışmaları ve çatışmaları beraberinde getirmiştir. Ayrıca bu alanda yapılacak çalışmaları da körüklemiştir.

Bağımlılık kavramı geleneksel olarak bir maddeye olan fiziksel bağımlılığı ifade etmede kullanılsa da problemlili internet kullanımı için de geçerlidir. Bu davranışı tanımlamada ‘internet bağımlılığı’ (Bai, Lin ve Chen, 2001; Mitchell, 2000; Shapira, Keck, Khosla ve McElroy, 2000; Young, 1998), ‘patolojik İnternet kullanımı’ (Davis, 2001) ve ‘problemlili internet kullanımı’nı (Davis, Flett ve Besser, 2002: Akt. Yellowlees ve Marks, 2007) içeren çeşitli terimler kullanılmıştır. Problemlili internet kullanımı bir önceki başlıkta ayrıntılı olarak ele alındığından bu bölümde tekrar ele alınmamıştır.

Patolojik İnternet Kullanımı

Morahan-Martin ve Schumacher’e (2000) göre ‘Patolojik İnternet Kullanımı’ ruh halindeki değişiklikler, hayattaki rollerimizin getirdiği sorumlulukları yerine getirmede başarısız olma, suçluluk ve pişmanlık gibi belli sayıda semptomu neden olan internet kullanımını tanımlar. Morahan-Martin ve Schumacher (2000) yaptıkları çalışmada patolojik

internet kullanımını 13 soruya verilen cevaplarla tespit etmişlerdir. Sonuçlar internet kullanımının akademik alanlarda, mesleki alanlarda ve ilişkilerde sorunlara, huzursuzluğa, düşkünlük semptomlarına ve ruh halinde değişikliklere neden olduğunu ortaya koymuştur. Öğrencilerin neredeyse çeyreği (%27.2) semptom görülmeyen (SG) olarak bildirilirken %64.7'si 1 ile 3 arası semptom göstermiştir (Sınırlı Semptom) ve %8.1'inde de dört ya da daha fazla semptom (PİK) olduğu bildirilmiştir. Ayrıca patolojik kullanıcıların daha çok erkekler olduğu ve teknolojik bakımdan sofistike sitelere girip online oyunlar oynadıkları fakat internet bağlantılı sohbet kullanımında cinsiyet açısından bir farklılık olmadığı görülmüştür. Ayrıca bu çalışmada, internet kullanım örüntüleri üç alanda toplanmıştır: bağımlıların kullandığı belli başlı internet sayfaları, kullanım nedenleri ve internet kullanımıyla ilişkilendirilen tavır ve davranışlar.

Patolojik internet kullanımının operasyonel tanımları ve patolojik internet kullanımı üzerine yapılmış araştırmalar üzerinde ortak bir karara varılamamış olursa da bu bozukluğun pek çok operasyonel tanımı Amerikan Psikiyatri Derneği'nin hazırladığı DSM-IV'teki (2000) Dürtü Kontrol Bozukluğu kriterlerini karşılamaktadır (Anderson, 2001; Beard ve Wolf, 2001; Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla ve McElroy, 1999; Young, 1998). DSM-IV-TR'deki dürtü kontrol bozukluğundan muzdarip bir kişinin teşhisinde geçerli olan, literatüre dayanan dokuz kriter şunlardır (Anderson, 2001; Armstrong ve ark., 2000; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Scherer, 1997; Young ve Rogers, 1998: Akt. DiNicola, 2004):

- (a) Zihnin internet ya da internetle bağlantılı bir aktiviteyle meşgul olması,
- (b) Arzulanan heyecanı hissedebilmek için internette gitgite daha fazla zaman harcama anlamında tolerans,
- (c) Sürekli tekrar eden internet kullanımını kontrol altına alma, azaltma, kesme ya da belli bir içerikten kaçınma girişimleri,
- (d) İnternet kullanımını azaltma ya da kesme girişimlerinde gözlenen huzursuzluk ve asabiyet gibi yoksunluk semptomları,
- (e) İnterneti, hoşça gitmeyen duygudurumunu geçiştirmek ya da problemlerden kaçmak için bir araç olarak kullanmak,
- (f) İnternette geçirilen zaman hakkında aile üyelerine, belirli kimselere, iş verene ya da terapisteye yalan söylemek,

(g) Online ortamda yasal olmayan eylemlerde bulunmak (bilgisayar ağlarını hacklemek, dosyaları yasadışı yollarla kopyalamak, yasal olmayan içerikleri indirmek, vb.),

(h) İnternette zaman geçirmek için belli bir ilişkiyi, işi ya da bir eğitim fırsatını tehlikeye atmak ya da kaçırmak,

(i) İnternette geçirilen zaman ya da internette yapılan bir aktivite dolayısıyla suçluluk hissetmek.

İnternet Bağımlılığı

Son zamanlardaki raporlar online kullanıcıların, başkalarının uyuşturucuya, alkole ya da kumara olduğu gibi internete bağımlı hale geldiklerini ve bunun da akademik başarısızlıkla (Brady, 1996; Murphey, 1996), iş performanstaki azalmayla (Robert Half International, 1996) hatta evlilik sorunları ve ayrılıklarla (Quittner, 1997) sonuçlandığını göstermektedir. Davranışsal bağımlılıklar üzerine olan klinik araştırmalar kompulsif kumar oynama (Mobilia, 1993), aşırı yeme (Lesieur ve Blume, 1993) ve kompulsif cinsel davranış (Goodman, 1993) üzerine odaklanmıştır. Benzer bağımlılık modelleri aşırı teknoloji kullanımı (Griffiths, 1996), bilgisayar bağımlılığı (Shotton, 1991), aşırı televizyon izleme (Kubey ve Csikszentmihalyi, 1990; McIlwraith ve diğerleri, 1991) ve obsesif video oyunu oynamaya (Keepers, 1991: Akt. Young, 1996) uyarlanmıştır.

Young (1998: Akt. DiNicola, 2004) internet bağımlılığını tanımlamak için oluşturduğu modelde DSM-IV'ün patolojik kumar oynama tanımını kullanarak bir çalışma yapmıştır. Çalışmanın amacı, internet kullanımının bağımlılık yaratıp yaratmayacağını araştırmak ve internetin aşırı kullanımıyla ortaya çıkan problemlerin ciddiyetini tespit etmektir. Hem patolojik kumar oynama hem de internet bağımlılığı yabancı madde kullanımının olmadığı dürtü kontrol bozukluğu olarak tanımlanabilir. Çalışmada DSM-IV'ün patolojik kumar oynama kriterlerinin onundan sekizi kullanılmıştır. Bunun ardından gelen çalışmalar (Davis, Flett ve Besser, 2002; Caplan, 2002; Kubey ve Lavin, 2001; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000) ve yorumlar (Beard ve Wolf, 2001; Davis, 2001a; Griffiths, 1998; Holmes, 1997; Shaffer, 2002), Young'ın (1998) tekniklerine ve bulgularına karşı çıksa da, Young'ın çalışmaları ileriki dönemlerde yapılan PİK araştırmalarında temel alınmıştır.

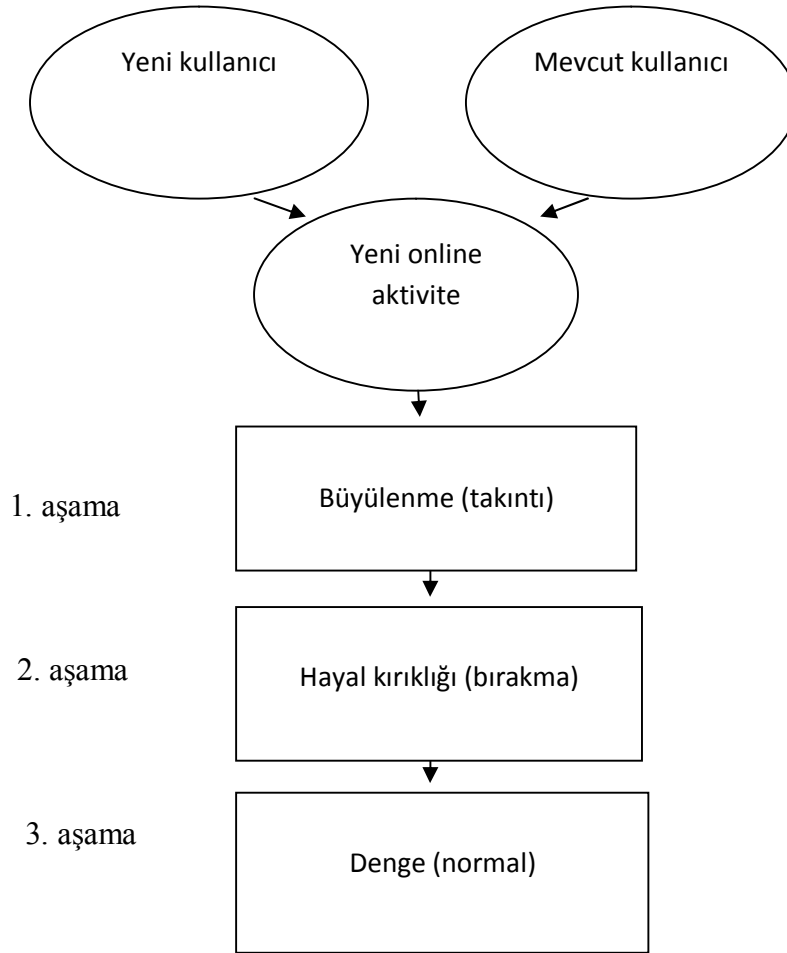
Young'ın İnternet Bağımlılığı Modeli

Young'ın (1996) kriterlerinin beş ya da daha fazlasına 'evet' cevabı veren katılımcılara internet kullanım bağımlısı (Bağımlılar) teşhisi konulurken geriye kalanlar normal internet kullanıcısı (Bağımlı Olmayanlar) olarak sınıflandırılmıştır. Young (1998: Akt. Beard ve Wolf, 2001) ayrıca kompulsif kumar oynama ve alkol problemi için kullanılan kriterleri baz alarak 'İnternet Bağımlılık Testi' adında 20 maddelik bir anket hazırlamıştır. Young'ın (1996) internet bağımlılığı için geliştirilen tanı ölçütleri aşağıdaki gibidir:

1. Zihniniz sürekli internetle mi meşgul?
2. Tatmin noktasına ulaşmak için internette gitgide daha fazla zaman geçirme ihtiyacı duyuyor musunuz?
3. İnternet kullanımını kontrol etmek, azaltmak ya da kesmek için başarısız girişimlerde buldunuz mu?
4. İnternet kullanımını azaltmaya ya da kesmeye çalışırken, huzursuz, dalgın, depresif ya da aksi oluyor musunuz?
5. Planladığınızdan daha uzun süre çevrimiçi kalıyor musunuz?
6. İnternet yüzünden önemli bir ilişkiyi, işi ya da eğitim/iş fırsatını kaçırdınız ya da tehlikeye attınız mı?
7. İnternette geçirdiğiniz zaman hakkında aile üyelerine, terapisteye ya da diğer kişilere yalan söylediniz mi?
8. İnterneti hoş gitmeyen duygudurumu (çaresizlik, suçluluk, kaygı, depresyon, vb. hissi) geçirmek ya da problemlerden kaçmak için kullanıyor musunuz?

Grohol'ün Üç Aşamalı PİK Modeli

Şekil 1. Grohol'ün (Akt. DiNicola, 2004) Patolojik İnternet Kullanım Modeli



Grohol'a (1999: Akt. DiNicola, 2004) göre PİK, hem yeni hem de mevcut internet kullanıcılarında basit üç aşamalı bir gelişim süreci izler (bkz. Şekil 2). Birinci aşamada kişi, internetteki yeni bir uygulama ya da teknoloji karşısında “büyülenir”. Yeni aktivite karşısındaki bu büyülenme ya da saplantı aşırı internet kullanımına neden olur ve bu durum bağımlı ikinici aşamaya geçene dek devam eder. İkinci aşamada, online kullanıcı, aşırı kullanım nedeniyle yeni teknoloji karşısında hayal kırıklığına uğrar hatta sıkılır ve bırakır. Bu dönem, bağımlı üçüncü aşamaya geçene dek devam eder. Üçüncü aşamada, kullanıcı dengeyi sağlar ve teknolojiyi, hayatının diğer alanlarındaki işleyişi etkilemeyecek şekilde “normal” bir seviyede kullanmaya başlar.

Griffiths'in İnternet Bağımlılığı Modeli

Griffiths (1998: Akt. Beard ve Wolf, 2001), DSM-IV kriterlerini internet bağımlılığını teşhis etmek için nasıl adapte ettiğini açıklamıştır. İnternet bağımlılığı teşhisi koymak için gözden geçirilmesi gereken yedi alan vardır. Eğer kişi bu alanlardan üç ya da dördüne uyuyorsa kişiye internet bağımlısı teşhisi koyulur. İlk alan internet kullanımına düşkünlüğü değerlendirir. İkinci alan kişinin interneti planlanandan daha fazla kullanıp kullanmadığını değerlendirir. Üçüncü alan kişinin daha fazla online olmayı gerektiren uygulamalara çok zaman harcayıp harcamadığı ile ilgilidir. Dördüncüsü kişinin internette zaman geçirmek için vazgeçtiği mesleki, sosyal aktiviteler ile dinlenme vakitlerini belirler. Beşinci alan, işte, okulda ya da ailede problemlere yol açmasına rağmen internetin ısrarla kullanmaya devam edilip edilmediğini belirler. Altıncı alan kişinin internette geçirdiği zamanı kıstak için giriştiği başarısız denemelerini ya da böyle bir girşiminin olup olmadığını tespit eder. Ve son olarak da yoksunluk değerlendirilir.

Goldberg'in İnternet Bağımlılığı Teorisi

Dr. Ivan Goldberg (1996), internet bağımlılığı bozukluğu terimini ilk kullanan kişidir. Goldberg'in kullandığı orjinal terim Patolojik Bilgisayar Kullanımı Bozukluğudur. Goldberg (1996: Akt. DiNicola, 2004), internet bağımlılığı terimini ilk olarak online bir forumda kullanmıştır. Goldberg daha sonra internette çok fazla zaman harcayan ve bunun sonucunda pek çok olumsuzluk yaşayan kişiler için internet bağımlılığını değil, patolojik internet kullanımı ifadesini daha uygun bulmuştur.

Goldberg'in 'on iki aylık bir dönem içinde herhangi bir zaman ortaya çıkan, belirtilen kriterlerin üçü veya daha fazlasıyla kendini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulmaya ya da sıkıntıya yol açan uygunsuz internet kullanımı' olarak tanımladığı internet bağımlılığı için geliştirdiği tanı ölçütleri aşağıda ki gibidir (Akt. Öztürk ve ark., 2007):

1. Aşağıdakilerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi
 - a. İstenen keyfin alınabilmesi için belirgin olarak artmış internet kullanım süresi
 - b. Sürekli olarak aynı sürelerde internet kullanımı ile alınan keyifte azalma olması
2. Aşağıda tanımlanan şekilde yoksunluk gelişimi
 - a. Psikomotor ajitasyon
 - b. Bunaltı
 - c. İnternette neler olduğu hakkında takıntılı düşünceler
 - d. İnternet hakkında fantaziler ve hayal kurma
 - e. İsteyerek ya da istemeyerek tuşlara basma hareketi yapma

- f. Bu sıkıntılı durumlardan kurtulmak için internete veya benzeri servislere bağlanma
3. İnternet kullanımını genellikle planlandığından daha uzun süre alır
 4. İnternet kullanımını bırakmak veya denetim altına almak için sürekli bir istek veya boşa çıkan çabalar vardır
 5. İnternet ile ilgili eylemlere çok uzun süreler ayrılır (kitap almak, yeni web tarayıcıları ve programları denemek, dosyaları düzenlemek vb.)
 6. İnternet kullanımını nedeniyle önemli toplumsal mesleki etkinlikler veya boş zamanları değerlendirme etkinlikleri bırakılır veya azaltılır
 7. İnternet kullanımını, yol açtığı sorunlara (uykusuzluk, evlilik problemleri, işe ve randevulara geç kalma vb.) rağmen aşırı olarak devam eder.

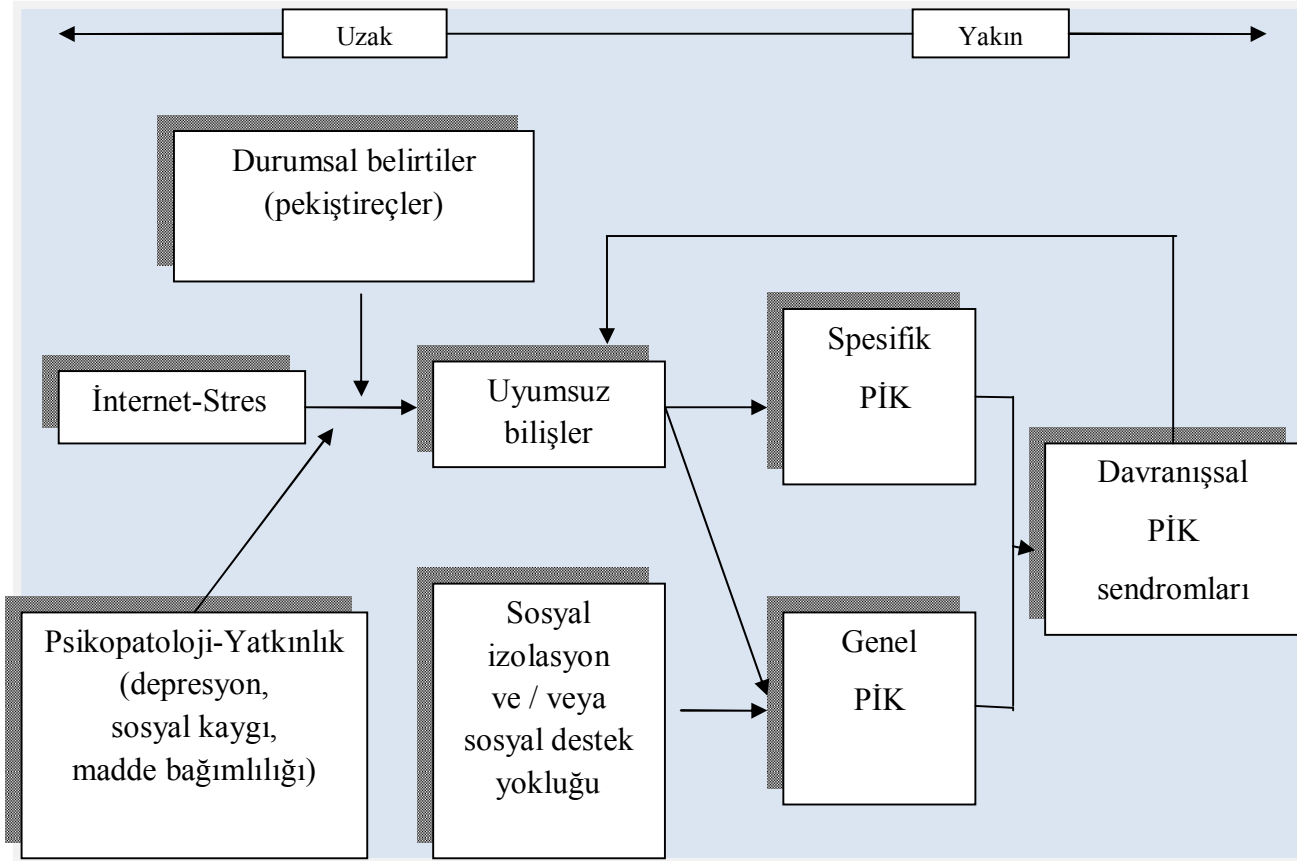
Davis'in Bilişsel-Davranışsal PİK Modeli

Davis (2001) diğer teorilerden yani 'kişinin bilişleri anormal davranışın temel sebebidir' teorisinden yola çıkarak oluşturduğu modelinde hem patolojik internet kullanımının ortaya çıkışını hem de nasıl sürdüğünü tanımlamıştır. Genelde patolojik internet kullanımını semptomlarının en belirginini duyuşsal ya da davranışsal semptomlar olarak görülürken Davis bu durumun tersine daha ziyade PİK'in bilişsel semptomlarının çoğu zaman duyuşsal ve davranışsal semptomlara zemin hazırlayıp yol açabileceğini öngörmüştür. Bu sebeple önceki araştırmalar davranışsal unsurlara (Young, 1996) ve günlük hayattaki olumsuzluklara (Davis, Smith, Rodrigue ve Pulvers, 1999) odaklanırken bu makalesi PİK ile ilişkilendirilen uyumsuz bilişler üzerinde durmaktadır. Depresyonun bilişsel teorileri de benzer varsayımlara dayanır (Beck, 1976). Bilişsel semptomlar arasında dalgın düşünce tarzı, özbilinç hissi, düşük benlik saygısı, depresyona yatkın düşünce tarzı, düşük özsaygı ve sosyal kaygı bulunur.

Davis (2000: Akt. DiNicola, 2004) daha sonra modelini spesifik ve genel olmak üzere iki tür PİK olduğunu söyleyerek netleştirmiştir. Spesifik patolojik internet kullanımı, internetin belli bir işlevine bağımlı olan kişiler için kullanılır. Spesifik patolojik kullanım, internetin online seks materyalleri/hizmetleri, online açıkarttırma servisleri, online stok takibi ve online kumar oyunları için aşırı kullanımınıdır. Bu tür patolojik internet kullanımının içerik-merkezli olduğu ileri sürülebilir ve internetin yokluğunda da ortaya çıkacaktır. Spesifik PİK internetin yalnızca bir açısıyla ilgilidir ve internetin farklı işlevlerinden tamamıyla bağımsız olarak ortaya çıkmaktadır. Genel patolojik internet kullanımı, interneti aşırı kullanmanın genel, çok boyutlu halidir. Genel PİK durumundaki bir kişi internette genelde belli bir amaç

olmaksızın vakit geçirecektir. Genel patolojik kullanımı sohbet odalarının aşırı kullanımı, anında meseleşme, online oyunlar ve e-posta kullanımını kapsar. Genel PİK'in internetin sosyal boyutuyla ilişkili olduğu yönünde bir varsayım bulunmaktadır.

Şekil 2. Davis'in (2000) Bilişsel-Davranışsal Patolojik İnternet Kullanım Modeli (PİK)



Davis (2000), PİK'in nedeninin, fonksiyonel olmayan tepkileri güçlendiren ya da koruyan davranışlarla eşleşen uyumsuz bilişler olduğu görüşünü baz alarak oluşturduğu modelde (bkz. Şekil 2), PİK'in nedenleri yakından uzağa giden nedenbilimsel bir zincire oturtulmuştur. Uzak nedenler problemin başlangıcına yakındır. Yakın nedenler ise zincirin sonlarında bulunur. Davis (2000), PİK'in uzak-yardımcı nedenlerini açıklamak için bir stres-yatkınlık çerçevesi kullanır. Stres-Yatkınlık Çerçevesi: fonksiyonel olmayan davranış zaten mevcut olan zayıflığın (yatkınlık) ve hayat tecrübesinin (stres) sonucudur. Bilişsel-Davranışsal Model, hali hazırda mevcut olan patolojinin kişiyi PİK'e yatkın hale getireceğini savunur. Uyumsuz bilişler bozukluğun yakın nedenleridir ve PİK semptomlarının oluşumu için yeterlidirler. Davis (2000: Akt. DiNicola) bu bilişleri iki ana gruba ayırır: kişinin kendi hakkında düşünceleri ve dünya hakkında düşünceleri.

Terminolojinin kullanımı tabi ki ardında yatan kavramla ilgilidir. *İnternet bağımlılığı* ve *patolojik internet kullanımı* gibi terimler örtük biçimde bu olayın DSM-IV'te listelenmiş mental bozukluklardan bağımsız ve özgün bir psikiyatrik bozukluk olarak değerlendirilmesi gerektiğini belirtir. Erken dönem açıklamalarda, madde kullanım bozukluğu, dürtü kontrol bozuklukları ve özellikle patolojik kumar oynamadan hangisinin internet bağımlılığının başlangıç noktası olduğu konusundaki görüşler değişkenlik gösterse de bu yaklaşım baskındır. Daha sonraki zamanlarda, kısmen internet bağımlılığının ayrı bir bozukluk olup olmadığı konusundaki tartışmaların (Griffiths, 2000; Mitchell, 2000; Morahan-Martin, 2005; Treuer, Fábíán ve Füredi, 2001: Akt. Demetrovics, Szeredi ve Rozsa, 2008) sonucunda *aşırı* ya da *problematik* internet kullanımı terimleri yaygınlık kazandı.

Sağlıklı İnternet Kullanımı

Saplantılı bir şekilde interneti düşünmek, düşkünlük, isteği kontrol etmede dürtü kontrolünde azalma, internet kullanımının önüne geçememek ve yoksunluk gibi semptomlar sağlıklı internet kullanımının karakteristikleri olarak geçmektedir (Young, 1999: Akt. Davis, 2001). İnternet bağımlısı olarak sınıflandırılan öğrenciler interneti sosyal işlevler ve sanal duygusal işlevler doğrultusunda diğerlerine göre daha fazla kullanmaktadırlar. Şayet insanlar interneti çeşitli alanlardaki ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla kullanırlarsa onu fonksiyonel olarak kullandıkları söylenebilir. İnsanlar internet kullanımını sosyal ilişkileri güçlendirme, eğitimsel amaçlar doğrultusunda bilgi toplama, boş zaman etkinlikleri, duygusal ihtiyaçları karşılama amacıyla yapılan etkinlikler, görevlerini başarma, bireysel gelişimlerini izleme gibi amaçlar doğrultusunda etkili bir biçimde kullanabilirler (Kesici ve Şahin, 2009).

İnterneti sağlıklı bir biçimde kullananlar ile kullanmayanlar arasında bazı farklılıklar bulunmuştur. İnternet bağımlısı olarak tanımlanan bireylerin aynı zamanda sohbet, oyunlar, alış-veriş gibi interaktif internet uygulamalarının çekimine daha kolay girdikleri, bağımlı olmayan internet kullanıcılarının ise interneti sadece elektronik posta gönderme ve bilgi araştırma amacıyla kullandıkları bulunmuştur (Whang ve ark., 2003; Young, 1998). Young 'internet bağımlısı' olarak belirtilen kullanıcıların yarısından fazlasının interneti bir yıldan az bir süredir kullanmakta olduklarını bulmuştur ki bu durum yeni kullanıcıların internet kullanımları ile ilgili problemleri davranış geliştirmeye daha meyilli olabileceklerine işaret etmektedir. Bu bulgular sonraki çalışmalar tarafından da desteklenmektedir (Kraut ve ark., 1998: Akt. Yellewees ve Marks, 2007). Bununla birlikte, Young'un katılımcılarından internet bağımlısı olmayanların üçte ikisinden fazlası bir yıldan uzun bir süredir internet

kullanılmaktadırlar. Bu sonuç, aşırı düzeyde internet kullanımının bireylerin büyük çoğunluğunda etkisini zamanla kaybettiğini gösterebilir.

Bireylerin birçoğu interneti hiçbir olumsuz sonuç olmadan kullanıp ondan yararlanırken bazı bireyler internetin olumsuz etkilerine maruz kalmaktadır. Psikologlar ve eğitimciler aşırı internet kullanımının olumsuz etkileri ve bununla bağlantılı fiziksel psikolojik problemlerin farkındadırlar. Önemli oranda internet kullanan kişiler genellikle akademik, ilişkisel, finansal ve mesleki zorluklarla birlikte fiziksel sakatlıklarla karşılaşmaktadırlar. Hatta bazı araştırmacılar internet kullanımını depresyon ve yalnızlık gibi psikolojik problemlerdeki artışla ilişkilendirmektedirler (Chen ve Peng, 2008). İlgili literatür internetin aşırı oranda kullanımının okul, aile, sağlık ve iş gibi alanlarda sorunlara yol açabildiğine ve aşırı internet kullanımının uyku ve çalışma zamanının kaybı gibi sosyal ya da kişisel işlevleri aksatabileceğine işaret etmektedir (Tsai ve Lin, 2003: Akt. Kesici ve Şahin, 2009).

Suler'a (1999) göre, 8 faktör incelenerek sağlıklı ve problematik internet kullanımı arasında ayırım yapılabilir. 'bir kişinin internete duyduğu tutku sağlıklı, patolojik olarak bağımlı kılıcı ya da ikisinin arasında bir yerde olabilir' (Suler, 1999: Akt. DiNicola, 2004). Kişinin internetle olan ilişkisinin doğasını tespit etmek için kullanılan 8 faktör şunlardır: 1. Çevrimiçi aktiviteyle ulaşılan ihtiyaçların türü ve sayısı, 2. Karşılanmamış ihtiyaçlar sonucu oluşan yoksunluk hissinin şiddeti, 3. Online aktivitenin türü, 4. İnternetin, kişinin günlük yaşantısındaki işleyişe etkisi, 5. Kişisel sıkıntılar, 6. İhtiyaçların farkında olma, 7. Deneyim ve katılım evresi, 8. Gerçeklik ve sanal gerçeklik arasındaki denge ve bütünleşme.

İnternet bağımlıları çoğunlukla sohbet odaları, çok kullanıcıli oyunlar (MUD'lar) ve haber grupları gibi internetin etkileşimsel işlevlerini kullanırken internet bağımlısı olmayan bireyler elektronik posta, dünya çapında ağ (WWW) ve bilgi edinme gibi etkileşimsel olmayan işlevleri kullanmaktadırlar (Widyanto ve McMurrin, 2004). İnternet bağımlıları internetin başında istediklerinden daha fazla zaman geçirirler ve interneti problemlerden kaçış ya da huzursuzluktan, yalnızlık duygusundan, suçluluktan, kaygı ve depresyondan kurtulmak için bir kurtuluş olarak görmektedirler (Beard ve Wolf, 2001). Dolayısıyla, internet bağımlıları belirtilen psikolojik ya da kişisel problemleri gösterebilirler: kısıtlı kişilerarası ilişkiler, duygudurum düzenlemede eksiklik, işsizlik ya da okul başarısızlığı, evliliğin sonlanması ve finansal açıklar (Lavanco, Catania, Milio ve Romano, 2008: Akt. Kesici ve Şahin, 2009).

Başka bir araştırma sonucunda belirtildiği gibi, internetin çok sık ve sağlıksız kullanımı bireyi yalnızlığa itebilir, sosyal ilişki ve hislerinin olumsuz etkilenmesine yol açabilir (Engelberg ve Sjoberg, 2004). Yine bir başka çalışmada, interneti sağlıklı ve etkili kullanmanın psikolojik olgunlukla ve öz-yeterlilikle ilişkili olduğu belirtilmiştir (Wang, 2001: Akt. Şahin, 2009). Tayvan'da üniversite öğrencileri üzerinde yapılan ulusal ankete göre, ağır internet kullanıcıları ya da yoğun biçimde internet kullananlar ve kullanmayanlar birçok boyutta anlamlı düzeyde farklılık göstermektedirler. İnterneti yoğun biçimde kullanmayanlar kullananlara göre üniversite yönetimindeki personel ile daha iyi ilişkiler kurmakta, daha iyi notlar almakta ve daha yüksek öğrenme doyumuna sahiptirler. İnterneti yoğun olarak kullananlar ise kullanmayanlara göre depresyona, fiziksel hastalıklara, yalnızlığa ve içe dönüklüğe daha yatkın çıkmışlardır (Chen ve Peng, 2008).

Whang, Lee ve Chang'ın (2003) Kore'de yürüttükleri çalışmada katılımcıların %3.5'i için İnternet Bağımlısı (İB) teşhisi koyulurken, %18.4'ü için Potansiyel İnternet Bağımlısı (PB) teşhisi koyuldu. İB olanlar, PB ve Bağımlı Olmayanlara (BO) kıyasla, gerçeklikten kaçmaya daha meyillidir. İş yerinde bunaldıklarında ya da sadece kötü hissettiklerinde bile, İB grubunda internete girme teşebbüsünde bulunulmuştur. Diğer gruplara kıyasla, İB grubunda daha yüksek seviye yalnızlık, kötü ruh hali ve kompulsiflik görülmüştür. İB grubunun kişilerarası tehlikeye karşı daha savunmasız oldukları ve yabancılara normal olmayan bir yakınlık gösterdikleri bildirilmiştir.

Kesici ve Şahin (2009) 384 üniversite öğrencisinde, internet bağımlılığı olan ve olmayan öğrencilerin internet kullanımlarını incelemiştir. Elde edilen sonuçlara göre, bağımlı olan grup interneti bağımlı olmayan gruba göre sosyal, eğlence ve sanal duygusal işlevler için daha sıklıkla kullanmışlardır. Ayrıca bağımlı grup internetin sanal duygusal işlevini bağımlı olmayan gruptan daha sık kullanmaktadır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni ve örneklemini, veri toplama araçları ile toplanan verilerin değerlendirilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemler üzerinde durulmuştur.

Araştırma Modeli

Araştırma, problemlili internet kullanım düzeyleri ile uyum düzeyi arasındaki ilişkinin incelendiği genel tarama modeline uygun olarak yürütülmüştür. Çalışmada problemlili internet kullanımına ilişkin internet'in olumsuz sonuçları, sosyal fayda/sosyal rahatlık, aşırı kullanım puanlarının cinsiyet, okul türü ve sınıf değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmıştır. Ayrıca ergenlerin problemlili internet kullanımları (internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda-sosyal rahatlık, aşırı kullanım) ile genel uyumları (anti sosyal davranış, öfke kontrol problemi, duygusal sıkıntılar ve olumlu benlik) arasında anlamlı düzeyde ilişkinin varlığı incelenmiştir.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Konya il merkezindeki ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini Konya il merkezindeki üç merkez ilçede (Meram, Selçuklu, Karatay) bulunan ortaöğretim kurumları arasından tesadüfi küme örnekleme yöntemi ile belirlenmiş olan liselerden seçilmiş, 14-19 yaş arasındaki ($\bar{x}= 16.11$, $ss=1.26$), 9, 10, 11 ve 12. sınıf öğrencilerinden 330'u kız 380'i erkek olmak üzere toplam 710 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklemi oluşturan ergenlerin okul türü ve sınıf değişkenine ilişkin bilgiler Tablo 1 ve Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 1: Okul türü ve cinsiyet değişkenine göre örneklemin dağılımı

		Kız	Erkek	Toplam
OKUL TÜRÜ	Anadolu Lisesi	92	85	177
	Genel Lise	164	204	368
	Meslek Lisesi	32	52	84
	İmam Hatip Lisesi	42	39	81
Toplam		330	380	710

Tablo 2: Okul türü ve sınıf değişkenine göre örneklemin dağılımı

		9.Sınıf	10.sınıf	11. Sınıf	12. Sınıf	Toplam
OKUL TÜRÜ	Anadolu Lisesi	55	48	51	23	177
	Genel Lise	83	95	99	91	368
	Meslek Lisesi	16	23	24	21	84
	İmam Hatip Lisesi	23	23	19	16	81
Toplam		177	189	193	151	710

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla Reynolds ergenler için uyum tarama envanteri, problemlili internet kullanım ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu örneklemini oluşturan öğrencilerin cinsiyet, sınıf, okul türü, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, gelir durumu, günlük internet kullanım süresi, internet için harcanan günlük harçlık miktarı gibi değişkenleri belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği (PİKÖ)

Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan (2007) tarafından geliştirilen ‘‘ Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği’’ bireylerin problemlili internet kullanımını davranışlarını belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Ölçek: 1.İnternet’in olumsuz sonuçları, 2. Sosyal fayda/sosyal rahatlık, 3. Aşırı kullanım olmak üzere üç faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin internet’te geçirilen zamana ve kendisini internet bağımlısı olarak algılama durumuna göre bireylerin problemlili internet kullanım davranışlarını ayırt edebildiği bulunmuştur. Ölçekte ‘tamamen uygun, oldukça uygun,biraz uygun, nadiren uygun, hiç uygun değil’ şeklinde 5 li likert ölçeği kullanılmıştır. Bireyler ölçekteki ifadeleri kendi durumlarına uygunluk derecesine göre belirtmişlerdir. 33 maddeden oluşan ölçekten en düşük 33 en yüksek 165 puan alınabilir. Ölçekten alınabilecek yüksek puanlar, bireylerin internet kullanımlarının sağlıksızlaştığının, internet’in yaşamlarını olumsuz bir şekilde etkilediğinin ve bağımlılık gibi bir patolojiye eğilim oluşturabileceğinin işareti olarak değerlendirilebilir. Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan (2007) tarafından geliştirilen PİKÖ’nün geçerlik ve güvenirlik çalışmaları aşağıdaki gibi açıklanmıştır.

PİKÖ'nün Geçerlik Çalışmaları:

Yapı geçerliğini belirlemeye yönelik yapılan çalışmalar sonucunda, ölçeğin üç faktörden oluştuğu tespit edilmiştir. 1. faktör tek başına varyansın %23.36 sını, 2. faktör tek başına varyansız 14.62 sini, 3. faktör ise tek başına varyansın %8.98 ini açıklamıştır.

Ölçütlere dayalı geçerliği belirlemeye yönelik yapılan çalışmalarda, interneti 0-2 saat, 3-6 saat, 7-10 saat, 11-20 saat, 21-40 saat ve 41 ve daha fazla kullanan gruplar arasındaki tüm olası ikili karşılaştırma sonuçları önemli çıkmıştır ($p<.05$). Böylece, ayırt ediciliğin bir göstergesi olarak haftada ortalama interneti kullanma süresi açısından gruplar arasında önemli bir farklılık ortaya çıkmıştır. İnternette daha çok zaman geçirenlerin daha fazla problemlerle internet kullanımına sahip olduğu belirlenmiştir.

Yapılan benzer ölçekler geçerliliği çalışmaları sonucunda, PİKO ile benzer ölçek olan İnternette Bilişsel Durum Ölçeği ve Beck Depresyon Envanteri, UCLA Yalnızlık Ölçeği arasında önemli bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ancak PİKÖ ile Algılanan Sosyal Destek arasında önemli bir ilişki bulunmamıştır.

PİKÖ'nün Güvenirlik Çalışmaları:

İç tutarlılığı belirlemeye yönelik yapılan çalışmalar sonucunda ölçeği oluşturan üç faktörün iç tutarlılık kat sayısı ise 1. faktör (internet'in olumsuz sonuçları) için 0.94, 2. faktör (sosyal fayda/sosyal rahatlık) için 0.85 ve 3. faktör (aşırı kullanım süresi) için 0.75 olarak elde edilmiştir. Bu sonuçlar, PİKÖ'nün iç tutarlılığının oldukça yüksek ve güvenilir olduğuna işaret etmektedir.

Madde toplam puan güvenirliliğini belirlemeye yönelik yapılan çalışmalarda, ölçeğin toplam puanları ile 1. faktör arasında 0.94, 2. faktör arasında 0.85 ve 3. faktör arasında 0.74 korelasyon katsayıları bulunmuştur ($p<.001$). Alt ölçeklerin birbiri ile korelasyonları incelendiğinde ise 1. ve 2. faktör arasında 0.70, 1. ve 3. faktör arasında 0.57, 2. ve 3. faktör arasında 0.49 korelasyon kat sayıları bulunmuştur ($p<.001$).

Uç grupların karşılaştırılması ile güvenirliliği belirlemeye yönelik çalışmada ise, ölçeğin dört hafta ara ile elde edilen test tekrarı puanlarının korelasyonu 0.81 olarak bulunmuştur ($p<.001$). Ölçeğin iki parçası arasındaki korelasyon ise 0.83 olarak bulunmuştur. Ölçekten elde edilen bu sonuçlar, ölçeğin güvenilir olduğunun önemli bir göstergesidir.

Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri (REUTE)

Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri (REUTE), Reynolds (1998: Akt. Meriç, 2007) tarafından klinisyenlerin ve araştırmacıların ergenlerin uyum sorunlarını kısa ve kolay yoldan ölçebilmesi amacıyla geliştirilmiş bir ölçüm aracıdır. Madde kapsamı ile ilgili ilk iki alan; iletişimle ilgili sorunlar ile endişe ve depresyonu içeren duygusal sorunlardır. Bunu takiben, problemleri dışa vurma faktörü olarak öfke kontrol problemi, sert davranışlara, arkadaşlarla ve yetişkinlerle anlaşma güçlüklerine yol açan ve daha ciddi uyum sorunlarının habercisi olarak görülen karşı gelme davranışıyla ilgili bir alan, özgüven ve olumlu sosyal etkileşimler üzerine yoğunlaşan problemleri içe atma alanı vardır.

REUTE'nin Faktör Yapısı

Toplam standart ve klinik örneklem gruplarından, özdeğerleri 9.49, 2.84, 1.89 ve 1.29 olan dört faktör elde edilmiştir. Bu dört faktör, toplam sapmanın %48.5'ine denk düşmektedir; .30'luk ya da daha çok madde-faktör yüklemesi, madde-faktör yerleştirmesi için anlamlı olarak yorumlanmıştır. 32 REUTE maddesi içinde 3 tanesi .32 ile .38 arası faktör yüküne, kalan 29'u ise .42 ile .75 arası faktör yüküne sahiptir. Faktörlere ilişkin açıklamalar aşağıdaki gibidir (Akt. Meriç, 2007):

Faktör 1 Duygusal Sıkıntılar: Faktörün 10 maddesi endişe ve depresyonun ana sıkıntı alanlarından çıkarılmıştır. Envanterdeki maddeler, bu sorun alanlarının kavramsal yapı taşlarını, endişe (aşırı endişe) ve depresyonu (disforiklik) inceler. Bu bağlamda, 1. faktör alanı, duygusal sıkıntıların olumsuz etkilerini ölçmektedir. Faktör içeriği, bu bozuklukların kavramsal özelliklerinin yanısıra gerginlik, konsantrasyon bozukluğu, uykusuzluk gibi fiziksel şikayetleri de kapsamaktadır.

Faktör 2 Anti Sosyal Davranış: Sekiz madde içermekte ve antisosyal davranışı değerlendirmek için kullanılmaktadır. Anti sosyal davranış boyutunu ölçen maddelerin çoğu, evdeki ve okuldaki olumsuz davranışlar üzerine yoğunlaşmıştır. Bu faktörün ayırımı, öfke kontrol problemleri faktörü ile birlikte ergenin psikolojik uyumuyla, problemleri dışa vurma sorunları arasında bir diferansiyel olduğunu gösterir. Bu faktör aşırı derecede kural çiğneme ve genel olarak bu tarz davranışların sonuçlarını ciddiye almama, ters davranışlarda bulunma, toplum kurallarına ve beklentilerine zayıf psikolojik uyum ile ilgili olan antisosyal davranışı ölçmektedir.

Faktör 3 Olumlu Benlik: Özgüven ve sosyalleşme ile ilgili 6 madde içermektedir. Faktörü oluşturan maddeler olumlu olarak ifade edilmiştir, fakat ters puanlanmışlardır. Bu nedenle yüksek puan zayıf özgüven ve sosyal çekingenliği işaret etmektedir. Faktörün genel yorumlanması, benlikle ilgili zayıf algılamalar ve sınırlı sosyalliktir. Sınırlı sosyallik; sosyal çekinme ya da izolasyona kadar gidebilmektedir. Bu skaladaki maddelerin "Duygusal Sıkıntılar" faktörü ile göreceli olarak düşük yüklemeleri vardır. Bu sonuç, 3. faktörün sosyal iletişim ve özgüvenin, problemleri içe atma kısmını değerlendirdiğini, bunun da genel duygusal sıkıntı faktöründen farklı olduğunu göstermektedir.

Faktör 4 Öfke Kontrol Problemi: Sekiz maddeden oluşmaktadır. Faktör, öfke ve karşı gelme problemlerini değerlendirmektedir. Dördüncü faktördeki maddeler, "Antisosyal Davranış" faktörüyle ilişkili değildirler. Bu sonuç, öfke ve antisosyal davranış arasındaki içerik farklılığını ve bu iki farklı dışa vurum skalasının geçerli olduğunu göstermektedir.

Güvenirlilik Analizleri

REUTE'nin güvenirlik analizleri bir dizi çalışma ile iç tutarlılık, test-tekrar test ve ölçümün standart hatası teknikleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. REUTE (AdjT) ve alt ölçekleri için hesaplanan Cronbach Alfa korelasyon katsayıları şöyledir: REUTE (AdjT): .91, Duygusal Sıkıntılar (ED): .88, Öfke Kontrol Problemi (AC): .83, Anti Sosyal Davranış (AB): .80 ve Olumlu Benlik (PS): .73'tür. REUTE Toplam Uyum (AdjT) test-tekrar test korelasyon katsayısı $r = .89$ olarak hesaplanmıştır. Alt boyutlar bazında korelasyon katsayıları, AB: $r = .85$; AC: $r = .83$; ED: $r = .85$; PS: $r = .86$ olarak belirlenmiştir. REUTE'nin ölçümün standart hatasının 2.83 ila 5.39 arasında değerler aldığı ve REUTE'nin güvenirliğini desteklediği görülmektedir (Reynolds, 2001: Akt. Meriç, 2007).

REUTE'nin Türkçe'ye Uyarlanması

Reynolds (1998) tarafından geliştirilen REUTE, 12-19 yaş arası ergenlerin duygusal davranışsal uyum sorunlarının belirlenmesine olanak sağlayan geçerli ve güvenilir bir envanterdir. REUTE'nin Türkçe'ye adaptasyon çalışmasında envanter önce Türkçe'ye tercüme edilmiş, daha sonra geri çeviri ile İngilizce'ye tercüme edilmiş, dilsel eşdeğerlilik çalışması gerçekleştirilmiş, madde ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. Envanterin iç tutarlılığını belirlemek üzere yapılan analizler sonucunda envanterin tamamı için Cronbach Alfa değeri $= .815$ olarak hesaplanmıştır. Yarılar arası korelasyon $.52$ olarak hesaplanmıştır. Ayırt ediciliği belirlemek üzere gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, tüm maddeler için alt ve üst grupların aritmetik ortalamaları arasındaki farklılık istatistiksel olarak

$p < .001$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Ayrıca alt ölçekler ve envanter toplam puanı için ayırdedilicilik $p < .001$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Pearson Çarpım Moment korelasyon analizi sonucunda tüm alt ölçeklerin test tekrar test güvenilirliğine sahip oldukları belirlenmiştir ($p < .001$). REUTE'nin ölçüt bağıntılı geçerliliği çalışmasında, örneklem grubuna REUTE ve Ergen Öfke Tepkileri Ölçeği (AARS) birlikte verilmiştir. İki ölçeğin toplam puanları arasındaki ilişki pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < .001$) (Akt. Meriç, 2007).

REUTE'nin Uygulanması, Puanlaması ve Değerlendirilmesi

12-19 yaş arası ergenlerde, bireylere ya da gruplara uygulanabilen bir ölçüm aracıdır. Dört faktörel skalayı içeren ve 32 maddeden oluşan REUTE'de, toplam uyum düzeyi puanı, her maddeye verilen cevaplara ait puanların toplamından oluşmaktadır. Maddeler için 3 seçenekli (Hemen Hemen Hiçbir Zaman, Bazan, Hemen Hemen Her Zaman) cevaplama biçimi kullanılmaktadır. Uygulamada, kişilerin geçtiğimiz 6 ay süresince kendilerini nasıl hissettiklerini değerlendirmeleri istenir. REUTE'de ters puanlamayı gerektiren 6 madde yer almaktadır. REUTE'de puanların yükselmesi psikolojik uyum düzeyinin azaldığını, puanların düşmesi ise uyum düzeyinin yükseldiğini göstermektedir. REUTE'den elde edilen ham puanların karşılık geldiği T puanları üç düzeyde incelenmektedir. 31-59 T puan aralığı normal düzeyi, 60-64 T puanı hafif derecede psikolojik uyum problemleri olduğunu, 65-69 T puanı orta derecede psikolojik uyum problemleri olduğunu, 70-94 T puanı ise şiddetli (klinik) düzeyde psikolojik uyum problemleri olduğunu göstermektedir. Standardize grubun toplam uyum ham puan ortalaması 18.7 klinik örneklemin toplam uyum ham puan ortalamaları ise 27.1 olarak belirlenmiştir (Reynolds, 2001: Akt. Meriç, 2007).

Verilerin Toplanması ve Analizi

Verilerin Toplanması

Verileri toplamak amacıyla daha önce tesadüfi olarak belirlenen örneklem grubundaki liselerin 9, 10, 11 ve 12. sınıflarına ölçeklerin uygulanacağı saatler belirlenmiştir. Kararlaştırılan saatlerde “Kişisel Bilgi Formu”, “Problemler İnternet Kullanımı Ölçeği”, “Reynolds Ergenler İçin Uyum Tarama Envanteri” birlikte uygulanmıştır. Uygulamadan önce ölçeklerle ilgili yönergeler okunmuş ve uygulamayla ilgili ön bilgi verilmiştir. Uygulama yaklaşık 20-25 dakika sürmüştür. Uygulamada herhangi bir sorunla karşılaşılmamıştır.

Verilerin Analizi

İlk aşamada ölçekler ayrı ayrı değerlendirilmiş, ölçekleri eksik ya da yanlış dolduran 85 öğrenci örneklemden çıkarılmıştır.

Bu araştırmanın bağımsız değişkenleri; ‘cinsiyet, okul türü ve sınıf değişkeni’ nden oluşmaktadır. Bağımlı değişken problemlerle ilgili internet kullanımınıdır. Verilerin istatistiksel analizi bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkilerini ortaya koyacak bir desen içinde ele alınmıştır. Kodlama işleminden sonra verilerin analizi için SPSS 17.0 paket programı kullanılmıştır.

Verilerin analizinde t testi, tek yönlü varyans analizi, Tukey testi, LSD ve pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı tekniği kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

1 .Cinsiyet değişkenine ilişkin bulgular

Tablo 3. Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımına ilişkin internet'in olumsuz sonuçları puanlarına ait bulgular

	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss	sd	t	p
Olumsuz sonuç	Kız	330	15.21	5.64	710	3.69	.000 <i>p</i> <.05
	Erkek	380	16.81	5.86			

Tablo 3 incelendiğinde kız ergenlerin internet'in olumsuz sonuçları puan ortalaması 15.21, erkek ergenlerin internet'in olumsuz sonuçları puan ortalaması ise 16.81'dir. İki grubun internet'in olumsuz sonuçları puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı t testi ile kontrol edilmiş ve farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca göre, erkek ergenlerin internet'in olumsuz sonuçları puan ortalamaları kız ergenlerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Tablo 4. Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımına ilişkin sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait bulgular

	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss	Sd	t	p
Sosyal fayda sosyal rahatlık	Kız	330	18.59	8.45	710	6.21	.000 <i>p</i> <.05
	Erkek	380	22.71	9.12			

Tablo 4 incelendiğinde kız ergenlerin sosyal fayda sosyal rahatlık puan ortalaması 18.59, erkek ergenlerin sosyal fayda sosyal rahatlık puan ortalaması ise 22.71'dir. İki grubun sosyal fayda sosyal rahatlık puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı t testi ile kontrol edilmiş ve farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca göre, erkek ergenlerin sosyal fayda sosyal rahatlık puan ortalamaları kız ergenlerden anlamlı düzeyde yüksektir.

Tablo 5. Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımına ilişkin aşırı kullanım puanlarına ait bulgular

	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss	Sd	t	p
Aşırı kullanım	Kız	330	9.52	5.14	710	4.41	.000 <i>p</i> <.05
	Erkek	380	11.28	5.46			

Tablo 5 incelendiğinde kız ergenlerin aşırı kullanım puan ortalaması 9.52, erkek ergenlerin aşırı kullanım puan ortalaması ise 11.28'dir. İki grubun aşırı kullanım puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı t testi ile kontrol edilmiş ve farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca göre, erkek ergenlerin aşırı kullanımı puan ortalamaları kız ergenlerin anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Tablo 6. Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımına ilişkin bulgular

	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss	sd	t	p
Pik top	Kız	330	43.33	16.26	710	5.86	.000 <i>p</i> <.05
	Erkek	380	50.81	17.54			

Tablo 6 incelendiğinde kız ergenlerin pik puan ortalaması 43.33, erkek ergenlerin pik puanları ortalaması ise 50.81'dir. İki grubun pik puan ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı t testi ile kontrol edilmiş ve farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu sonuca göre, erkek ergenlerin problemlili internet kullanım toplam puan ortalamaları kız ergenlerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

2. Okul türü değişkenine ilişkin bulgular

Tablo 7. Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımına ilişkin internet'in olumsuz sonuçları puanlarına ait bulgular

Okul Türü	N	\bar{X}	ss
Anadolu Lisesi	177	16.23	6.06
Genel Lise	368	15.91	5.86
Meslek Lisesi	84	17.28	5.93
İmam Hatip Lisesi	81	15.12	4.67

Tablo 7 incelendiğinde problemlı internet kullanımının internet'in olumsuz sonuçları alt boyutunda Anadolu lisesi öğrencilerinin puan ortalamaları 16.23, genel lise öğrencilerinin 15.91, meslek lisesi öğrencilerinin 17.28, imam hatip lisesi öğrencilerinin 15.12 olarak gözlenmiştir. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmış sonuçlar Tablo 8 de verilmiştir.

Tablo 8. Okul türü değişkenine göre ergenlerin internet'in olumsuz sonuçları puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	210.09	3	70.03	2.08	.102
Gruplar İçinde	23705.78	704	33.67		
Toplam	23915.88	707			

Tablo 8 incelendiğinde okul türü değişkenine göre genel lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımı internet'in olumsuz sonuçları alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen 2.08 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre lise türü değişkenine göre ergenlerin internet'in olumsuz sonuçları puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır

Tablo 9. Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemlı internet kullanımına ilişkin sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait bulgular

Okul Türü	N	\bar{X}	ss
Anadolu Lisesi	177	19.36	8.53
Genel Lise	368	21.33	9.35
Meslek Lisesi	84	22.60	8.64
İmam Hatip Lisesi	81	19.56	8.63

Tablo 9 incelendiğinde problemlı internet kullanımının sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutunda Anadolu lisesi öğrencilerinin puan ortalamaları 19.36, genel lise öğrencilerinin 21.33, meslek lisesi öğrencilerinin 22.60, imam hatip lisesi öğrencilerinin 19.56 olarak gözlenmiştir. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmış sonuçlar Tablo 10 da verilmiştir.

Tablo 10. Ergenlerin okul türü değişkenine göre sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	867.53	3	289.17	3.57	.014
Gruplar İçinde	56918.10	704	80.85		$p < .05$
Toplam	57785.64	707			

Tablo 10 incelendiğinde okul türü değişkenine göre lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımı sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen - 3.57 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla Tukey testi yapılmış ve karşılaştırmalara ilişkin sonuçlar Tablo 11 de verilmiştir.

Tablo 11. Okul türü değişkenine göre ergenlerin sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait tukey testi bulguları

(I) OKULTURU	(J) OKULTURU	Ortalamalar arası fark (I-J)	Standart hata	p
Anadolu Lisesi	Genel Lise	-1.97	.82	.079
	Meslek Lisesi	-3.24*	1.19	.033
	İmam Hatip Lisesi	-.20	1.20	.998
Genel Lise	Anadolu Lisesi	1.97	.82	.079
	Meslek Lisesi	-1.27	1.08	.645
	İmam Hatip Lisesi	1.76	1.10	.380
Meslek Lisesi	Anadolu Lisesi	3.24*	1.19	.033
	Genel Lise	1.27	1.08	.645
	İmam Hatip Lisesi	3.03	1.40	.133
İmam Hatip Lisesi	Anadolu Lisesi	.20	1.20	.998
	Genel Lise	-1.76	1.10	.380
	Meslek lisesi	-3.03	1.40	.133

Lise öğrencilerinin okul türü değişkenine göre problemlili internet kullanımı sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutunda farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla yapılan tukey testi sonucuna göre meslek lisesi öğrencilerinin sosyal fayda sosyal rahatlık puan ortalamaları Anadolu lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yapılan diğer ikili karşılaştırmalarda anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

Tablo 12. Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemlı internet kullanımına ilişkin aşırı kullanım puanlarına ait bulgular

Okul Türü	N	\bar{X}	ss
Anadolu Lisesi	177	9.52	4.55
Genel Lise	368	11.19	6.04
Meslek Lisesi	84	10.50	4.78
İmam Hatip Lisesi	81	9.23	3.81

Tablo 12 incelendiğinde problemlı internet kullanımının aşırı kullanım alt boyutunda Anadolu lisesi öğrencilerinin puan ortalamaları 9.52, genel lise öğrencilerinin 11.19, meslek lisesi öğrencilerinin 10.50, imam hatip lisesi öğrencilerinin 9.23 olarak gözlenmiştir. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmış sonuçlar Tablo 13 de verilmiştir.

Tablo 13. Okul türü değişkenine göre ergenlerin aşırı kullanım puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	473.47	3	157.82	5.53	.001
Gruplar İçinde	20068.90	704	28.50		
Toplam	20542.37	707			

Tablo 13 incelendiğinde okul türü değişkenine göre genel lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımını aşırı kullanım alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen - 5.53 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla Tukey testi yapılmış ve karşılaştırmalara ilişkin sonuçlar Tablo 14 te verilmiştir.

Tablo 14. Okul türü değişkenine göre ergenlerin aşırı kullanım puanlarına ait tukey testi bulguları

(I) OKULTURU	(J) OKULTURU	Ortalamalar arası fark (I-J)	Standart hata	P
Anadolu Lisesi	Genel Lise	-1.66*	.48	.004
	Meslek Lisesi	-.97	.70	.514
	İmam Hatip Lisesi	.29	.71	.977
Genel Lise	Anadolu Lisesi	1.66*	.48	.004
	Meslek Lisesi	.69	.64	.705
	İmam Hatip Lisesi	1.95*	.65	.015
Meslek Lisesi	Anadolu Lisesi	.97	.70	.514
	Genel Lise	-.69	.64	.705
	İmam Hatip Lisesi	1.26	.83	.425
İmam Hatip Lisesi	Anadolu Lisesi	-.29	.71	.977
	Genel Lise	-1.95*	.65	.015
	Meslek Lisesi	-1.26	.83	.425

Lise öğrencilerinin okul türü değişkenine göre pik aşırı kullanım alt boyutunda farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla yapılan tukey testi sonucuna göre genel lise öğrencilerinin aşırı kullanım puan ortalamaları Anadolu lisesi ve imam hatip lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yapılan diğer ikili karşılaştırmalarda anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı bulunmuştur.

Tablo 15. Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemlı internet kullanımına ait bulgular

Okul Türü	N	\bar{X}	ss
Anadolu Lisesi	177	45.11	16.29
Genel Lise	368	48.44	18.22
Meslek Lisesi	84	50.39	16.65
İmam Hatip Lisesi	81	43.92	15.24

Tablo 15 incelendiğinde Anadolu lisesi öğrencilerinin problemlı internet kullanımı puan ortalamalarının 45.11, genel lise öğrencilerinin 48.44, meslek lisesi öğrencilerinin 50.39, imam hatip lisesi öğrencilerinin 43.92 olduğu gözlenmiştir. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmış sonuçlar Tablo 16 da verilmiştir.

Tablo 16. Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımı toplam puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	3045.24	3	1015.08		
Gruplar İçinde	209630.40	704	297.77	3.40	.017
Toplam	212675.63	707			

Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımı toplam puanlarına ilişkin Tablo 16 incelendiğinde okul türü değişkenine göre lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı toplam puanlarına ilişkin elde edilen - 3.40 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Farklılaşmanın kaynağının belirlenmesi amacıyla Tukey testi yapılmış ancak farklılaşmanın kaynağı bulunamamıştır. Bu sebeple tukey testine alternatif olarak LSD kullanılmıştır. Analize ilişkin sonuçlar Tablo 17 de verilmiştir.

Tablo 17. Okul türü değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımı toplam puanlarına ait LSD sonuçları

	(I) OKULTURU	(J) OKULTURU	Ortalamalar arası fark(I-J)	Standart hata	p
LSD	Anadolu Lisesi	Genel Lise			
		Meslek Lisesi	-5.27*	2.28	.021
		İmam Hatip Lisesi	1.19	2.31	.607
	Genel Lise	ANADOLU	3.32*	1.57	.036
		Meslek Lisesi	-1.95	2.08	.351
		İmam Hatip Lisesi	4.51*	2.11	.033
	Meslek Lisesi	ANADOLU	5.27*	2.28	.021
		Genel Lise	1.95	2.08	.351
		İmam Hatip Lisesi	6.46*	2.68	.016
	İmam Hatip Lisesi	ANADOLU	-1.19	2.31	.607
		Genel Lise	-4.51*	2.11	.033
		Meslek Lisesi	-6.46*	2.68	.016

Tablo 17 incelendiğinde genel lise ve meslek lisesi öğrencilerinin problemleri internet kullanımı toplam puanları Anadolu lisesi ve imam hatip lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p < .05$). Yapılan diğer ikili karşılaştırmalarda anlamlı düzeyde farklılaşmanın olmadığı görülmüştür.

3. Sınıf değişkenine İlişkin Bulgular

Tablo 18. Sınıf değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımına ilişkin internet'in olumsuz sonuçları puanlarına ait bulgular

Sınıf Düzeyleri	N	\bar{X}	ss
9	178	16.38	5.36
10	189	15.84	6.26
11	193	16.59	5.91
12	150	15.32	5.57

Tablo 18 incelendiğinde problemleri internet kullanımının internet'in olumsuz sonuçları alt boyutunda 9. sınıf öğrencilerinin puan ortalamaları 16.38, 10. sınıf öğrencilerinin 15.84, 11. sınıf öğrencilerinin 16.59, 12. sınıf öğrencilerinin 15.32 olarak gözlenmiştir. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 19 da verilmiştir.

Tablo 19. Sınıf değişkenine göre ergenlerin internet'in olumsuz sonuçları puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	163.46	3	54.48	1.61	.184
Gruplar İçinde	23809.87	706	33.72		
Toplam	23973.33	709			

Tablo 19 incelendiğinde sınıf düzeyleri değişkenine göre lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımını internet'in olumsuz sonuçları alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen 1.61 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre sınıf düzeyi değişkenine göre ergenlerin internet'in olumsuz sonuçları puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Tablo 20. Sınıf değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımına ilişkin sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait bulgular

Sınıf Düzeyleri	N	\bar{X}	ss
9	178	21,67	9,51
10	189	21,56	9,46
11	193	19,84	8,07
12	150	20,00	9,03

Tablo 20 incelendiğinde problemlü internet kullanımının sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutunda 9. sınıf öğrencilerinin puan ortalamaları 21.67, 10. sınıf öğrencilerinin 21.56, 11. sınıf öğrencilerinin 19.84, 12. sınıf öğrencilerinin 20.00 olarak gözlenmiştir. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 21 de verilmiştir.

Tablo 21. Sınıf değişkenine göre ergenlerin sosyal fayda sosyal rahatlık puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	518.98	3	172.99	2.12	.096
Gruplar İçinde	57545.81	706	81.51		
Toplam	58064.79	709			

Tablo 21 incelendiğinde sınıf düzeyleri değişkenine göre lise öğrencilerinin problemlü internet kullanımı sosyal fayda sosyal rahatlık alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen 2.12 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre sınıf düzeyi değişkenine göre ergenlerin sosyal fayda sosyal rahatlık puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Tablo 22. Sınıf değişkenine göre ergenlerin problemlü internet kullanımına ilişkin aşırı kullanım puanlarına ait bulgular

Sınıf Düzeyleri	N	\bar{X}	Ss
9	178	10.85	5.11
10	189	10.81	5.70
11	193	10.00	5.16
12	150	10.17	5.55

Tablo 22 incelendiğinde problemlü internet kullanımının aşırı kullanım alt boyutunda 9. sınıf öğrencilerinin puan ortalamaları 10.85, 10. sınıf öğrencilerinin 10.81, 11. sınıf öğrencilerinin 10.00, 12. sınıf öğrencilerinin 10.17 olarak gözlenmiştir. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 23 de verilmiştir.

Tablo 23. Sınıf değişkenine göre ergenlerin aşırı kullanım puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	105.31	3	35.10	1.21	.305
Gruplar İçinde	20469.50	706	28.99		
Toplam	20574.81	709			

Tablo 23 incelendiğinde sınıf düzeyleri değişkenine göre lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı aşırı kullanım alt boyutu puanlarına ilişkin elde edilen 1.21 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre sınıf düzeyi değişkenine göre ergenlerin aşırı kullanım puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Tablo 24. Sınıf değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımı toplam puanlarına ait bulgular

Sınıf Düzeyleri	N	\bar{X}	ss
9	178	48.92	16.58
10	189	48.22	18.67
11	193	46.44	16.05
12	150	45.49	18.04

Tablo 24 incelendiğinde problemleri internet kullanımına ilişkin 9. sınıf öğrencilerinin puan ortalamaları 48.92, 10. sınıf öğrencilerinin 48.22, 11. sınıf öğrencilerinin 46.44, 12. sınıf öğrencilerinin 45.49 olarak gözlenmiştir. Puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde fark olup olmadığının belirlenmesinde varyans analizi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 25 de verilmiştir.

Tablo 25. Sınıf değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımı toplam puanlarına ait tek yönlü varyans analizi sonuçları

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p- Değeri
Gruplar Arasında	1261.69	3	420.56	1.39	.242
Gruplar İçinde	212289.17	706	300.69		
Toplam	213550.87	709			

Tablo 25 incelendiğinde sınıf düzeyleri değişkenine göre lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı toplam puanlarına ilişkin elde edilen 1.39 F değeri .05 düzeyinde anlamlı bulunmamıştır. Bu sonuca göre sınıf düzeyi değişkenine göre ergenlerin problemleri internet kullanımı toplam puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

4. Ergenlerin problemleri internet kullanımı ile uyum arasındaki ilişki

Tablo 26. Ergenlerin problemleri internet kullanımı ile uyum arasındaki ilişki

		İnternet'in olumsuz sonuçları	Sosyal fayda sosyal rahatlık	Aşırı kullanım	Pik top
Anti sosyal davranış	R	.29**	.32**	.32**	.36**
	P	.00	.00	.00	.00
Öfke kontrol problemi	R	.23**	.25**	.23**	.28**
	P	.00	.00	.00	.00
Duygusal sıkıntılar	R	.13**	.22**	.16**	.21**
	P	.00	.00	.00	.00
Olumlu benlik	R	.10**	.21**	.24**	.22**
	P	.00	.00	.00	.00
Uyum top	R	.24**	.32**	.29**	.34**
	P	.00	.00	.00	.00
	N	71	71	71	71

Tablo 26 incelendiğinde ergenlerin uyumları ile problemleri internet kullanımları arasındaki ilişkinin incelenmesinde pearson momentler çarpım korelasyon tekniği kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin Reynolds ergenler için uyum tarama envanterinin anti sosyal davranış alt ölçeği ile problemleri internet kullanımı ölçeğinin internet'in olumsuz sonuçları ($r=.291, p<.001$), sosyal fayda sosyal rahatlık ($r=.320, p<.001$), aşırı kullanım ($r=.327, p<.001$) alt boyutları ve problemleri internet kullanımı toplam puanları arasında ($r=.366, p<.001$) pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Ergenlerin, Reynolds ergenler için uyum tarama envanterinin öfke kontrol problemi alt ölçeği ile problemleri internet kullanımı ölçeğinin internet'in olumsuz sonuçları ($r=.235, p<.001$), sosyal fayda sosyal rahatlık ($r=.259, p<.001$), aşırı kullanım ($r=.230, p<.001$) alt boyutları ve problemleri internet kullanımı toplam puanları arasında ($r=.285, p<.001$) pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Ergenlerin, Reynolds ergenler için uyum tarama envanterinin duygusal sıkıntılar alt ölçeği ile problemleri internet kullanımı ölçeğinin internet'in olumsuz sonuçları ($r=.139, p<.001$), sosyal fayda sosyal rahatlık ($r=.225, p<.001$), aşırı kullanım ($r=.163, p<.001$) alt boyutları ve problemleri internet kullanımı toplam puanları arasında ($r=.215, p<.001$) pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Ergenlerin, Reynolds ergenler için uyum tarama envanterinin olumlu benlik alt ölçeği ile problemlili internet kullanımı ölçeğinin internet'in olumsuz sonuçları ($r=.105, p<.001$), sosyal fayda sosyal rahatlık ($r=.210, p<.001$), aşırı kullanım ($r=.248, p<.001$) alt boyutları ve problemlili internet kullanımı toplam puanları arasında ($r=.222, p<.001$) pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Ergenlerin, Reynolds ergenler için uyum tarama envanterinin uyum toplam puanı ile problemlili internet kullanımı ölçeğinin internet'in olumsuz sonuçları ($r=.249, p<.001$), sosyal fayda sosyal rahatlık ($r=.325, p<.001$), aşırı kullanım ($r=.299, p<.001$) alt boyutları ve problemlili internet kullanımı toplam puanları arasında ($r=.346, p<.001$) pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, araştırma örneklemini oluşturan ergenlerin problemlili internet kullanımına ilişkin internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda/sosyal rahatlık, aşırı kullanım alt boyutlarına ait puanlar ile uyum düzeylerine ilişkin antisosyal davranış, öfke kontrol problemi, duygusal sıkıntılar ve olumlu benlik alt boyutlarına ait puanlar arasındaki ilişki ele alınmış, ayrıca cinsiyet, okul türü ve sınıf düzeyi değişkenlerinin etkisi tartışılmıştır.

1. Cinsiyet Değişkenine Göre Problemlili İnternet Kullanımı

Bulgular incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre problemlili internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Erkek öğrencilerin olumsuz sonuç, sosyal fayda/sosyal rahatlık, aşırı internet kullanımı, problemlili internet kullanımı toplam puan ortalamaları kız öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksektir.

Elde edilen bu bulgu Ybarra'nın (2004) yaptığı çalışmanın sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Çalışmada yaşları 10 ile 17 arasında değişen gençlerin uzun süreli internet kullanımıyla ilişkili görülen depresyon ve internetteki taciz olayları arasındaki ilişki incelenmiştir. Ortaya çıkan sonuçlar, kızlar ve erkekler ayrı ayrı değerlendirmeye alındığında, DSM-IV ağır depresyon semptomları da gösteren erkeklerin internetteki taciz raporlarının oranı, orta ya da hiç depresyon semptomu göstermeyen erkeklerin üç katıdır.

Bu sonuca göre internetteki taciz olaylarına maruz kalmada internette geçirilen süre göz önüne alındığında erkekler daha riskli görünmektedir, çünkü kızlara oranla daha uzun süreler internet kullanabilmektedirler.

Ayrıca Ulusal Kore İstatistikleri (2002; Akt. Whang, Lee ve Chang, 2003) verilerine göre 47 milyonluk nüfustaki kadınların %49.1'i, erkeklerinse % 61'i internet kullanıcısıdır. Patolojik kullanıcılar daha çok erkeklerdir ve teknolojik bakımdan sofistike sitelere girip online oyunlar oynarlar fakat internet bağlantılı sohbet kullanımında erkek ve kızlar arasında bir farklılık yoktur (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000). Buna göre bazı internet kullanım davranışlarında cinsiyet farklılıkları söz konusu olabilmekteyse de genel anlamda internet kullanımına bakıldığında erkeklerin daha fazla internet kullanımı sergiledikleri dolayısıyla problemlili internet kullanımı sıklığının erkekler arasında daha olası olduğu görülmektedir.

2. Okul türü değişkenine göre problemlı internet kullanımı

Bulgular incelendiğinde okul türü değişkenine göre problemlı internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Genel lise ve meslek lisesi öğrencilerinin problemlı internet kullanımı toplam puanları Anadolu lisesi ve imam hatip lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksektir.

Öğrenciler internete bağımlı hale gelmeye en yatkın gruptur. Bilgisayara bağılı toplum, öğrencinin de teknolojik ortamı kullanma becerisi geliştirmesi konusunda baskı yapmaktadır. Fakat internet kullanımının psikolojik bağımlılık yaratıcı karakteristikleri üzerine artan raporlar, eğitimciler ve psikologların internetin çocuklar üzerindeki etkisi hakkında endişe duymasına yol açtı. Young (1996), öğrencilerin %58'inde çalışma alışkanlıklarında bozulma, notlarda düşüş, dersleri kaçırma ya da aşırı internet kullanımı nedeniyle cezaya kalma görüldüğünü ortaya koymuştur (Akt. Nalwa ve Anand, 2003). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışma (National on-campus report, 1996: Akt. Anderson, 2001) okuldan atılmayla internet kullanımı arasında bir bağlantı olduğunu ortaya koymuştur.

Araştırmada okul türü değişkenine ilişkin böyle bir sonucun ortaya çıkmasında Anadolu ve imam hatip lisesi öğrencilerinin genel ve meslek lise öğrencilerine kıyasla görece daha fazla ders yüküne sahip olmasının etkisi olduğu düşünülebilir. Çünkü bu iki grup özellikle okul sonrası boş vakitleri ödev yaparak ve sınavlara hazırlık için ders çalışarak geçirmek açısından farklılaşıyor olabilir.

Scherer (1997) bağımlı grupların interneti eğlence amaçlı kullandıklarını dile getirirken Yang ve Tung (1997: Akt. Kesici ve Şahin, 2009) internette sosyal ya da eğlence nedeniyle sörf yapmanın internet bağımlılığı ile pozitif korelasyona sahip olduğunu bildirmektedir. Bu bağlamda problemlı internet kullanımının boş zamanları daha çok plansız bir şekilde ve eğlence odaklı olarak geçirmeye ilişkili olabileceği göz önüne alındığında, sonuçların bu doğrultuda olması muhtemeldir.

3. Sınıf düzeyi değişkenine göre ergenlerin problemlı internet kullanımları

Bulgular incelendiğinde sınıf düzeyi değişkenine göre öğrencilerin problemlı internet kullanım puan ortalamalarının farklılaşmadığı görülmüştür.

Araştırmadaki dört farklı sınıf seviyesine devam eden öğrencilerin yaşları 14-19 arasında değişmektedir. Onur'a (1980) göre ergenlik dönemi 12-21 yaşları arasında kapsayan bir geçiş dönemidir. Vücutta boy ve ağırlık artışı ile yapı ve işleyişlerin olgunlaşmasının

yanında, inişli çıkışlı duygulanımlar, bozulan ilişkiler, çevreden kolay etkilenme, toplumda bir rol sahibi olmaya çabalama gibi ortak birtakım özelliklerin görüldüğü önemli bir dönemdir (Yavuzer, 1998: Akt. Duman, 2008).

Bu anlamda çalışmanın yürütüldüğü sınıf düzeyleri olan 9, 10, 11 ve 12. sınıfa devam eden öğrencilerin içinde buldukları yaş aralığı sebebiyle benzer gelişim özelliklerine sahip olabilecekleri göz önüne alındığında, problemlerini internet kullanımı konusunda farklılaşmamaları, internet kullanımı konusunda ise benzer sıkıntıları paylaşmaları ya da benzer kullanım davranışlarına sahip olmaları beklenebilir.

4. Ergenlerin problemlerini internet kullanımları ile uyum düzeyleri arasındaki ilişki

Bulgular incelendiğinde ergenlerin, uyum toplam puanı ile problemlerini internet kullanımı toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur.

Elde edilen bu bulgu bazı araştırma sonuçlarında (Engelberg ve Sjoberg, 2004) elde edilen, internetin çok sık ve sağlıksız kullanımı bireyi yalnızlığa itebilir, sosyal ilişki ve hislerinin olumsuz etkilenmesine yol açabilir sonucu; ve Whang'a (2001: Akt. Şahin, 2009) ait interneti sağlıklı ve etkili kullanmanın psikolojik olgunlukla ve öz-yeterlilikle ilişkili olduğu sonucuyla benzerlik taşımaktadır.

Chen ve Peng'in (2008) araştırma sonuçlarına göre interneti yoğun biçimde kullanmayanlar kullananlara göre üniversite yönetimindeki personel ile daha iyi ilişkiler kurmakta, daha iyi notlar almakta ve daha yüksek öğrenme doyumuna sahiptirler. İnterneti yoğun olarak kullananlar ise kullanmayanlara göre depresyona, fiziksel hastalıklara, yalnızlığa ve içe dönüklüğe daha yatkın çıkmışlardır.

Aşırı internet kullanımının azımsanmayacak sosyal etkilerinin olduğu kesindir. Bazı araştırmalar İnternette çok fazla zaman harcayan kişilerde uyku kaybı (Anderson, 2001; Nalwa ve Anand, 2003), sosyal iletişimde azalma (Kraut ve diğerleri, 1998), kişilerarası ilişkilerde problemler (Lin ve Tsai, 2002; Young, 1998) ve interneti depresyon ve stresi azaltmada birincil kaynak olarak kullanma (Chou, 2001: Akt. Yellowlees ve Marks, 2007) eğilimlerinde olduklarını göstermiştir.

Ayrıca Caplan'ın (2002) araştırma sonuçlarına göre bireylerin yüz yüze etkileşim yerine bilgisayar ortamında sosyal etkileşimi tercih etmesinin genellenmiş problemlerini internet kullanımının sebepleri, gelişimi ve sonuçlarında rol oynadığını ileri sürmektedir. Bir dizi çalışma insanların problemlerini internet kullanımından rahatsız olduklarını ifade etmektedir (Örneğin, Brenner, 1997; Kandell, 1998; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Pratarelli ve

diğerleri, 1999). Ayrıca erişilebilir kanıtlar problemlili internet kullanımı ile psikososyal değişkenler (örn. depresyon ve sosyal yalıtım), iş ve evdeki olumsuz sonuçlar arasında bir bağ olduğuna işaret etmektedir (Kraut ve diğerleri, 1998; Sanders ve diğerleri, 2000; Young ve Rogers, 1998: Akt. Caplan, 2002).

İnterneti çok fazla kullananların normal sosyal bağlara yabancılaştıklarını hatta internet hayatlarında baş faktör haline geldiğinden bu bağlarla ilişkilerini tamamen kestiklerini ortaya koymuştur (Kraut ve diğerleri (American Psychologist 53 (1998) 65: Akt. Amichai-Hamburger ve Ben-Artzi, 2003).

Uzun süreli internet bağlantısının internet kullanan bireyleri gerçek hayattaki tanıdığı kişilerle iletişimden kopardığı ya da bu iletişimin azalmasında etkili olabildiği göz önüne alındığında yukarıdaki bulgular, araştırmamızın bulgularını destekler niteliktedir.

Ancak kişilik özellikleri göz önüne alındığında kişisel ve sosyal uyum düzeyleri görece daha düşük olan ve kendilerini yalnızlığa daha yatkın olarak tanımlayan kişiler için internet aynı zamanda bir fırsata dönüşebilmektedir. Günlük yaşamda çevresiyle iletişim kurmakta ve kendini ifade etmekte sıkıntılar yaşayan bireyler için internet, ideal benliklerini ortaya koyabilecekleri, olumlu özelliklerini ön plana çıkartıp, olumsuz özelliklerini gizleyebilecekleri bir ortam sunmaktadır.

Amerika nüfusunu temsilen ele alınan gruplarla yapılan iki araştırmada, internet kullanıcılarında olumlu sosyal davranışlarda ya da aile, arkadaşlar ve iş arkadaşlarıyla olan ilişkilerde bir bozulma gözlemlenmemiştir (Robinson, Kestnbaum, Neustadt ve Alvarez, 2000; UCLA Center for Communication Policy, 2000) ve diğer araştırmada da internet kullanımının mevcut ilişkileri güçlendirdiği ve yeni sosyal ağlar oluşturduğu sonucu ortaya çıkmıştır (Activmedia, 1998, Katz ve Aspden, 1997: Akt. Morahan-Martin ve Schumacher, 2000).

İnternet kullanımı sosyal ve duygusal problemler ortaya çıktığında gerçek hayattan duygusal bir kaçış olabilir (Scherer, 1997). Bu noktada kaliteli sosyal ilişkiler kuramayan ya da sürdüremeyen bireyler internette sosyal ve duygusal ilişkiler bulabilir ve boş zamanlarını burada aktif bir biçimde değerlendirebilirler. Literatür, sohbet seanslarına dahil olmanın yalnızlık duygusunu azaltabileceğini ve algılanan sosyal desteği artırdığını ileri sürmektedir (Shaw ve Gant, 2002: Akt. Kesici ve Şahin, 2009).

Griffiths (1997: Akt. Shapira ve ark., 2003) internetteki RPG oyunlarında bir maskenin ardına saklanılabildiğini, bunun psikolojik bir getirisi olmadığını ve bu oyunların

problematik internet kullanıcısının direkt insan etkileşiminden kaçınmasına olanak sağladığını belirtmiştir.

İnterneti kötüye kullananlar genelde kötü hissettiklerinde, kaygılı olduklarında ya da yalnız kaldıklarında internete girer (Anderson, 1998; Scherer, 1997). Ayrıca patolojik internet kullanıcılarının diğerlerine göre internet kullanmak için daha fazla sebepleri vardır ve interneti dinlenmek-eğlenmek (rahatlamak, kumar oynamak, oyun oynamak, zaman geçirmek, pornografik içerikli sitelere girmek ve sanal gerçeklik), gerçek hayat bağlantısı olmayan sosyallik (yeni insanlarla tanışmak, ortak zevkleri paylaştıkları insanlarla konuşmak, fikirleri ya da hayalleri paylaşmak) ve duygusal destek almak için kullanırlar (Akt. Morahan-Martin ve Schumacher, 2000).

Bu sonuçlar dikkate alındığında ise uzun süreli internet kullanımının olumsuz sonuçlarına dikkat çekenlerin aksine ikinci bir görüş ortaya çıkmaktadır. Bu görüşe göre internet, kişilerin arkadaş çevrelerini genişletmelerine, günlük yaşamın stresinden uzaklaşmalarına ve yeni aktivite ortamları oluşturabilmelerine imkan sağlamaktadır. Hatta sosyal becerilerde dezavantajlı özelliklere sahip bir takım kişilerin dahi internetin sunduğu imkanlar sayesinde, kendilerini daha iyi hissedebilmelerine ve daha fazla sosyal destek algılamalarına katkı sağlayabilecek olan bir ortama kavuşabilmektedirler. Bu durum problemlili internet kullanımının kişisel ve sosyal uyumun bozulmasında etkisi olduğu düşünülen araştırmamızın sonuçlarıyla örtüşmemektedir.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde problemlili internet kullanımı ile uyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi sonucu elde edilen sonuçlara ve bu sonuçlara ilişkin önerilere yer verilmiştir.

Cinsiyet değişkenine göre problemlili internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür.

1. Erkek ergenlerin internet'in olumsuz sonuçları puan ortalamaları kız ergenlerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

2. Erkek ergenlerin sosyal fayda sosyal/rahatlık puan ortalamaları kız ergenlerden anlamlı düzeyde yüksektir.

3. Erkek ergenlerin aşırı kullanım puan ortalamaları kız ergenlerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Okul türü değişkenine göre genel lise ve meslek lisesi öğrencilerinin problemlili internet kullanımı toplam puanları Anadolu lisesi ve imam hatip lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur

4. Okul türü değişkenine göre ergenlerin internet'in olumsuz sonuçları puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

5. Meslek lisesi öğrencilerinin sosyal fayda sosyal/rahatlık puan ortalamaları Anadolu lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

6. Genel lise öğrencilerinin aşırı kullanım puan ortalamaları Anadolu lisesi ve imam hatip lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Sınıf düzeyi değişkenine göre ergenlerin problemlili internet kullanımı toplam puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Ergenlerin, uyum toplam puanı ile problemlili internet kullanımı toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

7. Öğrencilerin Reynolds ergenler için uyum tarama envanterinin anti sosyal davranış alt ölçeği ile problemlili internet kullanımı ölçeğinin alt boyutları ve problemlili internet kullanımı toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

8. Öğrencilerin Reynolds ergenler için uyum tarama envanterinin öfke kontrol problemi alt ölçeği ile problemlili internet kullanımı ölçeğinin alt boyutları ve problemlili internet kullanımı toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

9. Öğrencilerin Reynolds ergenler için uyum tarama envanterinin duygusal sıkıntılar alt ölçeği ile problemlili internet kullanımı ölçeğinin alt boyutları ve problemlili internet kullanımı toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

10. Öğrencilerin Reynolds ergenler için uyum tarama envanterinin olumlu benlik alt ölçeği ile problemlili internet kullanımı ölçeğinin alt boyutları ve problemlili internet kullanımı toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur.

Elde edilen sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki öneriler geliştirilebilir:

Problemlili internet kullanımı alt boyutlarından alınan puanların erkek ergenler için daha yüksek olduğu dikkate alındığında, okul yönetimlerinin ve rehberlik servislerinin işbirliği ile yapılacak olan önleme çalışmalarına ağırlık verilmesi yerinde olacaktır.

Problemlili internet kullanımı sebebiyle psikolojik danışma ve rehberlik servislerine başvuran öğrencilerin, problemlilerinin kaynağıyla ilişkili olabilecek uyum sorunlarının dikkate alınması yerinde olacaktır.

Ergenlerin karşılaştıkları uyum sorunlarını aşmalarında yardımcı olabilecek sosyal faaliyet programlarının yaygınlaştırılması, aynı zamanda internete olan düşkünlüğün azalmasına da katkı sağlayacaktır.

Okullardaki bilgisayar derslerinde, temel teorik bilgilerin yanı sıra nitelikli ve amaca yönelik internet kullanım davranışlarının önemini vurgulayan içeriklere yer verilmesi problemlili internet kullanımlarının önlenmesine yardımcı olacaktır.

Problemlili internet kullanımına ilişkin farklı değişkenlerin etkisinin araştırıldığı değişik örneklerdeki yeni araştırmalar, literatürdeki sınırlı sayıdaki verilerin geliştirilmesine ve ülke çapına genellenmesine katkı sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

- Akkök, F. ve Kocabaş. E. Ö. (2007), Uluslar arası Bakalorya (IB) ve normal lise programına devam eden öğrencilerin aile içi iletişim ve sosyal beceriler açısından karşılaştırılmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (27), 157-164.
- Aksu, H., İrgil, E., (2003) İnternetin Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi 5. ve 6. Sınıf Öğrencilerinin Hayatındaki Yeri, *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 29 (2): 19-23
- Aktaş, Y. (1997). Üniversite öğrencilerinin uyum düzeylerinin incelenmesi: uzunlamasına bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13: 107-110.
- Alver., B. (1998). *Bireylerin uyum ve empatik beceri düzeyleri arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Amichai-Hamburger, Y. ve Ben-Artzi, E. (2003). Loneliness and internet use. *Computers in human behavior*, 19: 71-80.
- Amichai-Hamburger, Y. (2007). Internet and well-being. *Computers in Human Behavior*, 23: 893-897.
- Anderson, K. J. (2001). Internet use among college students: An exploratory study. *Journal Of American College Health*, 50(1): 21-26.
- Avcı, M. (2003). *Lise öğrencilerinin toplumsal uyum düzeylerine etki eden toplumsal nedenler* (Erzurum ili merkez örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Bayraktutan, F. (2005). *Aile içi ilişkiler açısından internet kullanımı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi.
- Beard, K. ve Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3): 377-383.

- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior* 18: 553-575
- Ceyhan E., Ceyhan A. A., Gürcan A. (2007). The validity and reliability of the problematic internet scale use. *Educational Sciences: Theory & Practise*, 7: 387-416.
- Ceyhan, E. (2008a). Ergen ruh sağlığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(2): 109-116.
- Ceyhan, A. A. (2008b). Predictors of problematic internet use on Turkish universty students. *CyberPsychology & Behavior*, 11(3): 363-366.
- Chen, Y. ve Peng, S. S. (2008). University students' internet use and its relationships with academic performance, interpersonal relationships, psychosocial adjustment, and self-evaluation. *CyberPsychology & Behavior*, 11 (4): 467-469.
- Cheng, C., Yeh, Y., Ko, H. ve Wu, J. Y. (2008). Gender differences in relationships of actual and virtualsocial support to internet addiction mediated through depressive symptoms among college students in taiwan. *CyberPsychology & Behavior*, 11(4): 485-487.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17: 187-195.
- Davis, R. A., Flett, G. L. ve Besser, A. (2002). Validation of a new scale for measuring problematic internet use: Implications for pre-employment screening. *CyberPsychology & Behavior*, 5(4): 331-345.
- Demirutku, K. (2006, 11 Mayıs). Çocuklar İçin Güvenli İnternet Kullanımı, Erişim: 5 Ocak 2009, <http://www.egebireyselgelisim.com/index.php/ergen-cocuk-psikolojisi-ergenlik-donemi/cocuk-ergen-psikolojisi-makaleleri/26-cocuklar-icin-guvenli-internet-kullanimi>
- Demetrovics, Z., Szeredi, B. ve Rozsa, S. (2008). The three-factor model of internet addiction: The development of the problematic internet use questionnaire. *Behavior Research Methods*, 40(2): 563-574.

- DiNicola, M. D. (2004). Pathological internet use among college students: The prevalence of pathological internet use and its correlates. Ohio University.
- Doruk, D. (2007). *Öğrenme isteksizliğinin internet kullanımıyla ilişkilendirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi
- Duman, S. (2008). *Almanyada yaşayan 13-16 yaşları arasında spor yapan ve yapmayan Türk öğrencilerinin uyum düzeylerinin belirlenmesi ve karşılaştırılması*. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Duru., E. (2008). Üniversiteye uyum sürecinde yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın doğrudan ve dolaylı rolleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (29), 14-22.
- Gander, M. J. ve Gardiner, H. W. (2007). *Çocuk ve ergen gelişimi*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Geçtan, E. (2004). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar* (17. baskı), İstanbul: Metis Yayınları
- Göktaş, İ. ve Kayri, M. (2005) E-Öğrenme ve Türkiye Açısından Sorunlar, Çözüm Önerileri, *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Elektronik Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 2, Erişim: 5 Ocak 2009, http://efdergi.yyu.edu.tr/makaleler/cilt_II/ozetler/ig_mkayri.htm
- Gönül, A. S. (2002). Patolojik İnternet Kullanımı (İnternet Bağımlılığı/ Kötüye Kullanımı). *Yeni SYMPOSIUM*, 40(3): 105-110.
- Hamarta, E. (2009). Examining the social anxiety of adolescents with regards to interpersonal problem solving and perfectionism. *Elementary Education Online*, 8 (3): 729-740.
- Jones, R. N. (ty), *Danışma Psikolojisi Kuramları*. (F. Akkoyun, V. Duyan, S. Doğan, B. Eylem, F. Korkut, çev.), (Orijinal çalışma basım tarihi 1981.)
- Kelleci, M. (2008). İnternet, cep telefonu, bilgisayar oyunlarının çocuk ve gençlerin ruh sağlığına etkileri. *TAF Prev Med Bull*, 7(3): 253-256.
- Kesici, Ş. ve Şahin, İ. (2009). A comparative study of uses of the internet among college students with and without internet addiction. *Psychological Reports*, 105 (3): 1103-1112.

- Köksal, A. (2000). Müzik eğitimi alma, cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre ergenlerin empatik becerilerinin ve uyum düzeylerinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18: 99-107.
- Köksal, A. (1997). *Müzik eğitimi alan ve almayan ergenlerin empatik becerilerinin ve uyum düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi.
- Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik Psikolojisi*. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Kurç, G. 1990. Kişisel, Sosyo-Ekonomik ve Kültürel Bazı Değişkenlerin Gençlerin Uyum Alanları ve Uyum Yöntemlerine Etkisi. *Eğitim ve Bilim*, 14(76): 3-9.
- Meriç, B. (2007). *Boşanmış ailelerdeki ergenlerin uyum düzeylerini ve sosyal becerilerini geliştirmeye yönelik bir grup rehberliği çalışmasının sınanması*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi.
- Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16: 13-29.
- Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the internet. *Computers in Human Behavior*, 19: 659-671.
- Nalwa, K. ve Anand, A.P. (2003). Internet addiction in students: A cause of concern. *CyberPsychology & Behavior*, 6(6): 653-656.
- Odabaşı, H. F., Çoklar, A. N ve Kabakçı, I. (2007). Yeni dünya: İnternet – Ailelerin yeni dünyadaki sorumlulukları nelerdir?. 8. Aybastı-Kabataş Kurultayı .
- Oğuz, B. ve ark., (2008, 30 Ocak-1 Şubat). Tıp öğrencilerinin internette bilişsel durumları. *Akademik Bilişim*, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi.
- Onur, B., (1995). *Ergenliği Anlamak*. İmge Kitabevi, Ankara.
- Özcan, N. K. Ve Buzlu, S. (2005, 31 Mart). Problemler İnternet Kullanımını Belirlemede Yardımcı Bir Araç: “İnternette Bilişsel Durum Ölçeği”nin Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik ve Güvenirliği. *Bağımlılık Dergisi*, 6, 1, s: 19-26.
- Özgüven, H. D. Ve Tuncer, E. T. (1997). Uyum bozukluğu. *Kriz Dergisi*, 5 (2): 87-94.

- Özgüven, İ. E. (1992). Üniversite öğrencilerinin sorunları ve başetme yolları. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2: 5-13.
- Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D. ve ark. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1): 36-41.
- Qualman, E. (2010). Socialnomic, Erişim: 18 Nisan 2010, <http://www.ntvmsnbc.com/id/25093315/>
- Reynolds, M, W (2001). Reynolds Adolescent Adjustment Screening Inventory, Professional Manual. *Psychological Assessment Resources, Inc, USA*.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., ve ark. (2000). *Psychiatric features of individuals with problematic internet use. Journal of Affective Disorders* 57: 267-272.
- Shapira, N. A., Lessing, M. C., Goldsmith, T. D ve ark. (2003). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*,17: 207-216.
- Steinberg, L. (2007), *Ergenlik* (1. baskı), (F. Çok, H. Ercan, M. Artar ve ark., çev.), Ankara: İmge Kitabevi.
- Şahin, İ. (2009). Eğitsel internet kullanım özyeterliği inançları ölçeğinin geçerliği ve güvenilirliği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21: 461-471.
- T.C. M.E.B-Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü. *İnternet* (t. y.) Erişim: 5 ocak 2009, http://egitek.meb.gov.tr/dersdesmer/DersDestek/dersdestekmerkezi/BilgKitap/pdf/BOLUM8_internet.pdf
- Ürkkahraman, M. ve Çalışkan, A., (t. y.) 'Reel Dünya'dan 'Sanal Dünya'ya Yolculuk Mekanları Olarak Bilişim Suçları Kapsamında İnternet Kafeler, Erişim: 5 Ocak 2009, <http://www.caginpulisi.com.tr/47/4-5-6-7-8.htm>
- Toy, B. (2006). *Sanat eğitimi alan ve almayan 15-17 yaş grubundaki ergenlerin sosyal uyumlarının ve benlik tasarım düzeylerinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.

- Valkenburg, P. M., Peter, J. ve Schouten, A. P. (2006). Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem. *CyberPsychology & Behavior*, 9 (5): 584-590.
- Whang, L. S., Lee, S. ve Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: A behavior sampling analysis on internet addiction. *CyberPsychology & Behavior* 6 (2): 143-150
- Ybarra, M. (2004). Linkages between depressive symptomatology and internet harassment among young regular internet users. *CyberPsychology & Behavior* 7 (2): 247-257.
- Yeğen, B. (2008). *Orta öğretim öğrencilerinin sosyal uyumları ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (kadıköy ilçesi örneği)*, Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi.
- Yellowlees, P. M. ve Marks, S. (2007). Problematic internet use or internet addiction. *Computers in Human Behavior* 23 : 1447-1453.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction the emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3): 237-244.

EKLER

Ek – 1: KİŞİSEL BİLGİ FORMU**Rumuz veya Adı-Soyadı:****Yaş:****Cinsiyet:** K () E ()**Okulu:****Sınıfı:****Eğitim düzeyi:** *Anne:* İlköğretim () Lise () Lisans () Yüksek lisans () Doktora ()*Baba:* İlköğretim () Lise () Lisans () Yüksek lisans () Doktora ()**Aile gelir durumu:** 0-1000 ytl () 1000-2000 ytl () 2000-3000 ytl 3000 ve üzeri ()**Kardeş sayısı:****Kaçıncı çocuk olduğu:****Anne baba evlilik durumu:**

Birlikte () Boşanmış () Üvey: Anne ()/ Baba ()

Günlük internet kullanım süresi:

15-45 dk() 1-2 saat() 3-4 saat() 4-5 saat () 6 saat ve üzeri ()

İnternet için harcanan günlük harçlık miktarı:

1-5 ytl () 5-10 ytl () 10-20 ytl () 20 ytl ve üzeri ()

Ek – 2: PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ÖLÇEĞİ

Açıklama: Bu anket, bireylerin internet kullanım davranışlarını betimlemek için hazırlanmıştır. Sizden istenen, internet kullanırken genellikle gösterdiğiniz davranışları dikkate alarak, aşağıdaki ifadelerden her birinin size uygunluk derecesini belirlemenizdir.

Bu amaçla, ilk önce her bir ifadeyi okuyunuz ve daha sonra her bir ifadenin karşısındaki “**Tamamen Uygun**”, “**Oldukça Uygun**”, “**Biraz Uygun**” “**Nadiren Uygun**”, ve “**Hiç Uygun Değil**” seçeneklerinden kendi durumunuza uygun olan bir seçeneği belirleyiniz. Bu seçeneği belirledikten sonra o seçeneğe ait parantezin içerisine çarpı (X) işareti koyunuz.

Lütfen, hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Yanıtlarken kendi internet kullanım davranışlarınızı olduğu gibi yansıtmayı, sonuçların daha sağlıklı değerlendirilmesine katkıda bulunacaktır. Yanıtlarınız ile bu bilimsel araştırmaya katıldığınız için teşekkürler.

	Tamamen uygun ↓	Oldukça uygun ↓	Biraz uygun ↓	Nadiren uygun ↓	Hiç uygun değil ↓
1. İnternet bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime “birkaç dakika daha” diyorum.....	()	()	()	()	()
2. İnternette geçirdiğim zaman çoğunlukla uyku süremi azaltıyor.....	()	()	()	()	()
3. İnternet ortamında elde ettiğim saygıyı günlük yaşamımda bulamıyorum.....	()	()	()	()	()
4. İnternette, diğer ortamlara göre daha kolay ilişki kuruyorum	()	()	()	()	()
5. İnternette ismimi gizlemek beni daha özgür kılıyor	()	()	()	()	()
6. Çok istememe rağmen interneti uzun süre kullanmaktan bir türlü vazgeçemiyorum.....	()	()	()	()	()
7. İnternete gerekmedikçe girmekten kaçınıyorum....	()	()	()	()	()
8. Yalnızlığımı internetle paylaşıyorum.....	()	()	()	()	()
9. Tekrar internete girene kadar kendimi huysuz, karamsar, rahatsız ve huzursuz hissediyorum.....	()	()	()	()	()
10. Problemlerimden bunaldığımda sığındığım en iyi yer internettir.....	()	()	()	()	()
11. Birisi internette ne yaptığımı sorduğunda savunmacı ve gizleyici oluyorum.....	()	()	()	()	()
12. Planladığımın dışında fazladan bir dakika bile interneti kullanmıyorum.....	()	()	()	()	()

13. İnternette bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum..... () () () () ()
14. İnternete giremediğim zaman, internette olmayı düşünmekten kendimi alıkoyamıyorum.....() () () () ()
15. İnternette, kontrol benden çıkıyor..... () () () () ()
16. İnternet yüzünden yemek yemeyi unuttuğum zamanlar oluyor..... () () () () ()
17. İnternette daha fazla vakit geçirmek için günlük işlerimi ihmal ediyorum..... () () () () ()
18. Sosyal aktiviteler için para harcamaktansa internete erişmek için harcamayı tercih ediyorum () () () () ()
19. Sürekli ziyaret ettiğim internet sitelerini bir gün dahi girememeye tahammül edemiyorum.. () () () () ()
20. İnternet kullandığım süre boyunca her şeyi unutuyorum..... () () () () ()
21. Yapmam gereken işler çoğaldıkça, internet kullanma isteğim de o ölçüde artıyor..... () () () () ()
22. İnternet, yapmam gerekenleri ertelemek için vazgeçilmez bir araçtır.....() () () () ()
23. İnternet kullanımım, benim için önemli kişilerle olan ilişkilerimde problem yaşamama neden oluyor() () () () ()
24. İnternet kullanırken başkalarının beni meşgul etmesine öfkeleniyorum..... () () () () ()
25. İnterneti kullanmasam bile sürekli aklımda () () () () ()
26. İnternette kendimi çok özgür hissediyorum..... () () () () ()
27. İnternette çok fazla zaman geçirdiğim için başarıım düşüyor..... () () () () ()
28. İnternet kullanmayı bırakamadığım için randevularıma veya derslerime geç kalıyorum.....() () () () ()
29. Sabahları uyandığымda bir an önce internete bağlanmak istiyorum..... () () () () ()
30. İnternet kullanırken zamanın nasıl geçtiğini hiç anlayamıyorum..... () () () () ()
31. İnternet beni kendisine esir ediyor..... () () () () ()
32. İnternet ortamında genellikle kendimi huzurlu hissediyorum..... () () () () ()
33. İnternet yoluyla iletişim kurmayı, yüz yüze iletişim kurmaya tercih ediyorum.....() () () () ()

Ek – 3: REYNOLDS ERGENLER İÇİN UYUM TARAMA ENVANTERİ

		Hemen hemen Hiçbir Zaman	Bazen	Hemen hemen Her Zaman
	“GEÇTİĞİMİZ 6 AY İÇİNDE”, bazı duygu ve davranışlarla ilgili olarak aşağıda verilen ifadelerden size uygun olanı ve olmayanı belirleyip uygun seçeneklerden birini işaretleyin.			
1	Hayatımda her şeyin yolunda gittiğini hissettim.			
2	Öğretmenlerim veya ailemle tartıştım.			
3	Madde veya alkol kullandım.			
4	Arkadaşlarım veya ailemle beraber olmaktan hoşlandım.			
5	Çileden çıktım.			
6	Kendimi iyi hissettim.			
7	Yetişkinlerle tartıştım.			
8	Yetişkinler benden ne istedilerse yaptım.			
9	İnsanları rahatsız edecek davranışlarda bulundum.			
10	Bir şey yapmam istendiğinde tam aksini yaptım.			
11	Çok kızgındım.			
12	Başkalarından öç almak istedim.			
13	Evde veya okulda kuralları çiğnedim.			
14	Geceleri iznimden daha fazla dışarıda kaldım.			
15	Kendimi öyle kaybettim ki evde veya okulda bir şeyler fırlattım.			
16	Yeni insanlarla tanışırken kendimi rahat hissettim.			
17	Yasalara aykırı davranışlarda bulundum.			

18	Çok yalnızdım.			
19	Arkadaşlarımla çok eğlendim.			
20	Çok gergindim.			
21	Okulda veya işte başım derde girdi.			
22	Sinirliydim.			
23	Çökkün ve üzgündüm.			
24	Aileme nerede olduğumu söylemeden evden uzaklaştım.			
25	Çalışmadım ve ödevlerimi yapmadım.			
26	Birçok şeye endişelendim.			
27	Geleceğimle ilgili birçok şeyden kaygılandım.			
28	Uyumakta güçlük çektim.			
29	Alt üst oldum.			
30	Dikkatimi yoğunlaştırmada güçlük çektim.			
31	Sebepsiz yere ağlamak istedim.			
32	Kötü olduğunu bildiğim bazı şeyler yaptım.			