

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**ADÖLESANLARIN PROBLEMLİ İNTERNET
KULLANIMI VE SOSYAL GÖRÜNÜŞ
KAYGISININ AKILLI TELEFON
BAĞIMLILIĞINA ETKİSİ**

ÖZLEM KOCA

**ÇOCUK SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI HEMŞİRELİĞİ
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

İZMİR-2020

TEZ KODU:DEU.HSI.MSc- 2017970032

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**ADÖLESANLARIN PROBLEMLİ İNTERNET
KULLANIMI VE SOSYAL GÖRÜNÜŞ
KAYGISININ AKILLI TELEFON
BAĞIMLILIĞINA ETKİSİ**

**ÇOCUK SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI HEMŞİRELİĞİ
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

ÖZLEM KOCA

Danışman Öğretim Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi DİJLE AYAR

TEZ KODU:DEU.HSI.MSc- 2017970032

Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Yüksek Lisans programı öğrencisi Özlem KOCA “**Adölesanların Problemlili İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısının Akıllı Telefon Bağımlılığına Etkisi**” konulu Yüksek Lisans tezini **15.06.2020** tarihinde başarılı olarak tamamlamıştır.

Dr. Öğr. Üyesi Dijle AYAR

BAŞKAN

Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi

Prof. Dr. M. Candan ÖZTÜRK

ÜYE

Yakın Doğu Üniversitesi
Hemşirelik Fakültesi

Doç. Dr. Murat BEKTAŞ

ÜYE

Dokuz Eylül Üniversitesi
Hemşirelik Fakültesi

Doç. Dr. Gülçin ÖZALP GERÇEKER

YEDEK ÜYE

Dokuz Eylül Üniversitesi
Hemşirelik Fakültesi

Dr. Öğr. Üyesi Elif ULUDAĞ

YEDEK ÜYE

Pamukkale Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Fakültesi

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER.....	i
TABLolar DİZİNİ.....	iv
ŞEKİLLER DİZİNİ	v
KISALTMALAR	vi
TEŞEKKÜR	vii
ÖZET	1
ABSTRACT	2
1.GİRİŞ VE AMAÇ	3
1.1 Problemin Tanımı ve Önemi	3
1.2. Araştırmanın Amacı	4
1.3. Araştırmanın Hipotezleri	5
2. GENEL BİLGİLER.....	6
2.1. Adölesan Dönem ve Özellikleri	6
2.2.Adölesanlarda İnternet Kullanımı	6
2.2.1.Problemlİ İnternet Kullanımı	8
2.2.1.2. Adölesanlarda Problemlİ İnternet Kullanımı	10
2.2.1.2.1.Adölesanlarda Problemlİ İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişki.....	11
2.3. Adölesanlarda Akıllı Telefon Kullanımı	14
2.3.1. Adölesanlarda Akıllı Telefon Bağımlılığı	15
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	19
3.1. Araştırmanın Tipi:	19
3.2. Araştırmanın Yeri ve Zamanı:	19
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi:	19
3.4. Çalışma Materyali	20
3.5. Araştırmanın Değişkenleri:.....	20

3.5.1. Bağımsız değişkenler:	20
3.5.2. Bağımlı değişkeni:	20
3.6. Veri Toplama Araçları ve Özellikleri	20
3.6.1. Tanımlayıcı Bilgi Formu (Ek-2)	20
3.6.2. Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu (PİKÖ-E) (Ek-3).....	20
3.6.3. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu (SGKÖ-E) (Ek-4).....	22
3.6.4. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (ATBÖ) (Ek-5)	22
3.7. Araştırma Planı	25
3.8. Verilerin Değerlendirilmesi	26
3.9 Tezin Bütçesi	26
3.10. Araştırmanın Sınırlılıkları	26
3.11. Etik Kurul Onayı:	26
4.BULGULAR	28
5.TARTIŞMA.....	37
5.1. Problemlı İnternet Kullanımı ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişki	37
5.2. Sosyal Görünüş Kaygısı ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişki.....	39
5.3. Problemlı İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısının Birlikte Akıllı Telefon Bağımlılığı Üzerine Etkisi	40
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	43
6.1. Sonuçlar	43
6.2. Öneriler.....	44
7. KAYNAKLAR.....	45
8. EKLER	56
EK-1. Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu İzin Yazısı	56
EK-1. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu İzin Yazısı	57
EK-3. Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu (PİKÖ-E)	60
EK-4. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu	61
EK-5. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği.....	62

EK-6. Ebeveyn Onay Formu	64
EK-7. İstanbul Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü İzni.....	66
EK-9 Özgeçmiş	70



TABLULAR DİZİNİ

Tablo 1. Young'ın Problemlı İnternet Kullanımı Tanı Ölçeği	9
Tablo 2. Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu'nun Alt Boyutlarına İlişkin Özellikler	21
Tablo 3. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği'nin Alt Boyutlarına İlişkin Özellikler.....	23
Tablo 4. Adölesanlara İlişkin Tanımlayıcı Bulgular	28
Tablo 5. Adölesanların Ölçeklerden Aldıkları Toplam Puan Ortalamaları.....	32
Tablo 6. Adölesanların Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Kullanılan Ölçek ve Alt Boyut Puan Ortalamaları Arasındaki İlişki	33
Tablo 7. Adölesanların Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu Alt Boyutlarının Akıllı Telefon Bağımlılığını Yordama Durumu.....	34
Tablo 8. Adölesanların Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu Toplam Puan Ortalamalarının Akıllı Telefon Bağımlılığını Yordama Durumu.....	35
Tablo 9. Adölesanların Problemlı İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Toplam Puan Ortalamalarının Akıllı Telefon Bağımlılığını Yordama Durumu	36

SEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. Akıllı Telefon Bağımlılığı Belirti ve Bulguları	17
Şekil 2. Araştırma Planı.....	25



KISALTMALAR

ATKÖ: Akıllı Telefon Kullanım Ölçeği

CFI:Comparative Fit Index

GFI:Goodness-of-Fit Index

IFI:Incremental Fit Index

KMO:Kaiser-Meyer-Olkin

MIAC:Ministry of Internal Affairs and Communications

NFI:Normed Fit Index

NNFI:Non-Normed Fit Index

PIKÖ-E:Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği Ergen Formu

RMSEA:Root Mean Square Error of Approximation

SGKÖ-E:Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Ergen Formu

TÜİK:Türkiye İstatistik Kurumu

TEPA: Türkiye Ergen Profili Araştırması

VIF:Variance Inflation Factor

WHO: World Health Organization

TEŞEKKÜR

Tez sürecimin her aşamasında, bilgi ve deneyimiyle desteğini esirgmeden her zaman yol gösterici olan, hocam ve danışmanım sayın **Dr. Öğr. Üyesi Dijle Ayar'** a,

Değerli hocalarım **Prof. Dr. Candan Öztürk** ve **Doç. Dr. Murat Bektaş'a**

Çalışmamıza katılan **Değerli Öğrencilere**

Eğitim ve iş hayatım boyunca her konuda inancımı bir kez bile yitirmeden yanımda olan sevgili nişanlım **Umut Şensoy'a**,

Desteklerini her zaman yanımda hissettiğim **aileme** sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Özlem KOCA

ÖZET

ADÖLESANLARIN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI VE SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISININ AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞINA ETKİSİ

Özlem KOCA, Dokuz Eylül Üniversitesi

Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Amaç: Bu çalışmanın amacı, adölesanlarda problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığına etkisini değerlendirmektir.

Yöntem: Çalışmaya 700 adölesan dahil edilmiştir. Adölesanların tanımlayıcı bilgilerinin değerlendirilmesinde sayı, yüzde ve ortalama analizi kullanılmıştır. Problemlı internet kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki ile sosyal görünüş kaygısı ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki pearson korelasyon analizi ile belirlenmiştir. Problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığı üzerine etkisi regresyon analizi ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Adölesanların yaş ortalaması 15.67 ± 1.02 olup, %56.9'u (n=398) erkektir. Adölesanların problemlı internet kullanımı ölçeği birinci alt boyutu ve akıllı telefon bağımlılığı arasında pozitif yönde güçlü düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=0.651$, $p<0.001$). Problemlı internet kullanımı ölçeği ikinci ve üçüncü alt boyut puan ortalamaları ile akıllı telefon bağımlılığı arasında ise pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=0.554$, $p<0.001$; $r=0.466$, $p<0.001$). Adölesanların sosyal görünüş kaygısı ile akıllı telefon bağımlılığı arasında da ($r=0.454$, $p<0.001$) orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Yapılan modelleme sonucunda; problemlı internet kullanımı tüm alt boyutları akıllı telefon bağımlılığının %47'sini ($R^2=0.465$) açıklarken, sosyal görünüş kaygısı %21'ini ($R^2=0.207$) ve çalışmadaki tüm değişkenler hep birlikte akıllı telefon bağımlılığının %51'ini ($R^2=0.510$) açıklamaktadır.

Sonuç: Adölesanların problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısı akıllı telefon bağımlılığını etkilemektedir.

Anahtar Kelimeler: Problemlı internet kullanımı, sosyal görünüş kaygısı, akıllı telefon bağımlılığı

ABSTRACT

THE EFFECT OF PROBLEMATIC INTERNET USE AND SOCIAL APPEARANCE ANXIETY ON ADOLESCENTS' SMARTPHONE ADDICTION

**Özlem KOCA, Dokuz Eylül University,
Institute of Health Sciences**

Objective: The aim of this study is to evaluate the effect of problematic internet use and social appearance anxiety on smartphone addiction of adolescents.

Method: The study includes 700 adolescents. Descriptive statistical methods including number, percentage and average tests were used to evaluate data. Pearson correlation analysis was used to evaluate the relationship between problematic internet use and smartphone addiction with social appearance anxiety and smartphone addiction. The effect of problematic internet use and social appearance anxiety on smartphone addiction was evaluated by regression analysis.

Results: The mean age of adolescents included in this study was 15.67 ± 1.02 and 56.9% (n=398) are male. It was found that there was a relationship between adolescents' first subscale mean scores of problematic internet use scale and smartphone addiction ($r = 0.651$, $p < 0.001$). It was found that there was a correlation between the mean scores of second and third subscale of problematic internet use scale and smartphone addiction ($r = 0.554$, $p < 0.001$; $r = 0.466$, $p < 0.001$). However, a moderate significant positive relationship was observed between social appearance anxiety and smartphone addiction ($r = 0.454$, $p < 0.001$). As a result of our modeling; All subscale of problematic internet use explain 47% of smartphone addiction ($R^2 = 0.465$), while social appearance anxiety explains 21% ($R^2 = 0.207$) and all variables of this study explain 51% of smartphone addiction ($R^2 = 0.510$).

Conclusion: Problematic internet use and social appearance anxiety affects smartphone addiction.

Key Words: Problematic internet use, social appearance anxiety, smartphone addiction.

1.GİRİŞ VE AMAC

1.1 Problemin Tanımı ve Önemi

Tüm dünyada internet, bilgisayar ve akıllı telefon gibi teknolojik aletlerin kullanımı giderek artmaktadır (World Health Organization [WHO], 2016). Yapılan çalışmalar Türkiye’de internet kullanım oranının %75.3 olduğunu, hanelerin %88,3’ünün evden internet erişiminin olduğunu (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2019), ayrıca bireylerin %96,8’inin cep telefonu veya akıllı telefona sahip olduğunu göstermektedir (TÜİK, 2015). Altı-15 yaş aralığındaki çocukların interneti ilk kez ortalama dokuz yaşında deneyimledikleri, ayrıca bu yaş grubundaki çocukların %24,3’ünün cep telefonu kullandığı belirlenmiştir (TÜİK, 2013).

Çocukların telefon kullanım amaçları incelendiğinde; %92,8’inin sohbet etmek, %66,8’inin oyun oynamak, %65,4’ünün mesajlaşmak ve %30,7’sinin ise internete erişim amaçlı kullandıkları saptanmıştır (TÜİK, 2013). Diğer yaş gruplarına kıyasla adölesanların, oyun oynama isteği ve sosyal medya kullanımı gibi nedenlerle günlük internette geçirdikleri süre fazladır. Adölesanların sosyal ve duygusal gelişiminin büyük bir kısmı internet ve cep telefonları ile gerçekleşmektedir (Yavuz, 2018). Ancak internetin aşırı ve uygunsuz kullanımı beraberinde problemlerle internet kullanımını da gündeme getirmektedir (Spada, 2014; Akar, 2017; Vadher, Panchal, Vala, Ratnani ve arkadaşları, 2019).

Adölesanlar, problemlerle internet kullanımını açısından diğer yaş gruplarına kıyasla daha risklidir (Haug, Castro, Kwon, Filler ve arkadaşları, 2015). Adölesanların teknolojiye olan yakın ilgisi, interneti diğer yaş gruplarına kıyasla daha fazla kullanmaları, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimlerinin devam ediyor olması, adölesanları problemlerle internet kullanımını açısından potansiyel bir risk grubu haline getirmektedir (Kwon, Lee, Won, Park ve arkadaşları, 2013). Yapılan çalışmalar problemlerle internet kullanımını ile sosyal görünüş kaygısı arasında da ilişki olduğunu göstermektedir (Zorbaz ve Tuzgöl Dost, 2014; Doğan ve Çolak, 2016).

Sosyal görünüş kaygısı, bireyin fiziksel görünüşüne yönelik yaşadığı gerginlik ve anksiyete olarak tanımlanmaktadır (Amil ve Bozgeyikli, 2015). Ayrıca bireyin dış görünüşüyle ilgili olumsuz düşünce ve duygularını, kendisini diğer insanlardan daha az çekici bulmasını, dış görünüşünden utanmasını ifade eder (Hart, Flora, Palyo, Fresco ve arkadaşları, 2008). Özellikle adölesanlar için beden imajı/sosyal görünüş önemli bir kavram olup, bu dönem adölesanların

kendi görünüşleri ve akranlarının görünüşleri ile yakından ilgilendikleri ve değerlendirdikleri önemli bir dönemdir (White ve Warren, 2014).

İnternet, sosyal ağlarla adölesanların ihtiyaç duyduğu sosyalleşmeyi, arkadaş edinmesini ve geri bildirim almasını sağlaması nedeniyle adölesanlar için çok önemlidir (Akar, 2017). Sosyal görünüş kaygısı yüksek olan adölesanlar, internetin kimliklerini ve görünümelerini gizlemesi, ayrıca yaşadıkları kaygı belirtilerini de gizlemesi nedeniyle yüz yüze etkileşime kıyasla internet kullanımının daha güvenli olduğunu ifade etmektedirler. Sosyal iletişim ağı kullanan adölesanlar, stres duydukları istenmeyen özelliklerini (fiziksel görünüm, utangaçlık, düşük benlik saygısı vb.) gizleyerek, başkalarının onayladığı bir kişi olabilmektedir (Doğan, 2010).

İnternet, sosyal erişim ağlarına olanak sağlaması nedeniyle adölesanlara eğlence ve iletişim için portal sunmakta ve bu durumda akıllı telefonların kullanımının artması ile daha da belirgin hale gelmektedir. Akıllı telefonlar, internete anında erişim sağlaması nedeniyle özellikle problemlili internet kullanımı olan adölesanların vazgeçilmez teknolojik cihazları haline gelmiştir (Škařupová, Ólafsson Blinka, 2016). Literatür irdelendiğinde, problemlili internet kullanımının akıllı telefon bağımlılığı üzerine etkisini inceleyen sınırlı sayıda çalışmaya ulaşılabilmektedir (Ezoe ve Toda, 2013; Choi, Kim, Choi, Ahn ve arkadaşları, 2015; Ayar, Bektaş, Bektaş, Akdeniz Kudubeş ve arkadaşları, 2017). Adölesanlarda problemlili internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığına etkisini birlikte irdelleyen çalışmaya ise rastlanmamıştır. Literatürdeki bu açığı göz önünde bulundurarak; bu çalışma, adölesanlarda problemlili internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığına etkisini irdelemek amacıyla planlanmıştır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışma, adölesanlarda problemlili internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığına etkisini belirlemek amacıyla planlanmıştır.

1.3. Araştırmanın Hipotezleri

H₁: Problemlı internet kullanımı ölçeği birinci alt boyutu (internetin olumsuz sonuçları) akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordar.

H₂: Problemlı internet kullanımı ölçeği ikinci alt boyutu (aşırı kullanım) akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordar.

H₃ Problemlı internet kullanımı ölçeği üçüncü alt boyutu (sosyal fayda/sosyal rahatlık) akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordar.

H₄: Sosyal görünüş kaygısı akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordar.

H₅: Problemlı internet kullanımı tüm alt boyutları ve sosyal görünüş kaygısı ile birlikte akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordar.



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Adölesan Dönem ve Özellikleri

Puberte dönemi ile başlayan adölesan dönem; büyüme, gelişme ve psikososyal olgunlaşmanın olduğu çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemidir (Akçan Parlaz, Tekgül Karademirci, Öngel, 2016). Adölesanlar, 10-19 yaş grubunu oluşturmaktadır (WHO, 2018). Bu dönem, çocuğun psikososyal ve kişilik özellikleri bakımından değişim gösterdiği en hassas dönemdir. Bu dönemde görülebilecek herhangi bir problem adölesanların gelecek dönem sağlıklarını olumsuz etkileyecektir (Aylaz, Güneş, Günaydın, Kocaer ve arkadaşları, 2015).

Adölesanlar için bu dönemde kabul görme ve arkadaşlık çok önemlidir bu nedenle adölesanların sosyalleşmesinde okul, aile, toplumsal gruplar ve teknolojik araçlar etkilidir. Günümüz koşullarında ise adölesanların sosyalleşme süreçlerini etkileyen faktörlerden en yaygını internet ve cep telefonu kullanımınıdır (Şahin ve Çövener Özçelik, 2016; Yavuz, 2018). Son 10 yıldır internet kullanımını dramatik bir şekilde artış göstermektedir (Goel, Subramanyam ve Kamath, 2013). İnternetin haberleşme, iletişim, bilgi paylaşımı, eğlence ve sosyal etkileşime olanak sağlaması kullanımını daha da yaygınlaştırmaktadır (Salehi, Khalili, Hojjat, Salehi ve arkadaşları, 2014; Krishnamurthy ve Chetlapalli, 2015).

Adölesan dönemin özellikleri düşünüldüğünde internetin, sosyalleşmeye izin vermesi, adölesanların internet ortamında kendini rahat hissetmesi, ayrıca internetin anonimlik sağlaması ve yüz yüze iletişime gerek olmadan adölesanın kendini ifade etmesini kolaylaştırması gibi özellikleri ile adölesanlar tarafından sıklıkla tercih edilmektedir (Yavuz, 2018).

2.2. Adölesanlarda İnternet Kullanımı

İnternet World Stats'ın (2020) internet kullanımına yönelik yaptığı araştırmaya göre, dünya nüfusunun %50'sinden fazlasının (yaklaşık 4,5 milyar birey) internet kullandığı belirlenmiştir. Türkiye'de ise, internet kullanım oranı geçmiş yıllara kıyasla %3 oranında artış göstermiştir (TÜİK, 2019). İnternet kullanan bireylerin oranının %75,3 olduğu, internet kullanan bireylerin %98,2'sinin düzenli internet kullanıcısı olduğu, %90,3'ünün hemen her gün internete girdiği tespit edilmiştir. İnterneti en yoğun kullanan yaş gruplarının sırasıyla 25-34

yaş grubu (%91,7 oranı ile) ve 16-24 yaş grubu (%90,8 oranı ile) olduğu, ayrıca hanelerin %88,3'ünün evden internet erişiminin olduğu belirlenmiştir (TÜİK, 2019). Türkiye Ergen Profili Araştırması (TEPA) 2013 verilerine göre, çalışmaya alınan adölesanların (n=5514) %81,8'inin evlerinde internet bağlantısının olduğu ve %47'sinin herhangi bir kısıtlama olmadan bağlantı kurdukları saptanmıştır. Türkiye'nin de içinde yer aldığı ve 20 Avrupa ülkesini kapsayan dokuz-16 yaş arasındaki adölesanların internet kullanımını inceleyen, EU Kids Online III (Avrupa Çevrimiçi Çocuklar) proje sonucuna göre; çalışmada yer alan adölesanların (n=23000), %93'ünün haftada bir kez, %60'ının ise hergün internete girdikleri belirlenmiştir (Kaşıkçı, Çağıltay, Karakuş, Kurşun ve arkadaşları, 2014).

Adölesanların internet kullanım amaçları incelendiğinde, çeşitli nedenlerle interneti kullandıkları saptanmıştır. EU Kids Online III proje sonucuna göre; Türkiye'de çocukların %49'u oyun oynamak, %59'u eğlence-video klip izlemek, %48'i sosyal medya sitelerine girebilmek için interneti kullandıkları bulunmuştur (Kaşıkçı, Çağıltay, Karakuş, Kurşun ve ark., 2014). TEPA (2013) çalışmasında ise, adölesanların (n=5514), %76,5'inin sosyal paylaşım sitelerine girmek, %51'inin oyun sitelerine giriş yapmak ve %23'ünün müzik/radyo dinlemek amacıyla interneti kullandıkları saptanmıştır. Aynı çalışmada cinsiyete göre erkek adölesanların özellikle oyun sitelerini ve sosyal paylaşım sitelerini kız adölesanlardan daha çok, kız adölesanların ise müzik/radyo sitelerini ve eğitim sitelerini erkek adölesanlara kıyasla daha çok kullandıkları belirlenmiştir. Özellikle ilerleyen yaşla birlikte sosyal paylaşım sitelerine ilginin arttığı, oyun sitelerine ilginin ise azaldığı, adölesanların çoğunlukla sosyal medya kullanımı gibi nedenlerle interneti tercih ettikleri vurgulanmaktadır (TEPA, 2013; Prievara, Luszczynska ve Piko, 2019).

Adölesanların internette geçirdikleri süre incelendiğinde, EU Kids Online (2020) projesine göre çalışmada yer alan adölesanların ortalama günde 134 dakika ile 219 dakika arasında internette zaman geçirdikleri saptanmıştır. Erkek adölesanların kız adölesanlara kıyasla günde 20 dakika daha fazla internette zaman geçirdikleri, ancak bu bulgunun anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (Smahel, Machackova, Mascheroni, Dedkova ve arkadaşları, 2020). Bu çalışmanın aksine cinsiyete göre adölesanların internet kullanım süresinin değiştiğini gösteren çalışmalarda yer almaktadır (Liu, Desai, Krishnan-Sarin, Cavallo ve arkadaşları, 2011; Žumárová, 2015). Liu, Desai, Krishnan-Sarin, Cavallo ve ark., (2011) çalışmasında erkeklerin interneti haftada 30 saat veya daha fazla kullandıkları, günlük ortalama internet kullanım süresinin 30 dakika ile 15 saat arasında değiştiği saptanmıştır. Žumárová (2015) çalışmasında,

adölesanların hafta içi ortalama günlük iki buçuk saat, hafta sonu ise günlük üç buçuk saat internette zaman geçirdikleri belirlenmiştir. TEPA (2013) çalışmasında, internet kullanan adölesanların %67'sinin günde bir-iki saatlerini internette geçirdiklerini, tüm adölesanların günlük ortalama internet kullanım süresinin ise 2.2 saat olduğu bulunmuştur.

Literatürde yapılan çalışmalar internet kullanımının adölesanlar arasında giderek yaygınlaştığını, özellikle adölesanların sınıf arkadaşları ile aynı ortamda bile internet üzerinden iletişim kurma eğiliminde olduğunu, yüzyüze iletişimi tercih etmediklerini vurgulamaktadır (Akar, 2017; Ayar, Özalp Gerçeker, Özdemir ve Bektaş, 2018). İnternetin aşırı kullanımı beraberinde problemlerle internet kullanımını da gündeme getirmektedir (Spada, 2014; Akar, 2017; Vadher, Panchal, Vala, Ratnani ve ark., 2019).

2.2.1. Problemlerle İnternet Kullanımı

Dünyada sosyal bir sorun olarak ele alınan problemlerle internet kullanımı, internetin günlük hayatı olumsuz etkileyecek kadar fazla kullanılması, kişinin internet kullanımını kontrol edememesi olarak tanımlanmaktadır (Ceyhan ve Ceyhan, 2014). Ayrıca problemlerle internet kullanımı, internet kullanımının günlük yaşama müdahale ettiği, internet kullanımının sona ermesinden sonra bireyde memnuniyetsizlik oluşması veya sosyal/psikolojik doyum sağlamak için internetle ilgili saplantılı düşüncelerin oluşmasıdır (Lim ve Nam, 2018).

Literatürde internetin uygunsuz kullanımını belirtmek için “problemlerle internet kullanımı” (Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla ve arkadaşları, 2000), “internet bağımlılığı” (Young, 1996), “kompulsif internet kullanımı” ve “patolojik internet kullanımı” (Davis, 2001) gibi farklı kavramların kullanıldığı, ancak son yıllarda sıklıkla “problemlerle internet kullanımı” kavramının tercih edildiği görülmektedir (Ceyhan, 2011; Santarossa ve Woodruff, 2017).

Literatürde “Problemlerle İnternet Kullanımı” kavramı çeşitli şekillerde tanımlanmıştır. İnternetin aşırı ve kontrolsüz kullanımı ilk kez Ivan Goldberg (1995) tarafından “bireyin internet kullanımını kontrol edememesi, günlük yaşamında stres ve fonksiyonel bozukluk yaşaması olarak tanımlanmıştır” (Pies, 2009).

Young (1996), özellikle normal internet kullanımı ile patolojik internet kullanımını birbirinden ayıran ölçütleri anlamının çok önemli olduğunu ve internet bağımlılığını belirlemek için tanı ölçütlerinin olması gerektiğini belirtmiştir. Aşağıda Young'ın problemlerle internet

kullanımı tanı ölçütleri yer almaktadır. Bu ölçütlere göre verilen soruların beşine evet yanıtını veren bireylerin internet bağımlısı olduğu belirtilmektedir (Tablo 1).

Tablo 1. Young'ın Problemlı İnternet Kullanımı Tanı Ölçeği

<ol style="list-style-type: none">1. İnternetin kullanımının zihni meşgul etmesi2. Daha fazla internette zaman geçirme3. İnternet kullanımını kontrol edebilmek için yapılan başarısız girişimler4. İnternet kullanımının azaltılması ve durdurulması durumunda huzursuzluk, depresif ruh hali veya tedirginlik5. Hedeflenen süreden daha uzun süre interneti kullanımı6. Aşırı internet kullanımına bağlı olarak sosyal çevre/eğitim ile ilgili sorunlar7. Çevredeki kişilere internette kalma süresinin paylaşılması8. İnterneti sorun/olumsuz duygulardan uzaklaşmak için kullanım
--

Kaynak: Young KS. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychol Behav* 1996; 3: 237- 244.

Griffiths (1999), internet bağımlılığını; internet kullanan bireylerin, internetin çeşitli aktivitelere olanak sağlaması nedeniyle sıklıkla kullanması olarak belirtmiştir. İnternet bağımlılığı tanı ölçütlerini; a) dikkat çekme, b) duygu durum değişikliği, c) tolerans, d) yoksunluk, e) çatışma ve f) nüks şeklinde tanımlamıştır.

Davis (2001) ise; “problemlı internet kullanımı” yerine “patolojik internet kullanımı” kavramını kullanmaktadır. Spesifik patolojik internet kullanımını; çevrimiçi kumar, oyun, alışveriş gibi doğrudan özel amaçlarla kullanım, yaygın internet kullanımını ise; net bir amaç olmadan çevrimiçi internet sitelerinde gezinerek zaman kaybetmek ya da çevrimiçi sohbet etme gibi, internetin sosyal yönüyle ilgili olan daha genel bir davranış olarak tanımlamaktadır. Davis (2001) patolojik internet kullanımını ise, bireyin sosyal ihtiyaçlarını dahi sanal ortamda gidermesi ve internet kullanımını durduramama olarak ifade etmektedir.

2.2.1.2. Adölesanlarda Problemlı İnternet Kullanımı

Günümüzde adölesanlarda internet kullanımının yaygınlaşması, gelecekte bu kullanım oranının daha da artabilme olasılığı, adölesanların problemlı internet kullanımını açısından taşıdıkları riski göstermektedir (Sırakaya ve Seferoğlu, 2018). Adölesanlar, problemlı internet kullanımını açısından diğer yaş gruplarına kıyasla daha risklidir (Haug Castro, Kwon, Filler ve ark., 2015). Adölesanlar, yeni teknolojileri ve bu teknolojilerin beraberinde getirdiği sosyal medya araçlarını hızla benimseyen, ancak muhtemel olumsuz etkilerine karşı daha savunmasız bir grup olarak da kabul edilmektedir (Kim, Park, Kim, Jung ve arkadaşları, 2010).

Adölesanlarda problemlı internet kullanım nedenleri incelendiğinde; Akar (2015) çalışmasında, adölesanların sosyalleşme, öğrenme, genel kültürlerini yükseltmek ve eğlenmek amacıyla sıklıkla internet kullandıklarını ve bu etmenlerin problemlı internet kullanımına neden olduğunu saptamıştır. Durak (2018) çalışmasında, problemlı internet kullanımını olan adölesanların interneti sosyal ağ siteleri üzerinden arkadaşlarıyla iletişim kurmak ve kendilerini özgürce ifade edebilmek için kullandıklarını belirlemiştir. Özellikle sosyal medya sitelerinde geçirilen zamanın artması adölesanların problemlı internet kullanımlarını etkileyen önemli etkenlerdendir (Çelikkaleli, Ata, Avcı, 2018).

Adölesanlarda problemlı internet kullanımına yönelik yapılan çalışmalar; adölesanların günlük yaşam aktivitelerini engellediği (Davey, Davey ve Singh, 2016), akademik başarıda azalmaya neden olduğu (Akar, 2015; Goswami ve Singh, 2016; Günlü ve Ceyhan, 2017), bilişsel beceri gelişimini, adölesanların kişilerarası ilişkilerini ve duygusal iyilik halini olumsuz etkilediğini göstermektedir (Günlü ve Ceyhan, 2017). Problemlı internet kullanımını; sosyal izolasyona, sedanter yaşama, nutrisyonel problemlere (Meena, Mittal ve Solanki, 2012), ayrıca bireylerde sosyal becerilerde azalma, uyumsuz baş etme becerileri, sözel hafızanın zayıflaması, agresif/saldıran davranış ve gerçek hayatla olan ilişki yoksunluğuna da neden olduğu vurgulanmaktadır (Çelikkaleli, Ata, Avcı, 2018).

Literatürde diğer bağımlılık türleri (madde bağımlılığı, alkol bağımlılığı, tütün bağımlılığı gibi) kadar problemlı internet kullanımının da adölesanların fiziksel ve psikolojik iyilik hallerini olumsuz etkilediği üzerinde durulmaktadır (Anderson, Steen ve Stavropoulos, 2017). Vadher, Panchal, Vala, Ratnanive ark., (2019) 1312 adölesan ile problemlı internet kullanımının etkilerini araştırdıkları çalışmasında, problemlı internet kullanımını olmayan adölesanlara kıyasla problemlı internet kullanımını olan adölesanların, uyku kalitelerinin

azaldığını, adölesanların uyku saatinde bile internet kullanımını sürdürdüklerini ve yaşam kalitelerinin giderek azaldığını saptamıştır. Ayrıca bu dönemde problemlili internet kullanımının varlığı, adölesanların gelişimlerini (Çelikkaleli, Ata, Avcı, 2018), sosyal yaşamlarını ve psikolojik sağlıklarını olumsuz etkilemektedir (Elhaia, Dvorak, Levinea ve Hall, 2017; Marchant, Hawton, Stewart, Montgomery ve arkadaşları, 2017; Türkiye Yeşilay Cemiyeti, 2018; Mei, Zhou, Li, Jing ve arkadaşları, 2018).

Günümüzde adölesanlar özellikle sosyalleşme ihtiyaçlarını internet üzerinden giderme eğilimindedir (Akar,2017). Çalışmalar akran etkileşiminin ve arkadaş edinmenin önemli olduğu bu dönemde, özellikle sosyal görünüş kaygısı yaşayan adölesanların, internet üzerinden sosyalleşmesi ile arkadaşlık ilişkilerini geliştirme istekleri üzerinde durmaktadır (Zorbaz ve Tuzgöl Dost, 2014). Adölesanların sosyalleşme amacıyla interneti kullandıkları düşünüldüğünde, paylaşımlarının ilgi görmesi, beğenilmesi ve dikkat çekmesi arkadaş ortamında popülerliğinin artmasına, bu durumun da adölesanların internet kullarımlarını giderek arttırmalarına ve problemlili internet kullanımına neden olmaktadır (Doğan, 2010; Bozkurt, Coşkun, Ayaydın, Adak ve arkadaşları, 2013; Doğan ve Çolak, 2016; Ayar, Bektaş, Bektaş, Akdeniz Kudubeş ve ark., 2017; Kartol ve Peker, 2020).

2.2.1.2.1. Adölesanlarda Problemlili İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişki

Sosyal görünüş kaygısı, bireyin fiziksel görünüşüne yönelik yaşadığı gerginlik ve anksiyetedir (Amil ve Bozgeyikli, 2015). Sosyal görünüş kaygısı, bir kişinin fiziksel görünüşünün, sosyal çevresi tarafından değerlendirildiğinde stres veya endişeye neden olan sosyal kaygının bir çeşidi olarak tanımlanmaktadır (Hagger ve Stevenson, 2010; Erdemir, Bağcı, İnan ve Turan, 2013). Hart, Flora, Palyo, Fresco ve ark., (2008) sosyal görünüş kaygısını; cilt tonu, burun şekli, göz şekli ve gülüş gibi yüz şeklini belirleyen özellikleri ve kişinin boyu, kilosu, kas yapısı ve vücut şekli gibi fiziksel özelliklerini de içeren geniş bir kavram olarak tanımlamıştır.

Literatürde sosyal görünüş kaygısının çoğunlukla erken puberte döneminde görüldüğü, bu dönemde adölesanların görüntülerine yönelik bireylerden aldıkları geribildirim konusunda çok hassas oldukları vurgulanmaktadır (White ve Warren, 2014). Özellikle adölesanların fiziksel görünüşlerinin erken yetişkinlik dönemine kadar düzensiz bir şekilde değişiklik göstermesi, adölesanların bedenlerini sevmemesine ve beden algılarında bozulmaya neden

olmaktadır (Çelik, Turan ve Arıcı, 2014). Çocukluktan adölesanlığa geçiş döneminde, adölesanların ev dışında geçirdikleri sürenin ve diğer insanlarla etkileşimlerinin artması ve yeni sosyal deneyimlere maruz kalmaları sosyal görünüş kaygısının oluşmasına katkı sağlayabilmektedir. Bu dönemde adölesanlar genel olarak öfkeli, şüpheli ve güvensizdirler, diğer insanların neden olmaksızın sürekli kendileri ile ilgili konuştuklarını ve görünüşleri ile ilgili yorum yaptıklarını hissetmektedirler (Seki ve Dilmaç, 2015).

Literatürde yapılan çalışmalar irdelendiğinde, problemlili internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu vurgulanmaktadır (Zorbaz ve Tuzgöl Dost, 2014; Doğan ve Çolak, 2016; Prizant-Passal, Shechner, Aderka, 2016; Şahan ve Çapan Eraslan, 2017; Ayar, Özalp Gerçekler, Özdemir ve Bektaş, 2018; Durak, 2018; Putri, Poerwandari ve Rusli, 2018; Traş, Öztemel ve Baltacı, 2019; Yıldırım ve Taştan, 2020).

Zorbaz ve Tuzgöl Dost (2014) 9. 10. ve 11. sınıfta öğrenim gören 682 adölesan ile yaptıkları çalışmada sosyal görünüş kaygısı yüksek olan adölesanların problemlili internet kullanımının yüksek olduğunu, özellikle adölesanların internet ortamında yüz yüze değerlendirilme korkusu yaşamadıklarını, internetin kimliklerini, görünümelerini ve yaşadıkları kaygı belirtilerini gizlemesi nedeniyle yüz yüze etkileşime kıyasla internet kullanımını tercih ettiklerini belirlemiştir. Ayrıca bu çalışmada problemlili internet kullanımının %22'sinin adölesanların sosyal görünüş kaygısı ile açıklandığı bulunmuştur.

Doğan ve Çolak (2016), 9. 10. ve 11. sınıfa devam eden 475 lise öğrencisinin sosyal medya kullanımı ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, sosyal görünüş kaygısının sosyal medya kullanım sıklığını belirleyen önemli bir etmen olduğunu, gençlerin kendi fotoğraflarını gizleyerek görünmez olma isteğinin internet kullanım oranlarını arttırdığını belirlemiştir.

Prizant-Passal, Shechner, Aderka (2016) adölesanlarda sosyal görünüş kaygısı ve internet kullanımına yönelik yaptıkları meta analiz sonucunda, sosyal görünüş kaygısı yüksek olan adölesanların, internet ortamında kendilerini rahat ve güvende hissetmeleri, ayrıca internetin kimlik gizliliğine izin vermesi nedeniyle internet kullandıklarını saptamıştır. Bu çalışmada, sosyal görünüş kaygısı yüksek olan adölesanlar, yaşadıkları fizyolojik belirtileri (yüz kızarması) internet ortamında saklayabilmesi ve iletişim kurduğu bireylerin bu semptomları görmemesinin kendilerini rahatlattığını ifade etmiştir (Prizant-Passal, Shechner, Aderka, 2016).

Şahan ve Çapan Eraslan (2017), 15-19 yaş arası 312 lise öğrencisi ile yaptıkları çalışmada, adölesanlarda problemlili internet kullanımının %66'sının sosyal görünüş kaygısı ile

açıklandığını ve adölesanların sosyal görünüş kaygısı arttıkça problemleri internet kullanımlarının da arttığını saptamıştır.

Ayar, Özalp Gerçeker, Özdemir ve Bektaş (2018) çalışmasında, hemşirelikte lisans öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ile sosyal görünüş kaygısı arasında ilişki olduğu, problemleri internet kullanımı yüksek olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarının da yüksek olduğunu saptamıştır. Ayrıca bu çalışmada, adölesanlarda problemleri internet kullanımını etkileyen faktörler arasında sosyal görünüş kaygısının önemli bir etken olduğu da vurgulanmıştır.

Durak (2018) 8., 9., 10. ve 11. sınıfa devam eden 451 adölesan ile yaptığı çalışmada, problemleri internet kullanımı ile sosyal görünüş kaygısı arasında, orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu belirlemiştir ($r=0.580$, $p<0.001$).

Putri, Poerwandari ve Rusli (2018) çalışmasında, sosyal görünüş kaygısı yüksek olan adölesanların baş edebilmek ve sosyal ortamlardan kaçınmak için internet kullanımını tercih ettikleri ve bu durumun da problemleri internet kullanımına neden olduğunu bulmuştur.

Traş, Öztemel ve Baltacı (2019) yaptıkları çalışmalarında, sosyal görünüş kaygısı ile facebook kullanımı arasında ilişki olduğunu belirlemiştir. İnternetin sosyal paylaşım sitelerine girişe olanak sağladığı ve sosyal görünüş kaygısı olan adölesanların sanal ortamda paylaştıkları fotoğrafların beğeni almasını sağladığı, böylelikle adölesanların internet kullanımının artarak problemleri internet kullanımına neden olduğunu belirlemiştir.

Yıldırım ve Taştan (2020) 453 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada, çalışmaya alınan öğrencilerin orta düzeyde problemleri internet kullanımlarının olduğunu, problemleri internet kullanımı ile sosyal görünüş kaygısı arasında, orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ve sosyal görünüş kaygısının problemleri internet kullanımını %22 oranında açıkladığını saptamıştır.

Yukarıda belirtilen çalışmalarda adölesanlarda internet kullanımının yaygınlaştığı, özellikle sosyal görünüş kaygısı yüksek olan adölesanlarda internet kullanımının arttığı görülmektedir. EU Kids Online (2020) projesinde, adölesanların özellikle internete akıllı telefonlar ile erişim sağladıklarını, akıllı telefonların kişisel ve taşınabilir olması ayrıca içerdiği uygulamalarla hem adölesanların oyun oynamasına hem de sosyal medya sitelerine erişimlerine böylelikle sosyal etkileşimlerine olanak sağlaması nedeniyle tercih ettikleri belirlenmiştir. Bu kapsamlı çalışmada internete erişim sağlamada ilk tercih edilen teknolojik aletin ise akıllı

telefon olduğu da vurgulanmaktadır (Smahel, Machackova, Mascheroni, Dedkova ve ark., 2020).

2.3. Adölesanlarda Akıllı Telefon Kullanımı

Günümüzde akıllı telefonların kullanımı giderek artmaktadır (Salehan ve Negahban, 2013; TÜİK, 2019). TÜİK (2019) verilerine göre hanelerin %98.7'sinin cep telefonu/akıllı telefona sahip olduğu bulunmuştur. Türkiye'de altı-10 yaş grubu çocukların, yedi yaşında akıllı telefon kullanmaya başladığı, 11-15 yaş grubundaki çocukların ise, 11 yaşında akıllı telefon kullanmaya başladığı belirlenmiştir (TÜİK, 2015).

Akıllı telefonların iletişimi kolaylaştırması, fotoğraf paylaşımına ve sosyal ağlara erişime olanak sağlaması nedeniyle adölesanlar arasında giderek yaygınlaştığı vurgulanmaktadır (Jameel, Waz, Griffiths, 2019). İspanya'da 792 üniversite öğrencisinin internet kullanımına yönelik yapılan bir çalışmada, öğrencilerin %88.2'sinin internet erişimi için akıllı telefonları tercih ettiğı belirlenmiştir (Carbonell, Chamarro, Oberst, Rodrigo ve arkadaşları, 2018). Türkiye'de 1088 lise öğrencisi ile yapılan araştırmada, adölesanların %77.2'sinin (n=831) internete en çok akıllı telefonlarını kullanarak eriştikleri (Günlü ve Ceyhan, 2017), Yazıcı (2015) çalışmasında ise üniversite öğrencilerinin (n=152) %84.9'unun akıllı telefonları ile internet erişimlerinin olduğu belirlenmiştir.

Akıllı telefonlar kişilerarası iletişimin yanı sıra, internet tabanlı alışveriş, sohbet, sosyal medya paylaşımı, kumar ve oyun oynama gibi birçok etkinliğe olanak sağlamaktadır (Lee, Chang, Cheng ve Lin, 2018). Akıllı telefon "avuç içinde bilgisayar" olarak tanımlamakta ve bilgisayar yerine geçebilecek birçok işlevi olduğu vurgulanmaktadır (Kim, Nam, Oh ve Kang, 2016). Adölesanların cep telefonu kullanım amaçları incelendiğinde; %92,8'inin arkadaşları ile iletişim, %66,8'inin dijital oyun, %65,4'ünün mesaj gönderme ve %30,7'sinin ise internete erişim amaçlı kullandıkları belirlenmiştir (TÜİK, 2013). EU Kids Online (2020) projesinde; adölesanların %43-%82'si video izlemek, %45-%81'i müzik dinlemek, %14-%77'si ise arkadaşları ile etkileşime geçmek amacıyla akıllı telefonlarını kullandıkları bulunmuştur.

Global Mobil Kullanıcı Araştırması (2019) verilerine göre; Türkiye'nde içinde yer aldığı çalışmada, diğer 28 ülkeye kıyasla akıllı telefon bağımlılığı oranlarının Türkiye'de daha yüksek olduğu, çalışmaya alınan akıllı telefon kullanıcılarının (n=1005) günde ortalama 78 kez telefonlarını kontrol ettikleri saptanmıştır (Deloitte, 2019).

Akıllı telefon kullanımı, bireyin sürekli olarak online ve etkileşim halinde kalmasını sağladığı için psikolojik ve davranışsal bağımlılıklara neden olmaktadır (Park ve Lee, 2014). Çalışmalar, akıllı telefonların kullanımında görülen hızlı artışın beraberinde birtakım problemlere neden olduğunu, özellikle akıllı telefon bağımlılığının adölesanlar üzerinde önemli etkilerinin olduğunu vurgulamaktadır (Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar ve arkadaşları, 2014; Lee, 2015; Yazıcı, 2015; Gökçearslan, Kuşkaya Mumcu, Haülaman ve arkadaşları, 2016; Jeong, Kim, Yum, Hwang, 2016; Şata, Çelik, Ertürk, Taş, 2016).

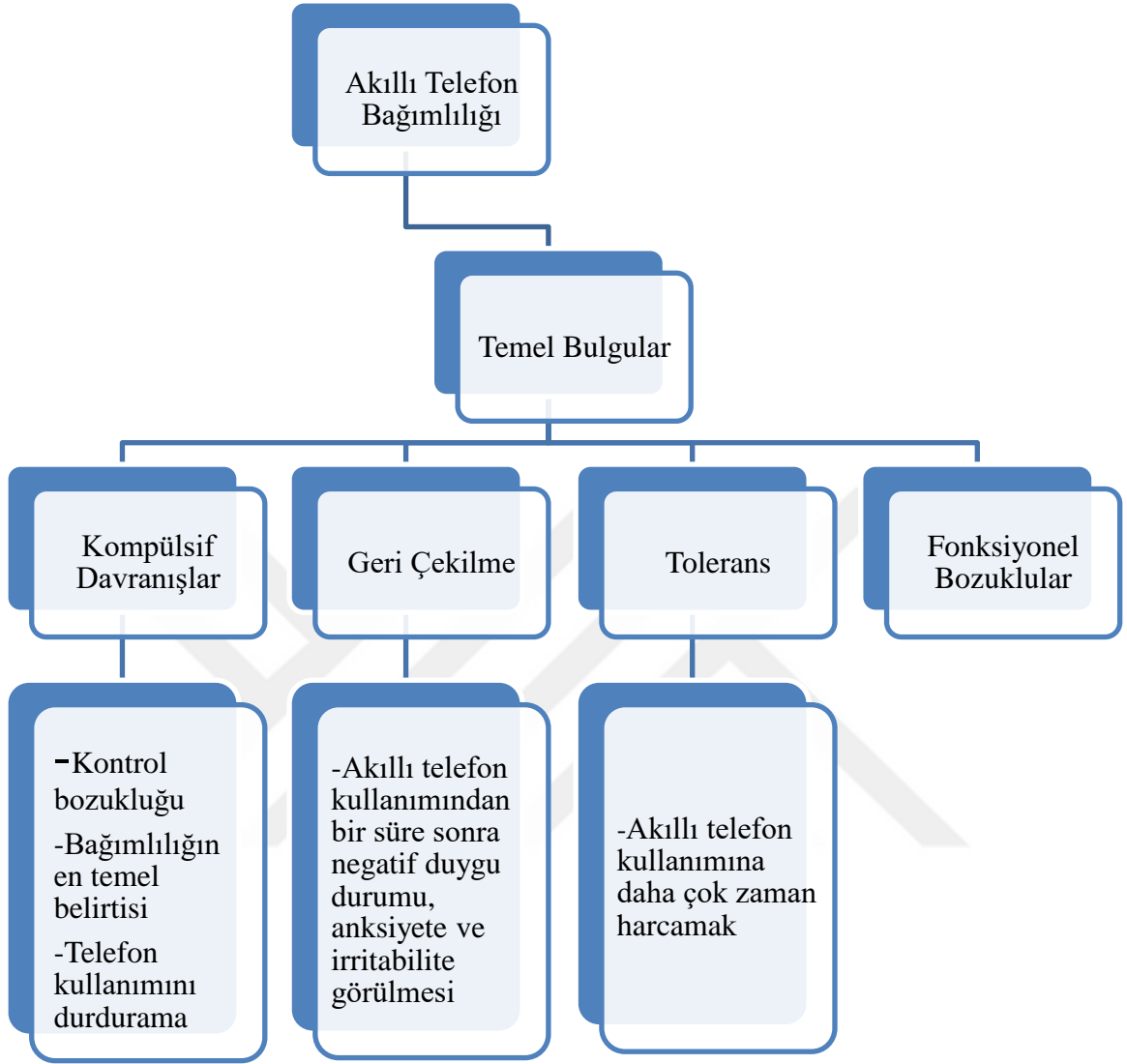
2.3.1. Adölesanlarda Akıllı Telefon Bağımlılığı

Akıllı telefon bağımlılığı; bireyin sürekli telefonunu kullanması, telefon kullanımına ara verememesi, can sıkıntısına çözüm olarak telefonunu tercih etmesi, telefon kullanımını bıraktığında anksiyete/depresyon yaşaması, telefon kullanımı esnasında ya da telefon kullanmadıkları zamanlarda bireyde görülen stresli davranışlar olarak tanımlanmaktadır (Shoukat, 2019). Akıllı telefon kullanımı, bireyin aşırı zaman harcayarak, uygunsuz kullandığı durumlarda, özellikle fizyolojik, psikolojik ve davranışsal problemlere neden olduğunda sorun haline gelmektedir (Ben-Yehuda, Greenberg, Weinstein, 2016; Lee, Chang, Cheng ve Lin, 2018). Literatürde “akıllı telefon bağımlılığı” çeşitli kavramlar (cep telefonu bağımlılığı, aşırı cep telefonu kullanımı, problemlı telefon kullanımı) ile ifade edilmektedir. Ancak son yıllarda tüm bu kavramlar için ortak görüş “akıllı telefon bağımlılığı” kavramının kullanılmasıdır (Şar, Ayas ve Horzum, 2015).

Akıllı telefon bağımlılığın tanı ölçütlerinin, internet bağımlılığı ile benzer, belirtilerinin ise davranışsal bağımlılığın belirtileri ile benzer olduğu vurgulanmaktadır. Davranışsal bağımlılıkların temelinde yineleyici davranışlar yer almaktadır. Özellikle bireye iyi hissettiren bir duyguyu ortaya çıkartmak için davranışları yineleme, böylelikle tolerans gelişmesi, davranışın yinelenmesi engellenince yoksunluk belirtilerinin görülmesi ve işlevselliğin bozulması gibi bulgular ortaya çıkmaktadır (Kwon, Kim, Cho, Yang, 2013; Wu, Cheung, Ku, Hung, 2013; Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar ve ark.,2014; Noyan, Darçın, Nurmedov, Yılmaz ve arkadaşları, 2015).

Literatürde akıllı telefon bağımlılığında en çok görülen belirti ve bulgunun; kompülsif davranışlar, geri çekilme, tolerans gibi temel bulgular ve fonksiyon bozukluğu olduğu üzerinde durulmaktadır. *Kompülsif davranışlar*; akıllı telefonun beklenenden uzun süre kullanılması,

tekrar kullanma dürtüsüne direnememe, kalıcı/tekrarlayan fiziksel/psikolojik sorunlara neden olduğu bilindiği halde akıllı telefonun kullanılmaya devam edilmesi olarak tanımlanmaktadır (Lin, Chiang, Lin, Chang ve arkadaşları, 2016). *Geri çekilme*; akıllı telefon kullanımından bir süre sonra negatif duygu durumu, anksiyete ve irritabilite görülmesi, özellikle bireyin uyanır uyanmaz akıllı telefonununun aklına gelmesidir. *Tolerans*; akıllı telefon kullanımına çok fazla zaman harcama olarak tanımlanmakta ancak tek başına tanı koymak için yeterli bulunmamaktadır. *Fonksiyonel bozukluklar*; aşırı telefon kullanımına bağlı kalıcı/tekrarlayan fiziksel ya da psikolojik sorunlar, akıllı telefon kullanımına bağlı günlük yaşam aktivitelerinde görülen fiziksel sorunlar (örneğin; araç kullanırken ya da karşıdan karşıya geçerken telefonu kullanma), akıllı telefon kullanımına bağlı sosyal ilişkilerin bozulması, akademik başarıda azalma, akıllı telefon kullanımına bağlı bireyin yaşadığı distres ya da büyük ölçüde zaman harcama olarak tanımlanmaktadır (Lin, Lin, Yang, Kuo, 2017). Şekil 1’de akıllı telefon bağımlılığında görülen temel belirti ve bulgular özetlenmiştir.



Şekil 1. Akıllı Telefon Bağımlılığı Belirti ve Bulguları

Akıllı telefon bağımlılığının etkilerini inceleyen çalışmalarda; kontrolsüz akıllı telefon kullanımının uyku bozuklukları, yapılan işleri aksatma, depresyon ve patolojik semptomlara neden olduğu saptanmıştır (Lian ve You, 2017; Soni, Kumar Upadhyay, Jain, 2017; Chung, Choi, Kim, Kim ve arkadaşları, 2018). Jones (2014) çalışmasında, aşırı cep telefon kullanımının adölesanların psikolojisi üzerine olumsuz etkilerinin olduğunu, bir başka çalışmada adölesanların özellikle gece yarısı akıllı telefon kullandığını bu durumun uyku kalitesini ve süresini azaltarak adölesanların sağlığını olumsuz etkilediğini saptamıştır (Schoeni, Roser, Rööslı,2015). Ayrıca çalışmalarda akıllı telefon bağımlılığı ile kronik hastalıklar arasında ilişki olduğu üzerinde de durulmaktadır (Zou, Xia, Zou, Chen ve arkadaşları, 2019; Zhuang, Wnag, Xu, Wang ve arkadaşları, 2020). Zou, Xia, Zou, Chen ve ark., (2019) çalışmasında 12-15 yaş arası adölesanlarda akıllı telefon bağımlılığının hipertansiyon hastalığını etkileyen önemli etmenlerden biri olduğunu belirtmiştir.

Akıllı telefonların aşırı kullanımı, okul başarısında azalma (Ng, Hassan, Nor, Malek, 2017; Boumosleh ve Jaalouk, 2018), boyun ve sırt ağrısı, bulanık görme, uyku bozuklukları (Mok, Choi, Kim, Choi ve arkadaşları, 2014; Randler, Wolfgang, Matt, Demirhan ve arkadaşları, 2016) ve ağır düzeyde psikopatolojiye neden olabilmektedir (Shoukat, 2019). Ayrıca akıllı telefon bağımlılığının, gerçek yaşamla sosyal etkileşimi azalttığı, telefon kullanımının uygun olmadığı durumlarda anksiyeteye yol açtığı, kişilerarası ilişkileri olumsuz etkilediği (Choi, Kim, Choi, Ahn ve ark., 2015; Griffiths ve Kuss, 2017); yaşam kalitesinin azalmasına, agresyon ve stres düzeyinin artmasına ve yüksek düzeyde yalnızlığa neden olduğu vurgulanmaktadır (Shin, Yoon ve Choi, 2015).

Akıllı telefon bağımlılığına neden olan en önemli etken, cihazın internete bağlanabilme özelliğinin olmasıdır (Kuyucu, 2017; Cha ve Seo 2018). Ben-Yehuda, Greenberg ve Weinstein (2016) yaptığı çalışmada, akıllı telefon kullanımı ile problemlı internet kullanımı arasında ilişki olduğunu belirlemiştir. Kim, Nam, Oh ve Kang, (2016) 653 adölesanla yaptığı çalışmada, yemek yerken, bir kafede sohbet ederken, hatta adölesanların yürürken çevrimiçi olduklarını, akıllı telefonların masaüstü bilgisayar işlevlerinin çoğunu sağlarken, bilgisayarlara kıyasla daha fazla rahatlık sunduğunu, böylelikle problemlı internet kullanımına yol açabileceğini belirtmiştir. Literatürde problemlı internet kullanımının akıllı telefon bağımlılığını etkilediği (Ayar, Bektas, Bektas, Akdeniz Kudubes ve ark., 2017); aynı zamanda akıllı telefon bağımlılığının da internet kullanımından kaynaklı olduğunu ve bu iki değişkenin birbirlerini tetiklediği vurgulanmaktadır (Ben-Yehuda, Greenberg, Weinstein, 2016).

3. GEREK VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Tipi:

Bu araştırma, adölesanlarda problemlı internet kullanımı ve soysal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığı üzerine etkisini değerlendirmek amacıyla tanımlayıcı, ilişki arayıcı, yordayıcı ve kesitsel olarak planlanmıştır.

3.2. Araştırmanın Yeri ve Zamanı:

İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü, Fatih İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı liseler arasından basit rastgele örneklem yöntemi ile seçilen "Davutpaşa Anadolu Lisesi (n=700)", "Kocamustafapaşa Anadolu İmam Hatip Lisesi (n=300)" ve "Çapa Fen Lisesi" (n=300) 9., 10. ve 11. sınıfa devam eden öğrenciler ile gerçekleştirilmiştir. Örneklem seçiminde özellikle Türkiye'de yer alan tüm çeşitli liselerin (anadolu lisesi, fen lisesi, imam hatip lisesi) evren içinde yer almasına dikkat edilmiştir. Tez araştırması Ocak 2017'de literatür tarama ile başlamış; Haziran 2020'de tez savunması ile sonlanmıştır.

3.3. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme:

Örneklem sayısının belirlenebilmesi için; G*POWER 3.0.10 programında Tip 1 hata 0.01 ve Tip 2 hata 0.01 (%99 güç) kabul edilerek her bir sınıf için gerekli örneklem büyüklüğü 205 olarak belirlenmiştir. Üç sınıf için toplam 615 adölesanın araştırmaya dahil edilmesi gerektiği belirlenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkinin net olarak ortaya konması için, örnekleme alınma ölçütlerine uyan, 732 adölesan çalışma kapsamına alınmıştır, ancak 32 öğrencinin ölçek maddelerini eksik doldurması nedeniyle çalışmanın analizleri 700 adölesan üzerinden gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmada, örnekleme ulaşma oranı %.95.62'dir.

Örnekleme alınma ölçütleri; a) adölesanların yaş aralığının 14-18 yaş olması, b) adölesanların/ebeveynlerinin akıllı telefonlarının olması, c) internete evden ya da okuldan erişebiliyor olması, d) çalışmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden ve ebeveynlerinin onam formu olması olarak belirlenmiştir. **Örneklemeden dışlama ölçütleri ise;** a) internete evden ya da okuldan erişebilme imkânı olmayan adölesanlar, b) akıllı telefon kullanımı olmayan adölesanlar, c) özel öğrenim güçlüğü olan adölesanlar, d) çalışmanın herhangi bir aşamasında

çalışmadan çıkmak isteyen adölesanlar, e) ebeveyn onam formu olmayan adölesanlar çalışma kapsamına alınmamıştır.

Çalışmanın verileri her sınıf için ayrı bir ders saatinde (her bir ders saati 40 dakikadır) toplanmıştır. Ders saatinin kullanılmasına izin veren öğretmenlerin derslerinde araştırmacı tarafından sınıf ortamında ölçeklerin uygulanması yapılmıştır.

3.4. Çalışma Materyali

Bu çalışmada, çalışma materyali kullanılmamıştır.

3.5. Araştırmanın Değişkenleri:

3.5.1. *Bağımsız değişkenler*: araştırmanın bağımsız değişkenleri; ***problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısıdır.***

3.5.2. *Bağımlı değişkeni*: araştırmanın bağımlı değişkeni; ***akıllı telefon bağımlılığıdır.***

3.6. Veri Toplama Araçları ve Özellikleri

Çalışmanın verilerinin, “*Tanımlayıcı Bilgi Formu*” (Ek-1), “*Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu*” (Ek-2), “*Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu*” (Ek-3) ve “*Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği*” (Ek-4) ile toplanması planlanmıştır.

3.6.1. *Tanımlayıcı Bilgi Formu (Ek-2)*

Bu form, literatür taraması yapılarak oluşturulmuştur (Şar, Ayas, Horzum, 2015; Ayar, Bektas, Bektas, Akdeniz Kudubes ve ark., 2017; Günlü ve Ceyhan, 2017; Ayar, Özalp Gerçeker, Özdemir, Bektas, 2018). Araştırmaya katılan adölesanların sosyo-demografik özelliklerine ilişkin (yaş, cinsiyet, sınıf, anne-baba eğitim durumu, aylık gelir durum vb.) yedi soru, internet ve akıllı telefon kullanımına yönelik (kendisine ait bilgisayarın olup olmadığı, bilgisayarı ile internete bağlanabilme durumu, haftalık internet kullanım süresi, interneti en çok hangi amaçla kullandığı, akıllı telefonunun olup olmadığı vb.) 12 soru olmak üzere toplam 19 sorudan oluşmaktadır.

3.6.2. *Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu (PİKÖ-E)(Ek-3)*

Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği-Ergen Formu (PİKÖ-E), Ceyhan ve Ceyhan (2014) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 27 madde olup, ölçek maddeleri “hiç uygun değil” (1=puan) ve “tamamen uygun” (5=puan) biçiminde 5’li likert şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 27, en yüksek puan ise 135’tir. Ölçekten alınan puanın artması

adölesanların problemlili internet kullanımının arttığını belirtmektedir (Ceyhan ve Ceyhan, 2014).

PİKÖ-E üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek alt boyutları sırasıyla; birinci alt boyut “*internetin olumsuz sonuçları*”, ikinci alt boyut “*aşırı kullanım*” ve üçüncü alt boyut “*sosyal fayda/sosyal rahatlık*” dır. Üç alt boyutlu ölçeğin toplam açıklanma yüzdesi %49.35’dir. Ölçek alt boyutlarının içeriği Tablo 2’de yer almaktadır.

Ölçeğin toplam Cronbach alfa katsayısı 0.93, ölçeğin alt boyutlarının Cronbach alfa katsayısı ise sırasıyla 0.93, 0.76 ve 0.78’dir (Ceyhan ve Ceyhan, 2014). Bu çalışmada ise, Cronbach alfa katsayısı 0.913 olarak bulunmuştur.

Tablo 2. Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu’nun Alt Boyutlarına İlişkin Özellikler

Ölçek Alt Boyut	Özellikleri
<u>Ölçek Birinci Alt Boyut</u> “İnternetin Olumsuz Sonuçları” 14 maddeden oluşmaktadır. (12.,13.,14.,15.,16.,17.,18.,19., 20.,21.,22.,23.,24.,26.madde)	<ul style="list-style-type: none">• İnternette geçirilen zaman ile günlük işlerin ihmal edilmesi, kişilerarası ilişkilerde problem yaşama, sürekli ziyaret edilen internet sitelerine giriş yapmadan duramama gibi internetin olumsuz sonuçlarını içermektedir.
<u>Ölçek İkinci Alt Boyut</u> “Aşırı Kullanım” Altı maddeden oluşmaktadır. (1.,2.,6.,7.,10.,25.madde)	<ul style="list-style-type: none">• Hedeflenen sürenin dışında internet kullanılıp kullanılmadığı, zorunluluk olmadıkça kullanmama, kullanım süresinin farkına varılmaması gibi internetin aşırı kullanımına ilişkin maddeleri içermektedir.
<u>Ölçek Üçüncü Alt Boyut</u> “Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık” Yedi maddeden oluşmaktadır. (3.,4.,5.,8.,9.,11.ve 27.made)	Bireyin internette kendini güvende hissetmesi, online iletişimi tercih etmesi, online ortamda tanıştığı kişilere kendini daha iyi ifade etmesi gibi internetin sağladığı sosyal fayda/sosyal rahatlığa ilişkin maddeleri içermektedir.

3.6.3. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu (SGKÖ-E) (Ek-4)

Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ), bireyin sosyal görünüş kaygılarını ölçmek amacıyla Hart, Flora, Palyo, Fresco ve ark., (2008) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin adölesanlarda Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Doğan (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçek tek alt boyut olup, 16 maddeden oluşmaktadır. Tek faktörlü yapının, ölçeğin %53.4'ünü açıkladığı belirlenmiştir.

Ölçeğin faktör yük değerleri; 0.36-0.82 arasındadır. Uyum indeks değerleri ise; Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) =0.066; Comparative Fit Index (CFI)=0.95; Incremental Fit Index (IFI)=0.95, Normed Fit Index (NFI)=0.93, Goodness-of-Fit Index (GFI)=0.93 olarak bulunmuştur ($\chi^2=284.02$, $p<0.001$) (Doğan, 2011). Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0.91'dir. Adölesanların sosyal görünüş kaygısını değerlendirmek için kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracıdır (Doğan, 2011). Bu çalışmada ise, Cronbach alfa katsayısı 0.916 olarak saptanmıştır.

3.6.4. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (ATBÖ)(Ek-5)

Şar, Ayas ve Horzum (2015) tarafından adölesanlarda akıllı telefon bağımlılığını belirlemek amacıyla geliştirilen ölçek toplam 30 maddeden oluşmakta ve ölçek maddeleri “kesinlikle katılmıyorum” (1=puan) ve “kesinlikle katılıyorum” (5=puan) biçiminde 5’li likert şeklinde puanlanmaktadır.

Ölçek toplam dört alt boyuttan oluşmaktadır. Birinci alt boyut; kendini rahatlatma (6-22.maddeler); ikinci alt boyut; fiziksel zarar görme ve günlük işleri aksatma (1-5.maddeler); üçüncü alt boyut; yüz yüze iletişimi engelleme (27-30.maddeler) ve dördüncü alt boyut; kullanımı engelleyememe (23-26. maddeler)’dir. Ölçeğin alt boyut faktör yük değerleri sırasıyla; birinci alt boyut; 0.557-0.813; ikinci alt boyut; 0.561-0.765; üçüncü alt boyut; 0.620-0.770 ve dördüncü alt boyut faktör yük değeri; 0.444-0.768’dir.

Ölçeğin Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değeri; 0.947, $\chi^2= 4919.85$, $p<0.001$ ’dir. Ölçeğin toplam Cronbach alfa katsayısı 0.962’dir. Ölçeğin alt boyut Cronbach alfa katsayısı sırasıyla; 0.960, 0.818, 0.837 ve 0.744’dür. Ölçeğin model uyum indeksi; RMSEA=.075, CFI=0.97, NFI=0.96 ve Non-Normed Fit Index (NNFI)=0.97’dir.

Ölçeğin değerlendirilmesi ise; ölçekten alınan puan 30-55 arasında ise “normal akıllı telefon kullanıcısı”, 56-78 arasında “alışkanlık haline gelmiş akıllı telefon kullanıcısı”, 79-113 puan arasında “takıntılı akıllı telefon kullanıcısı” ve 114 ve üzeri puan alan kullanıcılar

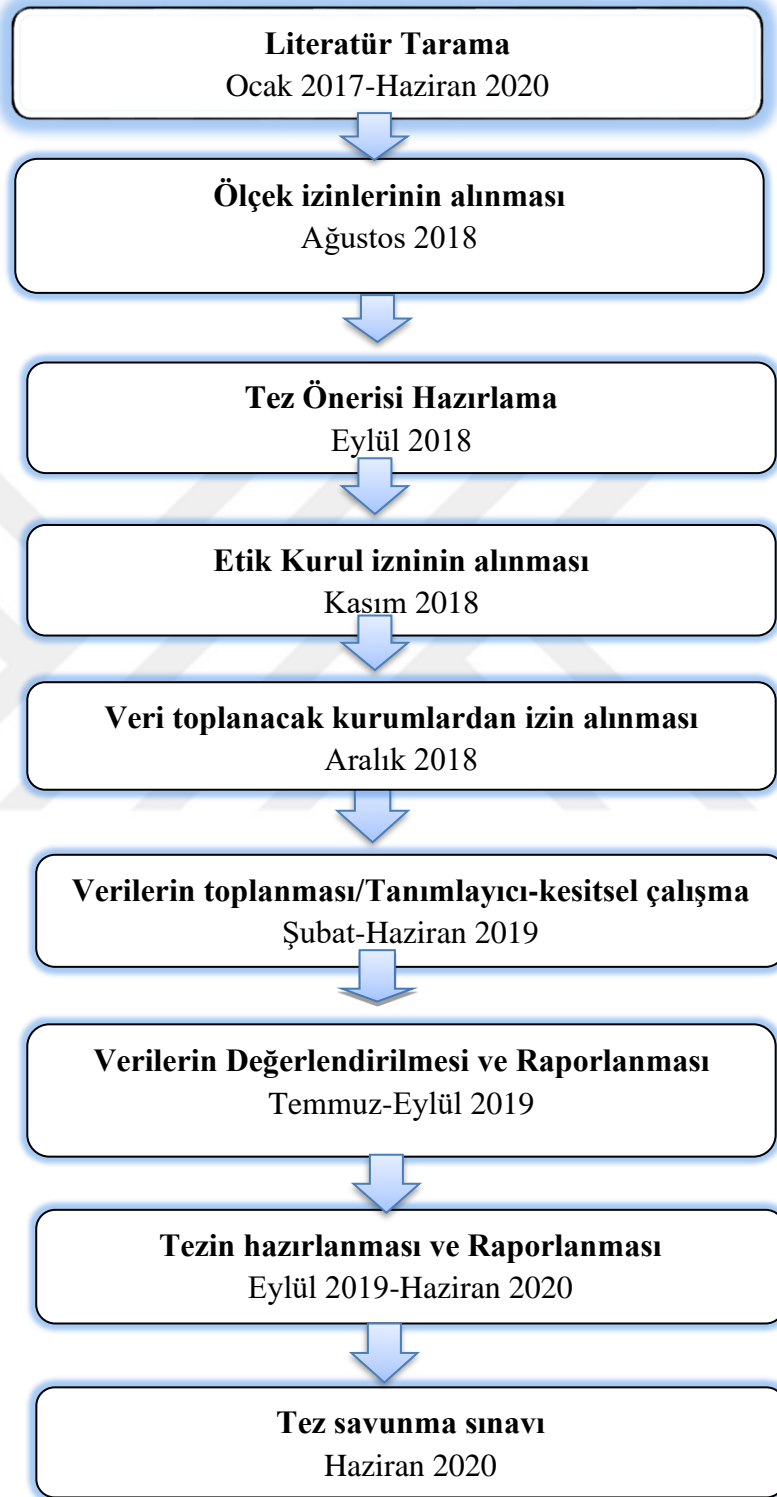
“bağımlı akıllı telefon kullanıcısı” olarak değerlendirilmektedir. Ölçek geçerli ve güvenilir bulunmuştur (Şar, Ayas ve Horzum, 2015). Bu çalışmada, ölçeğin toplam Cronbach alfa katsayısı; 0.932 olarak bulunmuştur.

Tablo 3. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği'nin Alt Boyutlarına İlişkin Özellikler

Ölçek Alt Boyut	Özellikleri
<u>Ölçek Birinci Alt Boyut</u> “Kendini Rahatlatma” 17 maddeden oluşmaktadır (6.-22.maddeler)	<ul style="list-style-type: none">• Akıllı telefonun şarj sorunu nedeniyle kullanamadığım zamanlarda kendimi huzursuz hissedirim, akıllı telefon kullanırken kendimi güvende hissedirim, akıllı telefonu kullanarak günün stresinden kurtulurum, akıllı telefon kullanırken kendimi rahatlamış hissedirim gibi akıllı telefon kullanımı ile kendini rahatlatmayı içeren maddelerden oluşmaktadır.
<u>Ölçek İkinci Alt Boyut</u> “Fiziksel Zarar Görme ve Günlük İşleri Aksatma” Beş maddeden oluşmaktadır (1-5.maddeler)	<ul style="list-style-type: none">• Akıllı telefon kullanmam nedeniyle yapmam gereken işleri aksatırım, derslerime yoğunlaşmakta zorlanırım, gözlerimle ilgili sorun yaşarım, el bileğimde ve parmaklarımda acı hissedirim gibi akıllı telefon kullanımı ile fiziksel zarar görme ve günlük işleri aksatmaya ilişkin maddelerden oluşmaktadır.
<u>Ölçek Üçüncü Alt Boyut</u> “Yüz yüze İletişimi Engelleme” Dört maddeden oluşmaktadır (27-30.maddeler)	<ul style="list-style-type: none">• Tam şarj olmuş akıllı telefonumun şarjı bir gün bile dayanmaz, birçok defa akıllı telefon kullanımımı azaltmak için çabaladım fakat her defasında başarısız oldum, gibi akıllı telefon kullanımı ile yüz yüze iletişimi engellemeye ilişkin maddelerden oluşmaktadır.

Ölçek Alt Boyut	Özellikleri
<u>Ölçek Dördüncü Alt Boyut</u> “Kullanımı Engelleyememe” Dört maddeden oluşmaktadır (23-26.maddeler)	<ul style="list-style-type: none">• Akıllı telefonumdaki arkadaşlarımla zaman geçirmeyi gerçek hayattaki arkadaşlarıma ya da aile bireyelerine tercih ederim, arkadaşlarımla sohbet etmektense akıllı telefonumu kullanmayı tercih ederim, arkadaşlarımla beraberken bile akıllı telefonla ilgilendiğim için onlarla fazla iletişim kurmam gibi akıllı telefon kullanımını engelleyememeye ilişkin maddelerden oluşmaktadır.

3.7. Araştırma Planı



Şekil 2. Araştırma Planı

3.8. Verilerin Değerlendirilmesi

Adölesanların tanıtıcı bilgileri sayı, yüzde ve ortalama analizleri ile değerlendirilmiştir. Problemlili internet kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki ile sosyal görünüş kaygısı ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki *pearson korelasyon analizi* ile, problemlili internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığı üzerine etkisinin yordanması ise *regresyon analizi* ile değerlendirilmiştir. Ölçek puanlarının regresyon modeline katılıp katılamayacağı regresyon için çoklu doğrusal bağıntı analizi ile değerlendirilmiştir. Çoklu bağıntı testlerinin Variance Inflation Factor (VIF) değeri 10'un altında, tolerans değeri 0.2'nin üzerinde ve Condition Index değeri 15'in altında olanlar modele dahil edilmiştir. Verilerin dağılımı diklik ve basıklık ile değerlendirilmiş olup diklik ve basıklığın her ikisi de ± 2 arasında dağılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

3.9 Tezin Bütçesi

Tezin bütçesi araştırmacılar tarafından karşılanmıştır.

3.10. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın kullanılan ölçeklerdeki sorularla ve ölçeği yanıtlayan öğrencilerin verdikleri cevaplarla sınırlı olması, lise son sınıf öğrencilerinin (12.sınıf öğrencileri), sınav ve mezuniyete hazırlık dönemlerinde kesintiye uğramamaları için araştırmaya dahil edilememesi bu çalışmanın sınırlılıkları olarak belirlenmiştir.

3.11. Etik Kurul Onayı:

- ✓ Araştırmada kullanılması planlanan ölçeklerin sahiplerinden, ölçeklerin kullanılabilmesi için e-posta yolu ile izin alınmıştır (Ek-1).
- ✓ Dokuz Eylül Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 01.11.2018 tarihli ve 4293-GOA protokol numaralı 2018/28-17 karar numaralı etik kurul onayı alınmıştır (Ek-8).
- ✓ Etik Kurul onayını takiben İstanbul Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden 14.12.2018 tarihli ve 59090411-44-E.24142056 sayılı araştırma izni alınmıştır (Ek-7).

- ✓ Adölesanlara araştırmanın amacı anlatılarak, çalışmaya katılmayı gönüllü olarak kabul edenler çalışmaya alınmıştır. Ayrıca adölesanlardan sözlü onam ve ebeveynlerinden yazılı onam formu (veri toplama tarihinden bir hafta önce ebeveynlere kapalı zarf içerisinde ebeveyn onam formu gönderilmiştir, formlar ebeveynlere öğrenciler aracılığıyla iletilmiştir) ile izinleri alınmıştır (Ek-6).



4.BULGULAR

Tablo 4. Adölesanlara İlişkin Tanımlayıcı Bulgular (n=700)

Tanıtıcı Özellikler				
	Minimum	Maximum	Ortalama	Standart Sapma
Yaş Ortalaması	14	18	15.67	1.02
	n		%	
Yaş				
14	68		9.7	
15	282		40.3	
16	188		26.9	
17	145		20.7	
18	17		2.4	
Cinsiyet				
Kız	302		43.1	
Erkek	398		56.9	
Okul türü				
Anadolu Lisesi	449		64.1	
Fen Lisesi	133		19.0	
İmamhatip Lisesi	118		16.9	
Kaçıncı sınıfa devam ettiği				
9. Sınıf	338		48.3	
10. Sınıf	193		27.6	
11. Sınıf	169		24.1	
Anne Eğitim Düzeyi				
Okur –yazar değil	-		-	
İlkokul	193		27.6	
Ortaokul	156		22.3	
Lise	211		30.1	
Üniversite	140		20.0	

Tanıtcı Özellikler	n	%
Baba Eğitim Düzeyi		
Okur –yazar değil	-	-
İlkokul	111	15.9
Ortaokul	169	24.1
Lise	233	33.3
Üniversite	187	26.7
Adölesanların gelirlerini algılama durumu		
Düşük düzey	68	9.7
Orta düzey	562	80.3
Yüksek düzey	70	10.0
Adölesanların Kendisine Ait Bilgisayarının Olup Olmadığı		
Evet	453	64.7
Hayır	247	35.3
Adölesanların Kendisine/Ailesine Ait Bilgisayar ile İnternete Bağlanma Durumu		
Evet	561	80.1
Hayır	139	19.9
Adölesanların Haftalık İnternet Kullanım Süreleri		
Haftalık 5 saatten az	445	63.6
Haftalık 5-14 saat	224	32.0
Haftalık 15-39 saat	10	1.4
Haftalık 40 saatten daha fazla	21	3.0
Adölesanların İnterneti Kullanım Amaçları		
Ödev Hazırlamak	130	18.6
Film İzlemek	137	19.6
Sohbet Etmek	109	15.6
Sosyal Medya Sitelerine Giriş	211	30.1
Oyun Oynamak	113	16.1

Tanıtcı Özellikler	n	%
Adölesanların kendisine ait cep telefonunun olup olmadığı*		
Evet	673	96.1
Hayır	27	3.9
Adölesanların kendisine ait/ailesine ait akıllı telefon ile internet kullanım durumu**		
Evet	700	100.0
Hayır	-	-
Adölesanların Haftalık Akıllı Telefonları ile İnternet Kullanım Süreleri		
Haftalık 5 saatten az	569	81.3
Haftalık 5-14 saat	110	15.7
Haftalık 15-39 saat	11	1.6
Haftalık 40 saatten daha fazla	10	1.4
İnternete Bağlanırken En Çok Tercih Ettiği Cihaz		
Bilgisayar	116	16.6
Akıllı Telefon	584	83.4
Adölesanların Akıllı Telefonlarını Kullanım Amaçları		
Oyun Oynamak	146	20.9
İnternette Sörf Yapmak	274	39.1
Arkadaş/aile ile iletişim	200	28.6
Diğer (sosyal medya sitelerinde gezinmek, film izlemek, ödev hazırlamak vb)	80	11.4

*Cep telefonu olan çocukların, tamamının telefonu akıllı telefondur.

**Kendisine ait akıllı telefonu olmayan çocuklar anne/babasının akıllı telefonlarını kullandıklarını yazılı olarak bildirilmiştir.

Adölesanların tanımlayıcı özellikleri Tablo 4’de verilmiştir. Adölesanların yaş ortalaması 15.67 ± 1.02 olup, %9.7’si (n=68) 14 yaşında, %40.3’ü (n=282) 15 yaşında, %26.9’u (n=188) 16 yaşında, %20.7’si (n=145) 17 yaşında ve %2.4’ü (n=17) 18 yaşındadır. Adölesanların %56.9’u (n=398) erkek öğrenci olup, adölesanların %64.1’i (n=449) anadolu lisesine, %19’u (n=133) fen lisesine ve %16.9’u (n=118) imam hatip lisesine devam etmektedir. Adölesanların

%48.3'ü (n=338) dokuzuncu sınıfa, %27.6'sı (n=193) 10. sınıfa ve %24.1'i (n=169) 11. sınıfa devam etmektedir.

Çalışmaya alınan adölesanların ebeveynlerinin eğitim düzeyi incelendiğinde, annelerin %27.6'sı (n=193) ilkokul, %22.3'ü (n=156) ortaokul, %30.1'i (n=211) lise ve %20'si (n=140) üniversite mezunudur. Babaların eğitim durumu ise %15.9'u (n=111) ilkokul, %24.1'i (n=169) ortaokul, %33.3'ü (n=233) lise ve %26.7'si (n=187) üniversite mezunudur. Adölesanların gelir düzeylerini nasıl algıladıkları irdelendiğinde; %9.7'si (n=68) düşük düzeyde gelire sahip olduğunu; %80.3'ü (n=562) orta düzeyde gelire sahip olduklarını, adölesanların %10'u (n=70) ise gelir düzeylerinin yüksek olduğunu ifade etmiştir.

Adölesanların kendine ait bilgisayarının olup olmadığı incelendiğinde; %64.7'sinin (n=453) kendisine ait bilgisayar olduğu ve %80.1'inin (n=561) kendisine/ailesine ait olan bilgisayar ile internete erişim sağladıkları bulunmuştur. Adölesanların haftalık internet kullanım süreleri incelendiğinde; adölesanların %63.6'sı (n=445) interneti haftalık beş saatten daha az kullandığını, %32'si (n=224) interneti haftalık beş-14 saat arasında kullandığını, %1.4'ü (n=10) 15-39 saat arasında ve %3'ü (n=21) interneti haftalık 40 saatin üzerinde kullandıklarını belirtmiştir. Adölesanların %18.6'sı (n=130) interneti ödev hazırlamak için, %19.6'sı (n=137) film izlemek için, %15.6'sı (n=109) sohbet amaçlı, %30.1'i (n=211) sosyal medya sitelerine giriş ve %16.1'inin (n=113) ise interneti oyun oynamak amaçlı kullandıkları saptanmıştır.

Adölesanların %96.1'inin (n=673) kendine ait akıllı telefonlarının olduğu, kalan öğrencilerin (n=27) ise anne/babalarının akıllı telefonlarını kullandıkları ve tamamının akıllı telefonları ile internete bağlanabildikleri belirlenmiştir. Adölesanların %22.3'ünün (n=156) cep telefonu kullanmaya ortalama 12 yaşında başladığı belirlenmiştir. Adölesanların haftalık akıllı telefonları ile internet kullanım süreleri incelendiğinde; %81.3'ünün (n=569) interneti haftalık beş saatten daha az kullandığı, %15.7'sinin (n=110) interneti haftalık beş-14 saat arasında kullandığı, %1.6'sının (n=11) 15-39 saat arasında ve %1.4'ünün (n=10) interneti haftalık 40 saatin üzerinde kullandıklarını belirlenmiştir. Adölesanların internete bağlanırken daha çok akıllı telefonları (%83.4; n=584) tercih ettikleri saptanmıştır. Adölesanların akıllı telefonlarını kullanım amaçları incelendiğinde; %20.9'unun (n=146) oyun oynamak, %39.1'inin (n=274) internette sörf yapmak için, %28.6'sının (n=200) arkadaşları ile internette sohbet etmek ve %11.4'ünün (n=80) diğer nedenlerle (sosyal medya sitelerinde gezinmek, ödev hazırlamak vb.) için kullandıkları saptanmıştır.

Tablo 5. Adölesanların Ölçeklerden Aldıkları Toplam Puan Ortalamaları

	\bar{x}	SS	Minimum	Maximum
PİKO-E	61.62	20.78	27.0	135.0
SGKÖ-E	34.57	14.44	16.0	80.0
ATBÖ	67.67	25.06	30.0	150.0

Not: PİKÖ-E: Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu; SGKÖ-E: Sosyal Görüntüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu; ATBÖ: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

Adölesanların ölçeklerden aldıkları toplam puan ortalamaları incelendiğinde; PİKÖ-E ölçeği toplam puan ortalaması 61.62 ± 20.78 ; SGKÖ-E ölçeği toplam puan ortalaması 34.57 ± 14.44 ; ATBÖ ölçeği toplam puan ortalaması 67.67 ± 25.06 olarak bulunmuştur (Tablo 5).

Tablo 6. Adölesanların Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Kullanılan Ölçek ve Alt Boyut Puan Ortalamaları Arasındaki İlişki

	1	2	3	4	5
1. ATBÖ Toplam Puan Ortalamaları	1.0				
2. PİKÖ-E İnternetin olumsuz sonuçları	.651*	1.0			
3. PİKÖ-E Aşırı kullanımı	.554*	.609*	1.0		
4. PİKÖ-E Sosyal fayda/sosyal rahatlık	.466*	.684*	.379*	1.0	
5. SGKÖ-E	.454*	.400*	.232*	.440*	1.0

Not: * $p<0.001$; PİKÖ-E: Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu; SGKÖ-E: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu; ATBÖ: Akıllı Telefon bağımlılığı Ölçeği

Çalışmada incelenen bütün değişkenlerin arasındaki ilişki Tablo 6'da verilmiştir. Adölesanların problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısı ile akıllı telefon bağımlılığı toplam puan ortalamaları arasındaki korelasyon incelendiğinde; adölesanların PİKÖ-E ölçeği internetin olumsuz sonuçları alt boyut puan ortalamaları ve akıllı telefon bağımlılığı toplam puan ortalamaları arasında pozitif yönde güçlü düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=0.651$, $p<0.001$) (Tablo 6).

Adölesanların PİKÖ-E ölçeği internetin aşırı kullanımı alt boyut puan ortalamaları ve akıllı telefon bağımlılığı toplam puan ortalamaları arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=0.554$, $p<0.001$) (Tablo 6).

Adölesanların PİKÖ-E ölçeği sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyut puan ortalamaları ve akıllı telefon bağımlılığı toplam puan ortalamaları arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r=0.466$, $p<0.001$) (Tablo 6).

Adölesanların SGKÖ-E ölçeği toplam puan ortalamaları ve akıllı telefon bağımlılığı toplam puan ortalamaları arasında ise pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=0.454$, $p<0.001$) (Tablo 6).

Tablo 7. Adölesanların Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu Alt Boyutlarının Akıllı Telefon Bağımlılığını Yordama Durumu

Değişken	Model 1				
	B	SH	Beta	t	p
PİKÖ-E İnternetin olumsuz sonuçları	.875	.085	0.458*	10.314	<0.001
PİKÖ-E Aşırı kullanımı	1.237	.171	0.253*	7.232	<0.001
PİKÖ-E Sosyal fayda/sosyal rahatlık	.227	.056	0.056**	1.479	<0.140
R	0.682				
R²	0.465				
F	201.775				
p	<0.001				
DW (1.5-2.5)	1.796				

Not: PİKÖ-E: Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu; DW: Durbin Watson;
* p<.001; ** p>0.001

Çalışma değişkenleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkiler göz önüne alınarak üç model oluşturulmuştur.

Adölesanlarda problemlı internet kullanımının akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkisini incelemek amacıyla çalışılan regresyon modelinin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=201.775, p<0.001). Model 1'de problemlı internet kullanımı ölçeği üç alt boyutun, akıllı telefon bağımlılığının %47'sini (R²=0.465) açıkladığı belirlenmiştir (p<0.001). Bu modelde akıllı telefon bağımlılığını etkileyen en önemli faktörlerin sırasıyla; Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği internetin olumsuz sonuçları alt boyutu (Beta=0.458) ve Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği internetin aşırı kullanımı alt boyutu (Beta=0.253) olduğu saptanmıştır (p<0.001). Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği birinci internetin olumsuz sonuçları alt boyutu puan ortalamasının artması akıllı telefon bağımlılığını 0.458 kat, internetin aşırı kullanımı alt boyutu puan ortalamasının artması akıllı telefon bağımlılığını 0.253 kat arttırmaktadır (Tablo 7). Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutunun ise tek başına akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde etkilemediği belirlenmiştir (p>0.001). (Tablo 7).

Tablo 8. Adölesanların Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu Toplam Puan Ortalamalarının Akıllı Telefon Bağımlılığını Yordama Durumu

Değişken	Model 2				
	B	SH	Beta	t	p
SGKÖ-E	.722	.054	0.454*	13.479	<0.001
R	0.454				
R²	0.207				
F	181.671				
p	<0.001				
DW (1.5-2.5)	1.829				

Not: SGKÖ-E: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu; DW: Durbin Watson; *p<0.001

Adölesanlarda sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkisini incelemek amacıyla çalışılan regresyon modelinin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=181.671, p<0.001). Bağımlı değişken olan akıllı telefon bağımlılığını açıklamada adölesanların sosyal görünüş kaygısının bu model için önemli bir faktör olduğu, regresyon (Beta) katsayısına ilişkin değerlerin (t=13.479, p<0.001) istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Adölesanların SGKÖ-E puan ortalamasının artması akıllı telefon bağımlılığını 0.454 (Beta=0.454) kat arttırmaktadır. Model 2’de Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği toplam puan ortalamalarının akıllı telefon bağımlılığının %21’ini (R²=0.207) açıkladığı bulunmuştur (p<0.001). (Tablo 8).

Tablo 9. Adölesanların Problemlı İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Toplam Puan Ortalamalarının Akıllı Telefon Bağımlılığını Yordama Durumu

Değişken	Model 3				
	B	SH	Beta	t	p
PIKÖ-E İnternetin olumsuz sonuçları	.791	.082	0.414*	9.638	<0.001
PIKÖ-E aşırı kullanım	1.238	.164	0.253*	7.552	<0.001
PIKÖ-E sosyal fayda/sosyal rahatlık	-.071	.147	-0.018**	-.480	p=0.631
SGKÖ-E toplam puan ortalamaları	.378	.048	0.238*	7.947	<0.001
R	0.714				
R²	0.510				
F	180.636				
p	<0.001				
DW (1.5-2.5)	1.839				

Not: PIKÖ-E (Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu); SGKÖ-E (Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu); DW: Durbin Watson; * p<0.001; ** p>0.001

Adölesanlarda problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkisini incelemek amacıyla çalışılan regresyon modelinin anlamlı olduğu saptanmıştır (F=180.636, p<0.001). Model 3'de, problemlı internet kullanımı ölçeği tüm alt boyutlarının puan ortalamaları ve sosyal görünüş kaygısı toplam puan ortalamaları modele dahil edilmiştir. Bu değişkenlerin hepsi birlikte akıllı telefon bağımlılığının %51'ini (R²=0.510) açıklamaktadır. Bu modelde akıllı telefon bağımlılığını etkileyen en önemli faktörlerin sırasıyla; Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği internetin olumsuz sonuçları alt boyutu (Beta=0.414), aşırı kullanım alt boyutu (Beta=0.253) ve sosyal görünüş kaygısının (Beta=0.238) etkilediği saptanmıştır (p<0.001). Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutunun ise tek başına akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordamadığı belirlenmiştir (p>0.001) (Tablo 9).

5.TARTIŞMA

Adölesanların problemli internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığı üzerine etkisini belirlemek amacıyla yapılan bu çalışma, 9.,10., ve 11. sınıfa devam eden 700 adölesanın katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular, literatür bilgileri dahilinde ve araştırmada test edilen hipotez sırasına göre tartışılmıştır.

5.1. Problemli İnternet Kullanımı ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişki

Bu çalışmada, PİKÖ-E ölçeği internetin olumsuz sonuçları alt boyutu puan ortalamaları ile ATBÖ toplam puan ortalamaları arasında güçlü düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu, PİKÖ-E ölçeği internetin aşırı kullanımı ve sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyut puan ortalamaları ile orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir (Tablo 6). PİKÖ-E ölçeği internetin olumsuz sonuçları ve internetin aşırı kullanımı alt boyutunun akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde etkilediği ancak sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutunun tek başına akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde etkilemediği belirlenmiştir (Tablo 7). Problemli internet kullanım ölçeği tüm alt boyutları birlikte akıllı telefon bağımlılığının %47'sini açıklamaktadır (Tablo 7).

Günümüzde adölesanlarda internet kullanımının yaygınlaşması, gelecekte bu kullanım oranının daha da artabilme olasılığı, adölesanların problemli internet kullanımı açısından taşıdıkları riski göstermektedir (Haug, Castro, Kwon, Filler ve ark., 2015; Sırakaya ve Seferoğlu, 2018). Son yıllarda akıllı telefonlar, adölesanlar arasında internete erişimde en çok tercih edilen teknolojik cihaz haline gelmiştir (Kim, Nam, Oh ve Kang, 2016). Akıllı telefon bağımlılığına neden olan en önemli etken ise cihazın internete bağlanabilme özelliğinin olmasıdır (Kuyucu, 2017; Cha ve Seo 2018). Akıllı telefonlar, istenilen yer ve zamanda internet erişimi ve çeşitli uygulamaların kullanımını, ayrıca diğer bireylerle sınırsız bir şekilde etkileşime olanak sağladığı için özellikle problemli internet kullanımı olan bireylerin ilk tercihi haline gelmiştir (Sarwar ve Soomro, 2013).

Bu çalışmanın bulguları ile benzer şekilde; Ezo ve Toda (2013) 105 adölesan ile yaptıkları çalışmada, internet bağımlısı olan adölesanların akıllı telefon bağımlılığının da yüksek olduğunu belirlemiştir. Choi, Kim, Choi, Ahn ve ark., (2015),448 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada, akıllı telefon bağımlılığı ile internet bağımlılığı arasında ($r=0.208$, $p<0.001$) pozitif yönde ilişki saptamıştır.

Ben-Yehuda, Greenberg ve Weinstein (2016) 21-29 yaş arası 40 üniversite öğrencisiyle internet bağımlılığı ve akıllı telefon kullanımı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, internet bağımlılığının akıllı telefon bağımlılığının ön belirleyicisi olduğunu, internet bağımlılığının akıllı telefon bağımlılığının %69'unu açıkladığını belirlemiştir.

Kim, Nam, Oh, Kang (2016), 653 adölesan ile problemlili internet kullanımı ile akıllı telefon kullanımı arasındaki ilişkiyi irdeledikleri çalışmada, adölesanların yemek yerken, bir kafede sohbet ederken, hatta yürürken çevrimiçi olduklarını, akıllı telefonların masaüstü bilgisayar işlevlerinin çoğunu sağlarken, bilgisayarlara kıyasla daha fazla rahatlık sunduğunu böylelikle problemlili internet kullanımına da yol açabileceğini belirlemiştir.

Ayar, Bektaş, Bektaş, Akdeniz Kudubeş ve ark., (2017) adölesanlarda internet bağımlılığının akıllı telefon kullanımı üzerine etkisini değerlendirmek amacıyla 609 lise öğrencisi ile yaptıkları çalışmada, internet bağımlılığı yüksek olan adölesanların akıllı telefon bağımlılığının da yüksek olduğunu, internet bağımlılığı toplam puan ortalamalarının, adölesanlarda akıllı telefon bağımlılık durumunu etkileyen faktörler arasında oldukça önemli bir yere sahip olduğunu belirlemiştir (%41).

Gezgin, Şahin ve Yıldırım (2017) çalışmasında, genç popülasyon arasında internette fazla zaman geçirilmesinin akıllı telefon bağımlılığına zemin hazırladığını belirlemiştir. Ayrıca 645 üniversite öğrencisi ile yapılan başka bir çalışmada akıllı telefon bağımlılığı düzeyinin internet kullanım yoğunluğu ile doğrudan ilişkisi olduğu bulunmuştur (Gezgin, 2017).

Literatürde yer alan çalışmalar (Bivin, Mathew, Thulasi, Philip, 2013; Ezo ve Toda, 2013; Choi, Kim, Choi, Ahn ve ark., 2015; Skarupova ve arkadaşları, 2016; Ben-Yehuda, Greenberg ve Weinstein, 2016; Ayar, Bektaş, Bektaş, Akdeniz Kudubeş ve ark., 2017), bulgularımızda yer alan **“H₁: Problemlili internet kullanımı birinci alt boyutu: (internetin olumsuz sonuçları) akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordar”** ve **“H₂: Problemlili internet kullanımı ikinci alt boyutu (aşırı kullanım) akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordar”** hipotezlerini desteklemektedir. Bu çalışmanın bulguları **“H₃: Problemlili internet kullanımı üçüncü alt boyutu (sosyal fayda/sosyal rahatlık) akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordar”** hipotezini desteklememektedir. Teknolojik aletlerin dezavantajlarının yanında, sağladığı birçok faydada bulunmaktadır. Özellikle bireyin ailesi/arkadaşları ile iletişimine olanak sağlaması, öğrencilerin eğitim materyallerine kolayca ulaşması açısından zararlarının yanında pozitif yönlerinin de olduğu vurgulanmaktadır. Bu çalışmada PİKÖ-E ölçeği üçüncü alt boyutu; internetin sağladığı sosyal fayda/sosyal rahatlığa

ilişkin özellikleri içemektedir. Alt boyutun maddeleri genel olarak; adölesanın internette daha kolay ilişki kurması, yalnızlığını internetle paylaşması, internette bağlantı kurduğu insanlara kendini daha iyi anlatması gibi özelliklerden oluşmaktadır. Bu alt boyutun içerdiği özelliklerin daha net anlaşılması için adölesanların iletişim becerileri, yalnızlık düzeyleri gibi daha kapsamlı değişkenlerin de çalışmaya dahil edilmesi gerektiği, tek başına bu alt boyutun akıllı telefon bağımlılığını yordama düzeyinin düşük olduğu düşünülmektedir.

5.2. Sosyal Görünüş Kaygısı ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişki

Adölesanların sosyal görünüş kaygısı toplam puan ortalamaları ve akıllı telefon bağımlılığı toplam puan ortalamaları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir (Tablo 6). Adölesanların SGKÖ-E puan ortalamasının artması akıllı telefon bağımlılığını 0.454 kat arttırmakta ve SGKÖ-E ölçeği toplam puan ortalamalarının akıllı telefon bağımlılığının %21'ini açıklamaktadır (Tablo 8).

Sosyal görünüş kaygısı, bireyin fiziksel görünüşünün başkaları tarafından değerlendirildiğinde yaşadıkları gerginlik ve anksiyete olarak tanımlanmaktadır (Amil ve Bozgeyikli, 2015). Literatürde teknolojik aletlerin kullanımının bireylere kimlik gizleme özelliği sağladığı, online iletişim ile bireyin dış görünüşünün önemsiz hale geldiği ve özellikle sosyal görünüş kaygısı yaşayanların üzerinde baskı olarak gördüğü bu durumu ortadan kaldırarak sosyalleşebilmelerine fırsat sağladığı vurgulanmaktadır.

Doğan ve Tosun İlçin (2016) çalışmasında adölesanların online ortamda kendilerini daha rahat ifade ettiklerini bu nedenle sosyal kaygı düzeyi yüksek olan adölesanların akıllı telefon kullanım oranlarının da yüksek olduğunu saptamıştır.

Emirtekin, Balta, Sural, Kırcaburun ve arkadaşları (2019) 14-18 yaş arası 443 adölesan ile yaptıkları çalışmada adölesanların dış görünüşlerine ilişkin memnuniyetsizliklerinin sosyal kaygı düzeylerini yükselttiği, dış görünüş kaygısı ile sosyal kaygı arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve bu iki değişkenin de problemlili akıllı telefon kullanımına etkisi olduğunu belirlemiştir. Problemlili akıllı telefon kullanımının %19'unun sosyal görünüş kaygısı ile açıklandığı saptanmıştır.

Literatürde dış görünüşünden memnun olmayan adölesanların akıllı telefon kullanımına eğilimli olduğu, çevrimiçi etkileşimlerin adölesanların memnuniyetsizliğini giderebileceği vurgulanmaktadır. Özellikle adölesan dönemde, dış görünümde meydana gelen değişimler,

adölesanların kendilerini algılamaları ve öz değerlendirmeleri konusunda çok önemlidir (Maxwell ve Cole, 2012). Dış görünüşünden memnun olmayan adölesanlar, akıllı telefon kullanarak kendilerine olumlu yanıtlar aramak isteyebilir, örneğin sosyal medya sitelerinde/sanal dünyada istedikleri bir fotoğraf ile kendilerini tanıtarak, diğer bireylerden olumlu geri bildirimler alabilirler. İnternetin ve akıllı telefonların sağladığı bu durum sosyal görünüş kaygısı yaşayan adölesanların çoğunlukla çevrimiçi olmalarına neden olabilir ve bu adölesanların akıllı telefon bağımlısı olma riskini arttırabilir.

Bu çalışmada literatürde yer alan çalışmalarla benzer şekilde adölesanların sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığına etkisi olduğu, akıllı telefon bağımlılığını açıklayan değişkenler arasında sosyal görünüş kaygısının önemli bir yeri olduğu belirlenmiştir. Ayrıca bulgularımız, “*H₄: Sosyal görünüş kaygısı akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordar.*” hipotezini desteklemektedir.

5.3. Problemlı İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısının Birlikte Akıllı Telefon Bağımlılığı Üzerine Etkisi

Problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısı birlikte akıllı telefon bağımlılığının %51'ini açıklamaktadır ($R^2=0.510$; $p<0.001$) (Tablo 9). Bu çalışma sonuçlarına göre problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığı üzerine doğrudan etkisinin olduğu görölmektedir.

Problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısı birbirini doğrudan etkileyen iki kavramdır. Adölesanlarda sosyal görünüş kaygısı arttıkça internet kullanımının giderek arttığı ve problemlı internet kullanımına neden olduğu ve internetin akıllı telefonlar aracılığıyla kullanılmasının da akıllı telefon bağımlılığında artışa neden olduğu düşünölmektedir. Literatürde adölesan dönemde dış görünüşünden memnuniyetsizliğin çok fazla olduğu, birçok adölesanın çeşitli davranış değişiklikleri ile dış görünüşlerini değiştirmeye çalıştıkları belirtilmektedir. Özellikle günümüzde sosyal medya sitelerinin “güzel olma”, “ideal beden imajı”, “ideal vücut ölçüleri” gibi özellikleri fazla düzeyde vurgulamaları, adölesanların sosyal görünüş kaygısını arttırmaktadır. Beden görünüşünden memnun olmayan adölesanlar sanal dünyada kendilerini güzel ve rahat hissedebilecekleri bir alan arayışına girerek internet ve akıllı telefon kullanımlarını arttırır. Sanal dünyanın adölesana sunduğu özellikler (fotoğrafını değiştirebilme, anonimlik sağlama vb.) adölesanın internette pozitif özelliklerine

odaklanmasına, kendini daha rahat hissetmesine olanak sağlar, bu da akıllı telefon kullanımını daha cazip hale getirmektedir (Holland ve Tiggemann, 2016; Vartanian, Hayward, Smyth, Paxton ve arkadaşları, 2016; Frost ve Rickwood, 2017).

Adnan ve Gezgin (2016) akıllı telefon bağımlılığı prevalansını inceledikleri çalışmalarında, akıllı telefon bağımlılığını etkileyen unsurlar üzerine yoğunlaşılmasını; özellikle internet bağımlılığı ve sosyal görünüş kaygısı gibi etmenlerin önemli olduğunu vurgulamıştır.

Liu, Sun, Li, Zhou (2020) 11-15 yaş arası 1036 çocukla yaptıkları çalışmada; dış görünüşünden memnun olmayan adölesanların akıllı telefon kullanımlarının yüksek olduğu, dış görünüş memnuniyetsizliğinin tek başına akıllı telefon bağımlılığının %44'ünü açıkladığını saptamıştır. Ayrıca bu çalışmada akıllı telefonların, bireyin tüm kusurlarını gizlediği mükemmel bir sanal dünya sunduğu, adölesanı can sıkıcı olaylardan uzaklaştırarak, daha olumlu tepkiler aldığı, sanal dünyaya eğilimini arttırdığını, ayrıca görünüşünden memnun olmayan adölesanların akıllı telefon kullanımı konusunda daha savunmasız olduğunu belirlemiştir.

Japonya'da (Ministry of Internal Affairs and Communications [MIAC]) 38.630 adölesanın internet kullanımına yönelik yapılan bir çalışmada, adölesanların %59.7'sinin interneti akıllı telefonları aracılığıyla kullandıklarını, özellikle adölesanların internete istedikleri yer ve zamanda erişmelerine olanak sağladığı için akıllı telefonları tercih ettikleri belirlenmiştir (MIAC, 2017). Literatürde akıllı telefonların iletişime olanak sağlamasının yanında, avuç-içi bilgisayar olması, not defteri özelliği, kamera, video ve internet oyunlarına izin vermesi nedeniyle de tercih edildiği, birçok adölesanın gün boyu akıllı telefonlarını kullanarak internette gezinmeleri, 24 saat boyunca internete erişim sağladığı için akıllı telefonlarından ayrılamamaları gibi nedenlerle akıllı telefon bağımlılığının, yeni bir internet bağımlılığı biçimi olarak kabul edilebileceği de vurgulanmaktadır (Samaha ve Hawi, 2016; Tateno, Kim, Teo, Skokauskas ve arkadaşları, 2019).

Bu çalışmada literatürde yer alan çalışmalarla benzer şekilde problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının birlikte akıllı telefon bağımlılığına etkisi olduğu, akıllı telefon bağımlılığını açıklayan değişkenler arasında her iki değişkenin de önemli bir yeri olduğu belirlenmiştir. Ayrıca bulgularımız, "***H₅: Problemlı internet kullanımı tüm alt boyutları ve sosyal görünüş kaygısı birlikte akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordar.***" hipotezini desteklemektedir. Sonuç olarak adölesanlarda problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş

kaygısının akıllı telefon bağımlılığına etkisini inceleyen bu çalışmada, değişkenlerin akıllı telefon bağımlılığını önemli ölçüde açıkladığı, bu çalışmanın bulgularının literatüre katkı sağlayarak çeşitli araştırmaların planlanmasına ışık tutacağı düşünölmektedir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Çalışmada, adölesanlarda problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığını yordadığı bulunmuştur.

- PİKÖ-E internetin olumsuz sonuçları alt boyut puan ortalamaları ile ATBÖ toplam puan ortalamaları arasında ilişki olduğu bulunmuştur.
- PİKÖ-E internetin aşırı kullanımı alt boyut puan ortalamaları ve ATBÖ toplam puan ortalamaları arasında ilişki olduğu belirlenmiştir.
- PİKÖ-E sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyut puan ortalamaları ve ATBÖ toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki olduğu, ancak tek başına sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutunun akıllı telefonu yordamadığı saptanmıştır.
- SGKÖ-E toplam puan ortalamaları ile ATBÖ toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır.
- Problemlı internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının birlikte akıllı telefon bağımlılığını yordadığı belirlenmiştir.

6.2. Öneriler

Adölesanlara Yönelik Öneriler;

- Adölesanların internet kullanımı, internet kullanım amaçları, akıllı telefon kullanımı konusunda farkındalıklarını belirleyebilmek amacıyla riskli gruplara yönelik düzenli olarak taramalar ve girişimsel çalışmaların yapılması,
- Bilinçli teknoloji kullanımına yönelik öğrencilere belirli aralıklarla konferans düzenlenmesi ve farkındalık oluşturulmasına katkı sağlanması,
- Okulda yer alan tüm öğretmen ve idari çalışanlara adölesan dönemde problemlerli internet kullanımı, sosyal görünüş kaygısı ve akıllı telefon bağımlılığına ilişkin hizmet içi eğitimler düzenlenmesi önerilir.

Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

- Bu araştırma lise öğrencilerini kapsamaktadır, sonraki çalışmalarda farklı yaş gruplarının da eklenerek daha kapsamlı çalışmaların yapılması,
- Problemlerli internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon bağımlılığına etkisini önlemeye yönelik girişimsel çalışmaların planlanması önerilir.

7. KAYNAKLAR

- Adnan M, Gezgin DM. A modern phobia: prevalence of nomophobia among college students. Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences, 2016; 49(1): 141-158.
- Akar F. Purposes, causes and consequences of excessive internet use among Turkish adolescents. Eurasian Journal of Educational Research, 2015; 60: 35-56.
- Akar F. Purposes and characteristics of internet use of adolescents. Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi, 2017; 7(2): 257-86.
- Akçan Parlaz E, Tekgül N, Karademirci E, Öngel K. Ergenlik dönemi: fiziksel büyüme, psikolojik ve sosyal gelişim süreci. Turkish Family Physician, 2016; 3(4): 11-5.
- Amil O, Bozgeyikli H. Investigating the relationship between social appearance anxiety and loneliness of Turkish university youth. Journal of Studies in Social Sciences, 2015; 11(1): 68-96.
- Anderson EL, Steen E, Stavropoulos V. Internet use and problematic internet use: a systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. International Journal of Adolescence and Youth, 2017; 22(4): 430-54.
- Ayar D, Bektaş M, Bektaş I, Akdeniz Kudubeş A ve ark. The effect of adolescents internet addiction on smartphone addiction. J Addict Nurs, 2017; 28(4): 210-214.
- Ayar D, Özalp Gerçeker G, Özdemir EZ, Bektaş M. The effect of problematic internet use, social appearance anxiety, and social media use on nursing students' nomophobia levels. CIN, 2018; 36(12): 589-94.
- Aylaz R, Güneş G, Günaydın Y, Kocaer M ve ark. Problematic internet usage among high school students and the relevant factors. Turk J Public Health, 2015; 13(3): 184-192.
- Ben-Yehuda L, Greenberg L, Weinstein A. Internet addiction by using the smartphone-relationships between internet addiction, frequency of smartphone use and the state of mind of male and female students. Journal of Reward Deficiency Syndrome & Addiction Science 2016; 2(1): 22-27.
- Bivin JB, Mathew P, Thulasi PC, Philip J. Nomophobia- do we really need to worry about? a crosssectional study on nomophobia severity among male undergraduate students of health sciences. Reviews of Progress, 2013; 1(1): 1-5.
- Boumosleh J, Jaalouk D. Smartphone addiction among university students and its relationship with academic performance. Global J Health Sci, 2018;10:48-59.

- Bozkurt H, Coşkun M, Ayaydin H, Adak İ ve ark. Prevalence and patterns of psychiatric disorders in referred adolescents with Internet addiction. *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 2013; 67: 352–359.
- Carbonell X, Chamarro A, Oberst U, Rodrigo B, Prades M. Problematic use of the internet and smartphones in university students: 2006–2017. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 2018; 15(3): 475.
- Ceyhan A. Ergenlerin problemlü internet kullanımı düzeylerinin yordayıcıları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 2011;18(2): 85-94.
- Ceyhan A, Ceyhan E. Problemlü internet kullanım ölçeğinin ergenlerde geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Bağımlılık Dergisi*, 2014; 15(2): 56-64.
- Cha S, Seo B. Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: prevalence, social networking service, and game use. *Health Psychology Open*, 2018; 1-15.
- Choi SW, Kim DJ, Choi JS, Ahn H ve ark. Comparison of risk and protective factors associated with smartphone addiction and internet addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 2015; 4(4): 308–314.
- Chung JE, Choi SA, Kim KT, Yee J ve ark. Smartphone addiction risk and day time sleepiness in Korean adolescents. *Journal of Paediatrics and Child Health* 2018; 54: 800–806.
- Çelik E, Turan ME, Arıcı N. The role of social appearance anxiety in metacognitive awareness of adolescents. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 2014; 7 (1): 138-147.
- Çelikkaleli Ö, Ata R, Avcı R. Investigation of problematic internet usage in middle adolescence age in terms of demographic variables. *Journal of Computer and Education Research*, 2018; 6(12): 123-41.
- Davey S, Davey A, Singh JV. Emergence of problematic internet use among Indian adolescents: a multimethod study. *Journal of Indian Association for Child & Adolescent Mental Health*, 2016; 12(1): 60-78.
- Davis RA. A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 2001; 17(2): 187-95.

Deloitte (2019). Global Mobil Kullanıcı Araştırması. Erişim adresi:

<http://www.tubisad.org.tr/tr/guncel/detay/Deloitte-Global-Mobil-Kullanici-Arastirmasina-gore-Akilli-telefon-kullanimini-azaltmaya-calisiyoru/33/668/0>
Erişim tarihi:11.05.2020

Demirci K, Orhan H, Demirdaş A, Akpınar A ve ark. Validity and reliability of the Turkish version of the smartphone addiction scale in a younger population. Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, 2014; 24: 3.

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

Doğan T. An investigation of the psychometric properties of the social appearance anxiety scale in an adolescent sample. Elementary Education Online, 2011; 10(1): 12-19.

Doğan U, Çolak TS. Self-concealment, social network sites usage, social appearance anxiety, loneliness of high school students: a model testing. Journal of Education and Training Studies, 2016; 4(6):176-183.

Doğan U, Tosun İlçin N. Lise öğrencilerinde problemlı akıllı telefon kullanımının sosyal kaygı ve sosyal ağların kullanımına aracılık etkisi. Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2016; 8(22): 100- 116.

Durak HY. Modeling of variables related to problematic internet usage and problematic social media usage in adolescents. Curr Psychol, 2018. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9840-8>

Elhaia JD, Dvorakc RD, Levinea JC, Hall BJ. Problematic smartphone use: a conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. Journal of Affective Disorders, 2017; 207: 251-59.

Emirtekin E, Balta S, Sural İ, Kırçaburun K ve ark. The role of childhood emotional maltreatment and body image dissatisfaction in problematic smartphone use among adolescents. Psychiatry Research, 2019; 271: 634–639.

Erdemir AV, Bağcı SI, İnan EY, Turan E. Akne vulgarisli hastalarda sosyal görünüş kaygısı ve yaşam kalitesinin değerlendirilmesi. İstanbul Med J, 2013; 14: 35-9.

Ezoe S, Toda M. Relationships of lonelines sand mobile phone dependence with internet addiction in Japanese medical students. Open Journal of Preventive Medicine, 2013; 3(6), 407-412.

- Frost RL, Rickwood DJ. A systematic review of the mental health outcomes associated with Facebook use. *Computers in Human Behavior*, 2017;76:576-600.
- Gezgin DM. Exploring the influence of the patterns of mobile internet use on university students' nomophobia levels. *European Journal of Education Studies*, 2017; 3(6):29-53.
- Gezgin DM, Şahin YL, Yıldırım S. Sosyal ağ kullanıcılarının nomofobi düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesi. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2017; 7(1):1-15.
- Goel D, Subramanyam A, Kamath R. A study on the prevalence of internet addiction and its association with psychopathology in Indian adolescents. *Indian Journal of Psychiatry*, 2013; 55(2): 140-3.
- Goldberg I. (1995). Internet addictive disorder (IAD) diagnostic criteria. Erişim adresi: www.psychom.net/iadcriteria.html. Erişim tarihi: 11.05.2020.
- Goswami V, Singh DR. Impact of mobile phone addiction on adolescent's life: a literature review. *International Journal of Home Science*, 2016; 2(1): 69-74.
- Gökçearsan Ş, Kuşkaya Mumcu F, Haşlamam T, Demiraslan Çevik Y. Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyber loafing in university students. *Computers in Human Behavior* 2016; 63: 639-649.
- Griffiths M. Internet addiction: Factor fiction? *The Psychologist*, 1999; 12(5), 246–50.
- Griffiths MD, Kuss DJ. Adolescent social media addiction. *Education and Health*, 2017; 35(3): 49- 52.
- Günlü A, Ceyhan AA. Ergenlerde internet ve problemlerle internet kullanım davranışının incelenmesi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 2017; 4(1): 75–117.
- Hagger MS, Stevenson A. Social physique anxiety and physical self-esteem: gender and age effects. *Psychology and Health*, 2010; 25(1): 89-110.
- Hart TA, Flora DB, Palyo SA, Fresco Dve arkadaşları. Development and examination of the social appearance anxiety scale. *Assessment*, 2008; 15(1): 48-59.
- Haug S, Castro RP, Kwon M, Filler Ave arkadaşları. Smartphone use and smart phone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions*, 2015; 4(4): 299-307.
- Holland G, Tiggemann M. A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body Image*, 2017; 17: 100-110.

- Internet World Stats. (2020). Usage and Population Statistics. Erişim adresi: <https://www.internetworldstats.com/stats.htm> Erişim tarihi: 11.05.2020
- Jameel S, Waz MGS, Griffiths MD. Smartphone addiction in students: A qualitative examination of the components model of addiction using face-to-face interviews. *Journal of Behavioral Addictions*, 2019; 8(4): 780–793.
- Jeong S, Kim H, Yum J, Hwang Y. What type of content are smart phone users addicted to: SNS vs. games. *Computers in Human Behavior*, 2016; 54: 10- 17.
- Jones T. Students' cellphone addiction and their opinions. *The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications* 2014; 5(1): 74-80.
- Kartol A, Peker A. Ergenlerde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (fomo) yordayıcılarının incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 2020; 15(21): 456-74.
- Kaşıkçı DN, Çağıltay K, Karakuş T, Kurşun E ve ark. Türkiye ve Avrupa'daki çocukların internet alışkanlıkları ve güvenli internet kullanımı. *Eğitim ve Bilim*, 2014; 39(171):230-243.
- Kim Y, Park JY, Kim SB, Jung IK ve ark. The effects of internet addiction on the lifestyle and dietary behavior of Korean adolescents. *The Korean Nutrition Society and the Korean Society of Community Nutrition*, 2010; 4(1): 51-7.
- Kim D, Nam JK, Oh J, Kang MC. A latent profile analysis of the interplay between PC and smartphone in problematic internet use. *Computers in Human Behavior*, 2016; 56: 360-368.
- Krishnamurthy S, Chetlapalli SK. Internet addiction: prevalence and risk factors: a cross-sectional study among college students in Bengaluru, the Silicon Valley of India. *Indian Journal of Public Health*, 2015; 59(2): 115-21.
- Kuyucu M. Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı: "akıllı telefon(kolik)" üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition*, 2017; 7(14): 320-351.
- Kwon M, Lee JY, Won WY, Park JW ve arkadaşları. Development and validation of a smart phone addiction scale (SAS). *PLoSOne*, 2013;8(2):e56936.
- Lee EB. Too much information: heavy smartphone and facebook utilization by African American young adults. *Journal of Black Studies*, 2015; 46(1): 44–61.

- Lee YK, Chang CT, Cheng ZH ve Lin Y. How social anxiety and reduced self-efficacy induce smartphone addiction in materialistic people. *Social Science Computer Review*, 2018; 36(1): 36-56.
- Lian L, You X. Specific virtues as predictors of smart phone addiction among Chinese undergraduates. *CurrPsychol*, 2017; 36: 376–384.
- Lim YM, Nam SJ. Exploring factors related to problematic internet use in childhood and adolescence. *Int J Soc Psychiatry*, 2018; 65(2): 151-7.
- Lin YH, Chiang CL, Lin PH, Chang LR, Ko CH ve ark. Proposed diagnostic criteria for smartphone addiction. *PLoSOne*, 2016; 11(11): e0163010.
- Lin YH, Lin SH, Yang CCH, Kuo TBJ. Psychopathology of everyday life in the 21st century: smartphone addiction. In: Montag C, Reuter M, editors. *Internet Addiction; Neuroscientific Approaches and Therapeutical Implications Including Smartphone Addiction*, 2nd ed. Switzerland, Springer International Publishing, 2017; 339- 358.
- Liu TC, Desai RA, Krishnan-Sarins S, Cavallo DA ve ark. Problematic internet use and health in adolescents: data from a highschool survey in Connecticut. *J Clin Psychiatry*, 2011; 72(6): 836–45.
- Liu Q, Sun J, Li Q, Zhou Z. Body dissatisfaction and smartphone addiction among Chinese adolescents: A moderated mediation model. *Children and Youth Services Review*, 2020; 108: 104613.
- Maxwell MA, Cole DA. Development and initial validation of the adolescent responses to body dissatisfaction measure. *Psychological Assessment*, 2012; 24(3): 721–737.
- Marchant A, Hawton K, Stewart A, Montgomery P ve ark. A systematic review of the relationship between internet use, self-harm and suicidal behaviour in young people: the good, the bad and the unknown. *PLoSOne*, 2017; 12(8): e0181722.
- Meena PS, Mittal PK, Solanki RK. Problematic use of social networking sites among urban school going teenagers. *Ind Psychiatry J*, 2012; 21(2): 94–97.
- Mei X, Zhou Q, Li X, Jing P ve ark. Sleep problems in excessive technology use among adolescent: a systemic review and meta-analysis. *Sleep Science and Practice*, 2018; 2: 9.
- MIAC. (2017). *Information and Information Communications Technology*. Erişim adresi: <http://www.soumu.go.jp/english/> Erişim tarihi:11.05.2020

- Mok JY, Choi SW, Kim DJ, Choi JS, Lee J ve arkadaşları. Latent class analysis on internet and smartphone addiction in college students. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 2014; 10: 817–828.
- Ng SF, Hassan NSIC, Nor NHM, Malek NAA. The relationship between smartphone use and academic performance: a case of students in a Malaysian Tertiary Institution. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 2017; 5(4): 58- 70.
- Noyan CO, Darçın AE, Nurmedov S, Yılmaz O, Dilbaz N. Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinin kısa formunun üniversite öğrencilerinde Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2015; 16(1):73-81.
- Park N, Lee H. Nature of youth smartphone addiction in Korea. *Diverse Dimensions of Smartphone Use and Individual Traits*, 2014; 51: 100- 132.
- Pies R. Should DSM-V designate “internet addiction” a mental disorder. *Psychiatry (Edgemont)*, 2009; 6(2): 31–7.
- Prieara DK, Luszczynska A, Piko BF. Problematic internet use, social needs, and social support among youth. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2019; 17: 1008-19.
- Prizant-Passal S, Shechner T, Aderka IM. Social anxiety and internet use a meta-analysis: what do we know? What are we missing. *Computers in Human Behavior*, 2016; 62: 221-9.
- Putri APS, Poerwandari EK ve Rusli E. Social anxiety and internet addiction: CBT intervention module development based on self-reflection. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 2018; 135: 397-409.
- Randler C, Wolfgang L, Matt K, Demirhan E ve ark. Smartphone addiction proneness in relation to sleep and morningness–eveningness in German adolescents. *Journal of Behavioral Addictions*, 2016; 5(3): 465–473.
- Samaha M, Hawi NS. Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 2016; 57: 321-5.
- Salehan M, Negahban A. Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*, 2013; 29(6): 2632-9.
- Salehi M, Norozi Khalili MN, Hojjat SK, Salehi M ve arkadaşları. Prevalence of internet addiction and associated factors among medical students from Mashhad, Iran in 2013. *Iran Red Crescent Med J*, 2014; 16(5): e17256.

- Santarossa S, Woodruff SJ. Social media: exploring the relationship of social networking sites on body image, self-esteem, and eating disorders. *Social Media + Society*, 2017; 2: 1–10.
- Sarwar M, Soomro TR. Impact of smartphone's on society. *European Journal of Scientific Research*, 2013; 98(2): 216-26.
- Schoeni A, Roser K, Rööslı M. Symptoms and cognitive functions in adolescents in relation to mobile phone use during night. *PLoS ONE*, 2015; 10(7): e0133528.
- Seki T, Dilmaç B. Predictor relationships between the values the adolescents have and their levels of subjective well-being and social appearance anxiety: a model proposal. *EducationandScience*, 2015; 40(179): 57-67.
- Shapira NA, Goldsmith TD, Keck PE, Khosla UM ve ark. Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorders*, 2000; 57: 267-72.
- Shin CJ, Yoon CS, Choi H. A study on relation between smartphone addiction factors and gender: focused on adolescent. *International Information Institute*, 2015; 18(6A): 2233-9.
- Shoukat S. Cellphone addiction and psychological and physiological health in adolescents. *EXCLI J*, 2019; 18: 47–50.
- Sırakaya M, Seferoğlu, SS. Çocukların çevrim-içi ortamlarda karşılaştıkları riskler ve güvenli internet kullanımı, In: Akkoyunlu B, İşman A, Odabaşı HF, editors. *Eğitim Teknolojileri Okumaları*, 1. Baskı. Ankara: Pegem Akademi, 2018. syf. 185-202.
- Smahel D, Machackova H, Mascheroni G, Dedkova L, Staksrud E ve arkadaşları. *EU Kids Online 2020 Survey results from 19 countries*. 2020. Erişim adresi: <https://www.eukidsonline.ch/files/Eu-kids-online-2020-international-report.pdf> Erişim tarihi: 11.05.2020
- Soni R, Upadhyay R, Jain M. Prevalence of smartphone addiction, sleep quality and associated behaviour problems in adolescents. *Int J ResMedSci*. 2017; 5(2):515-519.
- Spada MM. An overview of problematic internet use. *AddictBehav*, 2014; 39(1): 3-6.
- Şahan M, Çapan Eraslan B. Ergenlerin problemlı internet kullanımında kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların ve sosyal kaygının rolü. *Ege Eğitim Dergisi*, 2017 (18)2: 887-913.
- Şahin Ş, Çövener Özçelik Ç. Ergenlik dönemi ve sosyalleşme. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 2016; 5(1): 42-49.

- Şar AH, Ayas T, Horzum MB. Developing the smartphone addiction scale and its validity and reliability study. *Online Journal of Technology Addiction&Cyberbullying*, 2015; 2(1): 1-17.
- Şata M, Çelik İ, Ertürk Z, Taş UE. Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinin (ATBÖ) Türk lise öğrencileri için uyarılma çalışması. *Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology*, 2016; 7(1): 156-69.
- Škařupová K, Ólafsson K, Blinka L. The effect of smartphone use on trends in European adolescents' excessive Internet use. *Behaviour & Information Technology*, 2019; 35(1): 68-74.
- Tateno M, Kim DJ, Teo AR, Skokauskas N ve ark. Smartphone addiction in Japanese college students: usefulness of the Japanese version of the smartphone addiction scale as a screening tool for a new form of internet addiction. *Psychiatry Investing*, 2019; 16(2): 115-120.
- Traş Z, Öztemel K, Baltacı UB. Role of problematic internet use, sense of belonging and social appearance anxiety in facebook use intensity of university students. *International Education Studies*, 2019; 12(8): 1- 10.
- Türkiye Ergen Profili Araştırması. (2013)
Erişim adresi:
<https://www.ailevecalisma.gov.tr/uploads/athgm/uploads/pages/arastirmalar/tepa2013-tekstf.pdf> Erişim Tarihi: 11.05.2020
- Türkiye İstatistik Kurumu (2013). 06-15 yaş grubu çocuklarda bilişim teknolojileri kullanımı ve medya, 2013. Erişim adresi:
<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=15866> Erişim tarihi: 11.05.2020
- Türkiye İstatistik Kurumu (2015). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. Erişim adresi: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=18660> Erişim tarihi: 11.05.2020
- Türkiye İstatistik Kurumu (2019). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması. Erişim adresi:
<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=30574> Erişim tarihi: 11.05.2020
- Türkiye Yeşilay Cemiyeti (2018). Bağımlılık. Erişim adresi:
<https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/teknoloji-bagimlilik> Erişim tarihi: 11.05.2020

- Vadher SB, Panchal BN, Vala AU, Ratnani IJ ve ark. Predictors of problematic internet use in school going adolescents of Bhavnagar, India. *International Journal of Social Psychiatry*, 2019; 65(2): 151-7.
- Vartanian LR, Hayward LE, Smyth JM, Paxton SJ ve ark. Risk and resiliency factors related to body dissatisfaction and disordered eating: The identity disruption model. *International Journal of Eating Disorders*, 2018; 51(4): 322-330.
- White EK, Warren CS. The influence of social anxiety on the body checking behaviors of female college students. *Body Image*, 2014;11(4): 458-63.
- World Health Organization. Internet users by region and country, 2010-2016. (2016). Erişim adresi: <https://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Pages/stat/treemap.aspx> Erişim Tarihi: 11.05.2020.
- World Health Organization. Strategic guidance on accelerating actions for adolescent health in South-East Asia Region (2018-2022). 2018. Erişim adresi: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274312/9789290226475-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y> Erişim Tarihi:11.05.2020
- Wu AMS, Cheung VI, Ku L, Hung EPW. Psychological risk factors of addiction to social networking sites among Chinese smartphone users. *Journal of Behavioral Addictions*, 2013; 2(3): 160–6.
- Yavuz O. Ergenlik döneminde internet bağımlılığının okul başarısı üzerinde etkileri. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 2018; 8(15): 1056-80.
- Yazıcı T. Kişilerarası iletişimde anlık mesajlaşma uygulamalarının yeri: WhatsApp uygulaması ile ilgili üniversite öğrencileri üzerine bir inceleme. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 2015; 4(1): 1102-1119.
- Yıldırım E, Taştan N. Üniversite öğrencilerinde narsistik kişiliğeğilimleri ve sosyal görünüş kaygısının problemlerli internet kullanımı üzerinde yordayıcı rolü. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2020; 10(1): 79-100.
- Young KS. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychol Behav*, 1996; 3: 237-44.
- Zhuang L, Wang L, Xu D, Wang Z, Liang R. Association between excessive smartphone use and cervical discdegeneration in young patients suffering from chronic neck pain. *Journal of Orthopaedic Science*, 2020. Inpress <https://doi.org/10.1016/j.jos.2020.02.009>


- Zorbaz O, Tuzgöl Dost M. Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2014; 29(1): 298-310.
- Zou Y, Xia N, Zou Y, Chen Z ve ark. Smartphone addiction may be associated with adolescent hypertension: a cross-sectional study among junior school students in China. BMC Pediatrics, 2019; 19: 310.
- Žumárová M. Computers and children's leisure time. Social and Behavioral Sciences, 2015; 176: 779-86.



8. EKLER

EK-1. Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu İzin Yazısı

01.09.2018 PIKÖ-E izin ricası - dijleozet87@gmail.com - Gmail

 Gmail PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI

E-Posta Yaz

Gelen Kutusu 1

- Yıldızlı
- Ertelendi
- Önemli
- Sohbetler
- Gönderilmiş Postalar
- Taslaklar
- Tüm Postalar
- Spam

Kategoriler

- [Gmail]
- 3. sınıf modül
- araştırma dersi
- dijle.ozet@deu.edu.tr
- doktora tezi

PIKÖ-E izin ricası Gelen Kutusu x

dijle özet
Değerli Hocam, Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Çocuk

Aydoğan Aykut CEYHAN <aceyhan@anadolu.edu.tr>
Alıcı: ben

Merhaba,
İlgili ölçek ve açıklamaları ektedir.
İlgili ölçeği bilimsel amaçlı çalışmalarınızda kullanabilirsiniz.
İyi çalışmalar.

Ekteki kopyadan makalesine ulaşarak yararlanabilirsiniz.

Sorun olursa tekrar yazarsanız, yardımcı olmaya çalışırım.

EK-1. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu İzin Yazısı

1.09.2018 Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği - dijle.ozero@gmail.com - Gmail

☰ Gmail

🔍 sosyal görünüş kaygısı

E-Posta Yaz

Gelen Kutusu 1

Yıldızlı

Ertelendi

Önemli

Sohbetler

Gönderilmiş Postalar

Taslaklar

Tüm Postalar

Spam

Kategoriler

[Gmail]

3. sınıf modül

araştırma dersi

dijle.ozero@deu.edu.tr

doktora tezi

Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Gelen Kutu

Tayfun Doğan tayfun@tayfundogan.net msn.com üzerinden
Alicı: ben

Merhaba,

Ölçek ve makalesi ektedir. Çalışmanızda kolaylıklar dilerim.

Doç. Dr. Tayfun Doğan
Üsküdar Üniversitesi
İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi
Psikoloji Bölümü

Tel: 0216 400 22 22/2326
Altunizade Mah. Haluk Türksoy Sk. No: 14
Üsküdar/İstanbul

www.journalofhappiness.net

...

EK-1. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği İzin Yazısı

01.09.2018

ölçek izin ricası - dijleozar87@gmail.com - Gmail

☰ Gmail

E-Posta Yaz

Gelen Kutusu 1

- Yıldızlı
- Ertelendi
- Önemli
- Sohbetler
- Gönderilmiş Postalar
- Taslaklar
- Tüm Postalar
- Spam

Kategoriler

- [Gmail]
- 3. sınıf modül
- araştırma dersi
- dijle.ozar@deu.edu.tr
- doktora tezi

Sayın Hocam, Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesinde gö

Ali Haydar ŞAR <ahaydarsar@hotmail.com>
Alıcı: ben


Merhaba hocam, istediğiniz ölçek ve yayınlandığı makale ektedir, baş


Date: Mon, 31 Aug 2015 14:57:06 +0300
Subject: ölçek izin ricası
From: dijleozar87@gmail.com
To: ahaydarsar@hotmail.com

...

[İleti kısaltıldı] [Tüm iletiyi görüntüle](#)

2 Ek

 14.pdf

 AKILLI TELEFON B.

EK-2. TANIMLAYICI BİLGİ FORMU

1. Yaşınız:.....
2. Okulunuzun Adı:
3. Cinsiyet: () Kız () Erkek
4. Sınıfınız:.....
5. Anne Eğitim Durumu: () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite
6. Baba Eğitim Durumu: () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite
7. Ailenizin gelir düzeyi size göre nasıl? () Düşük () Orta () Yüksek
8. Kendinize ait bilgisayarınız var mı? () Evet () Hayır
9. Bilgisayarınızla internete bağlanabiliyor musunuz? () Evet () Hayır
10. Haftada kaç saat internet kullanıyorsunuz?
11. İnterneti en çok hangi amaçla kullanıyorsunuz?
() Ödev hazırlamak () Film/Mp3 indirmek () Sohbet etmek
() Sosyal paylaşım sitelerinde gezinti () Oyun oynamak
12. Cep telefonunuz var mı? () Evet () Hayır
13. Cep telefonunuz akıllı telefon mudur?
() Evet () Hayır
13. Cep Telefonunuzla İnternete bağlanabiliyor musunuz?
() Evet () Hayır
14. Cep Telefonu Kullanımına kaç yaşında başladınız?.....
15. Haftada kaç saat cep telefonu ile internete bağlanıyorsunuz?
16. Bilgisayardan mı cep telefonundan mı daha uzun süre internete bağlanıyorsunuz?
() Bilgisayar () Cep telefonu
17. Cep telefonunu en çok hangi amaçla kullanıyorsunuz?
() Oyun oynamak
() İnternette sörf yapmak
() Arkadaşlarla/aile ile iletişim
() Diğer

EK-3. Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu(PİKÖ-E)

		Tamamen Uygun	Oldukça Uygun	Biraz Uygun	Nadiren Uygun	Hiç Uygun Değil
1	İnternet bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime “birkaç dakika daha” diyorum	5	4	3	2	1
2	İnternette geçirdiğim zaman çoğunlukla uykü süremi azaltıyor	5	4	3	2	1
3	İnternet ortamında elde ettiğim saygıyı günlük yaşamımda bulamıyorum	5	4	3	2	1
4	İnternette, diğer ortamlara göre daha kolay ilişki kuruyorum	5	4	3	2	1
5	İnternette ismimi gizlemek beni daha özgür kılıyor	5	4	3	2	1
6	Çok istememe rağmen interneti uzun süre kullanmaktan bir türlü vazgeçemiyorum	5	4	3	2	1
7	İnternete gerekmedikçe girmekten kaçınıyorum	5	4	3	2	1
8	Yalnızlığımı internetle paylaşıyorum	5	4	3	2	1
9	Birisi internette ne yaptığımı sorduğunda savunmacı ve gizleyici oluyorum	5	4	3	2	1
10	Planladığımın dışında fazladan bir dakika bile interneti kullanmıyorum	5	4	3	2	1
11	İnternette bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum	5	4	3	2	1
12	İnternette, kontrol benden çıkıyor	5	4	3	2	1
13	İnternet yüzünden yemek yemeyi unuttuğum zamanlar oluyor	5	4	3	2	1
14	İnternette daha fazla vakit geçirmek için günlük işlerimi ihmal ediyorum	5	4	3	2	1
15	Sosyal aktiviteler için para harcamaktansa internete erişmek için harcamayı tercih ediyorum	5	4	3	2	1
16	Sürekli ziyaret ettiğim internet sitelerine bir gün dahi girememeye tahammül edemiyorum	5	4	3	2	1
17	İnternet kullandığım süre boyunca her şeyi unutuyorum	5	4	3	2	1
18	Yapmam gereken işler çoğaldıkça, internet kullanma isteğim de o ölçüde artıyor	5	4	3	2	1
19	İnternet, yapmam gerekenleri ertelemek için vazgeçilmez bir araçtır	5	4	3	2	1
20	İnternet kullanımım, benim için önemli kişilerle olan ilişkilerimde problem yaşamama neden oluyor	5	4	3	2	1
21	İnternet kullanırken başkalarının beni meşgul etmesine öfkeleniyorum	5	4	3	2	1
22	İnterneti kullanmasam bile sürekli aklımda	5	4	3	2	1
23	İnternet kullanmayı bırakamadığım için randevularıma veya derslerime geç kalıyorum	5	4	3	2	1
24	Sabahları uyandığımda bir an önce internete bağlanmak istiyorum	5	4	3	2	1
25	İnternet kullanırken zamanın nasıl geçtiğini hiç anlayamıyorum	5	4	3	2	1
26	İnternet beni kendisine esir ediyor	5	4	3	2	1
27	İnternet yoluyla iletişim kurmayı, yüz yüze iletişime kurmaya tercih ediyorum	5	4	3	2	1

EK-4. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu

		Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1	Dış görünüşümle ilgili kendimi rahat hissedirim.*	1	2	3	4	5
2	Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissedirim.	1	2	3	4	5
3	İnsanlar doğrudan bana baktıklarında gerilirim.	1	2	3	4	5
4	İnsanların görünüşümden dolayı benden hoşlanmayacakları konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
5	Yanlarında olmadığım zamanlarda insanların, görünüşümle ilgili kusurlarımı konuşacaklarından endişelenirim.	1	2	3	4	5
6	Görünüşümden dolayı insanların benimle beraber vakit geçirmek istemeyeceklerinden endişelenirim.	1	2	3	4	5
7	İnsanların beni çekici bulmamalarından korkarım.	1	2	3	4	5
8	Görünüşümün yaşamımı zorlaştıracığından endişe duyarım.	1	2	3	4	5
9	Karşıma çıkan fırsatları görünüşümden dolayı kaybetmekten kaygılanırım.	1	2	3	4	5
10	İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşarım.	1	2	3	4	5
11	Diğer insanlar görünüşümle ilgili bir şey söylediklerinde kaygılanırım.	1	2	3	4	5
12	Dış görünüşümle ilgili başkalarının beklentilerini karşılayamamaktan endişeleniyorum.	1	2	3	4	5
13	İnsanların görünüşümü olumsuz olarak değerlendirecekleri konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
14	Diğer insanların görünüşümdeki bir kusurun farkına vardıklarını düşündüğümde kendimi rahatsız hissedirim.	1	2	3	4	5
15	Sevdiğim kişinin görünüşümden dolayı beni terk edeceğinden endişe duyuyorum.	1	2	3	4	5
16	İnsanların görünüşümün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum.	1	2	3	4	5

*1. Madde tersten kodlanmaktadır.

EK-5. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her Zaman
1.Akıllı telefon kullanmam nedeniyle yapmam gereken işleri aksatırım	1	2	3	4	5
2.Akıllı telefon kullanmam nedeniyle derslerime yoğunlaşmakta zorlanırım	1	2	3	4	5
3.Akıllı telefonu uzun süre kullanmam nedeniyle gözlerimle ilgili sorun yaşarım	1	2	3	4	5
4.Akıllı telefonumu uzun süre kullandığım için el bileğimde ve parmaklarımda acı hissedirim	1	2	3	4	5
5.Geç saatlere kadar akıllı telefonu kullandığım için uyku sorunu yaşarım.	1	2	3	4	5
6.Birçok işimi akıllı telefonumla hallettiğim için telefonsuz hiçbir şey yapamam	1	2	3	4	5
7.Akıllı telefonun şarj sorunu nedeniyle kullanamadığım zamanlarda kendimi huzursuz hissedirim	1	2	3	4	5
8.Akıllı telefon kullanırken kendimi güvende hissedirim	1	2	3	4	5
9.Akıllı telefonu kullanarak günün stresinden kurtulurum	1	2	3	4	5
10.Akıllı telefon kullanırken kendimi rahatlamış hissedirim	1	2	3	4	5
11.Akıllı telefon olmasaydı hayatım boş olurdu	1	2	3	4	5
12.Akıllı telefon kullanımı yaptığım en eğlenceli şey	1	2	3	4	5
13.Akıllı telefon elimde olmadığında sinirli ve sabırsız hissedirim	1	2	3	4	5
14.Akıllı telefon kullanmadığımda dahi hep aklımda olur	1	2	3	4	5
15.Günlük hayatımda her zaman büyük sorun yaratsa bile asla akıllı telefon kullanmayı bırakmam	1	2	3	4	5
16.Akıllı telefonu kullanırken bir sorunla karşılaşsam sinirlenirim	1	2	3	4	5
17.Evde tuvalete gitmem gerektiğinde bile, akıllı telefonumu yanımda götürürüm	1	2	3	4	5
18.Akıllı telefonumun her zaman şarjlı olduğundan emin olmak için şarj aletimi yanımda bulundururum	1	2	3	4	5
19.Akıllı telefonum olmadan başka işlerle uğraşmak beni sıkır	1	2	3	4	5
20.Akıllı telefonumun yatağın yanında olması beni rahatlatır	1	2	3	4	5

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her Zaman
21. Twitter ya da Facebook üzerindeki arkadaşlarımla olan görüşmelerimi kaçırmamak için akıllı telefonumu sürekli kontrol ederim	1	2	3	4	5
22. Sabah uykudan uyanır uyanmaz sosyal medyayı, twitter ya da facebook'u kontrol ederim	1	2	3	4	5
23. Akıllı telefonumdaki arkadaşlarımla zaman geçirmeyi gerçek hayattaki arkadaşlarıma ya da aile bireylerine tercih ederim.	1	2	3	4	5
24. Arkadaşlarımla sohbet etmektense akıllı telefonumu kullanmayı tercih ederim	1	2	3	4	5
25. Arkadaşlarımla beraberken bile akıllı telefonla ilgilendiğim için onlarla fazla iletişim kurmam	1	2	3	4	5
26. Aşırı akıllı telefon kullanımı yüzünden randevularımı kaçıırırım	1	2	3	4	5
27. Tam şarj olmuş akıllı telefonumun şarjı bir gün bile dayanmaz	1	2	3	4	5
28. Birçok defa akıllı telefon kullanımımı azaltmak için çabaladım fakat her defasında başarısız oldum	1	2	3	4	5
29. Akıllı telefonu daha az kullanmalıyım diye düşünürüm	1	2	3	4	5
30. Çevremdeki insanlar akıllı telefonumu çok fazla kullandığımı söyler	1	2	3	4	5



EK-6. Ebeveyn Onay Formu

EBEVEYN ONAY FORMU

Değerli Anne / Baba

İnternet kullanımı giderek artmaktadır. Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması verilerine göre; bilgisayar ve internet kullanım oranları 16 yaş grubundaki gençlerde %54,8'dir. Hanelerin %69,5'i evden internet erişimine sahipken, %96,8'inde cep telefonu veya akıllı telefonu bulunmaktadır. 06-15 yaş grubundaki internet kullanan çocukların İnternet kullanmaya başlama yaşı ortalama 9 bulunmuştur. Hanelerin cep telefonu ve akıllı telefon kullanım oranlarına bakıldığında %96,8'nin sahip olduğu bulunmuştur. Ayrıca 06-15 yaş grubundaki çocukların %24,3'nün cep telefonu kullandığı bulunmuştur. Günümüzde internet kullanımı ve akıllı telefon kullanımının artması beraberinde birtakım problemlere de yol açmaktadır. Bu problemlerin en önemlilerinden biri de problemli internet kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığıdır.

Adölesanların internette uzun süre vakit harcamaya başlaması, sosyal, psikolojik ve ekonomik sorunların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Özellikle cep telefonlarının sunduğu teknolojik fırsatlar en çok gençlerin dikkatini çekmekte ve telefonlara olan ilgi adölesanların sosyal iletişimlerini olumsuz yönde etkilemektedir. Adölesanlarda cep telefonunun aşırı kullanımı dikkat eksikliği, hafıza problemleri, konsantrasyon bozukluğu, baş ağrısı ve uyku bozukluğu gibi sorunlara neden olabilmektedir. Adölesanların gerek sosyal ilişkilerini gerekse iyilik hallerini olumsuz yönde etkileyen problemli internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon kullanımı üzerine etkisini irdelemek gelecekte olabilecek sorunları önlemede etkili olacaktır.

Çocuğumuzu bu çanşmaya katılımı için gerekli izni vererek, problemli internet kullanımı ve sosyal görünüş kaygısının akıllı telefon kullanımı üzerine etkisini anlamamızı sağlayacaksınız.

Ölçeklerin tamamlanması çocuğunuzun ortalama 40 dakikasını alacaktır. Çocuğunuzla birlikte 700 öğrencinin çalışmaya dahil edilmesi planlanmıştır.

Bu çalışmaya katılmayı reddetme ya da araştırma başladıktan sonra devam etmeme hakkına sahiptir. Formların hiçbirine sizi ya da çocuğunuzu tanıttak isim veya bir bilgi yazılması istenmeyecektir.

Yukarıdaki bilgileri okudum. Bunlar hakkında bana yazılı ve sözlü açıklamalar yapıldı. Bu koşullarla söz konusu araştırmaya kendi rızamla, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın çocuğumun katılmasını kabul ediyorum.

Anne-Baba

Çocuğa olan yakınlığı:

Adı- soyadı:

Telefon:

Adres:

İmzası:

Çocuğın :

Adı- soyadı:

İmzası:

Açıklamaları yapan araştırmacının

Adı- soyadı: Dr. Öğr. Üyesi Dijle AYAR

Telefon: 05433852905

İmzası:

Rıza alma işlemine başından sonuna kadar tanıklık eden kuruluş görevlisinin

Adı-soyadı:

Görevi:

İmzası:

Tarih:/...../.....

EK-7.İstanbul Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü İzni



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411-44-E.24178376
Konu : Anket ve Araştırma İzni

14.12.2018

DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü)

İlgi: a) 19.11.2018 tarih ve 2671 sayılı yazısı.
b) Valilik Makamının 14.12.2018 tarih ve 24142056 sayılı oluru.

Üniversiteniz Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi Özlem KOCA'nın "Adölesanların Problemleri İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısının Akıllı Telefon Bağımlılığına Etkisi " konulu tez çalışması hakkındaki ilgi (a) dilekçe ve ekleri ilgi (b) valilik onayı ile uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve söz konusu talebiniz; bilimsel amaç dışında kullanmaması, uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, gerekli duyurunun araştırmacı tarafından yapılması, okul idarecilerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Valilik Onayı doğrultusunda uygulanması ve işlem bittikten sonra 2 (iki) hafta içinde sonuçtan Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Bölümüne rapor halinde bilgi verilmesini arz ederim.

Timur TUĞRAL
Müdür a.
Şube Müdürü

EK:
1- Valilik Onayı
2- Ölçekler

Adres: İstanbul Milli Eğitim Müdürlüğü | Strateji Geliştirme Şb. Md.
Binbirdirek Mh. İmran Öktem Cd. No:1 Sultanahmet - Fatih İstanbul
Elektronik Ağ: istanbul.meb.gov.tr
e-posta: ist.sgb34@gmail.com

Bilgi için: Feridun AKKAYA
Tel: 0 (212) 455 04 00
Faks: 0 () _____

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden b1ac-ad61-3473-b7e3-83b7 kodu ile teyit edilebilir.



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411-44-E.24142056
Konu : Anket ve Araştırma İzin Talebi

14/12/2018

VALİLİK MAKAMINA

- İlgi: a) 26.11.2018 tarihli ve 22640846 Gelen Evrak No'lu dilekçe.
b) MEB. Yen. ve Eğ. Tk. Gn. Md. 22.08.2017 tarih ve 12607291/2017/25 No'lu Gen. Liselerde öğrenim gören öğrencilere anket uygulama istemi hakkındaki ilgi (a) dilekçe ve ekleri Müdürlüğümüzce incelenmiştir.
c) Millî Eğitim Müdürlüğü Araştırma ve Anket Komisyonunun 10.12.2018 tarihli tutanağı.

Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi Özlem KOCA'nın "Adölesanların Problemlî İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısının Akıllı Telefon Bağımlılığına Etkisi " konulu tezi kapsamında, İlimiz Fatih İlçesinde Liselerde öğrenim gören öğrencilere anket uygulama istemi hakkındaki ilgi (a) dilekçe ve ekleri Müdürlüğümüzce incelenmiştir.

Araştırmacının söz konusu talebi; bilimsel amaç dışında kullanılmaması, uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, okul idarelerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Bakanlık emri esasları dâhilinde uygulanması, sonuçtan Müdürlüğümüze rapor halinde (CD formatında) bilgi verilmesi kaydıyla Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Levent YAZICI
İl Millî Eğitim Müdürü

- Ek:
1- Genelge
2- Komisyon Tutanağı

OLUR

<...>

Ahmet Hamdi USTA
Vali a.
Vali Yardımcısı

Adres: İstanbul Millî Eğitim Müdürlüğü | Strateji Geliştirme Şb. Md.
Binbirdirek Mh. İmran Öktem Cd.No:1 Sultanhamet - Fatih İstanbul
Elektronik Ağ: istanbul.meb.gov.tr
e-posta: ist.sgb34@gmail.com

Bilgi için: Feridun AKKAYA

Tel: 0 (212) 455 04 00
Faks: 0 () _____

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden b272-dc6e-30fe-9545-9db2 kodu ile teyit edilebilir.

EK-8. Dokuz Eylül Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu Kararı

DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ GİRİŞİMSEL OLMAYAN ARAŞTIRMALAR ETİK KURUL KARARI

Sayın Dr. Öğr.Üyesi Dijle Ayar,

Araştırmanıza ilişkin Kurulumuz kararı aşağıda sunulmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederiz.

41

ETİK KOMİSYONUN ADI	DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ GİRİŞİMSEL OLMAYAN ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
AÇIK ADRES	Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanlığı 2. Kat İnciraltı-İZMİR
TELEFON	0 232 412 22 54-0 232 412 22 58
FAKS	0 232 412 22 43
E-POSTA	etikkurul@deu.edu.tr

BAŞVURU BİLGİLERİ	DOSYA NO:	4293-GOA
	ARAŞTIRMA	UZMANLIK TEZİ <input type="checkbox"/> MÜNFERİT ARAŞTIRMA <input type="checkbox"/> ÖÇM <input type="checkbox"/> YÜKSEKLİSANS <input checked="" type="checkbox"/> DOKTORA <input type="checkbox"/>
	ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI	Adölesanların Problemlili İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısının Akıllı Telefon Bağımlılığına Etkisi
	ARAŞTIRMA PROTOKOL KODU	
	SORUMLU ARAŞTIRMACI ÜNVANI/ADI/SOYADI ve UZMANLIK ALANI	Dr. Öğr.Üyesi Dijle Ayar Hemşirelik Fakültesi
	ARAŞTIRMAYA KATILAN MERKEZLER	TEK MERKEZ <input checked="" type="checkbox"/> ÇOK MERKEZLİ <input type="checkbox"/>

DEĞERLENDİRİLEN BELGELER	Belge Adı	Tarihi	Versiyon Numarası	Dili
	ARAŞTIRMA PROTOKOLÜ	Mevcut		Türkçe <input checked="" type="checkbox"/> İngilizce <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/>
	ARAŞTIRMA İLE İLGİLİ LİTERATÜR	Mevcut		Türkçe <input type="checkbox"/> İngilizce <input checked="" type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/>
	BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU	Mevcut		Türkçe <input checked="" type="checkbox"/> İngilizce <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/>
	OLGU RAPOR FORMU	Mevcut		Türkçe <input checked="" type="checkbox"/> İngilizce <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/>

KARAR BİLGİLERİ	Karar No:2018/28-17	Tarih:01.11.2018
	Dr. Öğr.Üyesi Dijle Ayar 'ın sorumlusu olduğu "Adölesanların Problemlili İnternet Kullanımı ve Sosyal Görünüş Kaygısının Akıllı Telefon Bağımlılığına Etkisi" isimli klinik araştırmaya ait başvuru dosyası ve ilgili belgeler araştırmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş, etik açıdan çalışmanın gerçekleştirilmesinin uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir	
ETİK KURUL BİLGİLERİ		
ÇALIŞMA ESASI	Dokuz Eylül Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu İşleyiş Yönergesi İyi Klinik Uygulamaları Kılavuzu	
ETİK KURUL ÜYELERİ		

Unvanı/Adı/Soyadı	Uzmanlık Alanı	Kurumu	Cinsi yet	Araştırma ile İlişkili mi?		İmza
				E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Prof.Dr.Ali Rıza ŞİŞMAN (Başkan)	Tıbbi Biyokimya	DEU Tıp Fakültesi Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı	Erkek	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Prof.Dr.Gül ERGÖR (Başkan Yardımcısı)	Halk Sağlığı	DEU Tıp Fakültesi Halk Sağlığı A.D.	Kadın	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Prof.Dr.Nejat SARIOSMANOĞLU	Kalp Damar Cerrahisi	DEU Tıp Fakültesi Kalp Damar Cerrahisi Anabilim Dalı	Erkek	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	Katılmadı
Prof.Dr. Mehmet Refik MAS	Geriatri	DEU Tıp Fakültesi İç Hastalıkları Anabilim Dalı	Erkek	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	Katılmadı
Prof.Dr.Ayşe Aydan ÖZKÜTÜK	Tıbbi Mikrobiyoloji	DEU Tıp Fakültesi Tıbbi Mikrobiyoloji Anabilim Dalı	Kadın	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Prof.Dr.Müge KIRAY	Fizyoloji	DEU Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı	Kadın	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Prof.Dr.Sevda ÖZKARDEŞLER	Anesteziyoloji	DEU Tıp Fakültesi Anesteziyoloji ve Reanimasyon A.D.	Kadın	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	Katılmadı
Prof.Dr.Sülen SARIOĞLU	Patoloji	DEU Tıp Fakültesi Tıbbi Patoloji A.D	Kadın	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Prof.Dr.Bilge KARA	Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon	DEU Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksek Okulu	Kadın	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Prof.Dr.Ayhan ABACI	Pediyatrik Endokrinoloji ve Metabolizma Hastalıkları	DEU Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı	Erkek	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Doç.Dr.M.Aylin ARICI	Tıbbi Farmakoloji	DEU Tıp Fakültesi Tıbbi Farmakoloji Anabilim Dalı	Kadın	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Doç.Dr.Murat BEKTAŞ	Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği	DEU Hemşirelik Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği	Erkek	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Doç.Dr.Yasemin SOYSAL	Tıbbi Biyoloji ve Genetik	Sağlık Bilimleri Enstitüsü Moleküler Tıp Anabilim Dalı	Kadın	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	
Uzm.Dr.Ahmet Can BİLGİN	Hukuk	DEU Tıp Tarihi ve Etik A.D	Erkek	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	Katılmadı
Mehmet Erhan ÖZKUL	Sağlık mensubu olmayan üye	D.E.U Tıp Fakültesi İdari Mali İşler	Erkek	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	

EK-9 Özgeçmiş



ÖZLEM KOCA

Kişisel Bilgiler

İletişim Bilgileri

Doğum Tarihi	25/10/1992
İletişim Adresi	İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Reanimasyon ve Yoğun Bakım Ünitesi
Telefon	(507) 007 68 05
E-posta	ozleem.k@gmail.com
Web Adresi	

Öğrenim Bilgileri

01 Eylül 2017 - Şu Anda (2 yıl 9 ay)
Yüksek Lisans, Tezli Program, DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ, TÜRKİYE
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ, ÇOCUK SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI HEMŞİRELİĞİ
(YL) (TEZLİ)

01 Eylül 2011 - 01 Haziran 2015 (3 yıl 10 ay)
Lisans, Anadal/Normal Öğretim, ŞİFA ÜNİVERSİTESİ, TÜRKİYE
SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ, HEMŞİRELİK BÖLÜMÜ

Deneyim / İşyeri Bilgileri

01 Kasım 2017 - Şu Anda (2 yıl 7 ay) (Tam Zamanlı)
HEMŞİRE, SAĞLIK BAKANLIĞI TÜRKİYE KAMU HASTANELERİ KURUMU
BAŞKANLIĞI İSTANBUL İLİ ANADOLU GÜNEY BÖLGESİ TÜRKİYE KAMU HASTANE
BİRLİĞİ GENEL SEKRETERLİĞİ İSTANBUL EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ

Yabancı Dil Bilgileri

İNGİLİZCE (Okuma: İyi, Yazma: İyi, Konuşma: İyi)

Ar-Ge Yetkinlik

Projeler

AVRUPA BİRLİĞİ, ARAŞTIRMACI, Empowering Families to Face Social Exclusion: Best Practices to Empower Families with Alzheimer Patients and Avoiding Their Social Exclusion (Sosyal Dışlanmaya Karşı Aileleri Güçlendirmek: Alzheimer Hastasına Sahip Aileleri Güçlendirmek ve Sosyal Dışlanmalarını Engellemek için En İyi Uygulamalar)?, Yürütülen Kuruluş: İstanbul İl Sağlık Müdürlüğü (Sistemde

kayıtlı olmayan kuruluş), Destek Alınan Kuruluş: AVRUPA BİRLİĞİ PROJE UYGULAMALARI DAİRE BAŞKANLIĞI (Yurt Dışı) (Devam ediyor) .

AVRUPA BİRLİĞİ, ARAŞTIRMACI, Sosyal Medya Kullanımı ile Pozitif Bir Yaklaşımla Mücadele Etmek, SMAPP ? Tackling Social Media Use with Positive Approach , Yürütülen Kuruluş: İSTANBUL İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ, Destek Alınan Kuruluş: AVRUPA BİRLİĞİ PROJE UYGULAMALARI DAİRE BAŞKANLIĞI (Yurt Dışı) , 01 Ocak 2017, 01 Haziran 2019.

TÜBİTAK Burs ve Destekleri

Panelistlik/İzleyicilik/Raportörlük Sayısı

Panelistlik/Dış Danışmanlık Sayısı	ARDEB/BİDEB 0	TEYDEB 0	Toplam 0
İzleyicilik/Danışmanlık Sayısı	ARDEB/BİDEB 0	TEYDEB 0	Toplam 0
Raportörlük Sayısı	ARDEB/BİDEB 0	TEYDEB 0	Toplam 0