

T.C  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

8.SINIF ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET BAĞIMLILIĞININ YALNIZLIK  
ALGISI VE SOSYAL BECERİLERLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan  
Büşra ÇORAK

Tez Danışmanı  
Doç.Dr. Canan TANIDIR

İSTANBUL – 2019



## TEZ TANITIM FORMU

**YAZAR ADI SOYADI** : Būşra ÇORAK

**TEZİN DİLİ** : Türkçe

**TEZİN ADI** : 8.Sınıf Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yalnızlık Algısı ve Sosyal Becerilerle İlişkinin İncelenmesi

**ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

**ANABİLİM DALI** : Psikoloji

**TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans

**TEZİN TARİHİ** : 23.07.2019

**SAYFA SAYISI** : 99

**TEZ DANIŞMANLARI** : Doç. Dr. Canan TANIDIR

**DİZİN TERİMLERİ** : Ergenler, Yalnızlık, İnternet Bağımlılığı, Sosyal Beceri

**TÜRKÇE ÖZET** : Bu çalışma son yıllarda oldukça oldukça konuşulan konulardan biri olan internet bağımlılığı üzerine yapılmıştır. İnternet bağımlılığının 8. Sınıf öğrencileri üzerindeki yalnızlık algısı ve sosyal beceri ile olan ilişkisinin cinsiyet, akademik başarı, arkadaşlık ilişkileri ve internet kullanım süresi gibi çeşitli demografik değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymak hedeflenmiştir.

**DAĞITIM LİSTESİ** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne  
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

BÜŞRA ÇORAK

T.C  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

8.SINIF ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET BAĞIMLILIĞININ YALNIZLIK  
ALGISI VE SOSYAL BECERİLERLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI  
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan  
Büşra ÇORAK

Tez Danışmanı  
Doç.Dr. Canan TANIDIR

İSTANBUL – 2019

## BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının ederlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversite başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Büşra ÇORAK

.../.../2019



T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Büşra ÇORAK'ın "8.Sınıf Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yalnızlık Algısı ve Sosyal Becerilerle İlişkisinin İncelenmesi" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan

*Doç.Dr.Canan TANIDIR*  
(Danışman)

Üye

*Doç.Dr.Mustafa Kayhan BAHALI*

Üye

*Dr.Öğr.Üyesi Hasan SEZEROĞLU*

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

... / ... / 2019

*Prof. Dr.İzzet GÜMÜŞ*  
Enstitü Müdürü

## ÖZET

**Giriş ve amaç:** İnternet bağımlılığı son yıllarda genç nüfusta giderek artmaktadır. İnternetin yaygınlaşması ile beraber günlük hayatımızda bir takım olumlu ve olumsuz durumlar meydana gelmektedir. Bu çalışmada 8.sınıf öğrencilerinde internet bağımlılığının yalnızlık algısı ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesi hedeflenmiştir.

**Gereç ve Yöntem:** Kesitsel tipte yapılan çalışmanın evrenini 2018-2019 yılında İstanbul ve Tekirdağ'da Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı olan 6 özel ilköğretim okulunda öğrenim gören 8. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma grubu 146'sı erkek ve 134'ü kız öğrenci olmak üzere toplamda 281 katılımcıdan oluşmaktadır. Sadece katılmaya gönüllü öğrenciler çalışmaya dâhil edilmiştir. Veriler Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılık Ölçeği, Ucla Yalnızlık Ölçeği, Matson Sosyal Beceri Ölçeği ile toplanmıştır. Araştırma için etik kurul onayı alınmıştır. Verilerin analizinde Non-Parametrik MannWhitney-U, Kruskal Wallis-H ve Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi ölçütleri uygulanmıştır. Toplanan veriler SPSS 25 programı aracılığıyla analiz edilmiştir.

**Bulgular:** Katılımcıların %47.7'si kız ve %52.0'ı erkektir. Araştırmaya katılan öğrencilerin %22.4'ü 13 yaşında ve %65.5'i 14 yaşındadır. Katılımcıların %2.1'i gün içinde hiç internet kullanmıyor, %26.3'ü 1 saat, %33.5'i 2 saat, %16.0'ı 3 saat, %6.8'i 4 saat, %13,9'u ise günde 5 saat ve üzeri internet kullanmaktadır. Olguların %57.7'si semptom göstermeyen, %38.8'inin sınırlı semptom gösteren ve %3.6'sı internet bağımlısı grubundadır. Semptom göstermeyen grup günde ortalama 2.2 saat, sınırlı semptom gösteren grup günde ortalama 3.3 saat, internet bağımlısı olan grup günde ortalama 3.7 saat internet kullanmaktadır. İnternet bağımlılığı ile yalnızlık arasında bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Öğrencilerin olumsuz davranış puanları arttıkça internet bağımlılık düzeyinin de arttığı ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte olumsuz davranış arttıkça, internette geçirilen sürenin yetmeme oranının arttığı ve de gizlilik talebinde artış olduğu saptanmıştır. Araştırmaya katılan kız öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin erkeklere oranla daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır. Sosyal beceri ve cinsiyet değişkenleri incelendiğinde kızların erkeklere göre sosyal beceri düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan örneklem

grubunda sosyal beceri düzeyi arttıkça internet bağımlılığının arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

**Sonuç:** Ergenlerde internet kullanım sürelerinin oldukça yüksek olduğu ve olumsuz davranış sergileyen ergenlerin internet bağımlılığı açısından daha fazla risk altında olduğu görülmüştür. Daha fazla sayıda ergenle yapılacak geniş çaplı araştırmalara ihtiyaç vardır.

**Anahtar kelimeler:** Ergen, internet bağımlılığı, yalnızlık algısı, sosyal beceri.





## SUMMARY

**Introduction and aim:** Internet addiction has been increasing in recent years among young people. With the spread of the Internet, some positive and negative situations occur in our daily lives. In this study, it is aimed to examine the relationship between the perception of loneliness and social skills of internet addiction in Grade 8 students.

**Materials and Methods:** The population of the cross-sectional study consisted of 8th grade students attending 6 private elementary schools affiliated to the Directorate of National Education in Istanbul and Tekirdağ in 2018-2019. The research group consisted of a total of 281 participants, 146 of them male and 134 female. Only students who were willing to participate were included in the study. Data were collected by means of Personal Information Form, Internet Addiction Scale, UCLA Loneliness Scale, Matson Social Ability Scale. Ethics committee approval was obtained for the research. In the analysis of the data, Non-parametric Mann Whitney-U, Kruskal Wallis-H and Spearman Row Differences Correlation Analysis criteria were applied. The collected data were analyzed by SPSS 25 program.

**Results:** In the study, 47.7% of the participants were female and 52.0% were male. 23.0% of the students were 13 years old and 75.5% of them were 14 years old. 2.1% of the participants did not use internet at all during the day, 26.3% were in 1 hour, 33.5% in 2 hours, 16.0% in 3 hours, 6.8% in 4 hours, 13.9% in 5 hours a day. The Internet uses the internet. 57.7% of the patients were non-symptomatic, 38.8% of them had limited symptoms and 3.6% were addicted to internet addiction. The group without symptoms showed an average of 2.2 hours per day, while the group with limited symptoms had an average of 3.3 hours per day. There was no relationship between internet addiction and loneliness. As the negative behavioral scores of the students increased, the level of internet addiction increased. However, as the negative behavior increased, the rate of inability of the time spent on the internet increased and the demand for privacy increased. The loneliness levels of the female students were higher than the males. When social skills and gender variables are examined, it is seen that girls have higher social skill levels than boys. As the social skill level increased, it was concluded that internet addiction increased in the sample group.

**Conclusion:** It has been observed that adolescents' Internet usage times are high and adolescents who have negative behaviors are at higher risk for internet addiction. There is a need for large-scale research with more adolescents.

**Keywords:** Adolescent, internet addiction, loneliness perception, social skills.



# İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖZET .....	I
SUMMARY .....	III
İÇİNDEKİLER .....	V
KISALTMALAR LİSTESİ .....	VII
TABLolar LİSTESİ .....	VIII
EKLER LİSTESİ .....	X
ÖNSÖZ .....	XI
GİRİŞ .....	1
BİRİNCİ BÖLÜM .....	3
ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ .....	3
1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI .....	3
1.2. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ .....	3
1.3. VARSAYIMLAR .....	4
1.4. ARAŞTIRMA SORULARI .....	4
1.5. ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ .....	4
1.6. KAPSAM VE SINIRLILIKLAR .....	5
İKİNCİ BÖLÜM .....	6
İNTERNET BAĞIMLILIĞI .....	6
2.1.İNTERNET BAĞIMLILIĞI TANI KRİTERLERİ .....	8
2.1.1.Young Kriterleri .....	8
2.1.2. Goldberg Kriterleri .....	9
2.1.3. Suler Kriterleri .....	10
2.2. İNTERNET BAĞIMLILIĞININ KURAMSAL YAKLAŞIMLARI .....	11
2.2.1.Young'un İnternet Bağımlılığı Kuramı .....	11
2.2.2. Davis'in Bilişsel-Davranışçı Kuramı .....	12
2.2.3. Grohol'ün Patolojik İnternet Kullanımı Kuramı .....	13
2.2.4. Hall Ve Parsons'ın İnternet Bağımlılığı Kuramı .....	13
2.2.5. Suler'in İnternet Bağımlılığı Kuramı .....	14
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM .....	16
ERGENLİK DÖNEMİNDE GELİŞİM .....	16
3.1. İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE ERGENLER .....	18

<b>DÖRDÜNCÜ BÖLÜM</b> .....	<b>21</b>
<b>SOSYAL YETERLİLİK</b> .....	<b>21</b>
4.1. SOSYAL YETERLİLİK .....	21
4.2. SOSYAL BECERİ .....	22
4.3. SOSYAL BECERİ EKSİKLİKLERİ .....	24
4.4. SOSYAL BECERİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ .....	25
<b>BEŞİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>26</b>
<b>YALNIZLIK</b> .....	<b>26</b>
5.1. ERGENLERDE YALNIZLIK VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI .....	27
<b>ALTINCI BÖLÜM</b> .....	<b>29</b>
<b>İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE YALNIZLIK VE SOSYAL BECERİLER ARASINDAKİ İLİŞKİ</b> .....	<b>29</b>
<b>YEDİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>31</b>
<b>YÖNTEM</b> .....	<b>31</b>
7.1. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ .....	31
7.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI .....	31
7.2.1. Kişisel Bilgi Formu.....	31
7.2.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği .....	31
7.2.3. UCLA Yalnızlık Ölçeği .....	32
7.2.4. Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği .....	33
7.3. VERİ TOPLAMA SÜRECİ.....	33
7.4. VERİLERİN ANALİZİ.....	33
<b>SEKİZİNCİ BÖLÜM</b> .....	<b>35</b>
<b>BULGULAR</b> .....	<b>35</b>
<b>DOKUZUNCU BÖLÜM</b> .....	<b>51</b>
<b>TARTIŞMA VE SONUÇ</b> .....	<b>51</b>
<b>ÖNERİLER</b> .....	<b>55</b>
<b>KAYNAKÇA</b> .....	<b>56</b>
<b>EKLER</b> .....	-
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	-

## KISALTMALAR LİSTESİ

**DSM** :THE DIAGNOSTIC AND STATISTICAL MANUAL OF MENTAL DISORDERS

**İBÖ** :İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

**A.G.E.** :ADI GEÇEN ESER

**SPSS** :STATISTICAL PACKAGE FOR SOCIAL SCIENCES

**MESSY** :MATSON ÇOCUKLARDA SOSYAL BECERİLERİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ



## TABLolar LİSTESİ

TABLO	SAYFA
<b>Tablo 1-</b> Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı .....	35
<b>Tablo 2-</b> Örneklem Grubunun İnternet ve Bazı Sosyal Değişkenlere Göre Dağılımı	37
<b>Tablo 3-</b> Örneklem Grubunun Bağımlılık Dereceleri Frekans Tablosu .....	39
<b>Tablo 4-</b> İnternet Bağımlılık Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri .....	40
<b>Tablo 5-</b> Kullanıcıların Günlük Ortalama İnternet Kullanım Saatleri .....	40
<b>Tablo 6-</b> UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Betimsel İstatistikleri .....	41
<b>Tablo 7-</b> Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri.....	41
<b>Tablo 8-</b> Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları .....	41
<b>Tablo 9-</b> Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları.....	42
<b>Tablo 10-</b> Örneklem Grubunun Kendine Ait Bilgisayar Değişkeni İle İnternet Bağımlılığı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları .....	43
<b>Tablo 11-</b> Örneklem Grubunun Yakın Arkadaş Değişkenine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları .....	43
<b>Tablo 12-</b> Örneklem Grubunun İnternet Bağımlılığı Derecesi Değişkenine Göre UCLA Yalnızlık Ölçeği Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları .....	44
<b>Tablo 13-</b> Örneklem Grubunun Dönem Başarısı Değişkenine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanları ve Alt Boyutları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları .....	45
<b>Tablo 14-</b> Örneklem Grubunun İnternet Öz-Değerlendirme Değişkenine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları .....	46
<b>Tablo 15-</b> Örneklem Grubunun Sosyal Açından Sen Değişkenine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanları ve Alt Boyutları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları .....	47

**Tablo 16-**Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği ve Alt Boyutları Puanlarıyla İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları..... 49

**Tablo 17-**İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Alt Boyutları ile UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları..... 50



## **EKLER LİSTESİ**

**EK-A** KATILIMCILAR İÇİN BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

**EK-B** KİŞİSEL BİLGİ FORMU

**EK-C** İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

**EK-D** UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ

**EK-E** MATSON ÇOCUKLARDA SOSYAL BECERİLERİ DEĞERLENDİRME  
ÖLÇEĞİ

**EK-F** ETİK KURUL ONAYI





## ÖNSÖZ

İlgi duyduğum konuda çalışmam için beni cesaretlendiren, eksiklerimi tamamlamam için yol gösteren, tez çalışmam boyunca heyecanıma ortak olan ve bilgi birikimiyle çalışmama ışık tutan saygıdeğer danışmanım Doç.Dr. Canan TANIDIR'a teşekkürlerimi sunarım.

Tüm hayatım boyunca beni her zaman destekleyen, hayatımın her anında bana sonsuz güvenen, tezimin her aşamasında benimle olan, her daim beni motive eden ve bana benden çok inanan, başardıklarına ve başarabileceklerime benden daha çok güvenen ve en önemlisi de sevgileriyle bana rehberlik eden kıymetli annem Songül ÇORAK'a, her zaman sevgisini ve desteğini hissettiğim değerli babam Süleyman ÇORAK'a ve abim Burak Çorak'a sabır ve sevgileri için minnettarlığımı ve en içten teşekkürlerimi sunarım.

Veri toplama aşamasında bana yardımcı olan sevgili dostlarıma ve yakınlarıma teşekkür ederim.

Hep hayatımda olun.

## GİRİŞ

İnsanlar dünyaya geldikleri an itibariyle iletişim kurmaktadırlar. Başlarda yüz yüze kurulan iletişim zaman içerisinde yeni icatların yapılmasıyla birlikte yeni iletişim araçlarının kullanılmasına sebep olmuştur. Bu icatlar insanların günlük hayatlarını kolaylaştırdığı gibi yaşam stillerine de etki ederek farklılıklara sebep olmuştur.<sup>1</sup> İnternet ilk olarak 1990'lı yıllarda bilimsel araştırmalarda bilgi edinmeyi sağlayan bir araç olarak kullanılmıştır ilerleyen yıllarda ise tüm alanlarda kullanımı yaygınlaşmıştır.<sup>2</sup>

İnternetin pek çok eve girmesi, kablosuz kullanımının yaygınlaşmış olması ile birlikte internet kullanımı gün geçtikçe artmıştır. Okul ortamında kullanılması, derslerde araştırma ve bilgi edinme sebepleri için kullanımı, internet kafelerin hemen hemen her sokakta olması interneti ergenler için kolay ulaşılabilir hale getirmiştir.<sup>3</sup> Bireyler internette kolaylıkla sınırsızca bilgiye ulaşabilmektedir ve bu durum interneti vazgeçilmez yapmaktadır.<sup>4</sup> Çocukların ve gençlerin internette kontrolsüzce fazla zaman geçirmeleri problemlerine sebep olmakta ve bununla birlikte ergenlerin başka bazı problemler yaşamalarına da neden olmaktadır.<sup>5</sup>

Bazı ergenler kişilerarası ilişkilerde yüzyüze olmak yerine internet aracılığıyla iletişimde olmayı seçmektedirler.<sup>6</sup> Ergenler için akranlarıyla sağlıklı kişisel ve kişilerarası ilişkiler kurup bir gruba ait olmak, sevmek-sevilmek, benliğinin ve fikirlerinin değer görmesi oldukça önemlidir.<sup>7</sup> Ergenlik dönemindeki bireyler kimlik bunalımı yaşamaları ve dış görünüşlerinin değişmesi sebebiyle zaman zaman yalnız kalmayı tercih ederler. Bununla birlikte bir arkadaş grubuna da ait olmak ve statü

---

<sup>1</sup>Suat Altıntaş ve Muhammet Öztapak, "Ortaokul Öğrencilerinin Problemlerine İlişkin İnternet Kullanımları İle Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", *Eğitim Ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori Ve Uygulama*, 2016, 7(13), 109-128, s.112.

<sup>2</sup>John Naughton, "The Evolution Of The Internet: From Military Experiment To General Purpose Technology", *Journal Of Cyber Policy*, 2016, 1(1), 5-28.

<sup>3</sup>Block, Jerald J. Issues for DSM-V: Internet Addiction. *The American Journal of Psychiatry*, 2008, 306-307.

<sup>4</sup>Musa Çetinkaya, İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Programı, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, 2013, s.24 (*Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*).

<sup>5</sup>Osman Zorbaz, *Lise Öğrencilerinin Problemlerine İlişkin İnternet Kullanımının Sosyal Kaygı Ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara, 2013, s.14 (*Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*).

<sup>6</sup>Scott E. Caplan, "Problematic Internet Use And Psychosocial Well-Being: Development Of A Theory-Based Cognitive-Behavioral Measurement Instrument", *Computers In Human Behavior*, 2002, 18(5), 553-575, s.564.

<sup>7</sup>Esra Ceyhan, "Ergen Ruh Sağlığı Açısından Bir Risk Faktörü: İnternet Bağımlılığı". *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 2008, 15(2), 109-116, s.114.

kazanmak da onlar için önemlidir. Bu süreçte eğer ergen yaşıtları tarafından dışlanıp zorbalığa uğrarsa kendi içlerine dönerler ve yalnızlaşırlar.<sup>8</sup>

Ergenler kendisi veya etrafıyla ilgili olumsuz fikirleri olan kişilerle ve günlük hayatta yaşadıkları problemler ile mücadele edebilmek için interneti kullanmaktadırlar. Ancak internette de bazı olumsuz pekiştirici unsurlara denk gelebilirler. İnternet bireyin olumsuz şemalarının oluşmasına ve onların pekişmesine sebebiyet verebilir. Bireyin “internette bir sürü arkadaşım var”, “internet sayesinde sosyalleşiyorum” şeklindeki düşünceleri bireyi internet kullanımına yönlentmektedir.<sup>9</sup>

Gerçek hayatta kazanamadığı önem ve değeri internet ortamında elde eden birey zaman içerisinde bu ortamda bulunmaktan keyif alır ve buna bağlı olarak internet kullanım süresi artarak internet bağımlısı bir bireye dönüşür.<sup>10</sup> Zaman içerisinde internetteki bir gruba ait olan birey o gruptan kopmamak ve gruba ait olmak amacıyla internette daha fazla zaman geçirmeye başlar ve bu durum bireyi internete bağımlı hale getirebilmektedir.<sup>11</sup>

Sosyal ilişkileri zayıf olan ergenler günlük hayatta arkadaşlık ilişkilerinde sorun yaşadıklarını ve sanal ortamdaki kişiler ile iletişime geçmeye daha meyilli olduklarını belirtmişlerdir. Aynı çalışmada gerçek hayattan kopuk olan bireylerin günlük yaşamda daha fazla problem yaşadıklarına ulaşılmıştır. Hayatla ilgili problemler arttıkça bunlardan kurtulmak için gün geçtikçe artan bir internet kullanımı söz konusudur.<sup>12</sup> Sosyalleşmenin bir aracı olarak görülen bilgisayarın, bireyleri ev ortamına kapatması aynı zamanda sosyal hayattan koparan bir araç olduğunu da göstermektedir. Bu sebeple bireyler arası ilişkiyi sekteye uğratmaktadır.<sup>13</sup>

Artan internet bağımlılığının ergenlerdeki durumunu inceleyen araştırmaların sayısı artmakla birlikte halen bu alandaki çalışmaların sayısı kısıtlıdır. Bu araştırmada ergenlerde internet bağımlılığının yalnızlık duygusu ve sosyal becerilerle ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

---

<sup>8</sup>Helen Cheng and Adrian Furnham, “Personality, Peer Relations, And Self-Confidence As Predictors Of Happiness And Loneliness”, *Journal of Adolescence*, 2002, 25(3) 327-339, p.328-331.

<sup>9</sup>Zorbaz a.g.e., 15.

<sup>10</sup>Erol Esen, Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Programı, İzmir, 2010, s.22, (*Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi*).

<sup>11</sup>Esen a.g.e., s,26.

<sup>12</sup>Junghyun Kim et.al., “Loneliness As The Cause And The Effect Of Problematic Internet Use: The Relationship Between Internet Use And Psychological Well-Being”, *CyberPsychology & Behavior*, 2009, 12(4), 451-455.

<sup>13</sup>Hüseyin Doğan vd., “Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi”, *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2008, 18(1), 106-124, s.113.

## BİRİNCİ BÖLÜM

### ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ

#### 1.1. ARAŞTIRMANIN AMACI

Araştırmanın amacı; internet bağımlılığı, yalnızlık ve sosyal beceri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak, bu değişkenlerin demografik özelliklere göre nasıl farklılaştığını incelemektir.

#### 1.2. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Bilişsel, duygusal ve sosyal açıdan gelişimleri tam olarak bitmemiş olan ergenler internet bağımlısı olma bakımından önemli bir risk grubundadırlar.<sup>14</sup> Yapılan bir çalışmada arkadaşlık ilişkileri ile sosyal becerileri zayıf olan kişilerin internette daha aktif olup, sanal ilişkiler kurdukları saptanmıştır. Bunun sebebi olarak bireylerin interneti yalnızlıktan kaçınmak için bir araç olarak kullandıkları ortaya çıkmıştır.<sup>15</sup> Başka bir çalışmada da yine bir önceki çalışmayı destekleyici sonuçlara ulaşılarak yalnızlık ve internet kullanım süresinin ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Sosyal ilişkileri güçlü olmayan bireylerin internette geçirdikleri sürenin diğer bireylere oranla daha yüksek olduğu yapılan çalışmalarda ortaya çıkmıştır.<sup>16</sup> Başka bir çalışmada yine benzer sonuçlar elde edilerek yalnız olan internet kullanıcılarının interneti daha aktif kullandıkları ve dışa dönük bireylere oranla içe dönük bireylerde internet kullanım sürelerinin daha çok olduğu bulunmuştur.<sup>17</sup>

Ortaokul dönemindeki ergenlerde bu konu hakkındaki çalışma sayısı henüz yetersizdir. İnternet bağımlılığı ile ilişkili etkenlere dair kapsayıcı bir sonuç elde edebilmek için bu araştırmanın yapılmasına karar verilmiş olup çalışmamızın alana katkı sağlayacağına inanılmaktadır.

---

<sup>14</sup>Shu Ching Yang and Chieh-Ju Tung, "Comparison Of Internet Addicts And Non-Addicts In Taiwanese High School", *Computers In Human Behavior*, 2007, 23(1), 79-96, p.82-83.

<sup>15</sup>Junghyun Kim et.al., " Loneliness As The Cause And The Effect Of Problematic Internet Use: The Relationship Between Internet Use And Psychological Well-Being", *CyberPsychology & Behavior*, 2009, 12(4), 451-455, p.452.

<sup>16</sup>Shima Sum, et al., " Internet Use And Loneliness In Older Adults", *Cyberpsychology & Behavior*, 2008, 11(2), 208-211, p.209.

<sup>17</sup>Yair Amichai-Hamburger and Elisheva Ben-Artzi, "Loneliness And Internet Use", *Computers In Human Behavior*, 2003, 19(1), 71-80, p.74.

### 1.3. VARSAYIMLAR

1.Araştırmaya dahil olan bireylerin soruları dürüstçe cevaplayacakları varsayılmaktadır.

2.Çalışma yapılacak bireyler evreni temsil etmektedir.

3.Çalışmada uygulanacak olan “Kişisel Bilgi Formu”, “İnternet Bağımlılığı Ölçeği”, “Matson Çocuklarda Sosyal Beceriyi Değerlendirme Ölçeği” ve “UCLA Yalnızlık Ölçeği” ilgili değişkenleri geçerli ve güvenilir bir şekilde test edecektir.

### 1.4. ARAŞTIRMA SORULARI

-İnternet kullanan bireylerin yalnızlık duygusu artmakta mıdır?

-Bireyler yalnız oldukları için mi internet bağımlısı haline gelmektedirler?

-Sosyal becerileri zayıf olan öğrencilerin internet bağımlısı olma potansiyeli daha fazla mıdır?

-8.sınıf öğrencilerinde internet bağımlısı olan bireylerin oranları nedir?

-İnternet kullanımı fazla olan bireyler sosyal açıdan kendilerini nasıl değerlendirmektedirler?

### 1.5. ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ

Araştırmanın problemlerine bağlı olarak ileri sürülen hipotezler aşağıda sıralanmıştır:

H1:Öğrencilerin internet bağımlılığı puanları yalnızlık puanlarının yordayıcısıdır.

H2:Öğrencilerin internet bağımlılığı puanları arttıkça sosyal beceri puanları azalacaktır.

H3:Öğrencilerde internet bağımlılığının yordayıcı etkisinde yalnızlığın aracı rolü vardır.

H4:Öğrencilerin internet puan ortalamaları demografik özelliklere göre farklılık göstermektedir.

H5:Öğrencilerin yalnızlık puan ortalamaları demografik özelliklere göre farklılık göstermektedir.

H6:Öğrencilerin sosyal beceri puan ortalamaları demografik özelliklere göre farklılık göstermektedir.

## 1.6. KAPSAM VE SINIRLILIKLAR

1. Bu araştırma 2018-2019 Eğitim-Öğretim yılında İstanbul ve Tekirdağ ilinde bulunan özel ilköğretim kurumlarındaki 13-14 yaşlarında olan 8.sınıfta eğitim gören bireyler ile sınırlıdır.

2. Çalışmanın örneklemi 13-14 yaşlarındaki ilköğretim 8.sınıf öğrencilerinin arasından rastgele seçilen 281 kişidir.

3. Toplanan bulgular 13-14 yaşlarındaki ilköğretim sekizinci sınıf öğrencilerine yapılan Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Matson Sosyal Beceriyi Değerlendirme Ölçeği ile sınırlıdır.



## İKİNCİ BÖLÜM

### İNTERNET BAĞIMLILIĞI

İnternet tüm dünyada insanların kendi istek ve ihtiyaçları doğrultusunda kullanabildiği bir ağıdır.<sup>18</sup> Bilgi ve teknolojinin hızla ilerlediği bir dönemde olup bilgisayar ve internetin önemi günden güne artmaktadır. Bunun sebeplerinden biri bilgisayar ve internetin artık sadece bilgi ve iletişim aracı olmayıp, kişilere gerçek hayatta bulmakta zorlanacakları şeyleri hızlı ve kolay bir şekilde sunmasıdır. Pek çok kişi gerçek hayatta bulamadığı zevklere internetin sanal dünyasında ulaşabilmektedir. Örneğin bir öğrenci saatlerce kitaplardan arayışta bulabileceği bilgiyi internet sayesinde saniyeler içerisinde elde edebilmektedir.<sup>19</sup>

Globalleşen dünyada internet her yaş grubundan, ırktan, kıtadan ve cinsiyetten bireylerin okul, iş ve toplumsal hayatlarını kolay bir duruma getiren ve merak edinilen bilgiye ulaştıran bir araçtır.<sup>20</sup> İnternet kendisine ait kuralları ve dili olan ve insanı zaman kavramından uzaklaştıran bir ağıdır.<sup>21</sup>

İnternetteki bilgi ve iletişim paylaşımları sayesinde bireyler hızlı bir şekilde merak ettikleri pek çok konuya dair bilgiyi elde edebilirler. İnternet Dünya'da neler olup bittiğini öğrenmeyi, alışveriş yapmayı, müzik dinlemeyi, kitap okumayı, oyun oynamayı, üniversitelerin veri tabanlarından bilgiye ulaşmayı kolaylaştırmaktadır.<sup>22</sup> Yapılan araştırmalarda internet kullanımının banka işlemleri, sanal iletişim, alışveriş ve oyun oynama gibi eylemlerde artış yaşadığı saptanmıştır.<sup>23</sup>

Hayatımızın bir parçası olan internet, çocuklara ve ailelere yeni imkanlar sunarak hayatlarında yeni deneyimler elde etmelerini sağlamaktadır. Çocuklar interneti verimli olarak kullandıklarında herhangi bir yer ve zaman kısıtlaması

---

<sup>18</sup>SümeYYe Derin, Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Ve Öznel İyi Oluş, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Ankara, 2013, s.36 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**)

<sup>19</sup>Murat Kayri vd., "Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi." *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, 2014, 1(1), 33-59, s.45.

<sup>20</sup>Cenk Bila, Bireysel ve Kitle İletişim Aracı Olarak İnternet Ve Toplumsal Etkileri. *Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, Ankara, 2001, s.42 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>21</sup>Ömer Eltuğay, "İnternet Ve Yabancılaşma" <http://inettr.org.tr/inetconf6/tammetin/yabancilasma.html> (Erişim tarihi: 17.02.2019).

<sup>22</sup>Cumhur Aydoğdu, Televizyon ve Bilgisayarın Gençler Üzerindeki Psikolojik Etkileri: Hendek Örneği, Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2003, s28 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>23</sup>Chin-Chung Tsai et.al., "Developing An Internet Attitude Scale For High School Students", *Computers & Education*, 2001, 37(1), s.41-51.

olmadan aradıkları bilgiyi hızlı bir şekilde elde edebilirler.<sup>24</sup> Çocukların fiziksel olarak yorulmadan buldukları yerden hem eğlenmelerini hem de öğrenmelerini sağlayan internet çocuklar için eğlence, iletişim ve eğitim kaynağı rolünde olup kullanımı gittikçe artmaktadır.<sup>25</sup>

İnternetin sağlıklı olarak kullanımı, kişilerin uygun zaman süresince, davranış ve zihinsel problemler oluşturmayacak şekilde kullanılmalıdır. Bunun yanı sıra kişi gerçek ve sanal hayatın ayırımına varabilmelidir.<sup>26</sup>

İnternet tüm dünyadaki bilgisayarların birbirine bağlı olduğu sanal bir iletişim ve bilgi paylaşım yeridir.<sup>27</sup> Dünya’da 4 milyardan fazla kişi internet kullanmaktadır. Türkiye’deki internet kullanıcısı oranı %59,5’dir.<sup>28</sup> İnternet bağımlılığının ekonomik durum ile doğru orantılı olduğu yapılan çalışmalarda ortaya çıkmıştır.<sup>29</sup> Ancak sosyo-ekonomik seviye ile arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığına dair ulaşılan araştırmalar da mevcuttur.<sup>30</sup>

Günümüzde ev, okul, iş yerleri ve kafelerin neredeyse tamamında internet bulunması internete kolay erişimi sağladığından internet bağımlılığının da oluşumunu kolaylaştırmaktadır.<sup>31</sup> İnternet bağımlılığının temel sebeplerinden biri internete ulaşımın kolay olmasıdır.<sup>32</sup>

İnternet bağımlılığı, internette bağlı olmadan geçen zamanın anlamsızlaşması, internet kullanma arzusunu kontrol edememe, internetten uzak kalındığında agresif ve keyifsiz olma hali, iş, okul ve sosyal hayatta problemler yaşanması şeklinde

<sup>24</sup>Feza Orhan ve Buket Akkoyunlu, “İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Kullanımları Üzerine Bir Çalışma”, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2004, 26(26), 107-116, ss.108-111.

<sup>25</sup>Figen Şahin, “İnternet Ve Çocuk İstismarı”, *Sosyal Pediatri Günleri “Basın Yayında Çocuk Sağlığı Sempozyumu*, Bildiri Özetleri, 2007, 24. [http://www.rtuk.org.tr/sayfalar/IcerikGoster.aspx?icerik\\_id=e564061a-3fa6-479c-9295-9376c25c6a06](http://www.rtuk.org.tr/sayfalar/IcerikGoster.aspx?icerik_id=e564061a-3fa6-479c-9295-9376c25c6a06) (Erişim tarihi: 17.02.2019).

<sup>26</sup>Richard A. Davis, "A Cognitive-Behavioral Model Of Pathological Internet Use", *Computers In Human Behavior*, 17(2), 2001, s.187-195.

<sup>27</sup>Kadir Demirutku, “Çocuklar İçin Güvenli İnternet Kullanımı”, <http://www.egebireyselgelisim.com/index.php/ergen-cocuk-psikolojisi/ergenlik-donemi/cocuk-ergen-psikolojisi-makaleleri/26-cocuklar-icin-guvenliinternet-kullanimi> (Erişim tarihi: 18.02.2019).

<sup>28</sup>İnternet World Stats, “Usage and Population Statistics”, <http://www.internetworldstats.com/stats.htm>, adresinden 18 Şubat 2019 tarihinde erişilmiştir.

<sup>29</sup>Fatih Bayraktar, “İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü”, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir, 2001, (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*).

<sup>30</sup>Özlem Çakır Balta ve Mehmet Barış Horzum, “Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler”, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2008, 41(1), 187-205, s.192.

<sup>31</sup>Özden Arısoy, “İnternet bağımlılığı”, *Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics*, 2009, 2(1), 75-83, s.80.

<sup>32</sup>Kimberly S. Young, “Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder”, *Cyberpsychology & Behavior*, 1998, 1(3), 237-244, p.238.



açıklanabilir.<sup>33</sup> Buna ek olarak internetin pornografi, sohbet ve oyun oynama amacıyla internet bağımlısı kişilerce en çok tercih edildiği saptanmıştır.<sup>34</sup>

## 2.1.İNTERNET BAĞIMLILIĞI TANI KRİTERLERİ

Teknolojik gelişmeler insanların hayatlarında önemli bir yer tutmakta olup internette en önemli teknolojik gelişmelerden arasındadır. Son yıllarda diğer ülkelerdeki gibi Türkiye’de de internet kullanımı fazlalaşmıştır. İnternete hemen hemen her ortamdan kolayca bağlanılabiliyor olunması insanların vakitlerinin çoğunu internette harcamalarına ve günlük hayatlarında bir takım problemler yaşamalarına sebep olmaktadır.<sup>35</sup> İnternet bağımlılığına aile ve akran ilişkileri, demografik durum ve çevresel etkenler sebep olmaktadır.<sup>36</sup>

Bilgi alışverişi, haberleşme, alışveriş yapma ve oyun oynama gibi etkinliklerin internette kolayca yapılıyor olması insan hayatını kolaylaştırmakta ve eğlenceli hale getirmektedir. Ancak bununla birlikte internetin bir takım olumsuzlukları da vardır. Bunlardan biri de internet bağımlılığıdır. Bu kavram ilk olarak 1990’larda kullanılmıştır. Kavram olarak internet bağımlılığını kullanan ilk kişi Goldberg’tir. DSM-IV’te yer alan “Patolojik Kumar Oynama” kriterlerini problemlili internet kullanımı olarak tanımlayan kişi ise Young’tur.<sup>37</sup>

Günümüzde hala internet bağımlılığı kavramı için birçok terim kullanılmaktadır. Bu terimler arasında patolojik internet kullanımı, bilgisayar bağımlılığı ve sorunlu internet kullanımı yer almaktadır.<sup>38</sup>

### 2.1.1.Young Kriterleri

İnternet bağımlılığını belirlemek için gerekli olan tanı kriterlerini oluşturma fikri ilk olarak Young tarafından ortaya atılmıştır. Young internet bağımlılığını patolojik

<sup>33</sup>Kimberly S. Young, “Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon And Its Consequences”, *American Behavioral Scientist*, 2004, 48(4), 402-415, s.412.

<sup>34</sup>Selim Günüş, İnternet Bağımlılık Ölçeği’nin Geliştirilmesi Ve Bazı Demografik Değişkenler İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van, s.19 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**)

<sup>35</sup>Kültegin Ögel, *İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak Ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak*, İş Bankası Kültür Yayınları, 2012, s.128-132

<sup>36</sup>Mann Hyung Hur, “Demographic, Habitual, And Socioeconomic Determinants Of Internet Addiction Disorder: An Empirical Study Of Korean Teenagers”, *Cyberpsychology & Behavior*, 2006, 9(5), p.514-525.

<sup>37</sup>Hatice Odacı vd., Üniversite Öğrencilerinin Problemlili İnternet Kullanımlarının Akademik Öz-Yeterlik, Akademik Erteleme ve Yeme Tutumları İle İlişkisi. *In: 5th International Computer & Instructional Technologies Symposium*, 2011, s. 22-24.

<sup>38</sup>Ömer Şenormancı vd., “İnternet Bağımlılığı Ve Bilişsel Davranışçı Terapisi”. *Psychiatry*, 2010, 11(1), 261-268, s.266.

kumar bağımlılığı ve dürtü kontrol bozukluğu olarak ele almıştır.<sup>39</sup> Fakat DSM-IV'teki bağımlılık belirtileri kimyasal maddelerle sınırlandırıldığından, Young internet bağımlılığını herhangi bir maddeyi kötüye kullanım durumu olmadığı için dürtü kontrolü başlığı altında "patolojik kumar oynama" olduğu sonucuna ulaşmıştır.<sup>40</sup> Bu bağlamda Young patolojik kumar bağımlılığı ölçütlerinden faydalanarak aşağıdaki 8 kriterden 5 tanesinin var olması halinde kişinin bağımlı olarak adlandırılabilceğini belirtmiştir.<sup>41</sup>

- 1) Kişinin devamlı olarak internet hakkında düşünmesi,
- 2) Zamanla artan internet kullanma ihtiyacı,
- 3) İnternette geçen vakti kontrol etme, kısıtlama veya kesme çabalarının olumsuz sonuçlanması,
- 4) İnternette geçen vaktin kısıtlanması veya engellenmesi halinde mutsuzluk, gerginlik, sinirlilik halinin olması,
- 5) Hedeflenen internet kullanım süresinin aşılması
- 6) İnternet kullanım süresinin fazla olması sebebiyle toplumsal ve sosyal sorunlar, meslek ve okul hayatını riske atma,
- 7) Yakınlarına veya uzmanlara internette geçirilen vakit ile ilgili dürüst davranmama,
- 8) Olumsuz hislerden ve günlük hayattaki sorunlardan uzaklaşmak için internet kullanma.<sup>42</sup>

### 2.1.2. Goldberg Kriterleri

Literatürde internet bağımlılığını "hastalık" olarak değerlendiren ilk kişi Ivan Goldberg'dir.<sup>43</sup> Ona göre interneti 12 ay süresince ve aşağıdakilerin 3'ü veya daha

---

<sup>39</sup>Berkay Köfteci, Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Psikolojik Dayanıklılık ve Ruminasyon Açısından İncelenmesi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Madde Bağımlılığı Anabilim Dalı, İzmir, 2018, s.46 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**)

<sup>40</sup>David N. Greenfield, "Psychological Characteristics Of Compulsive Internet Use: A Preliminary Analysis", *Cyberpsychology & Behavior*, 1999, 2(5), 403-412, s.405-406.

<sup>41</sup>Kimberly S. Young, "Psychology Of Computer Use: XL. Addictive Use Of The Internet: A Case That Breaks The Stereotype", *Psychological Reports*, 1996, 79(3), 899-902, s.901.

<sup>42</sup>Çetin Eroğlu, *Hemşirelerde İnternet Bağımlılığı Ve Zaman Yönetimi İlişkisinin Belirlenmesi*, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa, 2018, s.32 (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

<sup>43</sup>Hilal Mutlu, 18-26 Yaş Arası Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Uyku Bozukluğu, Depresyon Ve Dikkat Eksikliği İle Olan İlişkisinin Araştırılması, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018, s.29 (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

fazlası ile kendisini belli eden, bireyde klinik bir sıkıntıya ve soruna yol açan, uygun olmayan kullanımdır.<sup>44</sup>

1)Aşağıdakilerden birisiyle ifade edilen tolerans gelişimi

a.Arzu edilen keyfin elde edilebilmesi için düzenli bir şekilde artan internet kullanım zamanı, b.Devamlı aynı sürede internet kullanılması halinde elde edilen keyifte azalma durumu,

2)Aşağıda ifade edildiği gibi mahrum edilmişlik duygusunun gelişmesi,

İnternet kullanımının yoğun ve uzun süre olması sonucunda aşağıdakilerden en az ikisinin bir ay içerisinde gözlemlenmesi ve bu sebeplerden kaynaklı olarak bireylerin iş, okul ve sosyal alanlarında problemlerin oluşması,

a. Psikomotor ajitasyon

b. Sıkıntı

c. İnternette vakit geçirme ile ilgili devamlı düşünme

d. İnternet ile ilgili hayalperest davranma

e. Farkında olmadan tuşlara dokunma davranışı sergileme

f. İnternete ya da aynı tarz hizmet veren ağlara bağlanarak sıkıntılı durumdan kurtulma çabası

3. Planlanan internet kullanım süresine uymama,

4. İnternet kullanımını kesme veya kontrol altına alma arzusu veya uğraşlar,

5. İnternet ile alakalı konulara uzunca vakit ayrılması,

6. İnternet kullanımı sebebiyle toplumsal, sosyal ve mesleki uğraşlara yönelik faaliyetler azalır yada yapılmaktan vazgeçilir,

7. İnternet kullanımının sebep olduğu sosyal, ruhsal, fiziksel, okul veya mesleki konular olması halinde dahi internetin yoğun bir şekilde kullanımının devam etmesi.<sup>45</sup>

### 2.1.3. Suler Kriterleri

Suler yaptığı araştırmalar sonucunda 8 ölçüt ile internet kullanımının sağlıklı ve problemlili olarak ayırt edilebileceğini ifade etmiştir. Bu ölçütler; <sup>46</sup>

<sup>44</sup>Ivan Goldberg, "Goldberg's Message", <http://www.usr.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html> (Erişim tarihi:18.02.2019).

<sup>45</sup>Michael D. DiNicola, *Pathological Internet Use Among College Students: The Prevalence Of Pathological Internet Use And Its Correlates*, Ohio University, 2004, p.14 (**Yayımlanmış Doktora Tezi**).

<sup>46</sup>John Suler, "Healthy And Pathological İnternet Use", *CyberPsychology and Behavior*, 1999, 2(3), 385-394, s.386.

1) *İnternetin giderdiği ihtiyaçlar ve çeşitleri.* Bireyler fiziksel, bireysel, duygusal ve ruhsal ihtiyaçlarını gidermek için internet kullanıyor olabilirler.

2) *Giderilmemiş ihtiyaçların sebebi olan yoksunluk.* Birey ihtiyaçlarını gidermek için farklı yollar bulmaya çalışır ve internette ihtiyaçların kolayca giderildiği bir alana dönüşür.

3) *İnternetteki faaliyetlerin çeşidi.* İnternetteki uygulamada özellik sayısı ne kadar fazla ise, bu özellikler bireyin o kadar çok ihtiyacını giderir.

4) *İnternetin bireyin günlük hayatındaki fonksiyonu.* İnternet kullanımı bireyin iş hayatındaki performansına, kişilerarası ilişkilerine ve vücut duruşu bakımından fiziksel sağlığına etki edebilir.

5) *Sıkıntı ile ilgili duygular.* Depresyon, öfke, agresifleşme, suçluluk ve hayal kırıklıkları patolojik internet kullanımının birer belirtileridir.

6) *İhtiyaçların bilinç seviyesinde farkında olma.* Bireyler interneti giderilmemiş ihtiyaçlarını elde etmek amacıyla kullanmaktadırlar. Bireyler internette olduklarının farkına vararak durumu kontrol altına almalıdır.

7) *Tecrübe ve dahil olma süreci.* Bireyler internette vakit geçirip çeşitli tecrübeler elde ettikçe internetin günlük hayattaki ihtiyaçlarını elde etmede yeterli olmadığını fark ederek, internete karşı ilgileri zaman içerisinde azalır.

8) *Gerçek ve sanal hayatın dengesi ve uyumu.* İnternetteki sanal faaliyetler ile gerçek hayat faaliyetlerini sağlıklı internet kullanımı bütünleştirir. Bireyin günlük hayattan tamamamen uzaklaşıp “çevrimiçi” bir hayat yaşamaya başlaması patolojik internet kullanımı olduğunu gösterir.

## 2.2. İNTERNET BAĞIMLILIĞININ KURAMSAL YAKLAŞIMLARI

### 2.2.1. Young'un İnternet Bağımlılığı Kuramı

İnternet bağımlılığı ile ilgili yaptığı araştırmaların sonucunda Young bağımlılığın sebepleri hakkında çeşitli fikirler ortaya atarak bunları dört başlık altında bir araya getirmiştir. Bunlar: 1) sosyal destek, 2) yaşam şartları, 3) cinsel ilgi, 4) yeni bir kimlik oluşturmaktır.<sup>47</sup>

1) Sosyal Destek: İnternet bireyin kendisini özgürce ifade edebileceği bir ortamdır. Kişi internet üzerinde çevrimiçi oyunlar ve sohbet grupları sayesinde bir topluluğa girebilir ve burada duygusal yakınlaşmalar yaşayabilir. Burada

---

<sup>47</sup>Kimberly S. Young, “What Makes The Internet Addictive: Potential Explanations For Pathological Internet Use”, In: *105th Annual Conference Of The American Psychological Association*, Chicago, 1997 August, Vol.15, 12-30, p.13.

yakınlaştığı bireyler kişi için sosyal destek oluşturur. İnternet bağımlıları en yakınlarına bile bahsetmekten kaçındıkları fikir ve duygularını internette sosyal destek gördüğü kişi veya gruplarla paylaştıklarını ifade etmişlerdir.<sup>48</sup>

2)Yaşam Şartları: İnternet bağımlılığında yaşam şartları önemli bir etken faktördür. Gününün büyük bölümünü evde geçiren kişilerin internet bağımlısı olma olasılığı fazladır. Çünkü internet onların sosyal bir bağ kurmalarını sağlar.<sup>49</sup>

3)Cinsel İlgisi: İnternette cinselliğe yönelik pek çok doküman mevcuttur. İnternet ortamında bireylerin sanal bir kimlikle kendilerini saklıyor olmaları cinsel konularda özgürce hareket ederek sansürsüzce vakit geçirmelerine olanak sağlamaktadır. İnternetin günlük hayatta kendilerini beğenmeyen ve karşı cinsle ilişki yaşamakta zorlanan bireylerin sanal ortamda reddedilme kaygısı olmadan cinsel fantezilerini eyleme dökmeye olanak sağladığı belirtilmektedir.<sup>50</sup>

4)Yeni Bir Kimlik Oluşturma: İnternet bireylerin kendileri için istedikleri gibi yepyeni bir kimlik oluşturma imkânı sunması sebebiyle internet bağımlılığı ile ilişkilidir.<sup>51</sup>

### 2.2.2. Davis'in Bilişsel-Davranışçı Kuramı

Sağlıklı internet kullanımı; bireyde bilişsel veya davranışsal bir problem meydana gelmeden, belirli bir hedef doğrultusunda, uygun zaman süresince internetin kullanılmasıdır.<sup>52</sup> Bireyin sanal alemde olduğunun farkında olarak kendi benliğiyle varlığını sürdürmesi ve zamanı kontrol edebilmesi önemlidir.<sup>53</sup>

Davis internet kullanımının sebep olduğu olumsuz sonuçları "patolojik internet kullanımı" kavramıyla ifade ederek, patolojik internet kullanımını özel ve genel tip şeklinde alt gruba ayırmıştır:<sup>54</sup> Özel tip patolojik internet kullanımı kavramı interneti ilgi alanındaki bir nesneyi elde etmek için aşırı kullanmaktır. Bunlara örnek kompulsif

---

<sup>48</sup>Young a.g.e., s.13.

<sup>49</sup>Young a.g.e., s.13

<sup>50</sup>Sena Duruk, *45 Yaş Üstü Bireylerdeki İnternet Bağımlılığının Beş Faktör Kişilik Özelliklerinden Nörotizm İle Korelasyonun Araştırılması Ve Bazı Sosyo-Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018, s.56-57 (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)*

<sup>51</sup>Duruk, a.g.e., s.34.

<sup>52</sup>Richard A. Davis, "A Cognitive-Behavioral Model Of Pathological Internet Use", *Computers In Human Behavior*, 2001, 17(2), 187-195, s.189.

<sup>53</sup>Şenormancı a.g.e., s.268.

<sup>54</sup>Zorbaz a.g.e., s.27.

bir şekilde pornografi izleyen ya da çevrimiçi kumar oynayan kişi özgül patolojik internet kullanımı yapmış olur.<sup>55</sup>

Genel tip sorunlu internet kullanımı ise belirgin bir amaç olmadan, zaman harcamak için internetin kullanımıdır. Buna sebep olan durum ise bireyin aile ya da arkadaşlarından yana sosyal desteğinin az olması veya sosyal izolasyondur. Yoğun e-posta kontrol etme veya sohbet odalarını kullanma örnek verilebilir. Pek çok bilim insanı patolojik internet kullanımının etkilerinin davranışta ve ruhsal yapıda değişikliklerle ortaya çıktığını düşünürken Davis bunun tam tersini iddia ederek bilişsel yapıdaki değişimlere odaklanmıştır.<sup>56</sup>

### 2.2.3. Grohol'ün Patolojik İnternet Kullanımı Kuramı

Grohol'e göre bireylerin internet bağımlısı olma sebebi sosyalleşmedir. Bireyler internette iletişim halinde saatlerini harcarlar. Sanal ortamda istedikleri kimlikleri yaratabildikleri için insanlar ile iletişime geçmek ve yakınlık kurmak günlük hayattakine göre daha kolay gelir. Patolojik seviyedeki internet kullanımı sırasıyla üç basamaktan oluşur.

*Büyülenme basamağı* birey internette yeni öğrendiği bir şey görünce "büyülenir". Birey öğrendiği yeni konuya olan merakından dolayı interneti yoğun bir şekilde kullanır ve bu durum ikinci basamağa kadar sürer. Bu süre kişiden kişiye göre değişmektedir. *İkinci aşama olan hayal kırıklığında* internet kulanıcısı yoğun internet kullanımı yüzünden zaman içerisinde sıkılır ve kullanım süresi azalır. *Son basamak olan dengede* ise birey internet kullanımında sanal ile gerçek yaşam arasında dengeyi kurar ve standart bir şekilde internet kullanmaya devam eder.<sup>57</sup>

### 2.2.4. Hall Ve Parsons'ın İnternet Bağımlılığı Kuramı

Hall ve Parsons kendilerinde önce yapılmış olan araştırmaları incelemiş ve internet ile alakalı problemleri "İnternet Bağımlılığı Davranışı" şeklinde ifade etmeyi tercih etmişlerdir. Patolojik internet kullanımı kavramı yerine internetin düzgün bir şekilde kullanılmamasının bireyde bilişsel, davranışsal ve duygusal sorunlara yol

<sup>55</sup>Davis a.g.e., s.191

<sup>56</sup>Stephen F. Davis, "An Examination of Internet Usage on Two College Campuses", 1999; aktaran Neslihan Gürçan, "Ergenlerin Problemleri İnternet Kullanımları İle Uyumluluğu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya, 2010, (Yayımlanmış Doktora Tezi).

<sup>57</sup>DiNicola a.g.e., s.19.

açabileceğini ama bunun hastalık olarak değil de bağımlı davranış olarak adlandırılması gerektiğini ifade etmişlerdir. İnternet kullanımının artmasının sebebi olarak bireylerin gerçek hayatta yaşayamadıkları duyguları internet aracılığıyla elde etmesi olduğunu düşünmüşlerdir. Bilişsel davranışsal terapi yöntemi ile bireyin bu bağımlılıktan kurtulabileceğini öne sürmüşlerdir.<sup>58</sup>

### 2.2.5. Suler'in İnternet Bağımlılığı Kuramı

İnsanların günlük hayatlarında ruh sağlıklarının iyi olabilmesi için karşılanması gereken bir takım ihtiyaçları vardır. Suler'de kuramını oluştururken bireylerin internet kullanımıyla Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisindeki başlıkların ilişkili olduğunu fark etmiştir. Bu kuramı sayesinde bireylerin sağlıklı ya da hastalıklı bir şekilde interneti nasıl kullandıklarını açıklamıştır.<sup>59</sup>

Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi:

*Fizyolojik İhtiyaçlar:* Hiyerarşinin ilk basamağıdır. Bu basamakta yeme, içme, üreme ve uyku gibi temel ihtiyaçlar yer almaktadır. Bireyler internette flört ederek, cinsel hazları internet üzerinden giderebilmektedirler. Bireyler internet aracılığıyla anonim bir şekilde cinsel dürtülerini karşılamak için pornografik görüntüler izlemeyi ve bu tarz sitelerde flört etmeyi patolojik seviyede gerçekleştirmektedirler.<sup>60</sup>

*Kişilerarası Temas İhtiyacı:* Bu basamakta bireylerle ilişki, bilinme arzu ve ait olma duygusu bulunmaktadır. Bu ihtiyaçlar internet üzerinden sanal ilişkiler ile karşılanmaktadır. Bireyler internet sayesinde diğerleriyle temas halinde olup etkileşimde kalırlar. Zaman zaman internetteki oyun, sohbet odaları ve kumar gibi etkinlikler ile tekrar biraraya gelirler ve paylaşımları artar. Pek çok internet kullanıcısı internetin sosyalleşmenin bir aracı olduğunu düşünmektedir. İnternetteki bu sosyalleşme ortamından keyif alan insanlar zaman içerisinde internet bağımlısı olurlar.<sup>61</sup>

*Öğrenme ve Saygınlık İhtiyacı:* Bu katta kişinin yeni bilgiler edinme ve başarısının artmasıyla birlikte artan benlik saygısı bulunmaktadır. İnternette bireyler sanal kimlik oluşturarak olmadıkları gibi davranıp statü elde edebilmektedirler. İnternet kullanıcısı bu durumu devam ettirip hitap ettiği insan sayısını arttırıp değer kazanabilmektedir. Örneğin, internette oyun oynamayı seven bir birey online oyunlarda kazanıp seviye atladıkça kendisine güveni artar ve grup içerisinde belli bir

---

<sup>58</sup>DiNicola a.g.e., s.20.

<sup>59</sup>Suler a.g.e., s.287.

<sup>60</sup>Çetinkaya a.g.e., s.25.

<sup>61</sup>Duruk a.g.e., s.35.

önem ve değer kazanır. Bu kişilerde oyundaki bölümleri kazanıp bir sonraki seviyelere geçmek ve pozisyonlarını arttırmak için internette daha çok zaman geçirmeye başlar ve zaman içerisinde internet bağımlısı olurlar.<sup>62</sup>

*Ait Olma İhtiyacı:* İnsanın doğası gereği iletişim kurma, ait olma ve bilinme ihtiyacı vardır. Varlığının diğerleri tarafından bilinmesi ve benliğinin kabul edilmesi önemlidir. İnternette var olan çeşitli gruplar bu tanınma ve kabul edilme ihtiyacını gidermek için pek çok imkân sunmaktadır. İnternet kullanıcıları sanal ortamda katılabileceği ve üye olup kendisini o gruba ait hissedebileceği alanlara kolaylıkla ulaşabilmektedirler. İnternet kullanıcıları onay kazanma ve bir gruba ait olma sebeplerinden dolayı internette kolay kolay kopmamaktadırlar.<sup>63</sup>

*Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı:* Hiyerarşinin son basamağında yer alır. Bu basamakta kişi kendi başına kendisini bir birey olarak var etmek ve geliştirmek için uğraşır.<sup>64</sup> Suler'in yapmış olduğu çalışmada bireylerin günlük hayatta yansıtamadığı yönlerini internet ortamında yaratmış oldukları karakterler ile göstermektedirler. Oluşturulan kimlik ile internet ortamında özgürce hareket ederek kendisinin ilgi ve tutumlarına yönelik yenilikler öğrenip kendilerini daha iyi tanıma fırsatı bulurlar.<sup>65</sup>

---

<sup>62</sup>Ezgi Aktaş, *Abraham Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramına Göre Günümüzde Kadına Yönelik Tüketim Analizi*, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Halkla İlişkiler Anabilim Dalı Reklamcılık Ve Tanıtım Bilim Dalı, İstanbul, 2018, s.17 (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**)

<sup>63</sup>Çetinkaya a.g.e.,s.26.

<sup>64</sup>Çetinkaya a.g.e.,s.26.

<sup>65</sup>Esen a.g.e., s.33.



## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### ERGENLİK DÖNEMİNDE GELİŞİM

İnsan doğumundan ölümüne kadar geçen süre içerisinde devamlı olarak gelişen ve değişen bir canlıdır. Ergenlik sözcüğü büyüme ve olgunlaşma süreci anlamına gelir.<sup>66</sup> Ergenlik gerek uyum sorunları gerek kişiliğin oluşumu ile bireyin tüm hayatını etkileyen bir dönemdir.<sup>67</sup> UNESCO tarafında genç terimi şöyle ifade edilmektedir: Eğitim gören, yaşamını devam ettirmek için bir işte çalışmayan ve bekâr olan insandır.<sup>68</sup>

Ergenlik dönemi gencin fiziksel görüntüsünün değiştiği, cinsel gelişmelerin olduğu, bilişsel ve sosyal yönden değişimlerin olduğu bir dönemdir. Bu değişimler tüm ergenlerde görülmekle birlikte bireysel farklılıklar da vardır.

Ön ergenlik dönemi ergenliğin ilk aşaması olup bireyde biyolojik olarak bir takım değişiklikler meydana gelerek cinsel gelişim başlar. Bu dönem bireyin yeni roller edindiği, kendisini tanıdığı, psikolojik, biyolojik ve sosyal değişikliklerin baş gösterdiği ve yeni bir kimliğin oluştuğu bir süreçtir.<sup>69</sup> Ergenlik gençlerin isyankar, agresif, savunmacı ve cesur tutumlar sergiledikleri aynı zamanda güç gösterisi yapma risk alabildikleri bir dönemdir. Bu dönemde kişilerarası ilişkiler, düşünceler, inançlar, vücut yapısı ve yeteneklerde farklılaşmalar gözlemlenir.<sup>70</sup>

Ergenlik döneminin kızlarda ve erkeklerde başlama zamanı birbirinden farklıdır. Erkekler genel itibarıyla 11-13 yaş, kızlarda ise 9-11 yaşlarında ergenliğin başladığı bilinmektedir.<sup>71</sup> Bedensel gelişim olarak ergenlerde boy ve kilo artışı, kas ve kemik gelişimi, bazı organlarda büyüme ve hormonal yapıda değişimler olmaktadır.<sup>72</sup> Ergenlik döneminde biyolojik değişikliklerden kaynaklanan hormonal

---

<sup>66</sup>Halide Nur Özudoğru Erdoğan, "Ergenlik Döneminin Dini ve Toplumsal Gelişimi", *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu, 2014, 14(1), 153-165, s.157.

<sup>67</sup>Nilüfer Ergin, İntihar Girişimi Olan Ve Olmayan Ergenlerin Kendini Kabul Ve Depresyon Düzeylerinin Karşılaştırılması, Sağlık Bilimleri Entitüsü Adli Pskoloji Bölümü, Ankara Üniversitesi, 1993, s.86 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

<sup>68</sup>Mustafa Koç, "Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi Ve Genel Özellikleri", *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2004, 17, 231-256, s.233.

<sup>69</sup>Arslan B. Cansever, *İnternet Bağımlılığı*, Anı Yayıncılık, Ankara, 2013, s.193- 210.

<sup>70</sup>İrvin D. Yalom, *Ergen Terapisi*, Prestij Yayınları, İstanbul, 2008, s.11.

<sup>71</sup>Osman Abalı, *Ergenlik Dönemi Ve Ruhsal Yaklaşım*, 1.Basım, AdedaYayıncılık, İstanbul, 2012, s.13.

<sup>72</sup>Haluk Yavuzer, *Çocuk Psikolojisi*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2002, 22, s. 263-265.

değişimler söz konusudur. Kızlarda östrojen, erkeklerde ise testesteron hormonları salgılanmaya başlanır.<sup>73</sup>

Birleşmiş Milletler'e göre ise ergenlik dönemi 15-24 yaşlarındadır. Ergenlik için kesin bir şekilde sınırlama yapılmamalı ırk, iklim, yetiştirilme ve beslenme faktörleri ergenlik döneminin başlangıcı için çeşitlilik göstermesine sebep olmaktadır.<sup>74</sup>

Ergenlik dönemi aynı zamanda birey olma dönemidir. Genç bu süreç içerisinde ailesinden uzaklaşıp bağımsızlık kazanmak ve kendisi gibi görüş ve fikirlere sahip kişilerle yakınlık kurmak ister. Bu dönemde bir gruba ait olmak ve onay görmek genç için çok önemlidir. Zaman içerisinde yeni arkadaş gruplarına katılan genç ile ailesi arasında gerginlikler ve problemler ortaya çıkar.<sup>75</sup> Ergenlik döneminde birey statü kazanma ve toplumda bir yer edinme çabası içerisinde olur. Bireyin bunu yapabilmesi içinde yaşadığı toplumu benimsemesi ve uyum sağlaması gereklidir.<sup>76</sup>

Ergenlik dönemi genç için duygusal olarak güç bir zaman dilimidir. Gencin duyguları çok karmaşık olup ne yapmak istediğinden nelerden hoşlandığından emin değildir. Bu sebeple gencin duyguları gün içerisinde dahi değişiklik göstermektedir. Ebeveynlerini hor görme ancak başı sıkıştığı zamanda ilk onların yanına koşup yardım istemesi, birkaç dakika ara ile hem endişeli olup hem de çöşkulu olabilmeleri duygusal değişikliklerinin göstergeleridir.<sup>77</sup>

Bu dönemde ergen artık soyut düşünmeye başlar ve benlik gelişimiyle birlikte kendisini, düşüncelerini, var oluşunu ve sebeplerini, ideolojik yapıları, inançları, adelet kavramını ve geleceğini sorgulamaya başlar. Böylece gelecekte nerede ve nasıl olmak istediğine dair hayaller kurar.<sup>78</sup>

Kohlberg'in ahlaki gelişim kuramında ergenlik 10-18 yaşlarında yer almakta olup "geleneksel aşamadır." Bu aşamada birey iyi kalpli, dürüst ve sadık olmak gibi toplum tarafından arzu edilen davranışları sergilemeyi öğrenir çünkü başkalarının sevgi ve onayını kazanmak ister.<sup>79</sup>

---

<sup>73</sup>Doğan Cüceloğlu, *İnsan ve Davranışı*, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2004, 13, 334-356, s.345.

<sup>74</sup>Koç a.g.e., s.79.

<sup>75</sup>Faruk Kılıçarslan, *Çocuk ve Aile Sorunlarının Terapi ile Tedavisi* (2.Baskı), Nobel Yayıncılık, Ankara, 2010, s.16.

<sup>76</sup>Yavuzer a.g.e., s.276.

<sup>77</sup>Yavuzer a.g.e., s.269.

<sup>78</sup>Cezmi Tahir Berktin, *Çocuklarda Ve Gençlerde Davranış Bozuklukları*, Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1978, s.46.

<sup>79</sup>Esen Dinçel, *Ergenlik Dönemi Gelişimsel Ödevleri Ve Psikolojik Problemler*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara, 2006, s.45 (**Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi**)

### 3.1. İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE ERGENLER

İnternet her yaş grubundan öğrenci tarafından yoğun ve çeşitli sebeplerce kullanılmaktadır. Öğrenciler ödevleri için araştırma yapmaları gerektiğinde eskiden kütüphanelerde saatlerce araştırmada gerekli bilgileri elde ederken günümüzde internet sayesinde çok kısa bir zamanda belki de kütüphanede bulabileceklerinden daha fazla veriye ulaşıyor olmaları hemen hemen tüm öğrencilerin internet kullanmasına neden olmaktadır. Problemlerli internet kullanımı ortaokuldaki öğrenciler de görülmeye başlanmıştır.

Ergenlik kişiliğinin gelişimi, bireyselleşme ve duygusal olgunlaşmanın olduğu bir dönem olup gençler bu dönemde kendilerini tanıma amaçlı riskli davranışlar sergileyebilir ve kimlik denemeleri yaparlar. Bu dönemde ergenlerin eğlenme, ait olma, özgür olma gibi ruhsal gereksinimleri vardır. Yine bu dönemde meraklı ve araştırmacı olan ergenler aradıkları cevapları yakın çevresinden elde edemeyince internette ihtiyaçlarını giderirler.<sup>80</sup>

Bilişsel, duygusal ve sosyal açıdan gelişimleri tam olarak bitmemiş olan ergenler internet bağımlısı olma bakımından tehlikeye sahiptirler.<sup>81 82</sup> Kontrolsüz bir şekilde internetle meşgul olan çocuk ve ergenlerin bedensel, zihinsel, ilişkisel ve ruhsal durumu olumsuz olarak etkilenmektedir.<sup>83</sup> Ergenler internet ve çevrimiçi durumlarda karşılaşabilecekleri olumsuz durumlar olan zorbalık ve sömürülere karşı daha savunmasızdırlar.<sup>84</sup>

Ergenler yaşadıkları problemler ile ilgili konularda bilgi edinmek, fikir alışverişinde bulunmak ve hayallerini araştırmak için internette vakit geçirmektedirler.<sup>85</sup> Ergenlik döneminde ailesinden uzaklaşmaya başlayan genç yavaş yavaş kendisinin farkına varıp yeni bir sosyal çevre edinme amacıyla internette daha sık zaman geçirmeye başlar. Fakat internette geçirdiği zamanı kontrol edemez ise problemlerli internet kullanıcısı haline dönüşür ve bu durum

---

<sup>80</sup>Ayşen Balkaya Çetin ve Aykut Ceyhan, "Ergenlerin İnternet'te Kimlik Denemeleri Ve Problemlerli İnternet Kullanım Davranışları", *The Turkish Journal on Addictions*, 2014, 1(2), 5-46, s.17.

<sup>81</sup>Shu Chin Yang and Chieh-Ju Tung, Comparison Of Internet Addicts And Non-Addicts In Taiwanese High School. *Computers In Human Behavior*, 2007, 23(1), p.79-96.

<sup>82</sup>Chin-Chung Tsai and Sunny Lin, *Analysis Of Attitudes Toward Computer Networks And Internet Addiction Of Taiwanese Adolescents*, *Cyberpsychology & Behavior*, 2001, 4(3), 373-376 p.375.

<sup>83</sup>Caplan a.g.e., s.568.

<sup>84</sup>Janis Wolak et.al., "Escaping Or Connecting? Characteristics Of Youth Who Form Close Online Relationships", *Journal Of Adolescence*, 2003, 26(1), 105-119, p.112.

<sup>85</sup>Gary Cooney and Jane Morris, Time To Start Taking An Internet History?, *The British Journal of Psychiatry*, 2009, 194(2) 185-191, p.187.

derslerine, aile ve sosyal hayatına olumsuz etkiler oluşturur. <sup>86</sup> Araştırmalar, ergenlerin başlarına gelen sıkıntılı durumlar karşısında yakın çevrelerinden yardım almak yerine internetten çare aradıklarını ortaya çıkarmıştır.<sup>87</sup>

İnternet ile ilgili 2000'li yıllardaki bir çalışmada problemlili internet kullanımı insanları sıkan, zaman alan, bireysel veya toplumsal, ekonomik ve iş sorunlarıyla neticelenen bir durum olarak nitelendirilmiştir. Bununla birlikte bu çalışmada diğer yaşta bireylere oranla ergenlerin internette daha fazla zaman geçirdikleri ve bunun da teknolojiye olan ilgilerinden kaynaklandığı bulunmuştur.<sup>88</sup>

İnternetin bilinçsizce kullanılması ergenlerde bedensel ve ruhsal sorunlara yol açabilmektedir. Akademik başarının düşmesi, günlük yaşamdan izole olma, içe dönme, depresyon, saldırganlık ve uykusuzluk gibi bireyin hayatını önemli derecede etkileyen durumlar oluşabilmektedir.<sup>89</sup> Bunun yanı sıra internette uzun saatlerin geçiriliyor olması bireyde boyun ve omuz ağrısına sebep olarak duruş probleminin ortaya çıkmasına sebep olur. Buna ek olarak teknolojik aletlerin ekranlarındaki parlama, ışık ve hızlı görsel geçişler kişilerin gözlerinin bozulmasına ve baş ağrısına sebep olur. Bireylerin oturdukları yerde uzun süre internet kullanıyor olmaları bedensel aktiviteyi azaltıp kalori yakımını da olumsuz olarak etkilediği için kilo alımına sebep olduğu bilinmektedir.<sup>90</sup>

Normal seviyede internet kullanan ve problemlili internet kullanan ergenler karşılaştırıldığında problemlili internet kullananların enerji azlığı, güçsüz bağışıklık sistemi, ruhsal, davranışsal ve sosyal problemlilerin sebep olduğu psikosomatik sendromlar yaşadıkları ortaya çıkmıştır.<sup>91</sup> Türkiye İstatistik Kurumu'nun yaptığı araştırma sonucunda 16-24 yaşları arasında internet kullanım oranının en yüksek olduğu olduğu ortaya çıkmıştır.<sup>92</sup> Bunlara ek olarak 2017 yılında 16 yaş grubundaki

---

<sup>86</sup>Ceyhan a.g.e., s.87.

<sup>87</sup>Pervin Oya Taneri ve Özlem Tiryakioğlu, "Ortaokul 7. Ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Sorunlu İnternet Kullanımı Ve Anne Baba Tutumları İlişkisinin İncelenmesi", *The Journal of Academic Social Science Studies*, 2015, 40, s. 205-223

<sup>88</sup>Tamas Treuer vd., "Internet Addiction Associated With Features Of İmpulse Control Disorder: Is It A Real Psychiatric Disorder?", *Journal Of Affective Disorders*, 2001, 66(2), s. 283.

<sup>89</sup>Özbek Bitez, "Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yalnızlık Düzeyleri Açısından Değerlendirilmesi", Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2017 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**)

<sup>90</sup>Margie K. Shields And Richard E. Behrman, "Children And Computer Technology: Analysis And Recommendations", *The Future of Children*, 2000, 4, s.30.

<sup>91</sup>Hui Cao, et al., "Problematic İnternet Use In Chinese Adolescents And Its Relation To Psychosomatic Symptoms And Life Satisfaction", *BMC Public Health*, 2011, 11(1),126-148, p.146.

<sup>92</sup>Türkiye İstatistik Kurumu, "Haber Bülteni", Sayı: 15975. 11 Temmuz 2014, <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=15975>. (Erişim Tarihi: 20.02. 2019).

gençlerin internet kullanma oranları %56,6 iken yine aynı yaş grubunda 2018'te yapılan araştırmada %59,6 olduğu saptanmıştır.<sup>93</sup>



---

<sup>93</sup>Türkiye İstatistik Kurumu, “*Haber Bülteni*”, 9 Ağustos 2018, <http://www.guvenliweb.org.tr/haber-detay/turkiyenin-internet-kullanim-aliskanliklari-tuik-2018> (Erişim Tarihi:20 Şubat 2019).

## DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

### SOSYAL YETERLİLİK

#### 4.1. SOSYAL YETERLİLİK

Çocuğun toplum içinde uygun davranışları sergileyebilmesi için yaşadığı toplumun yapısını bilmesi ve uyum sağlayabilmesi önemlidir. Çocuklar gözlemleyerek öğrenebilmektedirler. Ufak yaşlardan itibaren anne-babasını ve akrabalarının sosyal ortamlardaki davranışlarını gözlemleyerek nasıl davranmaları gerektiğini öğrenir ve böylece kendilerini içinde yaşadıkları topluma ait hissederek zamanla benzer davranışları toplum içerisinde kendileri de sergileyerek sosyalleşmiş olurlar.<sup>94</sup>

Akran ilişkileri her yaş grubunda duygusal ve zihinsel gelişimde etkili olmaktadır. Çocukluk döneminde ki akran ilişkilerinin sosyal yetersizliğin oluşmasında etkisi olduğu bilinmektedir.<sup>95</sup> Sosyal yeterlilik, kişinin yeterli sosyal ilişkiler kurması ve istenen sosyal sonuçları kazanmasını sağlayan bilişsel, duygusal ve davranışsal uyumun birarada olması olarak tanımlanmaktadır. Sosyal yeterlilik kavramı ile sosyal beceri kavramları çoğu zaman birbirine karıştırılmaktadır.<sup>96</sup>

Sosyal yeterlilik uyumsal davranış ve sosyal beceri kavramlarını kapsamaktadır. Bunların içerisinde akademik başarılar, öz-kontrol, sorumluluk sahibi olma, girişkenlik ve iletişim becerileri gibi faktörler yer almaktadır.<sup>97</sup> Daha sonra sosyal yeterlilik kavramı içerisine “akran kabulü” kavramıda eklenmiştir. Bu kavram uyumsal davranış ve sosyal beceri davranışlarının yeterli seviyede olması halinde gerçekleşir.<sup>98</sup>

Araştırmacılar sosyal yeterlilik ile ilgili çeşitli boyutlardan bahsetmektedirler. Bu boyutları dört sınıf altında toplamışlardır. Bunlar: çevresini genişletme, girişken olma, kendini ifade etme ve iletişim becerileri olarak ele alınmıştır. Örnek olarak

<sup>94</sup>Zühal Çubukçu ve Mehmet Gültekin, “İlköğretimde Öğrencilere Kazandırılması Gereken Sosyal Beceriler”, *Bilgi/Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi*, 2006, 37(1),155-174, ss.167-168.

<sup>95</sup>Dale F. Hay et.al., “Peer Relations İn Childhood”, *Journal Of Child Psychology And Psychiatry*, 2004, 45(1), 84-108, p.93.

<sup>96</sup>Kenneth W. Merrell, “Assessment Of Children's Social Skills: Recent Developments, Best Practices, And New Directions”, *Exceptionality*, London, 2001, 9(1-2), 3-18, p.14.

<sup>97</sup>Frank M. Gresham and Daniel J. Reschly, *Issues In The Conceptualization, Classification, And Assessment Of Social Skills İn The Mildly Handicapped*, Advances İn School Psychology, Routledge, 1988, 6(1), 203-247, s.226.

<sup>98</sup>Frank M. Gresham, “Conceptual And Definitional Issues İn The Assessment Of Children's Social Skills: Implications For Classifications And Training”, *Journal of Clinical Child Psychology*, 1986, 15(1), 3-15, s.9.

şunlar verilebilir; duyguların ve düşüncelerin ifade edilmesi, kişinin kendisiyle alakalı pozitif fikirlere sahip olması, arkadaş edinebilmesi, başkalarına iltifat edebilme, isteklerini ifade edebilme, hayır diyebilme ve onaylama ifadeleri kullanabilme gibi becerilerden bahsedilmektedir.<sup>99 100</sup>

Bir öğrencinin sınıftaki arkadaşlarıyla sohbet etme, arkadaşlarının ve öğretmenlerinin eleştiri ve iltifatlarını kabul etme, haksızlık karşısında susmayıp, kızdırmaya, lakaplara ve tahriklere cevap verme, arkadaşlarının agresif tavırlarıyla baş edebilme davranışlarını sergileyebiliyor olması sosyal yeterliliğinin olduğu anlamına gelmektedir.<sup>101</sup>

Coleman'a göre sosyal yeterlilik üç alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar: sosyal beceri, öz kontrol ve duygusal etkenlerdir. Sosyal beceri kişiler arası iletişim kurma, birisiyle tanışıp sohbeti devam ettirme ve selamlaşma gibi sözel ve sözel olmayan faktörlerden oluşmaktadır.<sup>102</sup>

Schneider' a göre sosyal yeterlilik iki alt boyuttan oluşur. Bunlar: akran kabulü ve davranışsal faktörlerdir. Sosyal yeterliliğe sahip bir birey başkalarıyla iletişimini sağlıklı yürütür ve iyi ilişkiler kurar. Eğer bir kişi birisiyle nasıl iletişime başlayacağını biliyor ancak bunu uygulayamıyorsa bu kişi sosyal anlamda yeterli sayılmaz. Bir birey sosyal destek ihtiyacını bir akranından ya da sevdiği bir kişiden karşılıyorsa sosyal anlamda yeterlidir denilebilir.<sup>103</sup>

## 4.2. SOSYAL BECERİ

Sosyal beceri kişinin kendi isteklerini karşı taraftakine ifade edebilmesi, hayır diyebilmesi, haksızlığa uğradığında kendisini savunabilmesi, grup içerisinde iş yapabilmesi, ihtiyaç duyduğunda yardım talep edebilmesidir.<sup>104</sup> Buna ek olarak kişinin diğerleriyle sağlıklı iletişim kurmasını sağlayan ve diğerleri tarafından sosyal

<sup>99</sup>Gwendolyn Cartledge and JoAnne F. Milburn, *Social Skills Assessment and Teaching in Schools*, Advantages in School Psychology, Lawrence Erlbaum Ass, London, Vol:3, 1983, p.181-182.

<sup>100</sup>Roger C. Rinn and Allan Markle, *Modification Of Social Skill Deficits In Children. In: Research And Practice In Social Skills Training*, Springer, Boston, MA, 1979, 107-129, p.118.

<sup>101</sup>Dennis R. Knapczyk and Paul Rodes, *Teaching Social Competence. A Practical Approach for Improving Social Skills in Students At-Risk*, Brooks/Cole Publishing Company, California, 1996, p.87-103.

<sup>102</sup>Margaret Cecil Coleman, *Behavior Disorders: Theory And Practice*, Allyn & Bacon, 1992, p.126-135.

<sup>103</sup>Barry H. Schneider, *Children's Social Competence In Context: The Contributions Of Family, School And Culture*, Pergamon Press, New York, Vol.26, 1993, s.38.

<sup>104</sup>Oya Sorias, "Sosyal Beceriler Ve Değerlendirme Yöntemleri", *Psikoloji Dergisi*, 1986, 5.(20), 24-29.

anlamda kabul edilmesini sağlayan davranışlar sergilemek sosyal beceri olarak ifade edilir.<sup>105</sup>

Bir başka sosyal beceri tanımı ise davranışları tek tek içinde bulunduğu ortama göre ele almaktadır. Bu tanıma göre sosyal beceri bireyin sosyal durumlar içerisinde uygun bir şekilde iletişim kurmasını sağlayan hedef odaklı, öğrenilmiş, somut, izlenilebilir davranışlardır. Önemli olan kısım sergilenen davranışın ortama uygun olup olmadığının farkında olunması.<sup>106</sup>

Sosyal beceri ile ilgili çeşitli sınıflandırmalar yapılmaktadır. Genel olarak araştırmacıların çoğunluğu tarafından kabul edilen üç tanımdan söz edilebilir. Bunlardan ilki "akran kabulü"dür. Eğer bir çocuk yaşıtları tarafından popülerse, çoğunluğun sevgisini kazanmışsa ve örnek alınıyorsa sosyal becerisi vardır. İkinci olarak yapılan tanım ise davranışsal tanımdır. Bu tanımda bireyin sosyal davranışlarını arttıran veya azaltan duruma bağlı olan davranışlardır.<sup>107</sup> Üçüncü ve son olan tanımda çocuğun belirli bir ortamda ve önemli sosyal durumdaki davranışını tahmin etmeyi sağlayan davranışlarıdır.<sup>108</sup> Sosyal beceriler kişilerarası bağ kurmayı sağladığı için insan hayatında etkili bir rol oynar.<sup>109</sup>

Sosyal beceri seviyesi fazla olan bireylerin zorluklar ile daha kolay başa çıkabilme, sorumluluk alabilme, sosyal ortama daha kolay uyum sağlayabilme, topluluğun iyiliğine yönelik davranışlar sergileme ve kendi başına ihtiyaçlarını karşılayabildikleri sonucuna ulaşılmıştır.<sup>110</sup>

Sosyal becerileri dört başlık altında ele alan araştırmacılar da vardır. Bunlar; atılganlık, iletişim, çevresini genişletme ve kendini ifade etme becerileridir. Atılganlık becerisi fikrini rahatlıkla ifade edebilme, sorumluluk alabilme, isteklerini dile getirebilme, hayır diyebilme ve kendisini savunabilme becerileridir. İletişim becerileri fikir alışverişinde bulunma, ortamı yatıştırabilme, problemleri çözümlenme ve konuşmadır. Çevresini genişletme becerisi olarak kişinin başkalarına olumlu geri

---

<sup>105</sup>Frank M. Gresham and Stephen N. Elliott, **Social Skills Intervention Guide: Systematic Approaches To Social Skills Training**, Special Services in the Schools, 1993, 8(1), 137-158, ss.141-146.

<sup>106</sup>Susan M. Sheridan et. al, "A Contextualized Framework For Social Skills Assessment, Intervention, And Generalization", **School Psychology Review**, 1999, 28(1), 84-104, s.96.

<sup>107</sup>Filiz Erdoğan, İlköğretim 2. Kademe Öğrencilerinde Sosyal Becerilerin Sosyo-Ekonomik Düzey, Cinsiyet Ve Yaş İle İlişkisi, Eğitim Bilimleri, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bilim Dalı, Gazi Üniversitesi, Ankara, 2002, s.22-23 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**)

<sup>108</sup>Stephen N. Elliott and Frank M. Gresham, Children's Social Skills: Assessment And Classification Practices, **Journal Of Counseling & Development**, 1987, 66(2), 96-99.

<sup>109</sup>Züleyha Avşar ve Füsün Öztürk Kuter, **Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Belirlenmesi**, Eğitimde Kuram ve Uygulama, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Yayınları, Çanakkale, 2007, 3(2), 197-206.

<sup>110</sup>Gresham and Reschly a.g.e., s.234.



dönütler vermesi, o kişiye onunla alakalı olan güzel fikirlerini anlatabilmesi, insanları yaptıkları güzel davranışları sebebiyle övme gösterilebilir. Son olarak kendini ifade edebilme becerisi vardır. Bunda da kişinin kendi fikir ve hislerini başkalarına sözel veya sözsüz iletişim yoluyla anlatabilmesidir.<sup>111</sup>

### 4.3. SOSYAL BECERİ EKSİKLİKLERİ

Sosyal beceri eksiklikleri dört başlık altında incelenebilir. Bunlar: 1) sosyal beceri öğrenme eksikliği, 2) sosyal performans sergileme yetersizliği, 3) özkontrol beceri yetersizliği, 4) özkontrol sosyal performans yetersizliğidir.<sup>112</sup>

1) Sosyal Beceri Öğrenme Eksikliği: Bu eksiklik kişinin diğerleriyle uygun olan iletişim kurma becerisine sahip olmama veya iletişimi nasıl kuracağını bilememe durumudur. Çocukta sosyal beceri eksikliği olup olmadığını anlamak için çocuğun önceki performansları referans alınmalıdır. Çocuk yaptığı davranış hakkında bir fikre sahip mi, önceden nasıl tepki vermiş bunlar önemlidir.

2) Sosyal Performans Sergileme Yetersizliği: Sosyal performans yetersizliğinde çocuğun daha önce uygulamış olduğu davranışı başka bir zaman veya yerde uygulamaması durumudur.

3) Özkontrol Sosyal Beceri Yetersizliği: Duygusal uyarılmanın sonucu verilen tepkinin çocuğun sosyal beceriyi kazanmasını olumsuz etkilemesidir. Fobi, endişe korku gibi duygular uyarılma tepkisi olarak değerlendirilebilir. Bu durum iki şekilde anlaşılır. 1) Duygusal uyarılma tepkisinin olup olmadığı, 2) nasıl tepki vermesi gerektiğini bilmiyor ya da uygulayamıyor olması.

4) Özkontrol Sosyal Performans Yetersizlikleri: Böyle olan çocuklarda bazı özel sosyal beceriler vardır. Fakat davranışlarındaki hız ve fazla olan tepkilerden dolayı çocuğun performansı yeterli değildir. Özellikle dürtüsel olan çocuklar nerede ve nasıl davranılması gerektiğini bilir fakat olaylara uygun tepkiler verememektedirler.<sup>113</sup>

---

<sup>111</sup>Rinn and Markle a.g.e., s.123.

<sup>112</sup>Kızbes Meral Kılıç, "Okul Öncesi Çocuklarına Uygulanan Sosyal Beceri Eğitiminin Sosyal Beceri Düzeyleri Üzerindeki Etkisini ve Sosyal Beceri Düzeyleri ile Mizaç Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara, 2016, s.32 ( **Yayımlanmış Doktora Tezi**)

<sup>113</sup>Erdoğan a.g.e., s.28.

#### 4.4. SOSYAL BECERİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Sosyal beceriyi değerlendirebilmek için ekolojik değerlendirme ve davranışsal değerlendirme yapılmalıdır. Ekolojik değerlendirmede amaç çocuğun davranışı sergilediği sosyal çevrenin özelliklerini değerlendirmek ve bu tarz bir ortamda işlevsel ve mantıklı sosyal becerilerin ne olduğunu belirlemektir. Çevresel değerlendirmenin içerisinde çocuk için önemli ve değerli görülen kişilerin beklentileri ve tutumları da yer almaktadır. Tüm bunların değerlendirmesi olarak çocuğun sosyal beceri düzeyi hakkında bilgi edinilebilir.<sup>114</sup>

Sosyal beceri değerlendirme yöntemi aşağıdaki gibi yapılandırılmıştır.<sup>115</sup>

- 1) Sosyal beceri gerektiren davranışlar ve beceri eksikliğinin ne olduğunun açıklanması.
- 2) Değerlendirmenin yapılacağı çevrenin beklenti ve inançları.
- 3) Sosyal becerilerin artmasını ve azalmasını sağlayan durumların o çevre içerisinde değerlendirilmesi.
- 4) Çocuğun beceri yeterlilikleri ve yetersizliklerini ayırtmak.
- 5) Çocuğun davranışlarının ilgili çevre içerisinde değerlendirilmesi.
- 6) Verimli sosyal adımlar atmak için çocuğa yardım etme.
- 7) Çocuk için sosyal olayların sonuçlarının ne ifade ettiğini değerlendirme.

Bununla birlikte çocuğun sosyal anlamda yeterli olup olmadığını incelerken çocuğun yaşının ve gelişim düzeyinin göz önünde bulundurulması gerekmektedir.<sup>116</sup>

Sosyal becerileri değerlendirmek için aşağıdaki metotlar kullanılmaktadır. Bunlar: 1)sosyometrik yöntemler, 2)kendini değerlendirme teknikleri, 3)başkalarının kişiyi değerlendirme teknikleri, 4)görüşme, 5)davranışsal rol oynama, 6)gözlem yapmadır.<sup>117</sup>

---

<sup>114</sup>Sheridan a.g.e., s.101.

<sup>115</sup>Sheridan a.g.e., s.103.

<sup>116</sup>Schneider a.g.e., s.45.

<sup>117</sup>Merrell a.g.e., s.32.

## BEŞİNCİ BÖLÜM

### YALNIZLIK

Yalnızlık, kişinin istediği kişi ile istediği yakınlığı kurmakta zorluk çekip kendisini yetersiz gördüğü, arzu ettiği ile yaşadığı ilişkinin farklı olması durumudur.<sup>118</sup> Günümüz toplumundaki bireylerde dostluk, paylaşım, sevgi, saygı, hoşgörü, yardımseverlik gibi kavramlar önemini gün geçtikçe yitirmektedir. Büyük şehirlere yapılan göç sonrası akrabalık ilişkilerindeki kopmalar, iş hayatındaki stres ve uzun çalışma saatleri, trafikte geçen zaman, anne ve babanın çalışması ve çocuklarına yeteri kadar vakit ayıramıyor olmaları çocuk ve ergenlerin duygusal anlamda doyuma ulaşamamalarına sebep olmaktadır. Şehirleşme ile birlikte yalnızlık duygusunun artması günümüzde artık bir problem olarak görülmektedir. Bireyin kişiler arası ilişkilerinin yetersiz olması yalnızlık duygusunu arttırdığı için bazı problemlere de sebep oluşturmaktadır.<sup>119</sup>

İnternette geçirilen zamanın fazla olması bireylerin sosyal hayatlarında ki günlük ilişkilerinin azalmasına ve toplumdaki uzaklaşarak, yalnızlık duygularının zaman içerisinde arttığı bilinmektedir.<sup>120</sup> İnternette bireyler sanal kimlikler oluşturmaktadırlar. Oluşturulan bu gerçek olmayan kimlik genelde bireyin olmak isteyip de olmadığı bir kişiliği yansıttığı kimliklerdir. Bu durumun sebebi bireyin karşısındaki kişiyi etkilemek ve ilgisini çekme arzusudur. Örnek olarak, gerçek hayatta hoşlandığı ancak yanına gidip duygularını ifade ederse beğenilmeyeceğini veya reddedileceğini düşünüp utanıp kaçınan bir genç, sanal ortamda yeni bir kimlik yaratarak o kişi ile iletişime geçip o kişiyi daha yakından tanıyabilmektedir. Bu sebeple internette ki sanal kimlik ile kurulan ilişkilerden keyif alan bireyler internette daha fazla zaman geçirmeye ve gerçek hayattan uzaklaşmaya başlar. Zamanla gerçek hayata taşınan bu tarz ilişkiler maalesef gençlerde hayal kırıklıklarına ve öfkeye de sebep olabilmektedir.<sup>121</sup>

---

<sup>118</sup>Jenny De Jong Gierveld, "A Review Of Loneliness: Concept And Definitions, Determinants And Consequences", *Reviews in Clinical Gerontology*, 1998, 8(1) 73-80, p.75.

<sup>119</sup>Daniel Perlman and Letitia Anne Peplau, *Loneliness: A Sourcebook Of Current Theory, Research And Therapy*, John Wiley & Sons Inc, 1982, 123-134.

<sup>120</sup>Chien Chou and Ming-Chun Hsiao, "Internet Addiction, Usage, Gratification, And Pleasure Experience: The Taiwan College Students' Case", *Computers & Education*, 2000, 35(1) 65-80, p.72.

<sup>121</sup>A. Aykut Ceyhan, *Predictors Of Problematic Internet Use On Turkish University Students*. CyberPsychology & Behavior, Mary Ann Liebert, Inc, 2008, 11(3), 363-366, p.363.

Yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiye dair araştırmacılar iki farklı görüşe sahiptirler. Bazı araştırmacılar yalnızlık duygusunun bireyleri internete yönlterek internet bağımlısı olma potansiyellerini arttırdığını bazı araştırmacılar ise durumun tam tersi olduğunu; internet bağımlılığının sonucunda bireyin günlük sosyal hayatının azalarak kişiyi yalnızlık duygusuna sürüklediğini belirtmektedirler.<sup>122 123 124</sup> Birçok araştırmacı ergenlik döneminin yalnızlık duygusunun en çok yaşandığı dönem olduğunu belirtmektedir.<sup>125</sup>

## 5.1. ERGENLERDE YALNIZLIK VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI

Günümüzde artık internet yaşamımızın önemli bir parçası haline gelmiştir. İnternetin insanların hayatına kattığı olumlu yönlerin yanında pek çok olumsuzlukları da barındırdığı bilinmektedir. Bunlardan biri de insanların sosyal hayatlarında sebep olduğu olumsuz iletişimdir. İnsanlar arasındaki samimiyet, yakınlık ve temas gibi iletişimde önemli olan unsurları ortadan kaldırmasıdır. Kendisini yalnız hisseden bireyler internete yönelmekte ancak orada da aradıklarını bulamayıp sosyal hayattan iyice kopmaktadırlar. Ülkemizde genç nüfusun fazla olması internet kullanıcısı sayısının fazla olmasını da beraberinde getirmektedir.<sup>126</sup>

Ergenler gelişimsel süreçleri itibariyle yeni şeyler denemeye ve öğrenmeye oldukça meraklıdırlar. Akranlarından, ebeveynlerinden ve çevrelerinden duydukları her şeyi araştırmak ve öğrenmek isterler. Bunları öğrenmenin en kolay yollarından biri de şüphesiz internettir. İnterneti bilgi paylaşımı ve öğrenme amaçlı kullanmaktadırlar. Bazen ailelerine sormakta zorlandıkları konuları internete girip kolayca öğrenmektedirler. Açılan her yeni sayfa ergenin daha fazla dikkatini çeker ve internette zamanın nasıl geçtiğini anlayamaz. İnternet ergene sonsuz bir eğlence ve bilgi kaynağı olarak görünür ve zamanla internette vakit geçirmekten hoşlanan ergen, sosyal hayattan uzaklaşır.<sup>127</sup> Ergenlik dönemi kişiliğin oluştuğu dönem olup çeşitli problemlerin yaşandığı bir dönemdir. Ergenlerin kendilerini tanıma evresinde ebeveynleriyle fikir ayrılıkları yaşaması, çeşitli akran sorunları ve kendi iç çatışmaları

<sup>122</sup>Robert Kraut et al., "Why people use the Internet", <http://homenet.andrew.cmu.edu/progress/purpose.html> (Erişim Tarihi: 18.02.2019).

<sup>123</sup>Ceyhan, a.g.e., s.365.

<sup>124</sup>Craig Pawlak, Correlates Of Internet Use And Addiction In Adolescents, State University of New York, *New York*, 2002, s.37-43 (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

<sup>125</sup>Kılıç ve Sevim a.g.e., s.75.

<sup>126</sup>Saffet Burak Bayram ve Güfran Gündoğmuş, "İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Eğilimlerinin ve Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi", **Akademik Bakış Dergisi**, 2016, 54(1), ss.72-74.

<sup>127</sup>Bayram ve Gündoğmuş a.g.e., s.75.

yalnızlık algısını arttırmaktadır. Bu durumlar ergenlerin internete yönelmesine sebep oluşturmaktadır.<sup>128</sup>

Bu dönemde internette fazla vakit geçirmenin temel sebebi keyif almadır.<sup>129</sup> Ergenlik döneminde gençler internet sayesinde sosyal olarak kabul görebilir ve akranları arasında yer almaları kolaylaşabilir. İnternet onlara anlık mesajlaşma ve çevrimiçi sohbet imkanları sunmaktadır.<sup>130</sup> Ergenler internet üzerinden kurdukları iletişim sayesinde kolaylıkla gruplar içerisine onay görüp grupların üyesi olabilirler. İnternet ortamından alınan keyif ile birlikte bireylerin internete bağımlı olma olasılığı artmaktadır.<sup>131</sup> Ergenlerde fiziksel görüntünün değişmesi ve bilişsel gelişim süreçleri ergenin yalnızlık, tatminsizlik, endişe, akranlar tarafından dışlanma ergeni sosyal ortamlardan uzaklaştırır. Ergenlik döneminde yalnızlık duygusunun yoğun olarak hissedilmesinin sebepleri: Aileden ayrılma ve uzaklaşma, ayrılmış ebeveynler, popüler olmayı amaçlama, düşük benlik saygısı, utangaç kişilik yapısı örnek verilebilir.<sup>132</sup>

Ergenlik döneminde bilişsel, duygusal ve fizyolojik olarak yaşanan değişimler ergenlerin hayatlarında bazı problemler yaşamalarına sebep olmaktadır. Kendileri hakkında olumsuz düşüncelerin olduğu, zaman zaman çeşitli zorbalıklara maruz kalındığı, aile içi ve akranlarla problemlerin yaşandığı bu dönemde ergenler ruhsal ve sosyal anlamda bazı zorluklar yaşarlar. Bu zorluklarla başa çıkmak için yakın çevresinde yol gösterici, kabul edici ve destekleyici kişileri olmayan ergenler, internete yönelmektedirler.<sup>133</sup> Sosyal hayatlarında yalnız olan kişiler bu yalnızlık duygusundan kurtulmak ve iletişim kurmak amacıyla internet ortamında arkadaşlık ilişkileri kurmaktadır. Ancak yine de bu durum bazı insanları tatmin etmemektedir çünkü sanal ortamda kurulan ilişkiler günlük hayattaki ilişkilerden oldukça farklıdır ve bireydeki yalnızlık duygusu devam etmektedir.<sup>134</sup>

---

<sup>128</sup>Mehmet Feyzi Sezen, Ergenlerde Akran Zorbalığı, İnternet Bağımlılığı ve Duygusal Zeka Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Gaziantep Üniversitesi, 2018, s.24 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

<sup>129</sup>Glenn G. Sparks, Media Effects Research: A Basic Overview, Fourth Edition, Wadsworth Cengage Learning, Boston, 2013, p.366.

<sup>130</sup>Kaveri Subrahmanyam and Gloria Lin, **Adolescents On The Net: Internet Use And Well-Being**, Adolescence, Libra Publishers 2007, 42(168), 659-678, s.663-666.

<sup>131</sup>Chien Chou and Ming-Chun Hsiao, "Internet Addiction, Usage, Gratification, And Pleasure Experience: The Taiwan College Students' Case", **Computers & Education**, 2000, 35(1), 65-80, p.76.

<sup>132</sup>Necati Bilgiç, Deneysel Olarak Sınanmış Grupla Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Programları – I , **Pegem Akademi**, 2017, 6(1), 355-395, ss.356-361.

<sup>133</sup>Vehbi Bayhan, "Lise Öğrencilerinde İnternet Kullanma Alışkanlığı Ve İnternet Bağımlılığı (Malatya Uygulaması)", XIII. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, 2-4 Şubat 2011, Malatya, s.237- 244.

<sup>134</sup>Jean-Francois Coget et al. "The Internet, Social Networks And Loneliness", **It & Society**, 2002, 1.(1), 180-201, p.186-187.

## ALTINCI BÖLÜM

### İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE YALNIZLIK VE SOSYAL BECERİLER ARASINDAKİ İLİŞKİ

Günümüzde yalnızlık hissi gittikçe artmaktadır. Bireyler arasındaki samimiyetin, dostluğun ve yakınlığın azalması, insanların kendilerini yalnız hissetmelerine sebep olarak bazı ruhsal problemlere yol açmaktadır.<sup>135</sup> Bununla birlikte internetin uzun süre boyunca kullanılması bireylerde yalnızlık, mutsuzluk, sosyal ilişkilerde zedelenme, bozulma ve izolasyona da sebebiyet vermektedir.<sup>136</sup>

Ergenlik döneminde gençler kendileriyle baş başa kalıp ne yapmak istedikleri, kim oldukları, hayattan beklentileri ve arzuları, hangi konularda iyi olduklarını fark edebilmek için yalnız olmayı tercih ederler. Bu yalnızlık hissi ile beraber vücutlarındaki fizyolojik değişimler ve bedenlerine alışma süreçleri onları utangaçlığa sürükleyebilir. Tüm bunlara ek olarak aile içerisindeki huzursuzluk ve çatışma ortamıyla birlikte arkadaş çevresinde yaşadığı problemler ergenin kendisini mutsuz hissedip gittikçe yalnızlaşmasına sebep olabilmektedir. Bu durumlar ergenin interneti problemlerden uzaklaşma ortamı olarak görmesine neden olmaktadır.<sup>137</sup> İnternetin yoğun bir şekilde kullanılması, oynanan oyunlardaki savaş, rekabet, seviye atlama gibi etkenlerin olması ergenlerde öfke, utangaçlık ve yalnızlık gibi çeşitli hissiyatları oluşturmakla birlikte madde kullanımı, depresif duygudurumu, kaygı bozukluğu, sosyal beceri yetersizliği gibi ergenlerin hayatlarını zorlaştıran pek çok soruna yol açmaktadır.<sup>138</sup>

Aile ve sosyal çevresinde sağlıklı iletişim ortamına sahip olmayan genç, internette kendisini özgürce ifade edip kendisi gibi olanlara kolayca ulaşabilmektedir. Bu durum gencin sanal ortamda keyif almasını sağlayarak internette daha fazla vakit geçirmesine ve gerçek hayattan kopmasına neden olur.<sup>139</sup> Ayrıca ergenlik döneminde karşılaşılan akran ve aile problemleri, sosyal izolasyon ve kişilerarası ilişkilerde yaşanan başarısızlıklarla baş edemeyen ergen bu olumsuzluklarla baş

---

<sup>135</sup>Hicran Kılıç ve Seher A. Sevim, "Ergenlerde Yalnızlık Ve Bilişsel Çarpıtmalar", **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi**, 2005, 38(2) 69-88, s.72.

<sup>136</sup>Janet M. Martin and Phyllis Schumacher, "Incidence And Correlates Of Pathological Internet Use Among College Students", **Computers In Human Behavior**, 2000, 16(1), p.13-29.

<sup>137</sup>Ögel a.g.e., s.47-60.

<sup>138</sup>Betül Aydın ve Volkan Sarı, Internet Addiction Among Adolescents: The Role Of Self-Steem, **Procedia and Behavioral Sciences**, 2011, 15, s.62.

<sup>139</sup>Mehmet Aksüt ve Zekerya Batur, *İnternet Perspektifinde Ergenlerin Sosyalleşme ve İletişim Kurma Süreci*, <http://ab.org.tr/ab07/bildiri/134.doc>, (Erişim Tarihi: 20.02.2019).

edebilmek için kolayca problemlı internet kullanıcıı haline dönüşebilmektedir.<sup>140</sup> Akranları tarafından reddedilen çocukların sosyal ilişkileri azalmakta ve zaman içerisinde bu çocuklar yalnızlaşmaktadır.<sup>141</sup> Sosyal iletişimi zayıf, kendisine güvenmeyen, atik olmayan, içe dönük ve utangaç kişilerde internet kullanımı yoğun olup bunu yalnızlıkla başa çıkmanın bir aracı olarak görmektedirler.<sup>142</sup>

Yalnız olan insanlar, yüz yüze iletişim kurmaktansa sanal ortamda iletişim kurmayı tercih ettiklerini ve bu durumun anonim olmayı ve gizliliği sevdiklerinden kaynaklandığını ifade etmektedirler. Yalnız kişiler sosyal ortamda kendileri gibi davranmadıkları ve huzursuz oldukları için internette iletişim kurmayı tercih etmektedirler. Kendilerini kötü hissetmelerine yol açan durum ve olaylardan uzaklaşmak için interneti tercih etmektedirler. Sanal ortam sayesinde kendilerini daha iyi hissettikçe internette daha fazla vakit harcamaya meyilli olurlar.<sup>143</sup> Zamanla yalnız kalmak için interneti bilinçli bir şekilde kullanırlar.<sup>144</sup>

---

<sup>140</sup>Ögel a.g.e., s. 48-50.

<sup>141</sup>Pamela Qualter, "Loneliness In Children And Adolescents: What Do Schools And Teachers Need To Know And How Can They Help?", *Pastoral Care in Education*, 2003, 21(2), 10-18, p.12-13.

<sup>142</sup>Sean Seepersad, "Coping With Loneliness: Adolescent Online And Offline Behavior", *CyberPsychology & Behavior*, 2004, 7(1), 35-39.

<sup>143</sup>Janet M. Martin and Phyllis Schumacher, "Loneliness And Social Uses Of The Internet", *Computers In Human Behavior*, 2003, 19(6), 659-671.

<sup>144</sup>Erik Wästlund et all., " Internet blues revisited: Replication and extension of an Internet paradox study", *CyberPsychology & Behavior*, 2001, 4(3), 385-391.

## YEDİNCİ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 7.1. ARAŞTIRMANIN EVREN VE ÖRNEKLEMİ

Yapılacak araştırma kesitsel-tanımlayıcı bir araştırmadır. Araştırmada 300 katılımcıya ulaşılmaya hedeflenmiştir. Katılımcılar 13-14 yaşlarındaki ilköğretim 8.sınıf öğrencilerinden seçilmiştir. Araştırmadaki katılımcılar gönüllük esasına göre belirlenmiştir.

#### 7.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada, katılımcıların sosyodemografik özellikleri hakkında veri toplamak amacıyla 'Kişisel Bilgi Formu', katılımcıların internet bağımlılığını ölçmek amacıyla 'İnternet Bağımlılığı Ölçeği', sosyal beceri düzeylerini ölçmek amacıyla 'Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği' ve yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla da 'UCLA Yalnızlık Ölçeği' kullanılmıştır. Katılımcılara ve ebeveynlerine araştırma ile ilgili bilgi vermek ve araştırmaya kendi istekleri ile katılarak ölçeklerin uygulanmasına izin verdiklerini belgeleyen 'Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu'nu imzalamaları istenmiştir.

##### 7.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada katılımcıların yaş, sınıf düzeyi, cinsiyet, başarı durumları, internet kullanım süreleri, internete nereden bağlandığı, evde bilgisayar olması durumu, sosyal açıdan ne durumda oldukları, daha önce psikolojik bir destek alıp almadıkları, yakın arkadaşının olması, anne-babanın birliktelik durumu ve eğitim seviyeleri ile ilgili bilgi toplamak amacıyla araştırmacının kendisi tarafından oluşturulan 'Kişisel Bilgi Formu' kullanılmıştır.

##### 7.2.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

İnternet Bağımlılığı Ölçeği (EK-C), Young tarafından 1996'da bireylerdeki internet bağımlılık düzeyini ölçmek için DSM-4'ün "Patalojik Kumar Oynama" ölçütlerinden faydalanarak "Tanı Anketi" oluşturulmuş. Bayraktar 'ın araştırması sırasında İngilizce'den Türkçe'ye tercüme edilmiştir. 12-17 yaşları arasındaki bireylerin anlayabileceği şekilde hazırlanmıştır. Çeviri testin standardize edilmiş



Alpha değeri açısından güvenilirliği. 91, Spearman – Brown değeri açısından da .87'dir. Bu sonuçlar testin güvenilir olduğunu düşündürmektedir.

Ölçek olarak 20 maddeden oluşan likert tarzındaki "İnternet Bağımlılık Ölçeği" yapılmıştır. Katılımcılardan "Hiçbir zaman", "Nadiren", "Arada sırada", "Çoğunlukla", "Çok sık" ve "Devamlı" opsiyonlardan birini seçmesi istenmektedir. Ölçekte yer alan her bir madde 0-5 arası puanlanmaktadır. Toplam puan olarak 80 ve üzeri alanlar "İnternet Bağımlısı" olarak tanımlanmaktadır. 50-79 puan arası alanlar "Sınırlı Semptom gösterenler", "50 puan ve altı " alanlar "Semptom Göstermeyenler" olarak ifade edilmiştir.<sup>145</sup>

### 7.2.3. UCLA Yalnızlık Ölçeği

UCLA Yalnızlık Ölçeği(EK-D), bireylerin yalnızlık seviyelerini belirlemek amacıyla Dan, Letitia ve Mary tarafından 1978'de geliştirilmiş bir ölçektir. Ölçek 1980 yılında Russel, Peplau ve Cutrona tarafından tekrar gözden geçirilmiş ve toplam 20 maddeden oluşan yeni bir ölçek oluşturulmuştur. Bu ölçek tek alt boyuttan oluşmakta olup likert tipi bir ölçektir.<sup>146</sup>

Ölçek hem gençlere hem de yetişkinlere uygulanabilmektedir ve soruların yanıtlanmasında süre sınırlaması bulunmamaktadır. Katılımcılardan "Ben bu durumu hiç yaşamadım" (1), "Ben bu durumu nadiren yaşarım" (2), "Ben bu durumu bazen yaşarım" (3), "Ben bu durumu sık sık yaşarım" (4) seçeneklerinden uygun olanı bireylerin işaretlemeleri istenir. Maddelerin 10 tanesi ters yönde diğer 10 tanesi ise düz yönde kodlanmış olup 1,4,5,6,8,10,15,16,20. maddelerde birey işaretlediğinin tersi şeklinde puan alır. Diğer maddelerde ise tam tersi şeklinde puanlama yapılır.<sup>147</sup> Ölçekten en fazla 80, en düşük ise 20 puan alınabilmektedir. Ölçek puanının fazla olması yalnızlık duygusunun da fazla olduğunu göstermektedir.<sup>148</sup> Ölçeğin orijinali için yapılan geçerlik çalışmasında Beck Depresyon Envanteri ölçüt olarak kullanılmış ve geçerlik katsayısı .67 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin ülkemizde ki geçerlik ve güvenilirlik çalışması Ayhan Demir tarafından 1989'da yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı ile ilgili analizler toplam 72 kişi üzerinde

<sup>145</sup>Bayraktar a.g.e., s.65.

<sup>146</sup>Ayhan Demir, **UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Geçerlik Ve Güvenirliliği Çalışması**, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Psikolojik Hizmetler AnaBilim Dalı, Ankara, 1989, 7(23), s.15.

<sup>147</sup>Demir a.g.e., s.15.

<sup>148</sup>Erhan Koçak, Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı Ve Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana Çukurova Üniversitesi, Adana, 2008, s. 57 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**)

hesaplanmış ve cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .96 olarak hesaplanmış, ölçeğin beş hafta ara ile yapılan test tekrar test güvenilirlik katsayısı .94 olarak bulunmuştur. Dünyada ve ülkemizde yalnızlıkla ilgili yapılan pek çok çalışmada UCLA Yalnızlık ölçeğinin Cronbach alpha katsayısı .886 olarak hesaplanmıştır.<sup>149</sup>

#### **7.2.4. Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği**

MESSY(EK-E), 1983 yılında Matson, Rotatory ve Hessel tarafından oluşturulmuştur. Erdoğan tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 12-14 yaş arasındaki öğrenciler üzerinde yapılmıştır. Ölçeğin herhangi bir süre sınırlaması yoktur. Ölçekte toplamda 47 soru yer almaktadır. Ölçeğin puanlandırılması 1-5 şeklinde olup, "Bana hiç uygun değil"(1), " Bana pek uygun değil" (2), "Bana biraz uygun"(3), "Bana oldukça uygun"(4), "Bana tamamen uygun"(5) puan şeklinde yapılmaktadır. Bu sebeple ölçekten alınabilecek en düşük puan 47, en yüksek puan ise 235'tir.<sup>150</sup> Ölçekte olumlu sosyal beceri puanlaması arttıkça olumlu sosyal beceri düzeyi artmakta ve olumsuz sosyal beceri puanlaması arttıkça olumsuz sosyal beceri düzeyi de artmaktadır.<sup>151</sup>

#### **7.3. VERİ TOPLAMA SÜRECİ**

Ölçekler, ilkokul 8. Sınıf öğrencilerinde gönüllülük esası dikkate alınarak uygulanmıştır. Çalışmaya katılmaya gönüllü olan ergenlerin ebeveynlerinden birkaç gün önceden 'Ebeveyn Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu'nu imzalamaları istenmiştir. Katılımcılara ilk olarak araştırma hakkında bilgi verilmiş ardından ölçekler dağıtılmıştır. Ölçeklerin uygulama süresi 35-40 dakika sürmüştür.

#### **7.4. VERİLERİN ANALİZİ**

Çalışmada kullanılan ölçekler ve elde edilen bilgiler, maksadına uygun istatistiksel yöntemler kullanılarak analiz edilmiştir. Toplanan bu bilgiler kodlanarak, SPSS 25 analiz programına aktarılmış ve istatistiksel işlemler yapılmıştır. Analiz etme sürecine ilk olarak verilerin normal dağılımına bakılarak başlanmıştır. Çalışmadaki değişkenlerin örneklem grubundaki normallik dağılımının analizi için

---

<sup>149</sup>Koçak a.g.e., s.57.

<sup>150</sup>Filiz Erdoğan "Matson Çocuklarda Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin (MESSY) Türkçeye Uyarlanması", Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi, Cilt 3, Sayı 2, 2003, s.71

<sup>151</sup>Ökkeş Kısa, Ortaokul Öğrencilerinde Yalnızlık Ve Sosyal Beceri Düzeyleri İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Kırklareli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Halk Sağlığı Programı, 2018, s.38 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

yapılan Shapiro-Wilk Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği (S-W= .971 Sd.= 281, p=.000) normal dağılım göstermediği görölmüştür. İnternet Bağımlılık Ölçeği (S-W= .955, Sd.= 280, p=.000) normal dağılım göstermediği görölmüştür. UCLA Yalnızlık Ölçeği (S-W= .961, Sd.= 280, p=.000) normal dağılım göstermediği ortaya çıkmıştır.

Yapılan done analizinde %95 güvenilirlik seviyesi baz alınmıştır. Niceliksel donelerin mukayase edilmesinde Parametrik olmayan iki grup arasındaki farkın analizi için Mann Withney U testi kullanılmıştır. Parametrik olmayan ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası mukayese etmede Kruskal Walls testi kullanılmıştır. Çalışmada bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkiyi anlamak için Spearman korelasyon analizi uygulanmıştır.



## SEKİZİNCİ BÖLÜM

### BULGULAR

Bu bölümde araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formundan elde edilen bulgular yer almaktadır.

**Tablo 1-Örneklem Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı**

		f	%
<b>Cinsiyet</b>	Kız	134	47,7
	Erkek	146	52,0
	Toplam	280	99,6
<b>Kayıp</b>		1	0,4
Toplam		281	100,0
<b>Yaş</b>	13,00	65	22,4
	14,00	213	65,5
	Toplam	278	98,9
<b>Kayıp</b>		3	1,1
Toplam		281	100,0
<b>Kaç Kardeş</b>	,00	44	15,7
	1,00	28	10,0
	2,00	122	43,4
	3,00	47	16,7
	4 ve üzeri	33	33,0
	Toplam	274	97,5
<b>Kayıp</b>		7	2,5
Toplam		281	100,0
<b>Anne Baba Birliktelik</b>	Evli	246	87,5
	Resmi olarak boşandıılar	21	7,5
	Boşanmasalar da ayrılır	5	1,8
	Annem vefat etti	4	1,4
	Babam vefat etti	4	1,4
	Toplam	280	99,6
	<b>Kayıp</b>		1

Toplam		281	100,0
<b>Anne Eğitim</b>	Okuryazar	7	2,5
	İlkokul mezunu	41	14,6
	Ortaokul mezunu	39	13,9
	Lise mezunu	62	22,1
	Üniversite mezunu	124	44,1
	Toplam	273	97,2
<b>Kayıp</b>		8	2,8
Toplam		281	100,0
<b>Baba Eğitim</b>	Okuryazar	3	1,1
	İlkokul mezunu	25	8,9
	Ortaokul mezunu	43	15,3
	Lise mezunu	66	23,5
	Üniversite mezunu	135	48,0
	Toplam	272	96,8
<b>Kayıp</b>		9	3,2
Toplam		281	100,0
<b>Bu Dönem Başarı</b>	Başarısız	42	14,9
	Vasat	70	24,9
	Başarılı	163	58,0
	Toplam	275	97,9
<b>Kayıp</b>		6	2,1
Toplam		281	100,0

Tablo 1’de, örneklem grubunun %47.7’si kız, %52.0’ı erkek, %22,4’ü 13 yaşında, %65.5’i 14 yaşında, %15.7’sinin kardeşi yok, %10.0’inin 1 kardeşi var, %43.4’ünün 2 kardeşi var, %16.7’sinin 3 kardeşi var, 4 kardeş ve üzeri 11,8 olduğu görülmektedir.

Katılımcıların %87.5’inin anne-babası evli, %1.8’inin anne-babası ayrı yaşamakta, %1.4’ünün annesi vefat etmiş, %1.4’ünün babası vefat etmiş, anne eğitim durumunun %2.5’i okur-yazar, %14.6’sı ilkokul mezunu,%13.9’u ortaokul mezunu, %22.1’i lise mezunu, %44.’i üniversite mezunu, baba eğitim durumunun

%1.1'i okur-yazar, %8.9'u ilkokul mezunu, %15.3'ü ortaokul mezunu, %23.5'i lise mezunu, %48.0'ı üniversite mezunu, bu dönem başarının %14.9'u başarısız, %24.9'u vasat, %58.0'ı başarılı olduğu ortaya çıkmıştır.

**Tablo 2-Örneklem Grubunun İnternet ve Bazı Sosyal Değişkenlere Göre Dağılımı**

		f	%
<b>Evde İnternet var mı?</b>	Evet	260	92,5
	Hayır	19	6,8
	Toplam	279	99,3
<b>Kayıp</b>		2	0,7
Toplam		281	100,0
<b>Kendine Ait Bilgisayar Var mı?</b>	Evet	174	61,9
	Hayır	105	37,4
	Toplam	279	99,3
<b>Kayıp</b>		2	0,7
Toplam		281	100,0
<b>İnternet Kullanım Sıklığı</b>	Her gün	203	72,2
	2 günde bir	32	11,4
	3-4 günde bir	18	6,4
	Haftada bir	26	9,3
	Toplam	279	99,3
<b>Kayıp</b>		2	0,7
Toplam		281	100,0
<b>Günlük Ortalama İnternet Kullanımı (saat/gün)</b>	0 saat	6	2,1
	1 saat	74	26,3
	2 saat	94	33,5
	3 saat	45	16,0
	4 saat	19	6,8
	5 saat ve üzeri	39	13,9
<b>Kayıp</b>		4	1,4

Toplam		281	100,0
<b>İnternet kullanımı öz-değerlendirme</b>	İnternette oldukça az zaman geçiriyorum	46	16,4
	İnternette geçirdiğim zaman kabul edilebilir ölçülerde	176	62,6
	İnternette oldukça fazla zaman geçiriyorum	56	20,0
	Toplam	278	98,9
<b>Kayıp</b>		3	1,1
Toplam		281	100,0
<b>İnternete Nereden Bağlanıyorsun?</b>	Ev	181	64,4
	İnternet kafe	3	1,1
	Telefon	88	31,3
	Diğer	8	2,8
	Toplam	280	99,6
<b>Kayıp</b>		1	0,4
Toplam		281	100,0
<b>Yakın arkadaşların var mı?</b>	Evet	258	91,8
	Hayır	22	7,8
	Toplam	280	99,6
<b>Kayıp</b>		1	0,4
Toplam		281	100,0
<b>Sosyal Açıdan Sen</b>	Okulda genelde yalnız takılırım	8	2,8
	Sadece bir tane samimi arkadaşım var	34	12,1
	Sınıfım tarafından sevilirim	162	57,7
	Tüm okul beni tanır	74	26,3
	Toplam	278	98,9
<b>Kayıp</b>		3	1,1
<b>Toplam</b>		281	100

<b>Hiç psikolojik destek aldın mı?</b>	Evet	53	18,9
	Hayır	226	80,8
	Toplam	280	99,6
<b>Kayıp</b>		1	0,4
<b>Toplam</b>		281	100,0

Tablo 2’de yer alan bilgilere göre, örneklem grubunun %92.5’inin evinde internet var, %6.8’inin evinde internet yok, %61.9’unun kendine ait bilgisayarı var, %37.4’ünün kendine ait bilgisayarı yok, %72.2’si her gün internet kullanıyor, %11.4’ü 2 günde bir internet kullanıyor, %6.4’ü 3-4 günde bir internet kullanıyor, %9.3’ü haftada bir kez internet kullanıyor, %2.1’i gün içinde hiç internet kullanmıyor, %26.3’ü 1 saat internet kullanıyor, %33.5’i 2 saat internet kullanıyor, %16.0’ı 3 saat internet kullanıyor, %6.8’i 4 saat internet kullanıyor, 5 saat ve üzeri internet kullanan öğrenciler ise %13,9’dur.

Katılımcıların %16.4’ü internette oldukça az zaman geçirdiğini, %62.6’sı internette geçirdiği zamanın kabul edilebilir sürede olduğunu, %19.6’sı internette oldukça fazla zaman geçirdiğini düşünüyor. Katılımcıların %64.4’ü internete evden bağlanıyor, %1.1’i internet kafeden, %31.3’ü telefondan, %2.8’si diğer seçeneklerle internete bağlanıyor, %91.8’inin yakın veya samimi olduğu arkadaş grubu var, %7.8’inin yakın veya samimi olduğu arkadaş grubu yok, %2.8’i okulda genelde yalnız takılıyor, %12.1’inin sadece bir tane samimi arkadaşı var, %57.7’si sınıfı tarafından seviliyor, birçok arkadaşı var, %26.3’ü okul tarafından tanınıyor, 18.9’u psikolojik destek almış, %80.8’i psikolojik destek almamıştır.

**Tablo 3-Örneklem Grubunun Bağımlılık Dereceleri Frekans Tablosu**

		<b>f</b>	<b>%</b>
<b>İnternet Bağımlılığı</b>	<b>Semptom Göstermeyenler</b>	162	57,7
	<b>Sınırlı Semptom Gösterenler</b>	109	38,8
	<b>İnternet Bağımlısı</b>	10	3,6
	<b>Toplam</b>	281	100,0



Tablo 3'te, örneklem grubunun %57.7'sinin semptom göstermeyen, %38.8'inin sınırlı semptom gösteren, %3.6'sı internet bağımlısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Tablo 4-İnternet Bağımlılık Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri**

	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>İnternet Bağımlılık Ölçeği</b>	280	2,43	0,75
<b>Sorumluluk İhmali</b>	280	2,35	0,93
<b>Sosyal Hayattan Uzaklaşma</b>	280	2,03	0,78
<b>İnternette Geçirilen Sürenin Yetmemesi</b>	280	2,78	0,88
<b>Gizlilik Talebinde Artış</b>	280	2,22	0,97

Tablo 4'te, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ortalaması 2.43(ss=0.75)dür. Sorumluluk ihmali alt boyutunun ortalaması 2.35(ss=0.93)dir. Sosyal hayattan uzaklaşma alt boyutunun ortalaması 2.03(ss=0.78)dür. İnternette geçirilen sürenin yetmemesi alt boyutunun ortalaması 2.78 (ss=0.88)dir. Gizlilik talebinde artış alt boyutunun ortalamasının ise 2.22(ss=0.97) olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

**Tablo 5-Kullanıcıların Günlük Ortalama İnternet Kullanım Saatleri**

<b>Günlük Ortalama İnternet Kullanımı</b>	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>Semptom Göstermeyenler</b>	158	2,20	1,77
<b>Sınırlı Semptom Gösterenler</b>	109	3,34	2,42
<b>İnternet Bağımlısı Olanlar</b>	10	3,70	1,82

Tablo 5 incelendiğinde, semptom göstermeyenler günde ortalama 2.2 saat internet kullanmaktadır. Sınırlı semptom gösterenler günde ortalama 3.3 saat internet kullanmaktadır. İnternet bağımlısı olanlar ise günde ortalama 3.7 saat internet kullanmaktadır.

**Tablo 6-UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Betimsel İstatistikleri**

	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>UCLA Yalnızlık Ölçeği</b>	280	2,50	0,25

Tablo 6'da, UCLA Yalnızlık Ölçeği ortalamasının 2.50(ss=0.25) olduğu görülmektedir.

**Tablo 7-Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri**

	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>Ss.</b>
<b>Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği</b>	281	2,90	0,33
<b>Olumlu Davranış</b>	281	3,62	0,63
<b>Olumsuz Davranış</b>	281	2,14	0,54

Tabloda görüldüğü üzere, Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği ortalaması 2.90(ss=0.33)dir. Olumlu davranış alt boyutunun ortalaması 3.62(ss=0.63)dir. Olumsuz davranış alt boyutunun ortalaması 2.14(ss=0.54)dür.

**Tablo 8-Örnekleme Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları**

		<b>N</b>	<b>S.O</b>	<b>S.T</b>	<b>U</b>	<b>W</b>	<b>Z</b>	<b>p</b>
<b>UCLA Yalnızlık Ölçeği</b>	<b>Kız</b>	134	151,91	20356,00	8119,00	18704,00	-	<b>0,018</b>
	<b>Erkek</b>	145	128,99	18704,00	0	0	2,375	
	<b>Toplam</b>	279						

Tablo 8'de, örneklem grubunun UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kadın grubu daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel açıdan  $p < 0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

**Tablo 9-**Örneklem Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

		N	Mean Rank	Sum of Ranks	Mann-Whitney U	Wilcoxon W	Z	Asym p. Sig. (2-tailed)
<b>Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği</b>	<b>Kız</b>	134	149,68	20056,50	8552,500	19283,500	-	0,069
	<b>Erkek</b>	146	132,08	19283,50			1,817	
	<b>Total</b>	280						
<b>Olumlu Davranış</b>	<b>Kız</b>	134	156,31	20946,00	7663,000	18394,000	-	<b>0,002</b>
	<b>Erkek</b>	146	125,99	18394,00			3,131	
	<b>Total</b>	280						
<b>Olumsuz Davranış</b>	<b>Kız</b>	134	131,42	17610,50	8565,500	17610,500	-	0,072
	<b>Erkek</b>	146	148,83	21729,50			1,798	
	<b>Total</b>	280						

Tablo 9'de, örneklem grubunun Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği'nden aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo incelendiğinde, örneklem grubunun olumlu davranış alt boyutundan almış oldukları puanların, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucunda, gruplar arasında kız grubu daha fazla puan aldığından dolayı istatistiksel açıdan  $p<0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmıştır.

Tablo incelendiğinde, örneklem grubunun olumsuz davranış alt boyutundan almış oldukları puanların cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

**Tablo 10-**Örneklem Grubunun Kendine Ait Bilgisayar Değişkeni İle İnternet Bağımlılığı Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

<b>İnternet Bağımlılık Ölçeği puanları</b>		<b>N</b>	<b>S.O</b>	<b>S.T</b>	<b>U</b>	<b>W</b>	<b>Z</b>	<b>p</b>
<b>Kendine ait bilgisayar</b>	<b>Evet</b>	174	144,83	25201,00	8120,00	13580,000	-	0,152
	<b>Hayır</b>	104	130,58	13580,00			1,431	
<b>Toplam</b>		<b>278</b>						

Tablo incelendiğinde, örneklem İnternet Bağımlılık Ölçeği'nden almış oldukları puanların kendine ait bilgisayar değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

**Tablo 11-**Örneklem Grubunun Yakın Arkadaş Değişkenine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Mann Whitney-U Testi Sonuçları

<b>Yakın Arkadaş</b>		<b>N</b>	<b>S.O</b>	<b>S.T</b>	<b>U</b>	<b>W</b>	<b>Z</b>	<b>p</b>
<b>İnternet Bağımlılık Ölçeği</b>	<b>Evet</b>	257	137,77	35406,00	2253,000	35406,000	-	0,854
	<b>Hayır</b>	18	141,33	2544,00			0,184	
	<b>Total</b>	<b>275</b>						
<b>Sorumluluk İhmali</b>	<b>Evet</b>	257	137,84	35426,00	2273,000	35426,000	-	0,902
	<b>Hayır</b>	18	140,22	2524,00			0,123	
	<b>Total</b>	<b>275</b>						
<b>Sosyal Hayattan Uzaklaşma</b>	<b>Evet</b>	257	137,98	35462,00	2309,000	35462,000	-	0,990
	<b>Hayır</b>	18	138,22	2488,00			0,012	
	<b>Total</b>	<b>275</b>						
<b>İnternette Geçirilen Sürenin Yetmemesi</b>	<b>Evet</b>	257	137,20	35260,50	2107,500	35260,500	-	0,528
	<b>Hayır</b>	18	149,42	2689,50			0,631	
	<b>Total</b>	<b>275</b>						
<b>Gizlilik Talebinde Artış</b>	<b>Evet</b>	257	138,71	35649,50	2129,500	2300,500	-	0,571
	<b>Hayır</b>	18	127,81	2300,50			0,567	
	<b>Total</b>	<b>275</b>						

Tablo incelendiğinde, örneklem grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeği'nden almış oldukları puanların yakın arkadaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo incelendiğinde, örneklem grubunun sorumluluk ihmali alt boyutundan almış oldukları puanların yakın arkadaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo incelendiğinde, örneklem grubunun sosyal hayattan uzaklaşma alt boyutundan almış oldukları puanların yakın arkadaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo incelendiğinde, örneklem grubunun internette geçen sürenin yetersiz kalması alt boyutundan almış oldukları puanların yakın arkadaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Tablo incelendiğinde, örneklem grubunun internette geçen sürenin yetersiz kalması alt boyutundan almış oldukları puanların yakın arkadaş değişkenine göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek üzere yapılan non-parametrik Mann Whitney-U testi sonucundan, istatistiksel açıdan  $p>0.05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

**Tablo 12-Örneklem Grubunun İnternet Bağımlılığı Derecesi Değişkenine Göre UCLA Yalnızlık Ölçeği Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları**

		<b>N</b>	<b>S.O</b>	<b>X2</b>	<b>Sd.</b>	<b>p</b>
<b>UCLA Yalnızlık Ölçeği</b>	<b>Semptom Göstermeyenler</b>	161	138,98	0,201	2	0,905
	<b>Sınırlı Semptom Gösterenler</b>	109	143,13			

<b>İnternet Bağımlısı Olanlar</b>	10	136,20
<b>Total</b>	280	

Tablo 12’de UCLA Yalnızlık Ölçeği sıralamalar ortalamalarının internet bağımlılığı derecesi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda internet bağımlılık derece gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $\chi^2=0,201$ ;  $sd=2$ ;  $p>05$ ).

**Tablo 13-**Örneklem Grubunun Dönem Başarısı Değişkenine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanları ve Alt Boyutları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

		<b>N</b>	<b>S.O</b>	<b>X2</b>	<b>Sd.</b>	<b>p</b>
<b>İnternet Bağımlılık Ölçeği</b>	Başarısız	41	158,99	4,850	2	0,088
	Vasat	70	142,76			
	Başarılı	163	129,84			
	Toplam	274				
<b>Sorumluluk İhmali</b>	Başarısız	41	171,72	14,571	2	<b>0,001</b>
	Vasat	70	150,02			
	Başarılı	163	123,52			
	Toplam	274				
<b>Sosyal Hayattan Uzaklaşma</b>	Başarısız	41	143,50	0,462	2	0,794
	Vasat	70	139,83			
	Başarılı	163	134,99			
	Toplam	274				
<b>İnternette Geçirilen Sürenin Yetmemesi</b>	Başarısız	41	158,80	3,630	2	0,163
	Vasat	70	130,88			
	Başarılı	163	134,98			
	Toplam	274				
<b>Gizlilik Talebinde Artış</b>	Başarısız	41	144,33	2,757	2	0,252
	Vasat	70	148,46			
	Başarılı	163	131,07			
	Toplam	274				

Tablo 13’de İnternet Bağımlılığı Ölçeği sıralamalar ortalamalarının dönem başarısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda dönem başarı gruplarının sıralamalar

ortalamları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $x^2=4,850$ ;  $sd=2$ ;  $p>05$ ).

Tablo incelendiğinde, internette sorumluluk ihmali alt boyutu sıralamalar ortalamalarının dönem başarısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda dönem başarı gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $x^2=14.571$ ;  $sd=4$ ;  $p<01$ ). Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniklerine geçilmiştir. Bu amaçla kullanılan özel bir test tekniği bulunmadığından ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Mann Whitney-U uygulanmıştır. Analizlerin sonucunda farklılığın başarısız olan grupla başarılı olan grup arasında başarısız grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=2197,00$ ;  $z=-3.399$ ,  $p<0.01$ ).

Tablo incelendiğinde, sosyal hayattan uzaklaşma alt boyutu sıralamalar ortalamalarının dönem başarısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda dönem başarı gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $x^2=0,462$ ;  $sd=2$ ;  $p>05$ ).

Tablo incelendiğinde, internette geçirilen sürenin yetmemesi alt boyutu sıralamalar ortalamalarının dönem başarısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda dönem başarı gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $x^2=3,630$ ;  $sd=2$ ;  $p>05$ ).

Tablo incelendiğinde, gizlilik talebinde artış alt boyutu sıralamalar ortalamalarının dönem başarısı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda dönem başarı gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $x^2=2,757$ ;  $sd=2$ ;  $p>05$ ).

**Tablo 14-Örneklem Grubunun İnternet Öz-Değerlendirme Değişkenine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları**

		N	S.O	X2	Sd.	P
İnternet	İnternette oldukça az zaman geçiriyorum	46	88,05	51,122	2	0,000

### Bağımlılık Ölçeği

İnternette geçirdiğim zaman kabul edilebilir ölçülerde	175	132,69
İnternette oldukça fazla zaman geçiriyorum	55	199,18
<b>Toplam</b>	<b>276</b>	

Tablo 14 incelendiğinde, İnternet Bağımlılık Ölçeği sıralamalar ortalamalarının dönem internet değerlendirme değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda internet değerlendirme gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $\chi^2=51.122$ ;  $sd=2$   $p<0.01$ ). Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniklerine geçilmiştir. Bu amaçla kullanılan özel bir test tekniği bulunmadığından ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Mann Whitney-U uygulanmıştır. Analizlerin sonucunda farklılığın internette oldukça az zaman geçiren grupta internette oldukça fazla zaman geçiren grup arasında internette oldukça fazla zaman geçiren grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=386,50$ ;  $z=-5,992$ ,  $p<0.01$ ). Analizlerin sonucunda farklılığın internette geçirdiği vakit kabul edilir ölçüde olan grupta internette oldukça fazla zaman geçiren grup arasında internette oldukça fazla zaman geçiren grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=2353,50$ ;  $z=-5,715$ ,  $p<0.01$ ). Analizlerin sonucunda farklılığın internette oldukça az zaman geçiren grupta internette geçirdiği vakit kabul edilir ölçüde olan grup arasında internette geçirdiği vakit kabul edilir ölçüde olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=2583,00$ ;  $z=-3,738$ ,  $p<0.01$ ).

**Tablo 15-Örneklem Grubunun Sosyal Açından Sen Değişkenine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanları ve Alt Boyutları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non-Parametrik Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları**

		<b>N</b>	<b>S.O</b>	<b>X2</b>	<b>S</b> <b>d</b>	<b>P</b>
<b>İnternet Bağımlılık Ölçeği</b>	Okulda genelde yalnız takılırım	8	155,63	2,898	3	0,408
	Sadece bir tane samimi arkadaşım var başka kimseyle pek ilişkim yok	34	150,49			
	Sınıfım tarafından sevilirim, birçok kişiyle sohbet ederim, genelde sosyal açıdan popüler biriyimdir	161	132,19			



	Tüm okul beni tanır, sınıfım dışından da birçok arkadaşım vardır, genelde sosyal açıdan popüler biriyimdir	74	146,74			
	<b>Toplam</b>		<b>277</b>			
<b>Sosyal Hayattan Uzaklaşma</b>	Okulda genelde yalnız takılırım	8	180,50	10,085	3	<b>0,018</b>
	Sadece bir tane samimi arkadaşım var başka kimseyle pek ilişkim yok	34	163,25			
	Sınıfım tarafından sevilirim, birçok kişiyle sohbet ederim, genelde sosyal açıdan popüler biriyimdir	161	127,12			
	Tüm okul beni tanır, sınıfım dışından da birçok arkadaşım vardır, genelde sosyal açıdan popüler biriyimdir	74	149,22			
	<b>Toplam</b>		<b>277</b>			

Tablo 15 incelendiğinde, İnternet Bağımlılık Ölçeği sıralamalar ortalamalarının sosyal açıdan sen değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda dönem sosyal açıdan sen gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $\chi^2=2,898$ ;  $sd=3$ ;  $p>05$ ).

Tablo incelendiğinde, internette sosyal hayattan uzaklaşma alt boyutu sıralamalar ortalamalarının sosyal açıdan sen değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H sonucunda sosyal açıdan sen gruplarının sıralamalar ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $\chi^2=10,085$ ;  $sd=3$   $p<05$ ). Bu işlemin ardından Kruskal Wallis-H sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı karşılaştırma tekniklerine geçilmiştir. Bu amaçla kullanılan özel bir test tekniği bulunmadığından ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Mann Whitney-U uygulanmıştır. Analizlerin sonucunda farklılığın sadece samimi bir arkadaşı olan grupta sınıf tarafından sevilen grup arasında sadece samimi bir arkadaşı olan grup lehine gerçekleştiği belirlenmiştir ( $U=2025,50$ ;  $z=-2,390$ ,  $p<0.01$ ).

**Tablo 16**-Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği ve Alt Boyutları Puanlarıyla İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

		İnternet Bağımlılık Ölçeği	Sorumluluk İhmali	Sosyal Hayattan Uzaklaşma	İnternette Geçirilen Sürenin Yetmemesi	Gizlilik Talebinde Artış
<b>Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği</b>	r	,126*	0,025	0,97	,219**	0,090
	p	0,043	0,679	0,104	0,001	0,134
	N	280	280	280	280	280
<b>Olumlu Davranış</b>	r	-0,064	-,166**	-0,032	0,049	-0,068
	p	0,287	0,004	0,597	0,413	0,259
	N	280	280	280	280	280
<b>Olumsuz Davranış</b>	r	,248**	,227**	,178**	,205**	,217**
	p	0,000	0,000	0,003	0,001	0,000
	N	280	280	280	280	280

\*\*p<.01, \*p<.05

Tablo 16 incelendiğinde, Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği ve alt boyutları ile İnternet Bağımlılık Ölçeği ve alt boyutları arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Spearman Korelasyon analizi sonucunda;

Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği toplam puanı ile İnternet Bağımlılık Ölçeği puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 121$ ,  $p<.05$ ). Matson Çocuklarda Sosyal Beceri puanları artıkça, İnternet Bağımlılık puanları artmaktadır.

Matson Çocuklarda Sosyal Beceri Ölçeği toplam puanı ile internette geçirilen sürenin yetersiz kalması alt boyutu puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 219$ ,  $p<.01$ ). Matson Çocuklarda Sosyal Beceri ölçeği puanları artıkça, internette geçirilen süreni yetmemesi puanları artmaktadır.

Olumlu davranış alt boyutu toplam puanı ile sorumluluk ihmali alt boyutu puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=- 166$ ,  $p<.01$ ). Olumlu davranış puanları artıkça, sorumluluk ihmali puanları azalmaktadır.

Olumsuz davranış alt boyutu puanı ile internette internet bağımlılık ölçeği puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 248$ ,  $p<.01$ ). Olumsuz davranış puanları artıkça, internet bağımlılık puanları artmaktadır.

Olumsuz davranış alt boyutu puanı ile sorumluluk ihmali alt boyutu puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 227, p<.01$ ). Olumsuz davranış puanları artıkça, sorumluluk ihmali puanları artmaktadır.

Olumsuz davranış alt boyutu puanı ile sosyal hayattan uzaklaşma alt boyutu puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 178, p<.01$ ). Olumsuz davranış puanları artıkça, sosyal hayattan uzaklaşma puanları artmaktadır.

Olumsuz davranış alt boyutu puanı ile internette geçirilen sürenin yetersiz kalması alt boyutu puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 205, p<.01$ ). Olumsuz davranış puanları artıkça, internette geçirilen sürenini yetersiz kalması puanları artmaktadır.

Olumsuz davranış alt boyutu puanı ile gizlilik talebinde artış alt boyutu puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r= 217, p<.01$ ). Olumsuz davranış puanları artıkça, gizlilik talebinde artış puanları artmaktadır.

**Tablo 17-**İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Alt Boyutları ile UCLA Yalnızlık Ölçeği Puanları Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Analizi Sonuçları

	<b>Ucla Yalnızlık Ölçeği</b>	
<b>İnternet Bağımlılığı Ölçeği</b>	r	-0,024
	p	0,694
	N	280
<b>Sorumluluk İhmali</b>	r	-0,083
	p	0,167
	N	280
<b>Sosyal Hayattan Uzaklaşma</b>	r	-0,094
	p	0,117
	N	280
<b>İnternette Geçirilen Sürenin Yetmemesi</b>	r	0,104
	p	0,083
	N	280
<b>Gizlilik Talebinde Artış</b>	r	-0,017
	p	0,779
	N	280

\*\* $p<.01$ , \* $p<.05$

Tablo 17’de İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Alt Boyutları ile UCLA Yalnızlık Ölçeği arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla yapılan Spearman Korelasyon analizi sonucunda; İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve alt boyutları ile UCLA Yalnızlık Ölçeği arasında bir ilişki bulunmamıştır.

## DOKUZUNCU BÖLÜM

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmamızda internet kullanım oranları incelendiğinde çalışma grubunun %38.8'inin sınırlı semptom internet kullanıcısı ve %3.6'sının internet bağımlısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu oranlara bakarsak neredeyse çalışma örneklemimizin yarısı internette oldukça uzun süre geçirmektedir.

Araştırmamızda bağımlı internet kullanıcılarının günde ortalama 3.7 saat internette vakit geçirdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Türkiye'de 12-18 yaşlarındaki gençlerle yapılan bir çalışmada haftada 12 saatten fazla internet kullanım oranının % 7.6 olduğu ortaya çıkmıştır.<sup>152</sup>

İnternet bağımlılığı ile internet öz-değerlendirme değişkeni arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Beklendiği üzere internette oldukça fazla zaman geçiren grubun, internette oldukça az zaman geçiren gruba göre internet bağımlılık puanlarının daha fazla olduğu görülmektedir. 'İnternette oldukça az vakit geçiriyorum' diyen öğrencilerin internet bağımlılığından aldıkları puanların yüksek olması, bu öğrencilerin zamanı kontrol etmede ve davranışlarının tam olarak farkında olmadıklarını düşündürmüştür. Ayrıca 'internette oldukça fazla zaman geçiren' grubun, internette geçirdiği vakti 'kabul edilir ölçüde' bulan gruba göre internet bağımlılık puanının daha yüksek olduğu ve bu bulgunun öğrencilerin verdikleri cevapla örtüştüğü sonucuna ulaşılmıştır.

Yukarıdaki bulgularla biraz çelişmekle birlikte araştırmamızda internet bağımlılığı ile yalnızlık arasında bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Ancak literatür incelendiğinde yapılan bir çalışmada kendisini yalnız hisseden bireylerin internette yeni bir kimlik oluşturarak ya da anonim bir kimlik oluşturup yeni insanlarla tanışmak ve ilişki kurmak için internete daha çok yöneldiği belirtilmiştir.<sup>153</sup> İnternet kullanıcıları online olarak çok fazla zaman geçirdikleri için insanlar arasındaki samimiyet, güven, yakınlık, aidiyet duyguları zarar görmekte ve kullanıcılar günlük hayattan kopmaktadır.<sup>154</sup> Yapılan bir çalışmada internet kullanımının bireylerde yalnızlaşmaya ve yüz yüze kurulan iletişimin azalmasına sebep olduğu bunun sonucu olarak

---

<sup>152</sup>Ayşegül Yolga Tahiroğlu vd, "İnternet use among Turkish adolescents", *CyberPsychology & Behavior*, 2008,11(5), 537-543.

<sup>153</sup>Pawlak a.g.e., s.47.

<sup>154</sup>Janet Morahan-Martin, "The Relationship Between Loneliness And Internet Use And Abuse", *CyberPsychology & Behavior*, 1999, 2(5), 431-439.

kullanıcıların kendilerini içten içe daha da yalnız hissettikleri çalışma sonucunda bulunmuştur.<sup>155</sup> Ancak bazı araştırmacılara göre ise internet kullanıcısı olmak yalnızlığı arttırmıyor; yalnızlık algısı içerisinde olan kişiler internete yöneliyorlar.<sup>156</sup> Kendisini yalnız olarak değerlendiren bireyler interneti arkadaş edinmek ve sohbet etmek için kullanmakta olduklarını belirtmişlerdir.<sup>157</sup> Bunu destekleyen bir araştırmada da kız ergenlerin arkadaşlarıyla sohbet etmek yeni insanlar tanımak ve çeşitli sanal gruplara katılmak için internette zaman geçirdiklerini belirtmişlerdir.<sup>158</sup> Yapılan başka bir çalışmada ergenlerin internet sayesinde %25'inin arkadaş ve %14'ünün yakın arkadaş ile romantik ilişki edindikleri ortaya çıkmıştır.<sup>159</sup>

Çalışmamızda cinsiyet değişkeni ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı farklılık elde edilmiştir. Kızların yalnızlık düzeylerinin erkeklere oranla daha fazla olduğu görülmektedir. Kızların duygusal yapıda olmaları ve ilişkilerinde samimiyete erkeklere oranla daha fazla önem vermeleri sebebiyle kurdukları ilişkilerde daha yakın olmayı tercih ettikleri için kendilerini daha fazla yalnız hissetmiş olabilecekleri düşünülmektedir.

Matson Olumlu Sosyal Beceri alt kategorisi incelendiğinde olumlu davranış artıkça, sorumluluk ihmalinin azaldığı bulunmuştur. Bu durumla paralel olarak olumsuz davranış artıkça, sorumluluk ihmalinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte olumsuz davranış artıkça, internet bağımlılığının arttığı tespit edilmiştir. Olumsuz davranışları daha fazla gösteren öğrenciler, akranları tarafından dışlanarak sosyal hayattan uzaklaşıyor olabilirler ve bu nedenle internet bağımlılığı da artmış olabilir. Bunun dışında olumsuz davranışları fazla olan grupta dürtü kontrol bozukluğu, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ve davranım bozukluğu gibi psikopatolojilerin olma olasılığı yüksektir ve bu grupların bağımlılık açısından daha riskli bir grup olduğu bilinmektedir. Olumsuz davranış sergileyen öğrencilerin arkadaşları ve sosyal çevreleri tarafında hoş karşılanmamalarının sonucu olarak yalnızlaşmakta ve ilişki kurmak için de internete yönelmiş olabilecekleri düşünülmektedir. Bununla birlikte çalışmamızda olumsuz davranış artıkça, internette geçirilen sürenin yetmeme oranının arttığı ve de gizlilik talebinde artış olduğu saptanmıştır. Olumsuz davranış sergileyen öğrencilerin sosyal hayattan gün geçtikçe koparak internette geçirdikleri zamanla yetinmemeye başladıkları

---

<sup>155</sup>Chou and Hsiao a.g.e., 72.

<sup>156</sup>Hamburger and Artzi a.g.e., s.84.

<sup>157</sup>Pawlak a.g.e., s.26.

<sup>158</sup> Kraut et al., a.g.e., s.22.

<sup>159</sup>Janis Wolak et.al., "Close Online Relationships In A National Sample Of Adolescents", *Adolescence*, 2002, 37(147) 441-456, p.443-445.

düşünülmektedir. Yine bu grupta dürtü kontrol bozukluğu, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ve davranım bozukluğu gibi psikopatolojilerin olma olasılığı yüksek olduğundan kendilerine konulan sınırlara uymada ve zamanı ayarlamada sorunlar olabileceği ve bu grubun yaşlarına uygun olmayan sitelerde dolaşma ihtimalinin yüksek olduğu ve bu nedenle gizlilik taleplerinin daha fazla olabileceği düşünülmüştür.

Matson Olumsuz Sosyal Beceri davranış alt boyutu ile psikolojik destek değişkeni arasında anlamlı bir farklılık elde edilerek; psikolojik destek alan ergenlerde olumsuz davranışların olduğu görülmektedir. Bu süreçte ergenlerin sosyal ortamda yaptıkları olumsuz davranışların kendisi veya çevresindekiler tarafından fark edilerek psikolojik destek aldıkları düşünülmüştür.

Araştırmamızda sosyal beceri puanları artıkça, internet bağımlılığının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu beklenen bir bulgu değildir. Literatürde internet kullanımının artmasıyla birlikte sosyal yaşamdaki ilişkilerin gün geçtikçe eski önemini kaybettiği ifade edilmektedir.<sup>160</sup> Ancak literatürde bizim bulduğumuz sonucu destekleyen araştırmalar da yer almaktadır ve bu araştırmacılar ise internetin sosyal iletişime pozitif etkisi olduğunu belirtmektedir.<sup>161</sup> Araştırmada sosyal beceri düzeyi artıkça, internette geçirilen sürenin yetmediği algısı olduğu ortaya çıkmıştır. İnternet ortamında yeni bireyler ve gruplarla tanışan ergen internette daha fazla zaman geçirmek istediği için internette geçen sürenin yetersiz kaldığını düşünmektedir.

Literatür incelendiğinde bireyler sosyal beceri eksikliklerinden kaçınmak için internet ortamında vakit geçirerek, olumsuz duygu ve düşüncelerden kaçınmaya çalışarak aslında gerçek dünyadan uzaklaşmaktadırlar. Bu konuyla ilgili yapılan pek çok araştırmada gün içerisinde internet kullanım oranı ile Matson Olumsuz Sosyal Beceri düzeyi arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu belirtilmiştir.<sup>162 163</sup>

Araştırmamızda sosyal beceri ve cinsiyet değişkenleri incelendiğinde kızların erkeklere göre sosyal beceri düzeylerinin literatürdeki çalışmalarla paralel bir şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durumda erkeklerin internet kullanımının kızlara göre daha fazla olması etken olarak düşünülmektedir. Kızların Matson

---

<sup>160</sup>Robert Kraut et al., "Social Impact Of The Internet: What Does It Mean?", *Communications of the ACM*, 1998, 41(12), p.21–22.

<sup>161</sup>Hatice Duran Okur ve Metin Özkul, "Modern İletişimin Arayüzü: Sanal İletişim Sosyal Paylaşım Sitelerinin Toplumsal İlişki Kurma Biçimlerine Etkisi Facebook Örneği", *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2015, 21, s.216.

<sup>162</sup>Scott E. Caplan, "A Social Skill Account Of Problematic Internet Use", *Journal of Communication*, 2005, 55(4) 721-736.

<sup>163</sup>Nerguz Bulut Serin, "An Examination of Predictor Variables for Problematic Internet Use", *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 2011, 10(3), 54-62.

Sosyal Beceri olumlu davranıştan aldıkları puanların erkeklere oranla daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Erkek ergenlerin bu dönemde kimlik gelişim aşamalarında kültürümüzle de ilgili olarak daha agresif ve dürtüsel davranmalarından dolayı veya erkeklerde dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu, karşıt olma karşı gelme bozukluğu ve davranım bozukluğu gibi psikopatolojilerin kızlara oranla daha sık olmasından dolayı olumlu davranış puanları düşük bulunmuş olabilir.

Yapılan çalışmalarda okul hayatında başarılı olan öğrencilerin interneti daha kontrollü kullandıkları ve bağımlılık risklerinin daha az olduğu bulunmuştur.<sup>164 165 166</sup> Bizim araştırmamızda internette sorumluluk ihmali alt kapsamı ile dönem başarısı değişkeni arasında anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Başarısız grubun internette sorumluluk ihmal puanlarının başarılı olanlara oranla daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. İnterneti yoğun şekilde kullanan ergenlerin ders çalışmak gibi günlük hayatlarında yapmaları gereken işleri aksatmaları, zamanlarını kullanmada problem yaşayıp internette zamanın nasıl geçtiğini anlayamıyor olmaları ve muhtemelen bu grupta ebeveyleerin süpervizyonunun yetersiz kalması başarısızlığa neden olmuş olabilir. Tabi bunun tersi de doğru olabilir, ergenler başarısız olduklarında derslerden soğuduklarından gerçek hayattan daha uzaklaşıp sanal ortamı tercih ediyor olabilirler.

---

<sup>164</sup>Man Kit Chang and Sally Pui Man Law, "Factor Structure For Young's Internet Addiction Test: A Confirmatory Study, *Computers in Human Behavior*, 2008, 24(6), 2597-2619.

<sup>165</sup>Erol Esen ve Diğdem M. Siyez, "Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-sosyal Değişkenlerin İncelenmesi", *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2011, 4 (36), 127-138.

<sup>166</sup>Sunny Lin and Chin-Chung Tsai, Sensation Seeking And İnternet Dependence Of Taiwanese High School Adolescents, *Computers In Human Behavior*, 2002, 18(4), 411-426.

## ÖNERİLER

### Öneriler

1. Bu çalışma, İstanbul ve Tekirdağ illerinde özel okulların ilkokul 8. Sınıf öğrencileriyle yapılmış olup ülke çapında daha kapsamlı çalışmaların yapılması önerilmektedir.
2. İnternet bağımlılığı ve yalnızlık konuları arasındaki ilişki incelendiğinde, okul rehber öğretmenlerinin yüz yüze kurulan ilişkilere öğrencileri teşvik etmesi önerilmektedir.
3. İnternet bağımlılığına ilişkin ailelere, çocuklara ve ergenlere bilinçli ve güvenli internet kullanımını amaçlayan çalışmalar yapılabilir.
4. Ailelere çocuklarının internet kullanımını gözlemlemeleri önerilmektedir.
5. Ergenlerin internet bağımlısı olmadan önce risk grubunda olan kişilerin belirlenmesi ve bağımlılığa sebebiyet veren durumlar üzerinde gerekli müdahaleler ve bilgilendirmeler yapılmalıdır.
6. Okul rehber öğretmenleri ebeveynleri internet bağımlılığı ve etkin internet kullanımı konularında seminer, broşür ve drama gibi aktiviteler ile bilgilendirmelidir.
7. İnternet bağımlılığı okul başarısını olumsuz yönde etkilediği için öğretmenler konu hakkında bilinçlendirilmeli ve gerekli tedbirler alınmalıdır.
8. İnternet bağımlısı olmadan önce risk grubundaki öğrenciler tespit edilip, zamanlarını daha verimli olarak kullanabilecekleri sanat veya sportif faaliyetlere yönlendirilmelidirler.



## KAYNAKÇA

### KİTAPLAR

ABALI Osman, ***Ergenlik Dönemi Ve Ruhsal Yaklaşım***, 1.Basım, AdedaYayıncılık, İstanbul, 2012.

ARSLAN B. Cansever, ***İnternet Bağımlılığı***, Anı Yayıncılık, Ankara, 2013.

AVŞAR Züleyha ve KUTER ÖZTÜRK Füsün, ***Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Belirlenmesi***, 3.Basım, Eğitimde Kuram ve Uygulama, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Yayınları, Çanakkale, 2007.

BERKTİN Tahir Cezmi, ***Çocuklarda Ve Gençlerde Davranış Bozuklukları***, Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1978.

BİLGİÇ Necati, ***DeneySEL Olarak Sınanmış Grupla Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Programları – I***, 6.Basım, Pegem Akademi, 2017.

CARTLEDGE Gwendolyn and MİLBURN F. JoAnne, ***Social Skills Assessment and Teaching in Schools***, Advantages in School Psychology, Lawrence Erlbaum Ass, London, Vol:3, 1983.

CEYHAN A. Aykut, ***Predictors Of Problematic Internet Use On Turkish University Students***, Vol:11, CyberPsychology & Behavior, Mary Ann Liebert, Inc, 2008.

COLEMAN Cecil Margaret, ***Behavior Disorders: Theory And Practice***, Allyn & Bacon, 1992.

CÜCELOĞLU Doğan, ***İnsan ve Davranışı***, 13. Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2004.

GRESHAM M. Frank and RESCHLY J. Daniel, ***Advances In School Psychology***, Routledge, 1988.

KILIÇARSLAN Faruk, **Çocuk ve Aile Sorunlarının Terapi ile Tedavisi**, 2.Baskı, Nobel Yayıncılık, Ankara, 2010.

KNAPCZYK R. Dennis and RODES Paul, **Teaching Social Competence**, Brooks/Cole Publishing Company, California, 1996.

MARTİN Morahan Janet and SCHUMACHER Phyllis, **Incidence And Correlates Of Pathological Internet Use Among College Student**, Vol:16, Computers In Human Behavior, Elsevier, Viena, 2000.

MERREL W. Kenneth, **Behavioral, Social and Emotional Assessment of Children and Adolescents**, Vol:14, Lawrence Erlbaum Associates Publishers, London, 1999.

ÖGEL Kültegin, **İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak Ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak**, İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul, 2012.

PERLMAN Daniel and PEPLAU Anne Letitia, **Loneliness: A Sourcebook Of Current Theory, Research And Therapy**, John Wiley & Sons Inc, 1982.

RINN C. Roger and MARKLE Allan, **Modification Of Social Skill Deficits In Children, In: Research And Practice İn Social Skills Training**, Springer, Boston, MA, 1979.

SCHNEİDER H. Barry, **Children's Social Competence In Context: The Contributions Of Family, School And Culture**, Pergamon Press, New York, Vol.26, 1993.

SPARKS G. Glenn, **Media Effects Research: A Basic Overview**, 4th Editon, Wadsworth Cengage Learning, Boston, 2013

YALOM D. İrvin, **Ergen Terapisi**, Prestij Yayınları, İstanbul, 2008.

YAVUZER Haluk, **Çocuk Psikolojisi**, 22.Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2002.

TSAİ Chin-Chung and LİN Sunny, **Cyberpsychology & Behavior**, 2001.

## DERGİLER

ALTINTAŞ Suat ve ÖZTABAK Muhammet, Ortaokul öğrencilerinin problemlili internet kullanımları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi, **Eğitim Ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori Ve Uygulama**, 2016, 7(13).

ARISOY Özden, "İnternet bağımlılığı", **Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics**, 2009, 2(1).

AYDIN Betül ve SARI Volkan, "Internet Addiction Among Adolescents: The Role Of Self-Steem", **Procedia and Behavioral Sciences**, 2011, 15.

BALTA Çakır Özlem ve HORZUM Barış Mehmet, "Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler", **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi**, 2008, 41(1).

BAYRAM Burak Saffet ve GÜNDOĞMUŞ Güfran, "İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Eğilimlerinin ve Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi", **Akademik Bakış Dergisi**, 2016, 54(1).

BENNER Aprile D., "Latino Adolescents' Loneliness, Academic Performance, And The Buffering Nature Of Friendships", **Journal of Youth and Adolescence**, 2011, 40(5).

CAO Hui, SUN Ying, WAN Yuhui, HAO Jiahu and TAO Fangbiao, "Problematic Internet Use In Chinese Adolescents And Its Relation To Psychosomatic Symptoms And Life Satisfaction", **BMC Public Health**, 2011, 11(1).

CAPLAN E. Scott, "Problematic Internet Use And Psychosocial Well-Being: Development Of A Theory-Based Cognitive–Behavioral Measurement Instrument", **Computers In Human Behavior**, 2002, 18(5).

CAPLAN E. Scott, "A Social Skill Account Of Problematic Internet Use", **Journal of communication**, 2005, 55(4).

CEYHAN Esra, "Ergen Ruh Sağlığı Açısından Bir Risk Faktörü: İnternet Bağımlılığı", **Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi**, 2008, 15(2).

CEYHAN A. Aykut ve CEYHAN Esra, "Loneliness, Depression, And Computer Self-Efficacy As Predictors Of Problematic Internet Use", **CyberPsychology & Behavior**, 2008, 11(6).

CHANG Kit Man and LAW Man Sally, "Factor Structure For Young's Internet Addiction Test: A Confirmatory Study", **Computers in Human Behavior**, 2008, 24(6).

CHENG Helen and FURNHAM Adrian, "Personality, Peer Relations, And Self-Confidence As Predictors Of Happiness And Loneliness", **Journal of Adolescence**, 2002, 25(3).

CEYHAN A. Aykut ve CEYHAN Esra, "Loneliness, Depression, And Computer Self-Efficacy As Predictors Of Problematic Internet Use", **CyberPsychology & Behavior**, 2008, 11(6).

CHOU Chien and HSIAO Ming-Chun, "Internet Addiction, Usage, Gratification, And Pleasure Experience: The Taiwan College Students' Case", **Computers & Education**, 2000, 35(1).

COGET Jean-Francois, YAMAUCHI Yutaka and SUMAN Michael, "The Internet, Social Networks And Loneliness", **It & Society**, 2002, 1(1).

COONEY Gary and MORRIS Jane, "Time To Start Taking An Internet History?", **The British Journal of Psychiatry**, 2009, 194(2).

ÇETİN BALKAYA Ayşen ve CEYHAN Aykut, "Ergenlerin İnternet'te Kimlik Denemeleri Ve Problemlı İnternet Kullanım Davranışları", **The Turkish Journal on Addictions**, 2014, 1(2).

ÇUBUKÇU Zühal ve GÜLTEKİN Mehmet, "İlköğretimde Öğrencilere Kazandırılması Gereken Sosyal Beceriler", **Bilgi/Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi**, 2006, 37(1).

DAVIS A. Richard, "A Cognitive-Behavioral Model Of Pathological Internet Use", **Computers In Human Behavior**, 2001, 17(2).

DEMİR Ayhan, "UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Geçerlik Ve Güvenirliliği Çalışması", **Psikoloji Dergisi**, 1989, 7(23).

ELLIOTT N. Stephen and GRESHAM M. Frank, "Children's Social Skills: Assessment And Classification Practices", **Journal Of Counseling & Development**, 1987, 66(2).

ERDOĞAN Filiz, "Matson Çocuklarda Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin (MESSY) Türkçeye Uyarlanması", **Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi**, 2003, 3(2).

ESEN Erol ve SİYEZ M. Diğdem, "Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-sosyal Değişkenlerin İncelenmesi", **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, 2011, 4 (36).

GİERVELD De Jong Jenny, "A Review Of Loneliness: Concept And Definitions, Determinants And Consequences", **Reviews in Clinical Gerontology**, 1998, 8(1).

GÖKÇEARSLAN Şahin ve GÜNBATAR Serkan Mustafa, "Ortaöğrenim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı", **Eğitim Teknolojisi Kuram Ve Uygulama**, 2012, 2(2).

GREENFIELD N. David, "Psychological Characteristics Of Compulsive Internet Use: A Preliminary Analysis", **Cyberpsychology & Behavior**, 1999, 2(5).

GRESHAM M. Frank, "Conceptual And Definitional Issues İn The Assessment Of Children's Social Skills: Implications For Classifications And Training", **Journal of Clinical ChildPsychology**, 1986, 15(1).

GRESHAM M. Frank and Elliott N. Stephen, "Social Skills Intervention Guide: Systematic Approaches To Social Skills Training", **Special Services in the Schools**, 1993, 8(1).

HAY F. Dale, PAYNE Alexandra and CHADWICK Andrea, "Peer Relations In Childhood", **Journal Of Child Psychology And Psychiatry**, 2004, 45(1).

HAMBURGER Amichai Yair and ARTZI Ben Elisheva, "Loneliness and Internet use", **Computers In Human Behavior**, 2003, 19(1).

HUR Mann Hyung, "Demographic, Habitual, And Socioeconomic Determinants Of Internet Addiction Disorder: An Empirical Study Of Korean Teenagers", **Cyberpsychology & Behavior**, 2006, 9(5).

KAYRI Murat, TANHAN Fuat ve TANRIVERDİ Selami, "Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi." **Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying** 2014, 1(1).

KILIÇ Hicran ve SEVİM A. Seher, "Ergenlerde Yalnızlık Ve Bilişsel Çarpıtmalar", **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi**, 2005, 38(2).

KİM Junghyun, LAROSE Robert and PENG Wei, "Loneliness As The Cause And The Effect Of Problematic Internet Use: The Relationship Between Internet Use And Psychological Well-Being", **CyberPsychology & Behavior**, 2009, 12(4).

KOÇ Mustafa, "Gelişim Psikolojisi Açısından Yaşlılık Döneminde Bireysel Ve Ruhsal Gelişim", **Ekev Akademi Dergisi**, 2004.

KOÇ Mustafa, "Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi Ve Genel Özellikleri", **Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2004.

KRAUT Robert and KİESLER Sara, "Social Impact of the Internet: What Does It Mean?", **Communications of ACM**, 1998, 42(11).

LİN Sunny and TSAİ Chin-Chung, "Sensation Seeking And İnternet Dependence Of Taiwanese High School Adolescents", **Computers In Human Behavior**, 2002, 18(4).

MARTİN M. Janet, "The Relationship Between Loneliness And İnternet Use And Abuse", **CyberPsychology & Behavior**, 1999, 2(5).

MARTİN M. Janet and SCHUMACHER Phyllis, "Loneliness And Social Uses Of The İnternet", **Computers In Human Behavior**, 2003, 19(6).

MERREL W. Kenneth, "Assessment Of Children's Social Skills: Recent Developments, Best Practices, And New Directions", **Exceptionality**, 2001, 9.

NAUGHTON John, "The Evolution Of The İnternet: From Military Experiment To General Purpose Technology", **Journal of Cyber Policy**, 2016, 1(1).

OĞUZ Başak, ZAYİM Neşe ve SAKA Osman, "Tıp Öğrencilerinin İnternette Bilişsel Durumları", **Akademik Bilişim**, 2008, 30.

OKUR DURAN Hatice ve ÖZKUL Metin, "Modern İletişimin Arayüzü: Sanal İletişim Sosyal Paylaşım Sitelerinin Toplumsal İlişki Kurma Biçimlerine Etkisi Facebook Örneği", **Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2015, 21.

ORHAN Feza ve AKKOYUNLU Buket, "İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Kullanımları Üzerine Bir Çalışma", **Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, 2004.

ÖZCAN KESER Neslihan ve BUZLU Sevim, "Problemlili İnternet Kullanimini Belirlemede Yardımcı Bir Araç: "İnternette Bilişsel Durum Ölçeği'nin Üniversite Öğrencilerinde Geçerlilik Ve Güvenirliği", **Journal of Dependence**, 2005, 6.

ÖZTÜRK Özgür ve GENÇ Yasin, "İnternet Bağımlılığı: Kliniği Ve Tedavisi", **Bağımlılık Dergisi**, 2007, 8(1).

QUALTER Pamela, "Loneliness In Children And Adolescents: What Do Schools And Teachers Need To Know And How Can They Help?", **Pastoral Care in Education**, 21(2), 2003.

SEEPERSAD Sean, "Coping With Loneliness: Adolescent Online And Offline Behavior" **CyberPsychology & Behavior**, 2004, 7(1).

SERİN BULUT Nerguz, "An Examination of Predictor Variables for Problematic İnternet Use", **Turkish Online Journal of Educational Technology**, 2011, 10(3).

SHERİDAN M. Susan, HUNGELMANN Angela and MAUGHAN Denita Poppenga, "A Contextualized Framework For Social Skills Assessment, Intervention, And Generalization", **School Psychology Review**, 1999, 28(1).

SHIELDS K. Margie and BEHRMAN E. Richard, "Children And Computer Technology: Analysis And Recommendations." **The Future of Children**, 2000, 4(1).

SORİAS Oya, "Sosyal Beceriler Ve Değerlendirme Yöntemleri", **Psikoloji Dergisi**, 1986, 5(20).

SULER John, "Healthy And Pathological İnternet Use", **CyberPsychology and Behavior**, 1999, 2(3).

SUBRAHMANYAM Kaveri and LİN Gloria, "Adolescents On The Net: Internet Use And Well-Being", **Adolescence**, Vol:42, 2007.

SUM Shima, MATHEWS R. Mark , HUGHES Ian and CAMPBELL Andrew, "Internet Use And Loneliness In Older Adults", **Cyberpsychology & Behavior**, 2008, 11(2).

ŞENORMANCI Ömer, KONKAN Ramazan ve SUNGUR Mehmet Zihni, "İnternet Bağımlılığı Ve Bilişsel Davranışçı Terapisi", **Psychiatry**, 2010, 11(1).

TANERİ Oya Pervin ve TİRYAKİOĞLU Özlem, "Ortaokul 7. Ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Sorunlu İnternet Kullanımı Ve Anne Baba Tutumları İlişkisinin İncelenmesi", **The Journal of Academic Social Science Studies**, 2015, 40.

TAHİROĞLU Yolga Ayşegül, ÇELİK G. Gonca, UZEL Mehtap, ÖZCAN Neslihan ve AVCI Ayşe, "İnternet Use Among Turkish Adolescents", **CyberPsychology & Behavior**, 2008,11(5).

TREUER Tamas, FÁBIÁN Zsolt and FÜREDİ János , "Internet Addiction Associated With Features Of Impulse Control Disorder: Is It A Real Psychiatric Disorder?", **Journal Of Affective Disorders**, 2001, 66(2).

TSAİ Chin-Chung, LİN S. Sunny and TSAİ Meng-Jung, "Developing An Internet Attitude Scale For High School Students", **Computers & Education**, 2001, 37(1).

URUK ÇİFTÇİ Ayşe and DEMİR Ayhan, "The Role Of Peers And Families In Predicting The Loneliness Level Of Adolescents", **The Journal of Psychology**, 2003, 137(2).

ÜNERİ Şükran Özden ve TANIDIR Canan, "Evaluation Of İnternet Addiction İn A Group Of High School Students: A Cross-Sectional Study", **The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences**, 2011, 24(24).

YOUNG S. Kimberly, "Psychology Of Computer Use: XL. Addictive Use Of The İnternet: A Case That Breaks The Stereotype", **Psychological Reports**, 1996, 79(3).

YOUNG S. Kimberly, "İnternet addiction: The emergence of a new clinical disorder", **Cyberpsychology & Behavior**, 1998, 1(3).



YOUNG S. Kimberly, "Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon And Its Consequences", *American Behavioral Scientist*, 2004, 48(4).

WÄSTLUND Erik, NORLANDER Torsten and ARCHER Trevor, "Internet Blues Revisited: Replication And Extension Of An Internet Paradox Study", *Cyberpsychology & Behavior*, 2001, 4(3).

WOLAK Janis, MİTCHELL J. Kimberly and FİNKELHOR David "Close Online Relationships In A National Sample Of Adolescents", *Adolescence*, 2002, 37(147).

## TEZLER

AKTAŞ Ezgi, *Abraham Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramına Göre Günümüzde Kadına Yönelik Tüketim Analizi*, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Halkla İlişkiler Anabilim Dalı Reklamcılık Ve Tanıtım Bilim Dalı, İstanbul, 2018, s.17 **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

AYDOĞDU Cumhuriyet, *Televizyon Ve Bilgisayarın Gençler Üzerindeki Psikolojik Etkileri: Hendek Örneği*, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya Üniversitesi, Sakarya, 2003, **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**.

BAYRAKTAR Fatih, "İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü", Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ege Üniversitesi, İzmir, 2001 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

BİLA Cenk, *Bireysel ve Kitle İletişim Aracı Olarak İnternet Ve Toplumsal Etkileri*. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2001 **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**.

BİTEZ Özbek, "Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yalnızlık Düzeyleri Açısından Değerlendirilmesi", Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2017 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÇETİNKAYA Musa, "İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının İncelenmesi", Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Programı, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, 2013 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

DEMİR Ayhan, Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler, Ankara, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 1990 **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

DERİN Sümeyye, Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Ve Öznel İyi Oluş, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Ankara, 2013 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

DİNÇEL Esen, Ergenlik Dönemi Gelişimsel Ödevleri Ve Psikolojik Problemler, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara, 2006, s.45 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

DİNİCOLA D. Michael, *Pathological Internet Use Among College Students: The Prevalence Of Pathological Internet Use And Its Correlates*, Ohio University, 2004 **(Yayımlanmış Doktora Tezi)**.

DURUK Sena, *45 Yaş Üstü Bireylerdeki İnternet Bağımlılığının Beş Faktör Kişilik Özelliklerinden Nörotizm İle Korelasyonun Araştırılması Ve Bazı Sosyo-Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi*, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018, s.56-57 **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**

ERDOĞAN Filiz, İlköğretim 2. Kademe Öğrencilerinde Sosyal Becerilerin Sosyo-Ekonomik Düzey, Cinsiyet Ve Yaş İle İlişkisi, Eğitim Bilimleri, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bilim Dalı, Gazi Üniversitesi, Ankara, 2002 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

EROĞLU Çetin, *Hemşirelerde İnternet Bağımlılığı Ve Zaman Yönetimi İlişkisinin Belirlenmesi*, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa, 2018, s.32 **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**.

ESEN Erol, *Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi*, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Programı, İzmir, 2010, s.23, **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**.

GÜNÜÇ Selim, İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin Geliştirilmesi Ve Bazı Demografik Değişkenler İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van, s.19 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KILIÇ Kızbes Meral, "Okul Öncesi Çocuklarına Uygulanan Sosyal Beceri Eğitiminin Sosyal Beceri Düzeyleri Üzerindeki Etkisini ve Sosyal Beceri Düzeyleri İle Mizaç Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara 2016 **(Yayımlanmış Doktora Tezi)**.

KISA Ökkeş, Ortaokul Öğrencilerinde Yalnızlık Ve Sosyal Beceri Düzeyleri İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Kırklareli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Halk Sağlığı Programı, 2018 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KOÇAK Erhan, Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı Ve Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana Çukurova Üniversitesi, Adana, 2008 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KÖFTECİ Berkay, Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Psikolojik Dayanıklılık ve Ruminasyon Açısından İncelenmesi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Madde Bağımlılığı Anabilim Dalı, İzmir, 2018 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KÖSE Esra, Yurtta Kalan Ve Ailesiyle Birlikte Yaşayan Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü İzmir, 2009 **(Yayımlanmamış Yüksek Tezi)**.

MUTLU Hilal, 18-26 Yaş Arası Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Uyku Bozukluğu, Depresyon Ve Dikkat Eksikliği İle Olan İlişkinin Araştırılması, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**

PAWLAK Craig, *Correlates Of Internet Use And Addiction In Adolescents*, State University of New York, 2002 **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

SEZEN Mehmet Feyzi, Ergenlerde Akran Zorbalığı, İnternet Bağımlılığı ve Duygusal Zeka Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Gaziantep Üniversitesi, 2018 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

YILMAZ Ali, Eşler Arasındaki Uyum Ve Çocuğun Algıladığı Anne-Baba Tutumu İle Çocukların, Ergenlerin, Gençlerin Akademik Başarıları Ve Benlik Algıları Arasındaki İlişkiler, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2000 **(Yayınlanmamış Doktora Tezi)**.

ZORBAZ Osman, *Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımının Sosyal Kaygı Ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi*, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara, 2013 **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**.

## **SEMPOZYUM**

BAYHAN Vehbi, “Lise Öğrencilerinde İnternet Kullanma Alışkanlığı Ve İnternet Bağımlılığı (Malatya Uygulaması)”, XIII. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, 2-4 Şubat 2011, Malatya.

ODABAŞI Hatice ve ÇELİK BERBER Çiğdem “Üniversite Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımlarının Akademik Öz-Yeterlik, Akademik Erteleme Ve Yeme Tutumları İle İlişkisi”, *In: 5th International Computer & Instructional Technologies Symposium*. 22-24 Eylül 2011, Fırat Üniversitesi, Elazığ.

ŞAHİN Figen, “İnternet Ve Çocuk İstismarı”, *Sosyal Pediatri Günleri “Basın Yayında Çocuk Sağlığı Sempozyumu*, Bildiri Özetleri, 2007.[http://www.rtuk.org.tr/sayfalar/IcerikGoster.aspx?icerik\\_id=e564061a-3fa6-479c-9295-9376c25c6a06](http://www.rtuk.org.tr/sayfalar/IcerikGoster.aspx?icerik_id=e564061a-3fa6-479c-9295-9376c25c6a06) (Erişim tarihi: 17.02.2019).

## **İNTERNET KAYNAKLARI**

AKSÜT Mehmet ve BATUR Zekerya, *İnternet Perspektifinde Ergenlerin Sosyalleşme Ve İletişim Kurma Süreci*, <http://ab.org.tr/ab07/bildiri/134.doc>, (Erişim Tarihi: 20.02.2019).

DEMİRUTKU Kadir, “Çocuklar İçin Güvenli İnternet Kullanımı”,  
<http://www.egebireyselgelisim.com/index.php/ergen-cocuk-psikolojisiiergenlik-donemi/cocuk-ergen-psikolojisi-makaleleri/26-cocuklar-icin-guvenliinternet-kullanimi>  
(Erişim tarihi: 18.02.2019).

ELTUGAY Ömer, “İnternet Ve Yabancılaşma”  
<http://inettr.org.tr/inetconf6/tammetin/yabancilasma.html> (Erişim tarihi: 17.02.2019).

GOLDBERG Ivan, “Goldberg’s Message”,  
<http://www.usr.rider.edu/~suler/psycyber/supportqp.html> (Erişim tarihi:18.02.2019).

İnternet World Stats, “Usage and Population Statistics”, <http://www.internetworldstats.com/stats.htm> (Erişim Tarihi: 18.02.2019).

KRAUT Robert and KİESLER Sara, “Why people use the Internet”,  
<http://homenet.andrew.cmu.edu/progress/purpose.html> (Erişim Tarihi: 18.02.2019).

Türkiye İstatistik Kurumu, “Haber Bülteni”, Sayı:15975. 11 Temmuz 2014,  
<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=15975>. (Erişim Tarihi: 20.02. 2019).

Türkiye İstatistik Kurumu, “Haber Bülteni”, 9 Ağustos 2018,  
<http://www.guvenliweb.org.tr/haber-detay/turkiyenin-internet-kullanim-aliskanliklari-tuik-2018> (Erişim Tarihi:20 Şubat 2019).

NAUGHTON John, The Evolution Of The Internet: From Military Experiment To General Purpose Technology. Journal Of Cyber Policy, 10 February 2018,  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/23738871> (Erişim Tarihi: 9 Ocak 2019).

## EKLER

## EK-A KATILIMCILAR İÇİN BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU

Sizi, **İstanbul Gelişim Üniversitesi Etik Kurulu**'ndan 10/05/2019 tarih 2019/12 sayılı ile izin alınan\* ve Büşra Çorak ve Doç. Dr. Canan Tanıdır tarafından yürütülen "8.Sınıf Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yalnızlık Algısı ve Sosyal Becerilerle İlişkisinin İncelenmesi" başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkına sahipsiniz. Bu çalışmaya katılmanız için sizden herhangi bir ücret istenmeyecektir. Çalışmaya katıldığınız için size bir ödeme yapılmayacaktır. Çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır.

\*İstanbul Gelişim Üniversitesi Etik Kurulundan izni alındıktan sonra doldurularak kullanılacaktır.

<b>Araştırmanın Amacı</b>	8.Sınıf Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yalnızlık Algısı ve Sosyal Becerilerle İlişkisinin İncelenmesi	
<b>Araştırmanın Yöntemi</b>	Kesitsel-tanımlayıcı model	
<b>Araştırmanın Öngörülen Süresi (Başlama ve Bitiş Tarihi)</b>	Nisan 2019-Mayıs 2019	
<b>Araştırmaya Katılması Beklenen Katılımcı/Gönüllü Sayısı</b>	300	
<b>Araştırmanın Yapılacağı Yerler</b>	İlköğretim Okulları	
<b>Görüntü ve/veya ses kaydı alınacak mı?</b>	Evet <input type="checkbox"/>	Hayır <input checked="" type="checkbox"/>

Tablo katılımcıların anlayabileceği biçimde, akademik dil kullanılmadan yazılacaktır.

**KATILIMCI BEYANI**

Yukarıda amacı ve içeriği belirtilen bu araştırma ile ilgili bilgiler tarafıma aktarıldı. Bu bilgilerden sonra araştırmaya katılımcı olarak davet edildim. Bu çalışmaya katılmayı kabul ettiğim takdirde gerek araştırma yürütülürken gerekse yayımlandığında kimliğimin gizli tutulacağı konusunda güvence aldım. Bana ait verilerin kullanımına izin veriyorum. Araştırma sonuçlarının eğitim ve bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin dikkatle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Araştırmanın yürütülmesi sırasında herhangi bir sebep göstermeden çekilebilirim. Araştırma için yapılacak harcamalarla ilgili herhangi bir parasal sorumluluk altına girmiyorum. Bana herhangi bir ödeme yapılamayacaktır. Araştırma ile ilgili bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Bu çalışmaya hiçbir baskı altında kalmadan kendi bireysel onayım ile katılıyorum. İmzalı bu form kağıdının bir kopyası bana verilecektir.

**Araştırma yürütücüsü(Tez çalışmalarında Danışman tarafından imzalanacaktır.)**

<b>Adı ve Soyadı</b>	Büşra Çorak	Tarih ve İmza
<b>Adres ve telefonu</b>	0554 731 57 56	

**Katılımcı**

<b>Adı ve Soyadı</b>		Tarih ve İmza
<b>Adres ve telefonu</b>		

**Velayet veya Vesayet Altındaki Katılımcılar için Veli/Vasi**

<b>Adı ve Soyadı</b>		Tarih ve İmza
<b>Adres ve telefonu</b>		

## EK-B KİŞİSEL BİLGİ FORMU

**Değerli Katılımcı,**

Bu çalışma, ergenlerin internet kullanımı ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yapılmaktadır. Sizden her maddeyi dikkatli bir şekilde okuyarak, kendinize uygun bulduğunuz bir seçeneği işaretlemeniz beklenmektedir. Cevaplarınız araştırma amacıyla kullanılacak ve bilgiler saklı tutulacaktır. Yardımcı olduğunuz ve içtenlikle yanıtladığınız için teşekkür ederim.

Büşra ÇORAK  
Gelişim Üniversitesi  
Sosyal Bilimler Fakültesi  
Klinik Psikoloji

**RUMUZ (Kod Adı):**

1. Cinsiyetiniz : ( ) Kız ( ) Erkek

2. Yaşınız:

3. Kaç kardeşiniz?

4. Anne ve babanızın birliktelik durumu:

- ( ) Evli  
( ) Resmi olarak boşandılar  
( ) Boşanmasalar da ayrı yaşıyorlar  
( ) Annem vefat etti  
( ) Babam vefat etti

5. Annenizin eğitim durumu: ( ) Okur Yazar ( ) İlkokul mezunu ( ) Ortaokul mezunu  
( ) Lise mezunu ( ) Üniversite mezunu

6. Babanızın eğitim durumu: ( ) Okur Yazar ( ) İlkokul mezunu ( ) Ortaokul mezunu  
( ) Lise mezunu ( ) Üniversite mezunu

7. Bu dönem derslerdeki başarınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?

- ( ) Başarısız ( ) Vasat ( ) Başarılı

8. Evde kendinize ait bilgisayarınız var mıdır? ( ) Evet ( ) Hayır

9. Evde internet bağlantısı var mıdır? ( ) Evet ( ) Hayır

10. İnterneti ne sıklıkla kullanırsınız?

- ( ) Her gün ( ) 2 günde bir ( ) 3-4 günde bir ( ) Haftada bir

11. Günlük Tahmini İnternet Kullanım Süresi: (bir gün boyunca kaç saatinizi internette harcıyorsunuzdur? .....saat



**12. Eğer internette zaman geçiriyorsanız, internette geçirdiğiniz zamanla ilgili değerlendirmenize aşağıdaki ifadelerden hangisi uymaktadır?**

- İnternette oldukça az zaman geçiriyorum  
 İnternette geçirdiğim zaman kabul edilebilir ölçülerde  
 İnternette oldukça fazla zaman geçiriyorum

**13. İnternete çoğunlukla nereden bağlanırsınız?**

- Ev     Okul     İnternet kafe     Telefon     Diğer

.....

**14. Yakın bir arkadaşınız veya samimi olduğunuz bir arkadaş grubunuz var mıdır?**

- Evet     Hayır

**15. Sosyal açıdan kendinizi nasıl değerlendirirsiniz?**

- Okulda genelde yalnız takılırım.  
 Sadece bir tane samimi arkadaşım var başka kimseyle pek ilişkim yoktur.  
 Sınıfım tarafımdan sevilirim, birçok kişiyle sohbet ederim, ilişki kurarım.  
 Tüm okul beni tanır, sınıfım dışından da birçok arkadaşım vardır, genelde sosyal açıdan popüler biriyimdir.

**16. Şimdiye kadar herhangi bir nedenden dolayı psikolojik destek aldınız mı?**

- Evet     Hayır

## EK-C İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

Elinizde bulunan ölçek ile internet kullanımına yönelik durumunuzu belirlemek amaçlanmaktadır. Aşağıdaki soruları katılım düzeyiniz hangi gruba giriyorsa ona göre işaretleyiniz. Aşağıdaki kutucuklardan sizin için uygun olan bir tanesini işaretleyiniz. Vereceğiniz samimi cevaplar araştırmanın geçerli ve güvenilir olması açısından oldukça önemlidir. Şimdiden yaptığınız katkılar için teşekkür ederiz

MADELER	Hiçbir zaman	Nadiren	Arada sırada	Çoğunlukla	Çok sık	Devamlı
1. Ne sıklıkla planladığınızdan daha fazla süre internette kalıyorsunuz?						
2. Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?						
3. Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?						
4. Ne sıklıkla internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurarsınız?						
5. Ne sıklıkla bir işe başlamadan önce e-postanızı (e-mail) denetlersiniz?						
6. Ne sıklıkla okula devamınız internette dolaylı olarak olumsuz etkilenir?						
7. Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?						
8. Çevrenizdekiler ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın fazlalığından şikayet eder?						
9. Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?						
10. Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?						
11. Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?						
12. Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?						
13. Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıncı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?						
14. Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?						
15. İnternette olmadığınız zamanlarda ne sıklıkla interneti düşünür veya internete girmeyi hayal edersiniz?						
16. Kendinizi ne sıklıkla internetteyken “yalnızca birkaç dakika daha” derken bulursunuz?						

	Hiçbir zaman	Nadiren	Arada sırada	Çoğunlukla	Çok sık	Devamlı
17. Ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın miktarını azaltmaya çalışır ve başarısız olursunuz?						
18. İnternette kaldığınız süreyi ne sıklıkla saklamaya çalışırsınız?						
19. Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?						
20. Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlarsınız?						



### EK-D UCLA Yalnızlık Ölçeği

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler verilmektedir. Sizden istenilen her ifade de tanımlanan duygu ve düşünceyi ne sıklıkta hissettiğinizi ve düşündüğünüzü her biri için tek bir rakamı daire içine alarak belirtmeniz.

<b>Maddeler</b>	<b>Ben bu durumu hiç yaşamadım</b>	<b>Ben bu durumu nadiren yaşıyorum.</b>	<b>Ben bu durumu bazen yaşıyorum.</b>	<b>Ben bu durumu sık yaşıyorum.</b>
1.Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum.	1	2	3	4
2. Arkadaşım yok.	1	2	3	4
3. Başvurabileceğim hiç kimse yok.	1	2	3	4
4. Kendimi tek başınaymışım gibi hissetmiyorum.	1	2	3	4
5.Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum.	1	2	3	4
6. Çevremdeki insanlarla bir ortak yönüm var.	1	2	3	4
7. Artık hiç kimseyle samimi değilim.	1	2	3	4
8.İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşılıyor.	1	2	3	4
9. Dışa dönük bir insanım.	1	2	3	4
10. Kendime yakın hissettiğim insanlar var.	1	2	3	4
11. Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum.	1	2	3	4
12. Sosyal ilişkilerim zayıftır.	1	2	3	4
13. Hiç kimse beni gerçekten iyi tanımıyor.	1	2	3	4
14.Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum.	1	2	3	4
15. İstedğim zaman arkadaş bulabilirim.	1	2	3	4
16. Beni gerçekten anlayan insanlar var.	1	2	3	4
17. Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum.	1	2	3	4
18. Çevremde insanlar var ama benimle değiller.	1	2	3	4
19. Konuşabileceğim insanlar var.	1	2	3	4
20. Derdimi anlatabileceğim insanlar var.	1	2	3	4

## EK-E MATSON ÇOCUKLARDA SOSYAL BECERİLERİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ

Elinizde bulunan ölçek ile sosyal becerilere yönelik durumunuzu belirlemek amaçlanmaktadır. Aşağıdaki soruları katılım düzeyiniz hangi gruba giriyorsa ona göre işaretleyiniz. Bu ifadelerden her birisi için “**Bana hiç uygun değil (1)**”, “**Bana pek uygun değil (2)**”, “**Bana biraz uygun (3)**”, “**Bana oldukça uygun (4)**” ve “**Bana tamamen uygun (5)**” seçeneklerinden birini işaretleyiniz. Vereceğiniz samimi cevaplar araştırmanın geçerli ve güvenilir olması açısından oldukça önemlidir. Şimdiden yaptığınız katkılar için teşekkür ederiz.

MADDELER	Bana hiç uygun değil.	Bana pek uygun değil.	Bana biraz uygun.	Bana oldukça uygun.	Bana tamamen uygun.
1. İnsanları güldürürüm.					
2. İnsanları korkuturum veya kabadayı gibi davranırım.					
3. Kolayca sinirlenirim.					
4. Sık sık yakınırım ya da şikayet ederim.					
5. Başka biri konuşurken konuşurum (konuşmasını keserim.)					
6. Bana ait olmayan eşyaları izinsiz alırım ya da kullanırım.					
7. İnsanlarla konuşurken onların yüzlerine bakarım.					
8. Birçok arkadaşım var.					
9. Öfkelendiğim zaman tokat atarım ya da vururum.					
10. İncinmiş bir arkadaşıma yardım ederim.					
11. Üzgün bir arkadaşımı neşelendiririm.					
12. Diğer çocuklara tehdit eder gibi bakarım.					
13. Bir başkası iyi bir şey yaptığında öfkelenirim veya kıskanırım.					
14. Bir başkası iyi bir şey yaptığında mutlu olurum.					
15. Verdiğim sözleri tutmam.(sözümde durmam.)					
16. İnsanlara hoş göründüklerini söylerim.					
17. İstedğim bir şeyi almak için yalan söylerim.					
18. İnsanları kızdırmak için onlara sataşırım.					
19. İnsanlara yaklaşıp bir sohbet başlatabilirim.					
20. Biri benim için bir şey yaptığında mutlu olurum ve teşekkür ederim.					

21. İnsanlarla konuşmaktan korkarım.					
22. İyi sır saklarım.					
23. Nasıl arkadaş edinileceğini bilirim.					
24. Bile bile diğerlerinin duygularını inciltirim.(Diğerlerini üzmeye çalışırım.)					
25. İnsanlarla dalga geçerim.					
26. Arkadaşlarımı savunurum..					
27. İnsanlarla konuşurken onlara bakarım.					
28. Sahip olduklarımı başkalarıyla paylaşıyorum.					
29. Diğer insanlardan daha iyiymişim gibi davranırım.					
30. Duygularımı belli ederim.					
31. İnsanlar benimle uğraşmadığında bile benimle, uğraştıklarını zannederim.					
32. İnsanları rahatsız edecek sesler çıkartırım (geğirmek, burnumu çekmek gibi).					
33. Çok yüksek sesle konuşurum.					
34. İnsanlara isimleriyle hitap ederim.					
35. İnsanlara yardım teklif ederim.					
36. Başkalarıyla konuşurken sorular sorarım.					
37. Arkadaşlarımı sık sık görürüm.					
38. Yalnız başıma oynarım.					
39. Birini incittiğimde üzülürüm.					
40. Oyunlarda diğer çocuklara katılırım.					
41. Sık sık kavga ederim.					
42. Başkalarını kıskanırım.					
43. Benimle iyi geçinen insanlara iyi davranırım.					
44. Başkalarına hal hatır sorarım.					
45. Başkalarının yanında haddinden fazla kalırım (bu onları sıkar).					
46. Diğer insanların şakalarına ve anlattıkları komik öykülere gülerim.					
47. Birileriyle şakalaşırken onları incitirim.					

## EK-F ETİK KURUL ONAYI



T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
ETİK KURUL BAŞKANLIĞI

## ETİK KURULU KARAR ÖRNEĞİ

TOPLANTI TARİHİ : 10.05.2019  
TOPLANTI SAYISI : 2019-12

**KARAR NO:2019-12-19** : Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Büşra ÇORAK'ın "8. Sınıf Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yalnızlık Algısı ve Sosyal Becerilerle İlişkisinin İncelenmesi" konulu çalışması hakkında yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, Etik Kurulumuzun 15.03.2019 tarih ve 2019-6 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

ASLI GIBİDİR

Prof.Dr Nuri KURMOĞLU  
Rektör Yardımcısı

10 Mayıs 2019

## ÖZGEÇMİŞ

### KİŞİSEL BİLGİLER

Adı- Soyadı: Büşra Çorak

Doğum Yeri ve Tarihi: Lüleburgaz-27/03/1994

### EĞİTİM DURUMU

#### Yüksek Lisans:

2017-2019-Gelişim Üniversitesi, Klinik Psikoloji

#### Üniversite:

2013-2017-Bahçeşehir Üniversitesi, İngilizce Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü(%50), 3,78(GPA)

#### Lise :

2011/2012-Aka Koleji /Tam Burslu

2007-2011-Namık Kemal Anadolu Lisesi

**YABANCI DİL:** İngilizce: İyi , İspanyolca: Başlangıç

### İŞ DENEYİMİ

#### Projeler:

-Güncel Psikoloji 10/01/2015–2017

-PsikoSözlük 14/10/2015- 5/02/2016

#### Stajlar:

-Beylikdüzü Bahçeşehir Okulları, 17/10/2016 – 30/05/2017

-Küçük Şeyler Anaokulu, 24/10/2016 – 17/01/2017

-Innes Institute Vienna, Viyana/Avusturya, 10/06/2016 – 31.09.2016

-Özel Safa Hastanesi/Yenibosna, 08 /02/2016 – 08.06.2016

-Dinamik Terapi ve Aile Merkezi, 12/02/2016 – 21/05/2016

-Asociacion Hispano Turca, Madrid/İspanya, 08/06/2015 – 04/009/2015

-Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı; Yaz Stajı; İstanbul Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi.



**Çalıştığı Kurumlar:**

Beylikdüzü Bahçeşehir Okulları, 14/08/2017- devam etmekte

**KATILDIĞI KONGRE VE ÇALIŞTAYLAR:**

-V.PDR Günleri, küçükçekmece Ram, 25-26 Nisan 2019

-2.Uluslararası Teknoloji Bağımlılığı Kongresi, Ekim 2013

-Beykent Üniversitesi Psikoloji Günleri; 8-9/05/2014.

-Okulda Zorbalık; Prof. Dr. Yankı Yazgan; 10/3/2013.

**ALMIŞ OLDUĞU DİĞER EĞİTİMLER**

-Aile Danışmanlığı Sertifikası, Novarge Eğitim Kuruluşu 450 saat, 03/09/2018-21/12/2018.

-Süresi Sınırlı Dinamik Psikoterapi, Psikoterapi Enstitüsü, 03.04.2017- 17.08.2017

-Çözüm Odaklı Terapi, Bahçeşehir Üniversitesi, 26-27.06.2016

-Kısa ve Çözüm Odaklı Okul Danışmanlığı, Kısa ve Çözüm Odaklı Okul Danışmanlığı, 27.06.2016

-Diksiyon, İSMEK, 23.03.2016-26.06.2016

Psikiyatri ve Psikoloji Bilimleri Enstitüsü

-Goodenough Harris İnsan Çiz Testi

-Bender Gestalt Görsel Motor Algılama Testi

-Luisa Duss Psikanalitik Öykü Tamamlama Testi

-Porteus Labirentleri Zeka Testi

-Catel 2A Zeka Testi

-Metropolitan Okul Olgunluğu Testi

-Resim Analizi

-Amerikan P.H. Hiperaktivite Ölçeği

-Kent E.G.Y. Testi

Kariyer Sokağı'ndan , 21 Şubat 2016 tarihinde;

-Profesyonel İletişim

-İtibar Yönetimi

-Motivasyon Teknikleri

-Mevlana Terapi

-İspanyolca A1 Seviyesi, Vision Lingua, 29 Haziran-29 Temmuz 2015.

-Etkili İletişim ve Beden Dili, Ramp Akademi, 18 Mart 2015.

-Sürekli Eğitim ve Kalite Derneği'nden 26 Aralık 2015:

-Nlp Eğitimi,

-Liderlik ve Motivasyon Eğitimi,

-Koçluk Eğitimi,

-Zaman Yönetimi Eğitimi,

-Profesyonel İletişim ve Diksiyon, EDUCON, 21-22 Aralık 2013

-İletişim Yönetimi, EDUCON, 21-22 Aralık 2013

-Hızlı Okuma Eğitimi, Kasım 2015.



