

T.C
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ERGENLERDE ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE
SOSYAL DIŞLANMA DENEYİMLERİNİN İNTERNET
BAĞIMLILIĞINI YORDAYICILIĞI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ali ÖZTOSUN

İstanbul

Haziran, 2018

T.C
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

**ERGENLERDE ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE SOSYAL
DIŞLANMA DENEYİMLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞINI
YORDAYICILIĞI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ali ÖZTOSUN

Tez Danışmanı :

Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ

İstanbul

Haziran, 2018

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ (Danışman)



Üye Dr. Öğr. Üyesi İbrahim TAŞ




Üye Dr. Öğr. Üyesi Gazanfer ANLI



Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.



Prof. Dr. Ömer ÇAHA
Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Ergenlerde Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimlerinin İnternet Bağımlılığını Yordayıcılığı**” adlı çalışmanın öneri, aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğunu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilerden oluştuğunu beyan ederim.

Ali ÖZTOSUN



TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın ortaya çıkmasına katkı sağlayan ve akademik çalışmalara yeni bakış açısıyla yorumlamayı öğreten saygı değer tez danıŐmanım Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ'a, eski görev yaptığım yatılı kuruluş Ağaçlı Çocuk Destek Merkezi'nde nöbetçi olarak kaldığım gecelerde "Tezimi hazırlıyorum sonra konuşalım" dediğimde bana yaşlarından oldukça olgun kabuller veren ülkemizin çocuklarına; desteklerini esirgemeyen sevgili anneme ve istatistik bilgisinden sonuna kadar yararlandığım, hayatımın tüm parçalarının tek noktada birleŐtiđi sevgili eŐim AyŐe PELİT ÖZTOSUN'a sonsuz teŐekkürler ederim.

Ali ÖZTOSUN
İstanbul / 2018

ÖNSÖZ

Kendini kabul sürecini, başka insanlarla iletişim kurarak arayan insanın artık kendini kabul ettiği ve ettirdiği yeni alanlardan biri internet ortamıdır. İnternet ve internet ortamı, usul usul hayatımızın her alanına girmeyi başarmış; aileler arasında çocuk açısından zeka göstergesi; ergenlikte arkadaş bulmak, e-sınav olmak; yetişkinlikte kira ve diğer giderleri ödemek, alışveriş veriş yapmak, iş bulmak ve nihayet eş bulmak gibi alanlarda kendi yerini almıştır. Bu durum sonunda birtakım sorunları da beraberinde getirmiş, bunlardan bir tanesi de internet bağımlılığıdır. İnternetin insanı yalnızlaştırdığı, yalnız kalan insanın birçok temel becerisini ya ötelediği ya da hiç gerçekleştiremediği araştırmalarda gösterilmiştir. Ergenlerde sosyal dışlanma deneyimlerinin kimlik gelişimini ya da yaşamın devamını olumsuz etkilediği; fakat algılanan sosyal desteğin ise fiziksel ve psikolojik sağlık üzerinde önemli etkiye sahip olduğu kadar önleyici ve koruyucu olduğu dikkat çekicidir.

Ali ÖZTOSUN

İstanbul / 2018

ÖZET

ERGENLERDE ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE SOSYAL DIŞLANMA DENEYİMLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞINI YORDAYICILIĞI

Ali ÖZTOSUN

Yüksek Lisans, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ

Haziran, 2018, xi+ 98 Sayfa

Bu araştırmanın amacı, ergenlerde algılanan sosyal destek ve sosyal dışlanma deneyimlerinin internet bağımlılığını yordayıp yordamadığını incelemektir. Ergenlerde algılanan sosyal destek, sosyal dışlanma deneyimleri ve internet bağımlılığının, cinsiyet, öğrenim düzeyi, kardeş sayısı, ailenin eğitim düzeyi, ailenin ortalama geliri, cep telefonu kullanımı, internet kullanım sıklığı, evdeki bilgisayarın internete bağlı olma durumu, kaç tane sosyal medya programı kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını saptamaktır. Araştırmanın çalışma grubu 450'i erkek ve 317 kadın olmak üzere toplam 767 ortaokul ve lise öğrencisinden oluşmaktadır.

Araştırma verileri algılanan sosyal destek, ergenlerde sosyal dışlanma deneyimleri, internet bağımlılığı ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucunda algılanan sosyal destek ve ergenlerde sosyal dışlanma deneyimlerinin internet bağımlılığını anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir ($p<0,05$).

Araştırmada arkadaştan algılanan sosyal destek ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Sınıflar arasında internet bağımlılığı düzeylerinin anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüş, internet kullanım sıklığı ile internet bağımlılığı ilişkili görülmemiştir. Eğitim düzeyi açısından; internet bağımlılığı ve sosyal dışlanma deneyimlerinin anlamlı düzeyde arttığı, sosyal destek algısının da azaldığı saptanmıştır. Ailenin ortalama geliri ile Algılanan sosyal destek, sosyal dışlanma deneyim ve internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki görülmemiştir.

Anahtar Kelime; *Ergenlik, Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma, İnternet Bağımlılığı*

ABSTRACT

PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND SOCIAL EXCLUSION EXPERIENCES ARE PREDICTIVE OF INTERNET ADDICTION IN ADOLESCENTS

Ali ÖZTOSUN

Master's Thesis, Psychological Counseling and Guidance

Advisor: Dr. Lecturer Besra TAŞ

June, 2018, xi + 98 Pages

The aim of present study was to investigate the effect of perceived social support and social experiences on internet addiction and to see whether these variables are differentiated in terms of participants' ages, sexes, number of sibling, education level of the family, mobile phone usage etc. among a sample of secondary and high school students.

Personal information form, perceived social support scale, experiences of social exclusion in adolescents scale and internet addiction scale were used at the research. seven hundred and sixty seven student candidates (450 male and 317 female) were participated.

The results showed the internet addiction was predicted by perceived social support and social exclusion experiences ($p < 0,05$). Some significant differences were also abstained with respect to socio-demographic (genders and perceived social support; educational level and internet addiction) variables. On the other hand in terms of education level; experience of internet addiction and social exclusion have increased significantly, it was determined that the reduced perceived social support. There was no significant relationship between the average income of the family and perceived social support, social exclusion experience and internet addiction. The results were discussed under the light of relevant literature. Lastly, suggestions mainly related college student counseling were presented.

Key Words; *Adolescence, Perceived Social Support, Social Exclusion, Internet Addiction*

İÇİNDEKİLER

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	i
TEŞEKKÜR	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLO LİSTESİ	ix
KISALTMALAR LİSTESİ	xi
BİRİNCİ BÖLÜM	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem	2
1.1.1. Alt Problemler	3
1.2. Araştırmanın Önemi.....	4
1.3. Varsayımlar	6
1.4. Çalışma Grubu	6
1.5. Sınırlılıklar	6
1.6. Tanımlar	7
1.6.1. Ergenlik	7
1.6.2. Algılanan Sosyal Destek	7
1.6.3. Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri	7
1.6.4. İnternet Bağımlılığı	8
İKİNCİ BÖLÜM	9
ALANYAZIN	9
2.1. ERGENLİK.....	9
2.1.1. Ergenlikte Gelişim Görevleri	11
2.1.1.1 Bedensel Gelişim	11
2.1.1.2 Bilişsel Gelişim	12
2.1.1.3 Kohlberg'in Ahlak Gelişimi.....	13
2.2. SOSYAL DESTEK	14
2.2.1. Algılanan Sosyal Destek	16
2.2.2. Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar	18
2.2.3. Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar	25

2.3. ERGENLERDE SOSYAL DIŞLANMA DENEYİMLERİ.....	26
2.3.1. Sosyal Dışlanma Deneyimleri İle İlgili Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar..	28
2.3.2. Sosyal Dışlanma Deneyimleri İle İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar	30
2.4. İNTERNET	30
2.4.1. İnternet Bağımlılığı	33
2.4.1.1. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri.....	37
2.4.1.1.1. Young’ın İnternet Bağımlılığı Modeli	38
2.4.1.1.2. Mark D. Griffiths’in İnternet Bağımlılığı Modeli.....	39
2.4.1.1.3. Goldberg’ in İnternet Bağımlılığı Teorisi	39
2.4.1.1.4. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM 5)	41
2.4.1.1.5. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar	42
2.4.1.1.6. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar ..	44
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	46
YÖNTEM.....	46
3.1. Araştırma Modeli	46
3.2. Araştırma Grubu.....	46
3.3. Veri Toplama Araçları	46
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	46
3.3.2. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ-R).....	47
3.3.2.1. ASDÖ Geçerlik	47
3.3.2.2. ASDÖ Güvenirlik	48
3.3.3. Ergenler İçin Sosyal Dışlanma Deneyimleri (Ostrasizm) Ölçeği	48
3.3.4. Ostrasizm Geçerlik.....	49
3.3.5. Ostrasizm Güvenirlik	49
3.3.6. İnternet Bağımlılığı Ölçeği	50
3.3.6.1. İBÖ Geçerlik	50
3.3.6.2. İBÖ Güvenirlik	51
3.7. Verilerin Toplanması	51
3.8. Verilerin analizi.....	51
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	53
BULGULAR VE YORUMLAR	53
BEŞİNCİ BÖLÜM	71
TARTIŞMA VE SONUÇ.....	71

ALTINCI BÖLÜM	75
ÖNERİLER	75
KAYNAKÇA	76
EKLER.....	91
EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU	91
EK-2 ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ (ASDÖ-R)	92
EK-3 ERGENLER İÇİN SOSYAL DIŞLANMA DENEYİMLERİ ÖLÇEĞİ	95
EK-4 İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ.....	96
ÖZGEÇMİŞ.....	98



TABLO LİSTESİ

Tablo 4.1. Öğrencilerin Bazı Sosyo-Demografik Özelliklerin Sayı - Yüzde Dağılımı Tablosu.....	53
Tablo 4.2. Öğrenci Ebeveynlerinin Öğrenim Durumlarının Sayı – Yüzde Dağılımı Tablosu.....	54
Tablo 4.3. Öğrencilerin Cep Telefonu Kullanımı İle İlgili Bazı Özelliklerinin Sayı – Yüzde Dağılımı Tablosu	55
Tablo 4.4. Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle İlgili Bazı Özelliklerinin Sayı- Yüzde Dağılımı Tablosu.....	56
Tablo 4.5. İnternet Bağımlılığı, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve Algılanan Sosyal Destek Arasında Pearson Korelasyon Analizi Tablosu	57
Tablo 4.6. Algılanan Sosyal Destek ile İnternet Bağımlılığı'nın Regresyon Analizi Tablosu.....	57
Tablo 4.7. Sosyal Dışlanma Deneyimleri ile İnternet Bağımlılığının Regresyon Analizi Tablosu	58
Tablo 4. 8. Cinsiyet'e göre İnternet Bağımlılığı, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve Algılanan Sosyal Destek T Testi Tablosu.....	58
Tablo 4.9. Öğrenim Düzeyi'ne göre İnternet Bağımlılığı Anova Analizi Tablosu.....	60
Tablo 4.10. Öğrenim Durumu'na göre Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri Anova Analizi Tablosu	60
Tablo 4.11. Kaç Kardeş Olma Durumu'na Göre İnternet Bağımlılığı, Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimleri Anova Analiz Tablosu	61
Tablo 4.12. Anne Eğitim Düzeyi'ne göre İnternet Bağımlılığı, Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimleri Anova Analizi Tablosu	62
Tablo 4.13. Baba Eğitim Düzeyine Göre İnternet Bağımlılığı, Algılanan. Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimlerinin Anova Analizi Tablosu	63
Tablo 4.14. Ailenin Ortalama Geliri'ne Göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı Düzeyi Anova Analizi Tablosu	64
Tablo 4.15. Cep Telefonu Kullanımı'na göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı T Testi Analizi Tablosu.....	65
Tablo 4.16. Kaç Tane Sosyal Medya Programı kullandığına göre Pearson Korelasyon Analizi Tablosu	66

Tablo 4.17. İnternet Günlük Kullanım Sıklığına göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı Pearson Korelasyon Analizi Tablosu.....	66
Tablo 4.18. Evde İnternet Olma durumuna göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı T Testi Analizi Tablosu.....	67
Tablo 4.19. Sosyal Medya Programı Sayısı'na göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı Pearson Korelasyon Analizi Tablosu.....	67
Tablo 4.20. Bazı Değişkenlere Göre Pearson Korelasyon Analizi Tablosu	69



KISALTMALAR LİSTESİ

ASDÖ	:	Algılanan Sosyal Destek Ölçeği
İBÖ	:	İnternet Bağımlılığı Ölçeği
TUİK	:	Türkiye İstatistik Kurumu
SPSS	:	Sosyal Bilimler İçin İstatistiksel Program Paketi (Statistical Package for the Social Sciences)
DSM	:	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder
Diğ.	:	Diğerleri
AKT.	:	Aktaran

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Günümüzde eğitim, iş, alışveriş, sosyalleşme amaçlı internet kullanımı olduğu kadar; hareketli çocuğu oyalamak için ellerine telefon, tablet ve bilgisayarın verilmesi dahil internet kullanımının hayatımıza birçok kolaylık getirdiği gerçektir. Bilgisayar, tablet veya cep telefonu başında geçirilen süre artmıştır. İnternet kullanımı kontrol edilemez duygu, düşünce ve davranış haline dönüştüğünde ise bağımlılık gibi bir kavram ortaya çıkmıştır. Özellikle gelişmekte olan bireyler; öz saygı oluşturma, ilişki kurma isteği, kimlik bunalımı ya da kimlik kazanımı, sosyalleşme, stresle baş etme, psikolojik sıkıntılarla baş etme gibi temel ihtiyaçlarını giderememeye başlamakta ve bunu sürdürdüğünde ise işin içinden çıkamaz hale gelmektedir.

Birey, gençlik döneminde yaşayabileceği sorunlardan kurtulabilmek veya onları unutmak için kaçabileceği bir ortama ihtiyaç duymaktadır (Ögel, 2017). Birçok bağımlılık türü gibi internet bağımlılığı da ergenlerin kaçabileceği bu ortamda ergenlerin arkadaşları ile birlikte yer almaktadır. Ergenlik döneminde arkadaşlık ilişkileri önem kazansa da ergenin bireysel ve toplumsal ihtiyaçlarını karşıladığı yer aile (Yavuzer, 2017); kişisel problemleri çözme yeri ise arkadaş ortamıdır (Demir ve diğ., 2005). Ayrıca ergenlik dönemi çocukların alkol, sigara, uyuşturucu ya da uyarıcı maddelerle tanıştığı dönemdir (Kulaksızoğlu, 2002). Usanmaz (1993), Amatem alkol bağımlılığı kliniğindeki 93 kişinin katılımıyla yaptığı araştırmasında; katılımcıların %85'inin alkollü içkiye arkadaşlarıyla ilk defa başladığını göstermiştir.

Gündelik hayatın bir parçası olan internet her alanda yoğun biçimde kullanılması ile birlikte birçok alanda hız ve iletişim kolaylığı sağlamaktadır (Arısoy, 2009). Bu durumun bireylerarası ilişkilerin gelenekselden daha farklı bir yapı sergilediğini göstermektedir. Birebir iletişim kuramayan gençler sanal ortamda iletişim yenilemeyi tercih etmektedir. Dolayısıyla günlük yaşamın gerektirdiği etkinlikleri gerçekleştiremedikleri veya erteledikleri söylenebilir (Aslan ve Arslan Cansever, 2012). Bu durum, ergenleri internet bağımlılığı açısından risk grubu haline getirmektedir (Esen ve Siyez, 2011). Ergenlerin “can sıkıntısı” olgusu da bağımlılığa giden yolda etkilidir (Ögel, 2017).

İnternet ortamında problem ve tehlikenin nedeni, istenmeyen ve zararlı olarak kabul edilen içerikler teşkil etmesidir. Özellikle bu içerikte çocuk ve ergenlerin fiziksel ve ruh sağlığına zararlı maddeler başta olmak üzere, her türlü bahis oyunu, kumar gibi kötü alışkanlıklar kazanmalarına; diğer yandan pornografi, uyuşturucu, terör gibi tehlikelerle karşı karşıya kalmalarına sebep olabilmektedir. İnternetin getirdiği olumsuzluklardan bir diğerinin ise bilinçsiz ve ölçsüz kullanımdan kaynaklanan bir durum olarak internet bağımlılığı olduğu söylenebilir (Ögel, 2017).

Sonuç olarak bireyler için internet ortamı; televizyon seyrettiği, müzik dinlediği, arkadaşları ve başka insanlarla iletişime girebildiği yani kendisini ifade edebildiği bir mekan haline gelmiş. Facebook'u en çok kullanan 4. ülke olmamızdan dolayı Facebook Teknoloji Başkanı'nın Türkiye hakkındaki yorumu bu durumu özetler niteliktedir; "Oldukça sosyal bir ülke olmanız çok ilgi çekici bir durum." (Ögel, 2017).

1.1. Problem

İnsan yaşamının topluluklar halinde devam etmeye başladığı günden bu yana, insanların birbirlerini etkileme istek ve çabaları özellikle sosyal bilimlerin en temel ilgi alanı olmuştur.

İnsanlar; günlük yaşantılarının her anında radyo, televizyon, gazete, internet ve dergi gibi birçok basın aracından etkilenmekte; aile, iş, arkadaş ve okul çevresi gibi diğer kaynakların etkilemeye çalıştığı hedefler konumundadırlar. Bu durum insanların birbirini etkileme, fikir, duygu ve davranışlarını diğerlerine benimsetme isteklerinin her zaman gözlemlenmesine yol açmıştır.

Ergenlik dönemindeki bireyler de döneminin gelişimsel ihtiyaçlarını tamamlamaya çabalamaktadır. Bu ihtiyaçlardan; aile yanında tamamlayamadıklarını, yeni kurduğu sosyal çevresinde gidermek için çaba sarf etmektedirler. Bu süreçte bireylerin yalnızlık, sosyal bağıllık ve bağımlılık gibi durumlarını açıklamada sosyal destek kavramı önem kazanmaktadır.

Yıldırım, bireylerin yaşadığı birçok sorunun temelinde sosyal destek eksikliğinin bulunduğunu ve bireylerin zorlanmalı durumlarla başa çıkabilmesinde

sosyal desteğinin önemli bir kaynak olduğunu ortaya koymuştur (Yıldırım, 1997). Ayrıca sosyal destek düzeyi düşük bireylerin ruh sağlıklarının daha çabuk bozulduğunu, sosyal destek düzeyi düşük algılayan bireylerin arayış içerisinde olduklarını belirtmiştir.

Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinden internet kullanımı ile sosyal destek sistemi arasındaki ilişkinin incelenmesi çalışmasına göre, sosyal desteği az olan öğrencilerin internet kullanımı da artmaktadır (Ersun ve diğ., 2012). Bu çalışmada da algılanan sosyal desteğin ve sosyal dışlanma deneyimlerinin internet bağımlılığını yordayıp yordamadığı merak konusudur.

Bu nedenle bu çalışmada, ergenlerin algıladıkları sosyal destek ve sosyal dışlanma deneyimleri düzeylerinin internet bağımlılığını; cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, öğrenim düzeyleri, ebeveynlerin eğitim düzeyleri açısından yordayıp yordamadığını incelemeyi amaçlarken aşağıdaki sorulara cevap arayacaktır.

1.1.1. Alt Problemler

1. Ergenlerin; Algılanan Sosyal Destek (Alt Boyutlar: Aile-Arkadaş-Öğretmen) ve Sosyal Dışlanma Deneyimleri, İnternet Bağımlılığı ile arasında ilişki var mıdır?
2. Ergenlerin; Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimleri, İnternet Bağımlılığını yordamakta mıdır?
3. Ergenlerin; Cinsiyetlere göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?
4. Ergenlerin; Cinsiyetlere göre Algılanan Sosyal Destek alt boyutları olan Aile-Arkadaş-Öğretmen Desteği puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?
5. Ergenlerin; Öğrenim düzeyi ile Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?
6. Ergenlerin; Kardeş sayısına göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?

7. Ergenlerin; Ailenin eğitim düzeyine göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?
8. Ergenlerin; Kaç Kardeş olma durumuna göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?
9. Ergenlerin; Aile ortalama gelirine göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?
10. Ergenlerin; Cep telefonu kullanımına göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?
11. Ergenlerin; Yaş durumuna göre Algılanan Sosyal Destek alt boyutları olan Aile-Arkadaş-Öğretmen Desteği ile arasında ilişki var mıdır?
12. Ergenlerin; Kaç tane sosyal medya programı kullanma durumu Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı ile arasında ilişki var mıdır?
13. Ergenlerin; Kaç tane sosyal medya programı kullanma durumu Yaş ile arasında ilişki var mıdır?
14. Ergenlerin; İnternet kullanım sıklığına göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı düzeyi arasında ilişki var mıdır?
15. Ergenlerin; Evdeki bilgisayarın internete bağlı olma durumuna göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı puan ortalamaları farklılaşmakta mıdır?
16. Ergenlerin; Cep Telefonu Fiyatı ile İnternet Kullanım Sıklığı ilişkili midir?

1.2. Araştırmanın Önemi

Ankara ve İstanbul illerindeki üniversite öğrencileri arasında internetin kullanım amacı ve internet bağımlılığının yaygınlık oranı konusunda yapılan çalışmada; internet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, psikolojik belirtiler ve sosyal destek arasındaki ilişkileri araştırılmıştır. İnternet bağımlılığı ile Cinsiyet ve Sosyo-

Ekonomik Düzey gibi demografik değişkenler arasındaki ilişki sonuçları bakımından önemlidir.

Araştırmaya katılanların %18.89'unun internet bağımlısı olarak tanımlanabileceği ve erkeklerin internet bağımlılığı puanlarının kadınlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, üst sosyo-ekonomik düzeyde yer alan öğrencilerin orta ve alt sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek internet bağımlılığı puanlarına sahip olmaları dikkat çekicidir (Batıgün ve Kılıç, 2011).

İnternet bağımlılığını yordayıcı psiko-sosyal değişkenler olarak yalnızlık, algılanan sosyal destek, yaşam doyumu, karşı cinsle romantik ilişki durumu, akademik başarı ve cinsiyet değişkenlerinin incelendiği çalışmadan elde edilen bulgular incelendiğinde, ergenlerde internet bağımlılığı ile yalnızlık arasında pozitif yönde; internet bağımlılığı ile aileden algılanan sosyal destek arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırmanın cinsiyet, akademik başarı, yalnızlık ve aileden algılanan sosyal destek değişkenlerinin ergenlerde internet bağımlılığını yordadığı görülmüştür. Bir diğer çalışma da sosyal desteği az olan öğrencilerin internet kullanımında artış olduğu (Ersun ve diğ., 2012).

Literatür (Batıgün ve Kılıç, 2011; Ersun ve ark. 2012; Esen ve Siyez, 2011; Oktan, 2015; Tanrıverdi, 2012) incelendiğinde algılanan sosyal destek ve internet bağımlılığı üzerine ayrı ayrı araştırmalar yapılmış; ergenlerde algılanan sosyal destek ve sosyal dışlanma deneyimlerinin internet bağımlılığını yordamasına ilişkin bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Ergenlik dönemi; çocukluk döneminde sıkı olan aile bağlarının görece daha zayıfladığı, yaşamsal varoluşlarının aile dışına çıktığı ve aile dışındaki kişilerde kabul görme/edilme ihtiyacının ortaya çıktığı bir geçiş dönemi olarak tanımlanabilir. Bireyler bu dönemde fiziksel ve biyolojik olarak gelişmenin yanında çevresinden de sürekli destek görmek istemektedirler. Bu desteği sağlayabileceği çevre algılanan sosyal destek ölçeği kapsamında aile, arkadaşlar ve öğretmen çevresi olarak sınıflandırmıştır (Yıldırım, 1997).

Yapılan bu çalışma ergenlerin algılanan sosyal destek ve sosyal dışlanma deneyimlerinin internet bağımlılığını yordayıp yordamadığını incelemekte ve alan yazına ek olarak internet bağımlılığı hakkında ilgili kişilere (aile, arkadaş, öğretmen vs.) farkındalık katmayı hedeflemektedir.

1.3.Varsayımlar

- 1) Örneklem evreni temsil etmektedir.
- 2) Araştırmada kullanılan ölçme araçları, konuları ölçtükleri özellikler bakımından geçerli ve güvenilirlerdir.
- 3) Araştırmanın örneklemini oluşturan ortaokul ve lise öğrencileri test maddelerini okuyup anlamış, kişisel bilgi formunu içten ve bağımsız olarak yanıtlamışlardır.

1.4. Çalışma Grubu

Çalışmanın araştırma grubu: 2016-2017 öğretim yılı İstanbul ili avrupa yakası Sultangazi ilçesinde bir ortaokul ve bir lise, Eyüpsultan ilçesinde bir ortaokul ve bir lise'ye devam eden 767 öğrenciden oluşmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

1. Bu araştırma sonucunda elde edilen bulgulara ilişkin yapılan genellemeler aşağıda belirtilen sınırlılıklar çerçevesinde geçerlidir.
2. Araştırmaya katılan öğrencilerin algıladıkları sosyal destek, sosyal dışlanma deneyimleri ve internet bağımlılığı davranışları kullanılan ölçek sorularıyla,
3. Örneklemdeki öğrencilerin, veri toplama araçlarına verdikleri yanıtlarla,
4. Araştırma sonuçları, çalışmada kullanılan SPSS (18.0) programı ile yapılan istatistiksel teknikler ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

1.6.1. Ergenlik

Karabekiroğlu ergenliği; ne çocukluk ne de erişkinlik dönemi; diğer yandan hem çocukluk hem erişkinlik dönemi olarak tanımlamaktadır. Ergenlik bir “değişim, dönüşüm ve başkalaşım” ile gerçekleşen dinamik bir geçiş dönemidir (Karabekiroğlu, 2014). Temel olarak pekçok becerinin kazanıldığı bir değişim ve fırsatlar dönemi olarak görölmektedir. Süreçteki riskler ise bu değişimin yeterince gerçekleşmemesi ya da gelişim sürecinin yapıcı olmayan yollara sapmasıdır (Karabekiroğlu, 2014).

1.6.2. Algılanan Sosyal Destek

Algılanan sosyal destek, bireyin çevresinden elde ettiği sosyal ve psikolojik destek olarak tanımlanabilir. Bireylerin sosyal destek kaynakları ise temel mikro – makro düzeyde aileleri, arkadaşları, komşuları, öğretmenleri ve çevrelerinde yer alan ideolojik, dinsel ve etnik gruplar ile içinde yaşadığı toplum oluşturmaktadır (Yıldırım, 1997). Öğrencilerin ise en önemli sosyal destek kaynakları ailesi, arkadaşları ve öğretmenleri olarak sıralanabilir (Yıldırım, 1997).

1.6.3. Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri

Sosyal varlık olan insan hem fiziksel hem de psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak için sosyal ilişkilere ihtiyaç duyar. Doğası gereği birey kabul edilme ve ait olmaya karşı güçlü bir istek duyar. Bu ihtiyacı karşılanmadığında ise izolasyon ve yalnızlık yaşayabilir. Sosyal dışlanma kişinin başkaları tarafından önemsenmeme, göz ardı edilme; ya da bir grup tarafından dışlanma alay edilme, işyerinde dışlanma, sosyal durumlarda görmezden gelinme, reddedilme olarak tanımlanır. Ergenlerin sosyal dışlanması birçok uyumsuz davranışa ve psikolojik soruna neden olabileceği araştırmalarda görölmüştür. Bu sorunlar ise yalnızlık, yetersizlik, saldırganlık, duygu düzenlemede zayıflık olarak görülebilir (Akın, 2015).

1.6.4. İnternet Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı; kişilerin işi kalmadığında internette kalmaya devam etmesi, internet kullanmadığı durumlarda kişinin aklını çok fazla meşgul etmesi, agresiflik ve huzursuzluk yaşantısı hali, interneti aşırı kullanma isteği, internete geçirilen zamanın daha önemli hale gelmesi; kişinin aile, sosyal çevre, eğitim veya iş hayatı gibi alanlarda problem yaşamamak için tekrar interneti kullanması şeklinde tanımlanabilir (Arısoy, 2009).



İKİNCİ BÖLÜM

ALANYAZIN

2.1. ERGENLİK

Ergen sözcüğü, batı literatüründe “adolescent”in karşılığı olarak kullanılmıştır. Latince büyüme, olgunlaşmak anlamında kullanılan “adoescere” fiilinin kökünden gelmekte olan bu sözcük, yapısı gereği bir durumu değil süreci ifade etmektedir. Günümüzde ise bireyde gözlenebilen hızlı ve sürekli bir gelişme evresi olarak da tanımlanabilmektedir (Yavuzer, 2017). Modern ergenlik psikolojisinin babası diye atfedilen G. Stanley Hall ergenliği “fırtına ve stres zamanı” olarak betimlemiştir (Hall, 1904; akt: Gander ve Gardiner, 2007).

Hall; ergenlik tanımlamalarında Darwin’den etkilenmiş, görüşlerini ergen gelişimi çalışmalarına uygulayarak, gelişimin temel olarak biyolojik faktörler tarafından kontrol edildiğini ileri sürmüştür. Ergenliğin çatışma ve duygudurum dalgalanmaları ile doldurulduğu çalkantılı bir zaman olduğunu ileri sürmüştür (Santrock, 2014). Blos için ergenlik; psikoseksüel gelişiminin dört evresinin sonucudur (Blos, 1962; akt: Gander ve Gardiner, 2007).

Schulz’e göre ergenlik; genç yetişkine, değişik yetişkinlik rollerini vatandaşlık sorumluluğunun sonuçlarına katlanmak zorunda kalmadan denemesine izin verildiğinde yaşanan normatif bulanım olarak tanımlanmaktadır (Schulz, 1932; akt: Gander ve Gardiner, 2007).

Temel olarak pek çok becerinin kazanıldığı bir değişim ve fırsatlar dönemi olarak görülmekte; süreçteki riskler ise bu değişimin yeterince gerçekleşmemesi ya da gelişim sürecinin yapıcı olmayan yollara sapması ergenlikteki riskler olarak tanımlanmaktadır (Karabekiroğlu, 2014).

Ergenler, kişilik gelişimi ve sosyalleşme sürecinde olumsuz çevre koşullarının yarattığı engellerle karşılaştıklarında, gerekli sosyal desteği alamazlarsa, yetişkin yaşamı için gerekli yetenekleri geliştirememektedirler. Stresle başa çıkma gibi durumlarda yetersiz kalıp, özgüven duygusu geliştirememekte ve kaygı yaşantıları içerisine girmektedirler (Geçtan, 2006).

Ayrıca sosyal destek, sosyal ilişki yoluyla sağlandığından bireyin insanlarla ilişki kurma ve bu ilişkileri sürdürme konusunda yeterli olmasını gerektirmektedir (Savcı, 2006). Dolayısıyla sosyal ilişkileri sürdürme konusunda problem yaşayan öfkeli bireylerin, sosyal destekten yoksun kalacakları ve yoksun olduklarında şiddete yönelebilecekleri düşünülmektedir. Diğer yandan akran kabulü ile akranları tarafından dışlanma yalnızlık konusu yalnızlık duygusuyla yakından ilişkili görülmüştür (Mouratidis ve Sideridis, 2009).

Ergenlik, sadece fiziksel olgunluğu değil, olgunluğun tüm yüzlerini içeren bir yaşam dilimi olarak tanımlanmış; ergenlik dönemi ise; biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişime ve olgunlaşmanın yer aldığı çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi olarak tanımlanmıştır (Yavuzer, 2017).

Ergenlik, yaş sınırları ile ilgili ortalama olarak kızların erkeklere oranla iki yıl kadar önce olgunlaşmaları nedeniyle, gençlik dönemindeki yaş sınırlarında, cinsler arasında belirgin bir farklılık görüldüğü söylenebilir. UNESCO, ergenlik dönemini 15-25 (Yavuzer, 2017); Karabekiroğlu (2014) ise ergenlik dönemini geniş anlamda 8-23 yaş dilimleri arasında göstermektedir. Bu dönem ülkemizde, kızlarda ortalama olarak 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başlamaktadır (Yavuzer, 2017).

Ergenliğin yaş başlangıç ve bitiş sınırı; aileden, bölgeden, ırklardan, zamana hatta beslenme türüne göre kadar farklılık ve değişiklik gösterir. Fiziksel, sosyal ve kültürel bağlamda değişimden en fazla bu dönemde etkilenilmektedir. Ergenlik 12 ile 23 yaş yaşları arasında gencin erişkin biri olmasına kadar geçen süreyi kapsadığı söylenebilir. Ergenlik; çocukluk ile yetişkinlik arasında yer alan gelişim dönemlerine bağlı olarak kendine özgü sorunları ve özellikleri olan, bir geçiş dönemi olarak tanımlanabilir (Karabekiroğlu, 2014; Yavuzer, 2017).

Ergenin içerisinde yer aldığı diğer bir sosyal çevre de okuldur. Okul ortamındaki en büyük sosyal destek kaynaklarından birisi de öğretmenlerdir.

Çocuğun öğretmenleri ile arasının iyi olması alan yazında (Elbir, 2000; Gençdoğan, 2003; Yıldırım, 2000; Yıldırım ve Ergene, 2003;) birçok sorunu çözebildiğini göstermektedir. Alan yazındaki bazı çalışmalar (Budak, 1999; Çeçen, 2008; Köseoğlu ve Erçevik, 2015; Yıldırım ve Ergene, 2003) bu savın tersini de gösterebilmektedir.

Ergenlik, bireyin doğduğu toplumu tanması, toplumun bir üyesi olması, belirli bir süreç içinde gerçekleşmesi olarak tanımlanmaktadır. Bireyin içinde bulunduğu topluma ait kuralları, alışkanlıkları, değerleri ve inançları kapsayan bir süreçten geçtiği söylenmektedir (Bayraktutan, 2005).

2.1.1. Ergenlikte Gelişim Görevleri

Ergenlik; bedensel, bilişsel, toplumsal olgunlaşma dönemidir. Havighurst (1972) ergenliğin gelişim görevlerini liste haline getirmiştir, bunlar;

- 1) Bedensel özelliklerini kabul etmek ve bedeninin etkili biçimde kullanmak
- 2) Eril ya da dişil bir toplumsal rolü gerçekleştirmek
- 3) Her iki cinsten yaşlılarıyla yeni ve daha olgun ilişkiler kurmak
- 4) Ana babadan ve diğer yetişkinlerden duygusal bağımsızlığı gerçekleştirmek
- 5) Ekonomik bir mesleğe hazırlanmak
- 6) Evliliğe ve aile yaşamına hazırlanmak
- 7) Toplumsal bakımdan sorumlu bir davranış istemek ve gerçekleştirmek
- 8) Davranışın rehberi olarak bir dizi değer ve bir ahlaki sistem kazanmak ve bir ideoloji geliştirmek (Akt; Gander ve Gardiner, 2007).

2.1.1.1 Bedensel Gelişim

Tanner (1970)'a göre ortalama 10-12 yaş arasında ortaya çıkan ilk büyüme; çocukluk döneminde ortalama olarak erkek çocuklardan daha kısa olan kız çocuklarının büyüme atılımına ilk önce başladığını göstermiştir. Bu süreçte kız çocuklar yılda 5-10 cm maksimum boya 16-17 yaş dolaylarına kadar ulaşır. Gelişimsel olarak kızların 2 yıl gerisinde olan erkek çocuklar 10-16 yaşlar arasında her yıl 7,5-12 cm büyürler maksimum boya 18-20 yaşlarında ulaşırlar. Ağırlık boyla birlikte artmaktadır (Akt: Gander ve Gardiner, 2007).

Beden İmgesi; olumlu beden imgesine sahip bir ergen olumlu benlik-kavramı gelişmesi daha uygundur. Bu süreçte, en önemli etken yaşlılarına göre daha erken ya da geç olgunlaşmış olmasıdır.

Cinsel Gelişim; ergen boy ve kilo kazanırken, cinsel olgunlaşma da kazanır. Birincil ve ikincil cinsiyet özellikleri erkeklerde kızlara oranla yaklaşık 2 yıl daha uzun sürer. Ergenler bedensel görünümüyle ve başkaları üzerindeki etkileriyle gittikçe artan biçimde ilgilenirler. Ergenlikte ortaya çıkan bütün biyokimyasal değişimlerin en önemli etkilerinden biri cinsel dürtülerindeki ve duygularındaki artıştır (Gander ve Gardiner, 2007).

Mckinney ve diğ. (1977); cinsellik; bir kültürün ahlaki ve dinsel inançlarıyla, hukuk sistemiyle, çocuk yetiştirme uygulamalarıyla, aynı zamanda insanların başka biri ve kendi kendileri karşısında aldıkları tutumla çok yakından ilişkilidir. Cinsel gelişim Havighurst'un 3 gelişim görevini içermektedir; her iki cinsten yaşlılarıyla yeni ve daha olgun ilişkiler kurmak, ana babadan ve diğer yetişkinlerden, duygusal bağımsızlığı gerçekleştirmek, evliliğe hazırlamak (Akt.; Gander ve Gardiner, 2007).

Ergenler, cinsellik hakkındaki bilgilerini yaşlılarından (%37,8), yayınlardan (%20,9), okuldan (%19,5), anneden (%13,4), babadan (%2,1), kişisel deneyimden (%5), din adamlarından ve doktorlardan (%1,3) elde ettiklerini söylemektedir. (Gander ve Gardiner, 2007). Erkek ergenlerin yalnızca %28'i ve kız ergenlerin %44 tutumlarının ana babalarının tutumlarıyla aynı olduğuna inanmaktadır (Gander ve Gardiner, 2007).

2.1.1.2 Bilişsel Gelişim

Bedensel ve cinsel değişimlerle birlikte ergenler zihinsel yeteneklerinde de değişimler yaşarlar. Bilişsel gelişim; ergenler yalnız kendilerini, ailelerini, yaşlılarını, arkadaşlarını ve öğretmenlerini değil, dünyalarını görme biçimi üzerinde uzun süreli etki taşır. Ergenlerin düşünceleri değişir, idealizm kazanır ve cinsellik, ahlak, din gibi konularla ilgili gerçekleşen kendilerine ait bir değerler takımı edinirler (Gander ve Gardiner, 2007).

- ***Piaget Bilişsel Gelişim Kuramı***: Bireyler aktif olarak kendi dünya anlayışlarını yapılandırmaya çalışırken gelişimin dört döneminden geçtiklerini belirtmektedir. Dünyanın bilişsel yapılandırılmasının temelini oluşturan iki süreç vardır: Organizasyon ve Uyum. Ergenler, dünyayı anlamak için kendi deneyimlerini organize etmektedirler. Gözlem ve deneyimlerini organize etmelerinin yanı sıra

çevrenin yeni taleplerine de uyum sağlarlar. Piaget'e göre bir dönemdeki biliş, bir diğer dönemdeki bilişle karşılaştırıldığında niteliksel olarak farklıdır (Santrock, 2014).

- Duyusal-motor dönem: 0-2 yaş
- İşlem öncesi dönem : 2-6 yaş
- Somut işlemler dönemi : 6-11 yaş
- Soyut işlemler dönemi : 11 ve üzeri

Soyut işlemler dönemi: 11-15 yaş arasında ortaya çıkar ve yetişkinlik boyunca devam eder. Soyut ve mantıksal kavramlar düşünölmeye başlanır (Santrock, 2014).

Ergenlik döneminde bireylerin soyut işlem dönemine geçmesi beklenmektedir; fakat her birey bu evreye geçemeyebilir. Piaget (1969)'e göre soyut işlem dönemi, somut olandan, burada olmayana ve geleceğe yönelik ilgi doğrultusunda kurtulmak; büyük düşüncelerin ve kuramların başlamasının çağı, aynı zamanda şimdiki gerçekliğe uyum sağlama zamanıdır (Akt; Gander ve Gardiner, 2007).

- ***Vygotsky'nin Sosyo - Kültürel Bilişsel Kuramı:*** Piaget gibi birey aktif, bilgilerini yapılandırabilir. Vygotsky, bilişsel gelişimde sosyal etkileşime ve kültüre daha önem vermiştir. Bu kuram, kültürün ve sosyal etkileşimin bilişsel gelişime nasıl yön verdiğini vurgulayan sosyo-kültürel bilişsel bir kuramdır.
- **Bilgi işleme kuramı:** Bireylerin bilgiyi manipöle ettiklerini, izlediklerini ve bilgiye yönelik stratejiler oluşturduklarını vurgulamaktadır. Bu kurama göre bireylerin daha karmaşık bilgi ve becerileri kazanımlarını sağlayan bilgi işleme kapasitelerini kademe kademe artarak geliştirmektedir (Santrock, 2014).

2.1.1.3 Kohlberg'in Ahlak Gelişimi

Ergenlerin bilişsel gelişimlerle yakından ilişkili olan bir başka yönü de ahlak gelişimidir. Bir insanın davranışı hakkında düşünme ya da kötü olarak yargılama yoluna ahlak gelişimi demektedir. Kohlberg'in ahlak evresi;

- 1) Gelenek öncesi; bağımlı ahlak,

- 2) Bireysellik; araçsal amaç, değiş tokuş,
- 3) Geleneksel Düzey; karşılıklı kişilerarası beklentiler, İlişkiler ve kişiler arası uyma,
- 4) Toplumsal sistem ve vicdan
- 5) Gelenek sonrası ya da ilkeli; toplumsal sözleşme ya da yararlılık ve bireysel haklar
- 6) Evrensel ahlak ilkeleri

Kohlberg (1963) bireyler olgunlaşırken bir bilişsel evreden diğer bir bilişsel evreye ilerlerken geçtiğini ileri sürmektedir (Gander ve Gardiner, 2007).

2.2. SOSYAL DESTEK

İnsan topluma doğar ve doğduğu andan itibaren toplumsallaşma süreci için kendini geliştirme ihtiyacı hisseder. Toplumsallaşma sürecindeki birey, süreçte önce kendi ile iletişim kurma biçimini öğrenir. Sonra yaşamsal önemi de olduğu için ikili ve çoklu ilişki ihtiyacını karşılamaya çalışır. İlişkilerin temelinde bireylerin kendi yaşamsal enerjilerini arttırmak yani istek ve doyum gereksinimleri yatmaktadır. Diğer bir deyişle bireyler kendilerini tanımak için sosyalleşmeye ihtiyaç duyar (Kağıtçıbaşı, 2010).

İnsanın doğduğu andan itibaren kendisiyle toplumu bağdaştırma çabası yüzlerce yıldır Psikoloji biliminin bazı alanları için en önemli araştırma konusu haline gelmiştir. İnsan topluluğu hangi bakış açısı ile incelenirse incelenirse insanlar hep kişilerarası ilişkiler bağlamında değerlendirilmiştir. Evrimsel anlamda da insanların uyumlarına yöneliktir sosyalleşme; güçlü, olumlu ve karşılıklı bireylerarası bağlar olmazsa bireylerin ve türlerin hayatta kalmasının mümkün olamayacağı düşünülmektedir (Yalom, 2002).

Araştırmalarda görüldüğü üzere (Bal, 2010; Duru,2008; Eylem, 2001; Hünük ve diğ., 2013; Torun, 1995; Yıldırım, 2007), sosyal destek bireylerin psikolojik sağlığı ve fiziksel sağlığı üzerinde önemli bir etkide bulunmaktadır. Sosyal destek ve sağlık ilişkisini açıklayan Temel Etki ve Tampon Modeli şeklinde iki model bulunmaktadır.

Temel Etki modeline göre; sosyal destek, fiziksel sağlık ve kendini iyi hissetme üzerinde her koşulda olumlu bir etkide bulunmaktadır. Sosyal desteğin olmamasının ise, birey üzerinde olumsuz etki yaratabilecek bir durum olduğunu da ileri sürmektedir.

Tampon modeline göre ise, sosyal desteğin, bireyi olumsuz şartlar karşısında bir tampon gibi koruma etkisi olduğunu belirtmektedir (Lin ve diğ., 2009).

Sosyal destek bireyin zorlanmalarla baş edebilmesinde kritik bir öneme sahiptir. Bireyler yaşamlarının farklı dönemlerinde duygusal, bilişsel ve bilgiye dayalı destek tiplerinden herhangi birine ihtiyaç duyabilmektedir. Bireylerin, yaşadıkları zor durumlarda yalnız olmadıklarını bilmeleri, ister uzman olsun, ister akrabalarından ya da yakınlarından olsun birilerinden yardım alabileceklerini bilmeleri, onlara güven vermekte ve geleceğin daha iyi olacağına dair umut duygularının artmasına yol açmaktadır (Ünsal, 1996). Güç bir durum içindeki bireye sağlanan fiziksel ve psikolojik yardım görüntüsüyle sosyal destek; bireylerin sevgi, bağlılık, benlik saygısı ve bir gruba ait olma gibi temel sosyal gereksinimlerini karşılamaktadır (Aksüllü, 2004).

Sosyalleşme süreci ise ancak sosyal ilişkiler yardımıyla gerçekleşebilir. Bu ilişkiyel süreçte aileler çocuklarının etkin bir toplumsal üye olmaları için ellerinden ne geliyor ise yapmaktadırlar (Kağıtçıbaşı, 2010). Bu olgunun kendini çift yönlü olumlu ya da olumsuz desteklemesi de sosyal destek kavramı ile açıklanmaktadır.

Sosyal destek; sosyal ilişkiler ve bireyin diğerleriyle olan bağı ile ilgili koruyucu faktörler içerisinde yer alan geniş bir kategoridir (Ryff, 2000). Bu kategorilerin bazıları ise; bireyin çevresinden gördüğü dürüst, ilgi, sevgi, güven, saygı, bilgi edinme, takdir edilme ve maddi yardım kişisel; sosyal, psikolojik ve ekonomik nitelikli her türlü yardım olarak tanımlanmaktadır (Yıldırım, 2006).

Temel sosyal ihtiyaçlar; sevgi, saygı ya da kabul görme, ait olma, kimlik ve güvenlik ihtiyaçlar şeklinde sıralanabilir. Kişi sosyal destek sayesinde bu ihtiyaçlarını karşıladığı karşılıklı bir etkileşim sürecinden geçmektedir. Ben-David ve Leichtentrit (1999) sosyal desteği, kişinin sosyal ihtiyaçlarını başkaları ile etkileşim yoluyla giderme derecesi olarak tanımlamaktadır.

Sosyal destek kavramı ile ilgili farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Birch; sosyal desteğin tanımlanması çalışmasında; dört tür sosyal destekten bahsetmektedir. Bunlar; duygusal destek, bilgi desteği, araçsal destek ve değerlendirme desteğidir.

- *Bilgi desteği*, kişiye ihtiyacı olan bilgiyi öğrenmesinde yardım etme veya bilgileri paylaşma,
- *Duygusal destek*; dinlemek, anlamak, empati kurmak,
- *Araçsal destek*, birine fiziksel olarak yardım etmek veya para vermek, ihtiyaç duyduğu malları temin etmek,
- *Değerlendirmeye dayalı destek*, birine düşünce ve davranışları ile ilgili geribildirim vermek, çalışmalarını takdir etmek şeklindedir (Birch, 1998).

Sosyal destek kavramı, grup terapilerindeki bir terapi türünden kendine yardım gruplarında kullanılmış ve terapilerde müdahalelerden biri haline gelmiştir. Sosyal destek kavramı temelde; bireyin çevresi tarafından algılanmasıdır yani, sevmeye, güvenilme, değer verilme gibi ihtiyaçlardır. Bunlar çift yönlü düşünüldüğünde alıcı ve vericilerin etkileşimi olarak tanımlanabilir (Demirtaş, 2007).

Alınan sosyal destek ve algılanan sosyal destek arasında bir ayrıma gidildiği göstermektedir. Algılanan sosyal destek gerçek kişilerarası ilişkiler içinde görülmekle birlikte, gerçek desteğin doğrudan ifadesi olmadığı düşünülmektedir (Demirtaş, 2007).

2.2.1. Algılanan Sosyal Destek

Algılanan sosyal destek, bireyin geçmişte sosyal olarak destekleyici davranışları almasına dayanan beklenti ve desteklendiğine dair algısı olarak açıklanmaktadır (Demirtaş, 2007). Algılanan sosyal destek; bir kişinin ihtiyaç duyduğunda destek kaynaklarının varlığı olmasının yanında; alınan sosyal destekten daha çok, algılanan sosyal destek kişinin psikolojik sağlığı üzerinde daha belirleyici olduğunu açıklanmaktadır (Stokes, 1985).

Algılanan sosyal destek bir anlamda kişinin kendine biçtiği değerdir. Birey kendini değerli buluyor, gerektiğinde yardım görüyorsa o oranda mutlu ve güven

içinde hissetmekte; sosyal ilişkiler yetersiz ya da bozuk olduğunda kaygı ve değersizlik duygusunu daha fazla yaşamaktadır (Özgür, 1993).

Bireyin algıladığı sosyal destekten tatmin olması ile fiziksel ve akıl sağlığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulgulanmaktadır (Vandervoort, 1999). Kriz ve duygusal gerginlik durumlarında bireyler, doğal yardımcı olarak görülen aile üyeleri ve arkadaşlarına dayanma ihtiyacı duymakta (Yavuzer, 2017); aile üyeleri ve arkadaşlar, belki de okulda iken öğretmenler bireylerin destek alanında olmalarından, bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlığı üzerinde önemli yeri almaktadır (Palabıyıkoglu ve Çakır, 1997).

Bireyin kendisinde veya destek kaynaklarında meydana gelen değişimler nedeniyle sahip olduğu sosyal destek düzeyi değişebilir. Aile bireyleri veya eşler arasındaki çatışmalar, baba veya annenin işini kaybetmesi veya eşlerden birinin ölümü, sosyal beceri yoksunluğu veya bireydeki cinsel sapmalar, bireylerin görebildiği yardım konusundaki bilgisizliği, hastalıklar, göçler, ailenin istemediği etnikten ve dinden biriyle evlenmek gibi durumlar bireyin sosyal destek düzeyini düşürebilir (Yıldırım, 1997).

Sosyal desteği, resmi olmayan destek sistemi ve resmi destek sistemi olarak da iki alanda açıklayabilen yaklaşımlar söz konusudur. Kişinin yakın çevresi, akrabaları, arkadaşları, eşi, komşuları resmi olmayan destek sistemini oluşturmaktadır. Resmi destek sistemi içerisinde ise özel eğitim kurumları, sağlık merkezleri, burada çalışan uzmanlar, yardım kuruluşları yer almaktadır (Eylen, 2001).

Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin geliştirilmesi, güvenilirliği ve geçerliği çalışmasında; sosyal desteğin kuramsal temelini, Kurt Lewin'in Alan Kuramı ve davranış tanımına dayandırdığını aktarılmaktadır (Yıldırım, 1997). Çevrenin bir fonksiyonu olarak tanımlanan davranış; çevresel ve bireysel faktörlerin etkisindedir. Bu kavramdaki çevre fiziksel çevreden farklıdır. Bireyin içerisinde yer aldığı psikolojik çevredir ve sosyal destek burada yer almaktadır. Bu psikolojik çevrede değişiklik yapmasına yardımcı olmakla, olumsuz davranışlarını ortadan kaldırmaya ve yeni davranışlar kazanılmasına yardımcı olunacağı düşünülmektedir (Yıldırım, 2007).

Ergenler için önemli bir sosyal destek kaynağı ise arkadaşlarıdır. Arkadaşlığın önem kazanması ile birlikte yaşıt grupların baskısı, yaşamın ilk yıllarından itibaren çocuk için önemli olan bir sosyal destek kaynağı olan ailenin etkisine denk, kimi zaman da ondan daha üstün duruma geçer. Ergenlerin en belirgin özelliği akranlarına büyük önem vererek, onlardan büyük ölçüde etkilenmesidir. Ergenler zamanlarının büyük bir bölümünü ailelerinin dışında yaşıtlarıyla birlikte geçirirler. Kendi yaşıtları, ergenlerin ilgi tutum ve değerlerini ailelerinden daha fazla etkilerler (Yıldırım, 1997).

Bireylerin sosyal destek kaynaklarını aileleri, arkadaşları, komşuları, öğretmenleri ve çevrelerinde yer alan ideolojik, dinsel ve etnik gruplar ile içinde yaşadıkları toplum oluşturmaktadır (Yıldırım, 1997).

2.2.2. Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar

Bireylerin yaşadığı birçok sorunun temelinde sosyal destek eksikliğinin bulunduğu ve bireylerin zorlanmalı durumlarla başa çıkabilmesinde sosyal desteğin önemli bir kaynak olduğu ortaya koyulmuştur. Ayrıca sosyal destek düzeyi düşük bireylerin ruh sağlıklarının daha çabuk bozulduğunu ve sosyal destek algısı düşük bireylerin arayış içerisinde olduklarını belirtmiştir (Yıldırım, 1997).

5-6 yaş grubu çocuklarda okula uyum ve akran ilişkileri çalışmasında okulun farklı dönemlerinde bile okul uyumu ile akran ilişkileri arasında farklılaşma bulunmuştur (Gülay, 2011). Bu araştırmada asıl önemli olanın akran ilişkileri bozuldukça okula uyumunun da bozulacağı yönündeki bakış açısıdır.

İlköğretim 5.sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının sosyal destek kaynakları açısından incelenmesi çalışmasında; aileden algılanan sosyal desteğe göre akademik yönden başarılı olan öğrencilerin başarısız olan öğrencilere göre ailelerinden daha olumlu destek aldıklarını derslerinde başarılı ya da başarısız olduklarında ailelerinden her zaman olumlu tepkiler aldıklarını, ailelerine kendileriyle ya da okulla ilgili her konuyu anlatabildiklerini, aileleri için önemli olduklarını hissettiklerini, ailelerinin gerçekten kendileriyle ilgilenip kendilerini daha fazla ifade ettiklerini bulmuştur (Karadağ, 2007).

Yardımcı, ilköğretim öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile öz-yeterlik ilişkisi ve etkileyen değişkenleri incelenmesi çalışmasında, Ankara ili Etimesgut ilçesindeki üç tane ilköğretim 6-7-8. sınıf toplam 1609 öğrenci ile yürüttüğü araştırma sonucunda; ergenlerde algılanan sosyal desteğin, ergenin öz yeterlik becerilerini etkilediğini bulmuştur. Ortaokul öz-yeterlik ölçeğinden alınan puanlar incelendiğinde, öğrencilerin tam puanı 10 olan madde bağımlılığı potansiyeli alt ölçeğinde ortalama 9.16 puan aldıklarını, bu alt ölçeğin madde puan ortalaması ise tam puan olan 5 üzerinden 4.58 aldıklarını göstermiştir. Öğrencilerin ortaokul öz-yeterlik ölçeğinin en yüksek puanı bu alt ölçekten aldıkları ve madde bağımlılığı potansiyeli öz yeterliklerinin orta düzeyin çok üstünde olduğunu göstermiştir (Yardımcı, 2007) .

İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri ile stresle baş etme düzeyleri arasındaki ilişki adlı araştırmasında; stresle başa çıkma düzeyleri ile aileden algılanan sosyal destek, genel sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı fark bulmuştur. Buna göre; öğrencilerin yalnızlık düzeyi arttıkça stresle başa çıkma düzeyleri azalmakta; aileden algılanan sosyal destek düzeyleri ile genel sosyal destek düzeyleri arttıkça stres ile başa çıkma düzeyleri de artmaktadır. Ancak stresle başa çıkma düzeyleri ile arkadaştan ve öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Yani stresle başa çıkmada aileden algılanan sosyal destek önemli görülmektedir (Demirtaş, 2007).

6. - 8.sınıf öğrencilerinin fiziksel aktivite katılımında algıladıkları sosyal desteğin rolü çalışmasında; fiziksel aktiviteye katılan ergenlerin cinsiyet ve sınıf üzerine ayırma gittikleri görülmüştür. Yapılan çalışmanın sonucunda ise; fiziksel aktiviteye katılımı psiko-sosyal alanlar ve çevresel alanlar gibi birçok faktörlerden etkilenen karmaşık bir davranış olarak tanımlamışlardır. Fiziksel aktivite ve sosyal destek ilişkisini inceleyen çalışmaların birçoğunda pozitif yönde ilişki bulunmuş, bu çalışmalarda sıklıkla sosyal desteğin türü ve sosyal desteği sağlayan kişiler üzerinde durulmuştur (Cengiz ve İnce, akt, Hünük ve diğ., 2013). Fiziksel aktivitede sosyal destek araç kullanılarak ve doğrudan destek duygusal ve motivasyonel destek ve gözleme dayalı destek gibi farklı türler kullanılarak kavramsallaştırılmıştır. Ergen çocukların fiziksel aktivite katılımından akran desteği ya da aile desteği belirleyici rol oynadığı göze çarpmaktadır. Özellikle ergenlik döneminde gençlerin bireysel

aktiviteye katılımı ile anne baba desteği ile doğru orantılı bulunmuş, fiziksel aktivite teşvik boyutunda anne baba desteği ortaya çıkmıştır. Cinsiyet olarak ayrıldığında ise kız öğrencilerin sınıf düzeyi arttıkça ailelerinden algıladıkları sosyal desteği giderek düşüğü; fakat bununla birlikte algıladıkları sosyal destek puan yüksek olan kız öğrencilerin sınıf düzeyi arttıkça fiziksel aktiviteye katılımının da arttığı yani fiziksel aktivite katılım ve sosyal destek pozitif yönlü ilişkili bulunmuştur. Bu da ergenlerin eşli ya da takım halinde yapılan fiziksel etkinlikleri tercih etme sebebi olarak gösterilmiştir (Hünük ve diğ, 2013).

Ortaokul öğrencilerinde okula bağlılığın yordanmasında algılanan sosyal destek ve değerlerin rolü çalışmasında 317 ortaokul öğrenci katılımcı ile çalışılmış; öğretmenlerden ve arkadaşlardan algılanan sosyal desteğin ve sahip olunan insani değer düzeyinin öğrencilerin okula bağlılık düzeyinde pozitif rolünü ortaya çıkarılmıştır (Karababa ve diğ, 2018).

Lise öğrencilerinin algılanan sosyal destek düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki çalışmasında, lise öğrencilerinde aileden arkadaşlardan algılanan sosyal destek arttıkça problem çözme becerilerinin de arttığı; fakat öğretmenlerden algılanan sosyal desteğin artmasının problem çözme becerileri üzerinde herhangi bir etki yaratmadığını gösterilmiştir (Budak, 1999).

Lise son sınıf öğrencilerin akademik başarılarının yordayıcısı olarak sınav kaygısı, boyun eğici davranışlar ve sosyal destek çalışmasında; aile desteği ve öğretmen desteği değişkenleri ile akademik başarı arasında pozitif yönde boyun eğici davranışlar ve sınav kaygısı değişkenleri ile akademik başarı arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu gösterilmiştir. Aile desteği, boyun eğici davranışlar, öğretmen desteği ve sınav kaygısı değişkenlerinin; birlikte lise son sınıf öğrencilerinin akademik başarılarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık olarak %13 kadarını açıkladığını göstermektedir. Öğrencilerin arkadaşlarından algıladıkları destek akademik başarının önemli bir yordayıcısı olarak bulunmamıştır (Yıldırım ve Ergene, 2003).

Anne-baba ve öğretmen desteği 7. ve 8. Sınıf öğrencileri açısından önemli en önemli destek kaynağı olduğuna işaret edilmektedir. Akademik başarı ile aile ve öğretmen desteği arasında ilişkinin olduğu güçlü ilişki olduğu kanıtlanmıştır. Boyun eğici davranışlar gösteren öğrenciler kendilerini anne babaları, öğretmenleri ve diğer

çevresindeki yetişkinlerin baskısı altında, ikinci sınıf daha az önemli ve değerli hissediyor olabilirler. Boyun eğici davranışlar depresyonla ilişkili ve depresyonun anlamlı bir yordayıcısı olduğunu, boyun eğici davranışların korkuya dayandığını ve bireyin atılganlığını ketlediği, anne babanın çocuğa gelince sıcak, yakın davranmaması ve çocuğu sıkı kontrol etmesinin depresyona yol açtığı da düşünürse boyun eğici davranışlar gösteren öğrencilerin kendilerinden beklenen akademik başarıyı yakalayamamaları ve akademik başarılarının otomatik olarak düşmesi beklenebilir (Yıldırım ve Ergene, 2003).

Liseli öğrencilerle yapılan çocukluk örselenme yaşantıları, ana-baba-ergen ilişki biçimleri ve sosyal destek algısının, kuraldışı davranışlarla ilişkisi çalışmasında; algılanan sosyal desteği düşük olan öğrencilerin, hırsızlık-çalma puanları, sosyal desteği yüksek algılayanlara göre daha yüksek bulunurken; arkadaştan yüksek sosyal destek algılayan ergenlerin ise kopya çekme puanları diğer gruba göre daha yüksek bulunmuştur. Diğer yandan bu destek algısının düşmesinin de ergenleri suç işlemeye iteceği bulgusuna vurgu yapılmıştır (Bal, 2010).

Lise öğrencilerinin duygusal özerklik ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi çalışmasında, duygusal özerklik ile algılanan sosyal destek arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkilere rastlanılmamıştır. Diğer yandan duygusal özerkliğin bağımsızlık ve bireyselleşme boyutları ile algılanan sosyal desteğin aile, arkadaş ve öğretmen desteği boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur (Köseoğlu ve Erçevik, 2015).

15-17 yaş grubu ergenlerde sosyal destek, okul başarısı ve aile yapısının madde bağımlılığına karşı koruyucu etkisi çalışmasında; ergenlik döneminin psikolojik sağlık açısından oldukça kritik dönem olduğunu, ergenlik döneminde çocukluk döneminde yaşananlardan daha farklı olarak fiziksel, duygusal ve sosyal yaşantıları uyum sağlama çabası içerisinde olduklarını ifade etmiştir (Kasap, 2015).

Ergenlerin toplumların elması olduğu, özellikle yaygın kullanıcı potansiyeli olması nedeniyle ergenlerin hedef olduklarını ve bunun tehlikeli boyutlarda olmasının sorun haline geldiğini, madde bağımlılığı ve bağımlılık yapıcı maddelere karşı dikkatli olunması gerektiğini vurgulamıştır. Yaş değişkeni açısından bakıldığında ise madde kullanma riski açısından istatistiksel olarak anlamlı bulunmuş, öğrencilerin madde kullanımı riskinin 15 yaşında olanların ortalamaları

ile 17 yaşında olanların ortalama arasında anlamlı fark olduğunu vurgulamıştır (Kasap, 2015).

Ergenlerin algılanan sosyal destek ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi çalışmasında; ergenlerin psikolojik ruh sağlığı ilgili değişkenleri araştırılmış sosyal destek ve benlik saygısı arasındaki pozitif yönlü ilişkileri aktarılmıştır. Sosyal destek algısı arttıkça benlik saygısının yükseldiği saptanmış, kaygı ile cinsiyet arasındaki farklılıklara bakılmış ve istatistiksel olarak anlamlı sonuca ulaşılamamıştır. Diğer yandan sosyal destek ve stresle baş etmede kültürel farklılıkların olduğunu ve sosyal destek ile öğrencilerdeki yalnızlık faktörleri incelendiğinde ise düşük düzeyde kendini yalnız hissedenlerin ana baba tutumu bu durumun sosyal destekle ilişkili olduğu ortaya konulmuştur. Sosyal destek ile kaygı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Sosyal destek düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşması sosyal destek ile kaygı düzeyinin ise farklılaşmaması; kız öğrencilerin algıladıkları sosyal destek düzeyinin erkeklere öğrencilere göre daha yüksek olduğu yönünde açıklamıştır. Bunu da kız çocuklarının yetiştirme tarzlarından kaynaklandığını, destekleme ve desteklenme özelliklerinden kaynaklanmış olabileceğini düşünmektedir (Karataş, 2012).

Antisosyal eğilimlerin yordayıcısı olarak sosyal destek ve sosyo demografik değişkenler çalışmasında; antisosyal eğilimler ile aile desteği, öğretmen desteği ve arkadaş desteği değişkenler arasında negatif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Buna göre antisosyal eğilimler ile aile desteği arasında negatif yönde veya düşük düzeyde (-.392), antisosyal eğilimler ile arkadaş desteği arasında negatif yönde ve zayıf düzeyde (-.202), antisosyal eğilimler ile öğretmen desteği arasında negatif yönde ve düşük düzeyde (-.414) ilişki saptanmıştır. Sonuç olarak bireyin aileden, arkadaştan öğretmenden algılanan sosyal destek arttıkça bireyin antisosyal eğilimlerinin de azaldığını göstermiştir (Menteş, 2016).

Üniversite öğrencilerinin iyilik hallerinin incelenmesi çalışmasında; arkadaş destek düzeyinin artmasına paralel olarak öğrencilerin iyilik hali puan ortalamalarının yükseldiğini vurgulamaktadır. Aile desteğinin uyumu arttırdığını, strese, depresyona ve olumsuz davranışlara karşı tampon etkisi olduğunu gösterilmiştir (Doğan, 2006).

Psikolojik dayanıklılık ile algılanan sosyal destek arasındaki incelediği çalışmada 140 (66 kız, 74 erkek) üniversite öğrencisi ile psikolojik dayanıklılık ve çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği kullanmıştır. Araştırma sonucunda psikolojik dayanıklılık ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişki incelenmiş ve sonuç olarak psikolojik dayanıklılık ile algılanan sosyal destekten aldıkları toplam puanlar arasındaki korelasyon katsayısı 0,01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur (Terzi, 2008).

Psikolojik belirtilerin yordayıcısı olarak sosyal destek ve iyilik hali çalışmada; sosyal destek ve iyilik halinin boyutları olan; maneviyat, kendi kendini yönetme, serbest zaman, arkadaşlık ve sevgi değişkenlerinin üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerini ne derecede yordadığını incelenmiştir. Çalışmaya üniversite okuyan 208 kız 46 erkek olmak üzere toplam 254 öğrenci katılmış araştırmanın sonucuna göre ise somatizasyon belirtilerini en iyi yordayan değişkenler sırasıyla aile desteği, kendini yönetme ve sevgi olmuştur (Doğan, 2008).

Öğrencilerin cinsiyetlerine ve anne baba tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri çalışmada; çok boyutlu algılanmış sosyal destek, kuramsal olarak üç farklı kaynaktan; arkadaşlar, aile ve birey için anlamlı diğer kişilerden (akraba, komşu vb.) elde edildiğini açıklamaktadır (Çeçen, 2008). Farklı tip ilişkiler bireylerin farklı kişilerarası ihtiyaçlarını karşılamakta ya da sosyal destek tipleri sunmaktadır (Çeçen, 2008). Örneğin; bağlanma bir eş ya da romantik bir ilişkideki bireyden; sosyal bütünleşme ise arkadaşlardan gelir.

Tükenmişlik, aile yapısı ve sosyal destek ilişkileri üzerine bir inceleme çalışmada, sosyal destek kaynaklarından yararlanmanın tükenmişliği azalttığını saptanmıştır. Diğer bir değişle işten kaynaklanan stres yapıcılarının bir sonucu olarak tükenmişlik ve bu tükenmişlikle başa çıkmada kişisel, sosyal destek kaynaklarıyla kişilerin bu durumla başa çıkabildiğini ortaya koymuştur (Torun, 1995).

Sosyal destek ağları yaşam güçlükleri ile başa çıkmada kişinin önemli yardımcılarındandır. Destekleyici ilişkilerin insanların yaşamında sağlığın korunması, sağlık problemlerini önlenmesi, stresin etkilerine karşı korunma ve baş etme çabalarının güçlendirilmesinde önemli bir rol oynadığı kabul edilmektedir. Kişinin sahip olduğu sosyal destek kaynakları, başa çıkma yollarını etkileyerek stres

verici olay ile sonuç arasındaki bağlantıya çoklu seçenek kattığı için olumsuz etkiyi değiştirebilir (Okanlı ve diğ., 2003).

Bilgi verici danışmanlığın kanser hastalarının sosyal destek becerileri üzerine etkisi çalışmasında; algılanmış sosyal destek düzeyi artarken yalnızlık düzeyinin azaldığını; sosyal desteğin azalırken yalnızlık düzeyinin arttığını göstermiştir. Sosyal destek tatmini fazla olan biri; sorununu çözmesine yardım edecek, olaya farklı bir bakış açısıyla bakmasını sağlayacak ya da onu sorununun çok önemli olmadığına inandıracak birinden destek göreceğinden emin olabilirken; sosyal destek algısı düşük olan kişi ise farklı baş etme yöntemleri düşünemediği veya o an farkına varmadığı için stresin olumsuz etkilerine maruz kalmak o kişi için fazla veya ağır olabilecektir (Eylen, 2001).

Sosyal destek ve hemşirelik çalışmasında, sağlık ile sosyal destek arasında olumlu bir ilişkinin olduğunu gösterilmiştir. Sosyal desteği olanların daha kolay geliştiği, yaşam kalitelerinin yükseldiği ve hastalıklarla baş etme güçlerinin arttığını göstermiş, diğeri ise özellikle psikolojik sağlığı korumak ve dengeyi sağlamak üzere stres verici olayların etkisinin azalttığı yönündedir. Ardahan; Wu ve diğ., Tayvan'da yaşayan 13-19 yaş grubu çocukların yaşam düzenlerini ve sosyal desteklerinin incelendiği çalışmanın sonucunu; yaşam düzeyinin düşük seviyede olduğu, sosyal destek ve yaşam düzeni arasında olumlu bir ilişki olduğu ve yaşam düzeylerini geliştirmek için daha fazla sosyal desteği ihtiyaç duyduklarını aktarmıştır (Ardahan, 2006).

Şiddete başvuran ve başvurmayan erkeklerin yalnızlık düzeyleri ve akran baskısı düzeyleri açısından incelenmesi adlı çalışmada, cinsiyet ve şiddet üzerine bulgularında erkek çocukların kız çocuklarına göre anlamlı düzeyde farklılıklar gözlemlenmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri şiddete başvurup başvurmama durumuna göre incelenmiş ve şiddete başvuran ergenlerin kendilerini şiddete başvurmayan ergenlere göre daha yalnız olarak algıladıkları belirlenmiştir. Yalnızlık duygusunun yoğunlukta yaşandığı dönemlerden birisi de ergenlik dönemidir, dolayısıyla bu dönemde yaşanan yalnızlık diğer dönemlerde yaşananlara göre daha yoğun olarak karşımıza çıkmaktadır. Araştırma sonucunda kızların yalnızlık düzeylerinin erkeklerin yalnızlık düzeylerine göre anlamlı şekilde daha düşük olduğunu göstermiştir. Yani şiddete başvuran erkek öğrenciler kız öğrencilere oranla kendini daha yalnız olarak betimlemiştir (Yıldırım, 2007).

Yalnızlığı yordamada sosyal destek ve sosyal bağlılığın rolü çalışmasında; yalnızlığı yordayan önemli iki farklı değişkeni, değişkenler farklı güçlük derecelerinde olmakla birlikte, sosyal destek ve sosyal bağlılık olarak gösterilmiştir (Duru, 2008).

Öğrencilerin cinsiyetlerine ve anne baba tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi çalışmasında; yalnızlık ve cinsiyet değişkenin ele alındığı araştırma sonuçlarında ergenlerde yalnızlık düzeyleri açısından cinsiyetler arasında fark bulunamamıştır; fakat genç yetişkinlik yıllarında erkeklerin kadınlara göre daha fazla yalnızlık çektiği bazı çalışmalarda gösterildiğini aktarmıştır (Çeçen, 2008).

2.2.3. Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar

Algılanan sosyal destek ile ilgili; kaygıyı ortaya çıkaracak etkileri yok etmese bile sosyal destek algısına yeterli düzeyde sahip olan bireylerin daha iyimser olduğu, olaylar karşısında daha fazla kontrol duygusuna sahip olmalarına ve stresle başa etmede farklı veya yeni yöntemler denemeye daha istekli olmalarına neden olmaktadır (Alarie, 1998).

Algılanan sosyal desteğin alınan desteğe kıyasla bireylerin sağlığı üzerinde daha etkili olduğunu saptanmıştır. Ayrıca, algılanan sosyal desteğin, iyimserlik, dışa dönüklük, yalnızlık düzeyi, nevrozizm ve düşmanca duygular gibi bireysel faktörler üzerinde etkili olduğu bulunmuştur (Sorensen ve Pinquart, 2010).

Farklı kaynaklardan algılanan okul ile ilişkili sosyal desteğin, okul doyumunu ile ilişkisini ilk ergenlik dönemindeki öğrencilerinde kısa süreli boylamsal bir araştırma gerçekleştirilmiştir. 2614 öğrenci örnekleme ile yürütülen bu araştırma; okul ile ilişkili sosyal destek kaynakları olarak öğrenmede aile desteği ve arkadaş desteği diğer yandan öğretmen-öğrenci ilişkileri ele alınmıştır. Araştırma bulgularına göre, algılanan sosyal destek okul doyumunun iki uygulamada anlamlı düzeyde yordadığı; farklı destek kaynakları açısından değerlendirildiğinde ise her iki uygulamada da en güçlü yordayıcı öğretmen-öğrenci ilişkileri olduğu; ilk uygulamada arkadaş desteği ikinci uygulamada aile desteği istatistiksel olarak anlamlı katkı yaptığı gösterilmiştir (Jiang ve diğ., 2013).

Windle (1990)'nin 975 ergen ile yapmış olduğu araştırmasında; ergenlerde aile ve arkadaştan algılanan sosyal destek ve mizacın, suçlu davranış ve depresif belirtilerle ilişkisini araştırmıştır. Araştırma sonucunda ise aile ve arkadaş desteğini yüksek algılayan ergenlerde suça yönelik davranışların ve depresif belirtilerin daha düşük olduğunu göstermiştir (Akt; Haskan, 2009).

2.3. ERGENLERDE SOSYAL DIŞLANMA DENEYİMLERİ

Sosyal dışlanma sabit ve değişmeyen bir kavramdan çok dinamik bir kavramdır ve bir süreci ifade etmektedir (Çakır, 2002). Sağlıklı bir psikolojik gelişim süreci geçirmek yine sağlıklı sosyal deneyimler yaşanmasına bağlıdır. Sağlıklı sosyal deneyimler yaşanması da bireyin ruh sağlığını koruması için temel görevdir (Boumeister ve Leary, 1995).

Sosyal dışlanma; sözel ya da psikolojik saldırıya maruz kalma olarak açıklanmakla birlikte, mağdura zarar vermeye, mağduru korkutmaya ya da üzmeye yönelik yapılan fiziksel ya da psiko-sosyal saldırı olarak tanımlanabilir (Williams ve diğ., 2005). Literatüre bakıldığında sosyal dışlanma ile eş anlamda kullanılmış bazı kavramlar bulunmaktadır. Bunlar; ayrımcılığa maruz kalma, sevgiye karşılık alamama, zorbalığa uğrama, ortada bırakılma, yalnız kalma olarak sıralanabilir.

Şahin, sosyal dışlanmanın iki öznesinin olduğunu; ilki dışlayanlar diğeri ise dışlananlar olarak tanımlamıştır. Dışlayanların bir kişiden fazla sayıda oluştuğuna dikkat çekilmektedir. Bu durumda grup dinamiklerinden kaynaklanmaktadır. Dışlananlar ise hem birey hem de gruplar olabilmektedir. Sosyal dışlanmanın her iki öznesi de kişinin sosyal grup içerisindeki üstlendiği roller, ergenin o sırada hangi konumda olduğu (tanık mı aktör mü), yanlış algılamalar üzerinde etkili olmaktadır (Şahin, 2009).

İnsanların bir olay ya da duruma karşı verdikleri tepkiler, diğer insanların bu tepkilere verdikleri anlamı etkilemektedir. Bu duygu düşünce ve davranışlar da, kişinin fiziksel ve psikolojik sağlığı üzerinde etkilidir. Dışlanmanın; ait olma, değerli olma ve kabullenilme ihtiyaçlarına karşı bir tehdit olarak görmek mümkündür (Williams, 2007).

Çocuklarla da yapılan araştırmalar, dışlanmaya maruz kalanların olumsuz duyguları daha fazla ifade ettiklerini göstermiştir. Bunlar çok önemsiz görünse bile kişilerde kayıp olarak algılandığında üzüntü ve öfkeye yol açabilmektedir (Leary ve diğ., 2001). Yine de dışlanma tepkileri, hangi temel ihtiyacına (olma, öz saygı, vb.) karşılık tehdit hissettiğine göre değişmektedir (Pickett ve diğ., 2004).

Geçtan, yalnızlığın bireylerde farklı şekilde görüldüğünü belirtmektedir. Geçtan'a göre kişinin kendi isteğiyle, çevresiyle olan ilişkilerini en aza indirerek kendi seçimi ile yaşadığı yalnızlık; anlaşılmamış kimsesiz hissettiğı yalnızlık; bireyin çevresi tarafından dışlanması sonucu hissettiğı yalnızlık ve son olarak bireyin içerisinde yaşadığı topluma yabancılaşması sonucu hissettiğı yalnızlıktır (Geçtan, 2004).

Yalnızlıkla ilgili farklı tanımlamalar bulunmaktadır. Literatürde en çok Peplau ve Perlman (1984) tanımlamaları kullanılmaktadır. Peplau ve Perlman; yalnızlığı bireyin istediğı, hayal ettiğı ideal sosyal ilişkileri ile mevcut, içinde bulunduğu sosyal ilişki arasında farklılık olması ile yaşanılan olumsuz duygulanım veya duygudur diye tanımlamıştır (Akt: Kozaklı, 2006).

Yalnızlık birbirini etkileyen üç unsurdan kaynaklandığı söylenilmektedir. Bunlardan ilki gruptan ya da topluluktan dışlanmış olma yaşantısı yani olumsuz duygusal bir deneyim; ikincisi bu davranışsal durumdan farklı olarak olumsuz bilişsel deneyim, yani kişinin sevilmediğı hissi; son olarak da sosyal ilişki düzeyinde becerileri başlatma, sürdürmede güçlük çekme durumudur (Köse, 2006).

Ergenlik döneminde sosyal ilişkiler aile dışındaki kişilere doğru kaymaya başlar ve bu durumunda bazı faktörlerden dolayı bireyler yalnızlık hissedebilir. Yalnızlığın birden çok sebebi olabilmektedir. Krause ve Parello (2008), bu durumları risk faktörleri olarak sosyal beceri eksikliği, ailenin çocuğa tutarsız davranması veya parçalanmış aile üyesi olan çocuk (Taş, 2017), dışlanma korkusu ve sıkıntılı hissetme, zorbalık ve depresyon olarak sıralamıştır. Bu durumların sıklıkla yaşanması ise ergen çocuğun hayatının diğer alanlarına da yansiyabilmektedir (Asher ve Paquette, 2003).

Sosyal çevrenin önemli olduğu bu dönemde sosyal çevreyi değiştirmenin de ergenler için yalnızlık yaşamada önemli bir etken olabilmektedir. Yalnızlık duygusunun ergenlerde yüksek kaygı yarattığı, etkileşim ortamlarında ise

başkalarının niyetlerini olumsuz şekilde algılandıkları ve yorumlandıkları gösterilmiştir (Sevim ve Kılınç, 2005). Yalnızlıkla ilgili yapılan bir diğer araştırmada; yalnızlık ile sosyal destek algısı, aileyle olan iletişim bağlamında negatif ilişkili; özgüven duygusu, utangaçlık ile de yalnızlık negatif ilişkili olduğu (McWhirter ve Besett-Alesch, 2002), sosyal bağlılık ve yalnızlık da olumsuz (negatif) güçlü bir ilişkinin olduğu gösterilmektedir (Duru, 2008).

Farklı bir yaklaşım ise, yalnızlığın gelişimsel bir süreç olduğu yönündedir. Bu süreç, yalnızlığı hazırlayıcı, ortaya çıkarıcı ve bilişsel faktörler olarak tanımlanmaktadır. Yalnızlığı hazırlayıcı faktörler; kişisel özellikler, sosyal ilişkiler, ekonomik durum ve kültürel etkilenmelerdir. Yalnızlığın ortaya çıkmasına neden olan faktörler ise yeni bir iş, bir kayıp, vb.; bilişsel faktörler ise bireyin yaşam biçimi, sosyal ilişkileri ve bu ilişkilerden beklentileri şeklindedir (Smith, 2005).

Sosyal dışlanma özellikle bireylerin sosyal yönden daha hassas oldukları ergenlik döneminde de oldukça yaygındır. Ergenlik döneminde bireyin sağlıklı sosyal ilişkilere sahip olması, sosyal kuralları öğrenmesi ve kendi kimliğini yaratması gelişimsel görevidir. Bu ilişkiler aynı zamanda ergen bireyin sosyal beceri ve yetkinliklerini de geliştirir. Yapılan çalışmaların çoğunda akran ilişkilerinin ergenlerin gelişiminde önemli bir yeri olduğu yönündedir. Dolayısıyla ergen bireylerin bu sosyalleşme sürecinde, sosyal ilişkilerinde ya da akran ilişkilerinde sorun yaşaması, dışlanması, reddedilmesi çok önemli sorunlara yol açmaktadır (Akın, 2015).

Sonuç olarak dışlanma deneyimleri önemli stres faktörlerinden biri olarak algılanabilir; dolayısıyla karmaşıktır ve tepkiler bir ergen için çok ciddi olabilmektedir ve önlemler alınması gerekebilmektedir (Molden ve diğ., 2009).

2.3.1. Sosyal Dışlanma Deneyimleri İle İlgili Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar

Adana ilinde yalnızlık düzeylerini incelediği bir çalışmasında %51,5'i şiddete başvurmuş, %48,5'i şiddete başvurmamış ortaöğretim öğrencisinin yalnızlık düzeylerini incelemiştir. Şiddete başvuran ergenlerin şiddete başvurmayan ergenlere göre kendilerini daha yalnız hissettikleri sonucunu bulunmuştur. Şiddet davranışı

sergileyen ergenler şiddet davranışı sergilemeyen ergenlere göre kendilerini daha yalnız hissettiklerini, ayrıca şiddete başvuran ergenlerin akran baskısı düzeyleri şiddete başvurmeyen ergenlere göre daha yüksek bulunmuştur (Yıldırım, 2007).

Bilgi; 2004-2005 öğretim yılında 310 öğrenci üzerinde yaptığı çalışmasında; bilgisayar oyunu oynayan ve oynamayan öğrencilerin saldırganlık, depresyon ve yalnızlık düzeylerini incelemiştir. Araştırma sonucunda, öğrenciler oynadıkları bilgisayar oyun türüne göre incelendiğinde, savaş, strateji ve macera oyunu oynayanların anti sosyal saldırganlık düzeylerinin bilgisayar oyunu oynamayanların antisosyal saldırganlık düzeylerinden daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Oyun oynama sürelerine göre, bilgisayar oyunu oynama süresi arttıkça antisosyal saldırganlığın da arttığını, buna karşın depresyon ve yalnızlık düzeyinde herhangi bir farklılaşma olmadığını bulmuştur (Bilgi, 2005).

Haskan; çalışmasında yüksek şiddet eğilimi olan ergenlerin yalnızlık düzeylerinin de yüksek olduğunu göstermiştir. Öneri olarak şiddet eğilimini azaltmak için ergenlerin yalnızlık duygusunu da azaltmaya yönelik çalışmaların yapılmasını söylemektedir (Haskan, 2009). Belirtilen çalışmalar, şiddet eğilimi ile yalnızlık arasında bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ayrıca, belirtilen çalışmalarda, yalnızlık ile sosyal destek arasında ters bir ilişki olduğu görülmektedir (Haskan, 2009).

Sosyal dışlanma ile ilgili bazı çalışmalarda ise; yaşlılık ve sosyal dışlanma (Danışoğlu, 2009), sosyal dışlanma ve kadın sağlığı (Akın, 2009), ruhsal hastalıklar ve sosyal dışlanma (Oto, 2009), Üniversite öğrencilerinde sosyal dışlanma ile saldırganlık arasındaki ilişkide sosyal yabancılaşmanın aracı rolü (Çelikkaleli ve Tümtaş, 2017), sosyal dışlanma ve aidiyet duygusu (Hofs, 2009), çalışan çocuklar ve sosyal dışlanma gibi konular ele alınmıştır (Aslantepe, 2009). Tüm bu çalışmalar içerisinde Williams, yine de sosyal dışlanmanın mağdur tarafından psikolojik etkilerinin bilişsel, davranışsal ve duygusal süreçler görüşmeler gibi bilişsel davranışsal yöntemler ile çözüm önerilerini sunmuştur (Williams, 2007).

2.3.2. Sosyal Dışlanma Deneyimleri İle İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar

Okul öncesi sınıfta en yakın arkadaşına sahip olma ve olmamanın, bir çocuğu arkadaşları tarafından ne kadar dışarıda tuttuğunu ya da çocuğun dışlanmasını nasıl etkilediği araştırılmıştır. Ortalama olarak her katılımcı 17-31 dakika gözlemlenmiş ve katılımcıların bu süre zarfından 174 etkileşim girişiminde 47 dışlanma örneği gözlemlenmiştir. Burada da etkileşimlerin %27'sinin dışlayıcı bir eylemle sonuçlandığını göstermiştir. Toplam 26 vaka (%55) da dışlanma çocuğun dışarıda bırakılmasına neden olmamıştır. Her ne kadar dışlanmaya maruz kalsalar da çocukların %62'si aynı zamanda dışlanmayı gerçekleştiren de olmuşlardır. En iyi arkadaş olmadıkların her çocuğa karşı neredeyse tamamı dışlamaya neden olmuşlardır. Bu çalışmada erkekler kadın katılımcılara göre daha çok dışlanmaya maruz kalmışlardır (Harding, 2013).

Sosyal dışlanma ve yeme davranışını incelenmiş, sosyal dışlanma sonrasında yeme davranışı değerlerini azaltılması ve aşırı kilolu bireylerin yeme davranışı üzerine etkisi incelenmiştir. Sosyal dışlanma deneyimi sonrasında kilolu bireylerin kilolu olmayan bireylere göre daha fazla yeme eğiliminde olduklarını gösterilmiştir. Araştırma sonuçlarında yaş değişkeni incelenildiğinde ise yaşı fazla olan kilolu bireylerin yaşı küçük olan bireylerden daha az etkilendikleri görülmüştür (Lebleu, 2015).

2.4. İNTERNET

Genel anlamda internet; bir bilgisayarın diğer bilgisayarlar ile bağlantı kurarak birbirleriyle; veri, ileti, dosya vb. bağlantı yapmasını sağlayan, birbiriyle bağlantılı bilgisayarlar sistemi şeklinde tanımlanabilir. İnternet; dünya çapında bilgisayar ağlarına dayalı yaygın bir iletişim sistemidir. Bu bağlantı ise bilgisayar ağlarının aralarında tekrar bağlantı kurmalarıyla oluşmaktadır (İçel, 1998).

Günümüzde kamu kurumları dahil neredeyse bütün işletmeler kendi yerel ağlarını (intranet) ya da global ağlarda (www) yerlerini oluşturmuştur. Bu durumdan

da vatandaşlar kendi üstüne düşenini kısa zaman içerisinde almıştır ve önemli miktarda kullanım artışı olmuştur (www.tuik.gov.tr, 2017).

1900'lü yıllardan itibaren geleneksel kitle iletişim araçları; gazete, radyo, televizyon, sinema iken 2000'li yıllardan itibaren ise iletişim araştırmalarının yeni inceleme alanı "internet" olmuştur. Hızla gelişen ve her geçen gün daha fazla insana ulaşan, iletişim ve paylaşım ağı haline gelen internetin iki yönlü iletişim özelliği göz önüne alındığında başlangıcını 19. yüzyılın ilk yarısında telgrafın bulunuşuna kadar götürmek mümkündür (Stratton, 2002). Televizyon, radyo vb. araçlar gibi medya aracı olarak da kullanılabilen internet teknolojisi temelde bilgi ve eğlence amaçlı kullanılmaktadır.

Türkiye'nin ilk internet bağlantısı öncelikle 1987'de "Türkiye niversite ve Araştırma Kurumlar Ağı" ile Ege niversitesi öncülüğünde tanışmıştır. 1993 yılında TBTAK (Türkiye bilimsel ve teknolojik araştırma kurumu) ve Orta Doğu Teknik niversitesi'nin Amerika Birleşik Devletleri (Washington) ve Ankara arasında kiralık bir hat ile kurulmuştur. Bu hattın ana hat olmasıyla gerçekleşmiş ve ülkemize sonra bu hat üzerinden yayılmaya başlamıştır (Demirtaş, 2017).

Her geçen gün internetin okul, iş ve toplum yaşamında kullanılması onu zorunlu bir ihtiyaç haline getirmektedir. Bu ihtiyaçlardan bazıları günlük yaşam ihtiyaçlarını (alışveriş, banka- maaş ve ödeme işleri, vb.) gidermek iken bazıları da eğitim (e-sınavlar, uzaktan eğitim modülleri, sınavlar ve başvurular, ders kayıtları gibi) zorunlu ihtiyaçları gidermeye yönelik zorunlu kullanımlar da olmaktadır. İnternet, sadece bu yönleri ile değil aynı zamanda zevk, eğlence ve zaman geçirme amaçlı kullanımı açısından da günümüzde yaygın bir kullanıma sahiptir. Daha önce bilgiye ulaşmak zaman gerektiriyor iken internet ile bu işlemler sadece dakikalar almaktadır (İnan, 2010).

İnternet; görece eski öncüllerinden ortamının farklılığı ve kişiselleşmesi, katılım biçimleri, avantaj ve dezavantajlarıyla bir kitle iletişim aracı olduğu görülmüştür. Bu iletişim şekli kendisini telefonla en iyi şekilde entegre etmiştir. Sonunda çok sayıda bilgisayarın veya telefonun birbirine bağlanarak oluşturdukları dünya çapında olan bir ağa dönüştürmüştür (Yalçın, 2003). Bütün dünyayı saran ve dünyanın herhangi bir yerinden, telefon veya bilgisayar ile kolayca ulaşılabilen bu

ağ, hayal edilmesi zor bilgi birikimi sunmakta ve bunlarla karşılıklı iletişim sağlamaya olanak sağlamaktadır (Gönül, 2002).

Bilgi ve teknolojinin hızla gelişmeye devam ettiği çağımızda internetin önemi artmış (Tanrıverdi, 2002); özellikle bilgisayar ve cep telefonunda internet kullanımı büyük ölçüde yaygınlaşmıştır (Arısoy, 2009). İnternet şimdi, günümüzün en önemli ve zorunlu bilgi paylaşım araçlarından biri haline gelmiştir (Akınoğlu, 2002). Türkiye İstatistik Kurumu 2016 hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırmasına göre internet kullanan bireylerin oranı % 61,2; hanelerin %96,9'unda cep telefonu kullandığını ve internet kullanım amaçları arasında sosyal medya kullanımı ilk sırada yer almıştır (www.tuik.gov.tr, 2017).

2017 yılında yapılan bir araştırmada sadece bir dakika içerisinde; youtube'de 4 milyon 100 bin videonun görüntülediği, 150 milyonun üzerinde e-postanın gönderildiği, 16 milyon yazılı mesajın iletildiği, instagram'da 46 bin 200 gönderinin paylaşıldığı, 452 bin tweet'in yazıldığı facebook'a 900 bin giriş yapıldığı, 1,8 milyon snap'in atıldığı, google'de 3.5 milyon aramanın gerçekleştiği bir dünyadan bahsetmiştir (www.guvenlinet.org.tr, 2018).

İnternet, iletişim aracı olarak ortaya çıkması bilgi ortamını daha hızlı ve kolay erişilebilir olmasını sağlamıştır. Diğer yandan bilgiyi alıp verim şeklinin yüz yüze veya yazılı belgelerden almanın yanı sıra elektronik ortama taşınmasıyla yeni sorunları da beraberinde getirmiştir (Fejez, 2005).

İnternetin çok sayıda çeşitli bilgiye kolay bir şekilde ulaşmayı sağlamanın ve diğerleriyle hızlı bir şekilde iletişime geçmeyi mümkün kılmasının yanında; interneti, başka amaçlar için de kullanılmakta olduğunu belirtmiştir. Bununla internet, bilgi paylaşımının yanı sıra haberleşme, alışveriş yapma, sohbet etme ve bir oyun oynama aracı haline geldiğini işaret etmiştir (Aydoğdu, 2003).

Artık günümüz teknoloji ve hız çağında zamanı en iyi ve en verimli şekilde kullanmak adına kullanılan bu teknolojinin olumlu yanları insanlar arasında hızlı bir şekilde yer edinmiş ve insanlar birçok işlemlerini; film izlemek, müzik dinlemek, oyun oynamak, alışverişlerini, iletişimlerini, arkadaşlıklarını dahi internet aracılığı ile sağlamaya başlamışlardır (Akınoğlu, 2002). Hatta pek çok kişi iş ararken kullandıkları cv'lerinin hobby kısımlarına "internet surf'ü yapmak" olarak ayrı bir başlık eklemişlerdir.

İnternet kullanım nedenleri; tanıdıklarla iletişimde olma, arkadaş bulma, ödevler için kullanım, can sıkıntısını giderme, problemlerden uzaklaşma, eğlenme ve kendini ifade etme şekli olarak tanımlanmıştır (Bayraktutan, 2005). Akınoğlu (2002) ise internetin; onu kullananlar üzerindeki olumsuz etkileri; pornografi, sanal kumar, psikolojik ve sosyolojik zararlarını irdelenmiştir (Akınoğlu, 2002).

2.4.1. İnternet Bağımlılığı

Bağımlılık kavramı, bir madde ya da davranışı kullanmayı bırakamama veya kontrol edememe şeklinde tanımlanmaktadır. Tansel'e göre ise "bağımlılık" kişinin isteği ile başlamaktadır; ancak süreç içinde bireyin özerklik ve kimliğini ortadan kaldırdığını açıklamaktadır (Tansel, 2006).

Bağımlılık, genelde bireyin kendisi tarafından fark edilememekte ve bu nedenle diğer rahatsızlıklara kıyasla daha riskli olan durumlara dönüşebilmektedir. Birey çoğu zaman bağımlı olduğunu düşünememekte ve bu nedenle tedavi gereksinimi duymamaktadır (Güler, 2004). Bu nedenle problemin çözümü güç bir hal almakta ve öncelikle bireyin rahatsızlığı konusunda bilinçlendirilmesi gerektiğini söylenmektedir (Ögel ve diğ., 2004).

Bağımlılık bir kişiye, bir nesneye ya da varlığa karşı duyulan önlenemez istektir. İnsanın bilişsel işleyişinin patolojik bir biçimde davranması olarak tanımlanırken; internet bağımlılığında ise bu bağımlılık nesnesi İnternet'tir.

İlk kez Kimberly S. Young tarafından Amerikan Psikoloji Derneği'nin 1996'da gerçekleştirilen yıllık toplantısında "internet bağımlılığı" (internet addiction) terimi tanımlanmıştır. Diğer yandan "bağımlılık" kavramını ilk kez Dr. Ivan Goldberg'in 1996 yılından şaka amaçlı göndermiş olduğu bir mailden ortaya çıktığını aktaran çalışmalar mevcuttur (Demirtaş, 2017). Daha sonra Goldberg internet bağımlılığı tanı ölçütü olarak da alkol bağımlılığından uyarılama yaparak tanı kriteri geliştirmiştir (Goldberg, 1996). Son yıllarda yapılan araştırmalarda da bazı eleştirilerin de literatüre girmesiyle, internet bağımlılığı terimi akla yatkın bir rahatsızlık (hastalık, bozukluk) olarak kabul edilmeye (Griffiths, 1999) başlanmıştır.

Bu alanda çalışma yapan diğer bir kişi olan Young (1996), internet kullanımını Dsm IV'ün kumar bağımlılığı ölçütlerini uyarlayarak araştırmıştır (Akt:

Ceyhan ve diğ., 2007). Young'un ardından birçok araştırmacı internet bağımlılığı kavramını tartışmış, tanımlamaya çalışmış ve çeşitli testler geliştirerek bu konuyu araştırmışlardır. Ülkemizde ise bu konu 2000'li yıllarda araştırmacıların ilgisini çekmeye başlamış ve araştırmalarının konusu haline gelmeye başlamıştır (Ceyhan ve diğ., 2007).

Medya bağımlılığı teorisi doğrultusunda internet kullanımının etkileri ve internet bağımlılığı çalışmasında; bilgisayar ve internet başında sabahlayan, sosyal medyanın cazibesine kendisini kaptıran, sınır tanımaksızın srf yapan ve bu yüzden kişisel ve sosyal ilişkilerinde sıkıntılar yaşayan bireylerin varlığı yeni bir tür bağımlılığın kimi uzmanlık alanlarına göre de ruhsal bir bozukluğun geliştiğinin de haberi olmaya başlamakta olduğunu gösterilmiştir (Işık, 2009).

Çok boyutlu bir sendrom olan problemlili internet kullanımı, sosyal, akademik/mesleki negatif sonuçlar doğurmakta olan bilişsel ve davranışsal belirtilerden meydana gelmiştir (Caplan, 2002).

Problemlili internet kullanımını çok boyutlu bir sendrom olarak değerlendiren Caplan'a göre, bu kişiler yüz yüze iletişim becerilerini internet ortamında sergilemeyi tercih etmekte, internet ortamında sosyal etkileşim kurarak kendini gösterme eğiliminde bulunmaktadır (Caplan, 2002). Bu etkileşimi tercih etmesine ise, kişilerin yaşadıkları sosyal izolasyon ve yalnızlığın sebep olduğu düşünülmektedir (Kraut ve diğ., 2002).

Young (1996) ise, internet kullanımını bir sendrom olmaktan ziyade; internet bağımlılığı terimini tercih etmiş, internet bağımlılığını, akademik, sosyal ve mesleki zararlara yol açmasıyla, madde veya alkol kullanımı bağımlılığına benzetmiştir (Akt; Ceyhan ve diğ., 2007).

Davranışı kurama göre internet bağımlılığı iki farklı biçimde açıklanabilmektedir. İliki klasik koşullanma temelindedir; internet kişi için başta nötr yani anlam taşıamaz iken online sohbetlerde eğlenmenin, online oyunlara katılmanın ve bu anları keyifli olarak yaşamalarından dolayı tekrar ve sürekli yaşama isteği oluşturması olarak açıklar. Edimsel koşullanma temelinde ise internet aracılığıyla bilgilere ulaşmanın, insanlarla sanal iletişim kurmanın pekiştirecek olabileceği düşünülmektedir (Küçükkaragöz, 2002).

Davranışsal bağımlılıklar kapsamında incelenen teknolojik bağımlılıklarda birey, pasif ya da aktif durumda olabilmektedir. Teknoloji araçlarının sahip olduğu ve etkileşim içeren ses, görüntü vb. etkiler bağımlılık eğilimini arttırabilmektedir.

İnternet bağımlılığını, patolojik veya problemlili internet kullanımını tanımlamada, internet başında geçirilen zaman önemli bir ölçüttür; fakat kişilerin internette harcadığı süre, problemlili internet kullanımını tanımlamasında tek başına yeterli olmamakta, aşırı kullanımın negatif sonuçlara yol açtığı, takıntılı internet kullanımını önemli bir ölçüt olarak değerlendirilmektedir (Young ve Rogers, 1998).

Farklı tanımları olmakla birlikte internet bağımlılığı internetle ilgili aşırı bir zihinsel meşguliyet, doyum ihtiyacının sağlanması için gittikçe artan sürelerde kullanım, yoksunluk durumunda sinirlilik kaygı ve duygu durumlarının internetle ilişkili olumsuz sonuçların olduğu (Ögel, 2017) bir yapı olarak değerlendirilebilir (Çalışgan, 2013).

James; cep telefonu bağımlısı bireylerin telefonları ile geçirdikleri zamandan ötürü sosyalleşmeye, çalışmaya, uyumaya ve derse daha az zaman harcadıklarını belirtmiştir (James, 2007). Cep telefonun doğru ve sağlıklı kullanımının özellikle gençlerde arkadaşlık ilişkilerine olumlu katkılar sağlayabildiği; ancak yanlış ya da kötü kullanımının ise gençlerin kişilik gelişimleri üzerinde kalıcı olumsuz etkilere neden olabildiği ifade edilmektedir (İlhan, 2005). Televizyon ile karşılaştırıldığında cep telefonu ve internet, bireye bir etkileşim olanağı vermektedir (Güzel, 2006). Birey, televizyonun sunduğu olanaklarla sınırlı kalmak durumundayken, interneti istediği gibi kontrol edebilme, yönetebilme olanağına sahip olması başka bir ifade ile özgürleşmesi nedeniyle internete daha çok bağlanabilmektedir (Acaroğlu, 2008).

İnternet bağımlılığının madde bağımlılığından önemli bir farkının, bireyin madde bağımlılığından kurtulabilmesi için bağımlı olduğu maddeyi kullanmayı bırakması, terk etmesinin olduğu söylenebileceği gibi; internet bağımlılığında birey interneti doğru ve sağlıklı kullanarak hem bağımlılık riskinin önüne geçebilecek hem de internet teknolojisinin birçok alandaki kullanımlarından faydalanabileceğini söylemektedir (Acaroğlu, 2008). İnternet bağımlılığı üzerinde yapılmış araştırmalarda, internet bağımlılığının sebep olduğu çeşitli ruhsal, sosyolojik, bedensel ve akademik problemler yüzünden diğer madde bağımlılıkları kadar risk taşıyabileceği belirtilmiştir (Ceyhan ve diğ., 2007; Gönül, 2002).

İnternet bağımlılığına sahip bireyler, bu bağımlılığa ait belirti ve davranışları göstermek zorunda değildirler (Beard ve Wolf, 2001). Aşırı internet kullanımı olumsuz bir ifade olarak görülse de, bireylerin ödeve veya iş amaçlı interneti uzun süre kullanması bağımlılığına neden olmayabilir (Caplan, 2005). İnterneti uzun süre kullanan her birey bağımlı olarak tanımlanmayabilir.

Sosyal öğrenme kuramına göre ise kişiler çevresindekilerin davranışları gözlemlenmenin yanı sıra bunlardan da kendine en uygun davranışları sergilemeye eğilimlidirler. Sosyal öğrenme modeli sürecinde model alınan kişinin özellikleri model alma üzerinde etkilidir. Ergenlik döneminde ise çocuklar daha çok akranlarına model alır. Akranlar arasında yaygın internet kullanım eğilimi ise bireyi internete bağlı hale getirdiği düşünülmektedir (Küçükkaragöz, 2002).

Sosyalleşme kuramı internet kullanımını ödül arayışlı bir davranış yaklaşımı şeklinde tanımlanmıştır (Grohol, 1999). Suler ise internet bağımlılığını internetteki (online) etkileşimlerin Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde yer olan ihtiyaçlara karşılık geldiği sonucuna varmıştır (Suler, 1996). Bizim araştırma konumuza ilgi konu ise Young dört kategori kuramı kavramsal olarak karşılamaktadır.

Young (1997), neyin ya da nelerin internet bağımlılığına sebep olduğu konusunda kendi varsayımlarını oluşturmuştur. İnternet bağımlılığına sebep olarak dört kategoride toplanmış ve dört kategori kuramı oluşturulmuştur. Bunlar; sosyal destek, yaşam koşulları, cinsel ergi, yeni bir kimlik yaratma imkanıdır (Young, 1997).

1) *Sosyal Destek*: Young'a göre sosyal destek kişinin devamlı olarak aynı sohbet grubunu, internet üzerinden oynanan çoklu kullanıcı oyunlarını veya haber gruplarını ziyaret/takip etmesiyle oluşabilir. Kişi, internette (çevrimiçi) bir topluluğa katıldığında, tavsiye, sempati, anlayış ve romantik ilişki kurabilme şansına sahip olur. İnternet bireye kendi duygu ve düşüncelerini kısıtlanmadan ifade edebileceği özgür bir ortam sağlar. İnternet bağımlıları sıklıkla sevdiklerine bile ifade etmekten kaçındıkları görüş ve inançlarını ifade etmelerine izin veren destek sistemlerini internette bulabildiklerini belirtmişlerdir (Young, 1997).

2) *Yaşam Koşulları*: kişinin yaşam koşulları internet bağımlılığında önemli rol oynamaktadır. Young'a göre ev işi yapanların internet bağımlılığına yakalanma riski daha fazladır; çünkü ev dışındakilerle sosyal ağ oluşturmanın yolu internete

bağlanmaktadır. Öz güveni düşük bireylerini sohbet etme amaçlı sitelere girmeye daha yakın olduklarını çünkü reddedilme korkularıyla baş etme yolu olarak gördüklerini belirtmektedir. Diğer yandan kendilerine destek gruplarını da bu şekilde sağlayabilmektedirler (Young, 1997).

3) *Cinsel Ergi*: Young'a göre internette birçok farklı cinsel tatmin için çıkış noktası mevcuttur. Sohbet odalarında görüntülü sex dahil homo ve hetero seks çeşitlerinin her türüne ulaşmak mümkündür (Young, 1997). Bu da cinsel ergiye ulaşamamış bireylerin gerçek kimlikleri belli etmeden cinsel fantezilerini araştırmalarına olanak tanımaktadır. Young; sosyalleşme problemi yaşayan ve kendilerini çekici hissetmeyen bireylerin, kendilerini internet ortamında çekici gördükleri ve bununla beraber internet ortamında cinsel fantezilerini reddedilme korkusu olmadan gerçekleştirebildiklerini belirtmiştir (Young, 1997).

4) *Yeni Bir Karakter Yaratma*: Çoğu internet ortamında Nickname olarak belirtilen takma ad yaratma imkanı vermektedir. Bu takma sayesinde yeni bir kimlik yaratan bireyler olduklarında tamamen farklı biri olmalarına imkan sağlamaktadır. İdeal benlik imgesi yaratabilme imkanına kavuşan bireylerin sınır istekleri ve çözümleri kişiliğinin bir parçası haline de bürünebilir (Young, 1997).

2.4.1.1. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri

Alan yazın incelendiğinde (Ayas ve diğ., 2011; Günüş ve Kayri, 2010) kişilerin internet bağımlılığı düzeylerinin ve internet bağımlısı olup olmadıklarının ölçülmesi ile ilgili farklı ölçüm şekillerinin veya yaklaşımlarının bulunduğu görülmektedir.

Ayas ve diğ.; “Ergenler İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği” çalışmasında; Cengizhan'ın bağımlılığı ifade eden maddelerden oluşan ölçek aracılığı ile (Ayas ve diğ., 2011); Young ise internet bağımlılığını bir testle ölçmeyi, ölçmeyi tercih ettiğini (Young, 1997), haftalık internet kullanım süresini dikkate almak ya da ölçek kullanmak yerine, bağımlılık ölçeklerinde yer alan soruları açık uçlu soruları çevirerek oluşturduğu klinik görüşme formunun kullanılmasını önerdiğini aktarmıştır (Beard ve Wolf, 2001). Ayas ve diğ. aktardığına göre kişinin kendisini internet

bağımlısı hissedip hissetmediğini temel aldığı; Brenner ise haftada 40 saatten fazla internet kullananları bağımlı olarak kabul ettiğini aktarmıştır (Ayas ve diğ., 2011).

Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışması, başlıklı çalışmada, teknolojik bağımlılıklar kapsamında medya, televizyon, cep telefonu, bilgisayar ve internet bağımlılığı gibi bağımlılıkları ele alınmıştır (Günüç ve Kayri, 2010). Yavuzer bu durumu çocuk ve gençlerin sosyalleşmelerinde bir engel teşkil edebileceği belirtilmektedir (Yavuzer, 2017).

2.4.1.1.1. Young’ın İnternet Bağımlılığı Modeli

Young (1999) internet bağımlılığı için tanı ölçütleri oluştururken kimyasal bir madde alınmasını içermemesinden hareketle patolojik internet kullanımını davranışsal bir dürtü kontrol bozukluğu olarak tanımlanmıştır. 8 maddeden oluşan internet bağımlılığı tanı kriterleri görüleceği üzere daha çok davranış temelli kriterlerdir. Bunlar;

1. Başlangıçta planlanandan daha uzun süre internette kalma,
2. Başkalarına internette kalma süresi ile ilgili yalan söyleme,
3. Arzu ettiği keyfi alabilmek için giderek daha fazla miktarda internet kullanma ihtiyacı duyma isteği,
4. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş, yani sürekli internete düşünme, internette yaptıkları faaliyetlerle ilgili hayal kurma ve benzeri,
5. Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile okul arkadaş ve iş çevresi ile sorunlar yaşama eğitim veya kariyer ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atma ya da kaybetme,
6. İnterneti problemden kaçmak veya olumsuz duygulardan uzaklaşmak için kullanma,
7. İnternet kullanımının azalması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk kızgınlık ya da çökkünlük hali,

8. İnternet kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması (Akt; Arısoy, 2009).

2.4.1.1.2. Mark D. Griffiths'in İnternet Bağımlılığı Modeli

Mark D. Griffiths DSM 4 kriterlerini internet bağımlılığını teşhis etmek için nasıl adapte ettiğini açıklamıştır. İnternet bağımlılığı tanısı koymak için gözden geçirilmesi gereken yedi alan vardır. Eğer kişi bu alanlardan üçü ya da dördüne uyuyorsa kişiye internet bağımlısı tanısı konulabilir. Bunlar;

1. İnternet kullanımı düşkünlüğünü değerlendirme,
2. Kişinin, interneti planlanandan daha fazla kullanıp kullanmama,
3. Kişinin, daha fazla online olmayı gerektiren uygulamalara çok zaman harcıyıp harcamama durumu,
4. Kişinin, internette zaman geçirmek için vazgeçtiği mesleki ve sosyal aktiviteler ile dinlenme vakitleri,
5. Aile, okul veya işte problemlere yol açmasına rağmen internetin ısrarla kullanmaya devam edip edilmemesi,
6. Kişinin, internete geçirdiği zamanı kıstak için geliştirdiği başarısız denemelerini ya da böyle bir girişimin olup olmadığı,
7. Yoksunluk belirtileri (Beard ve Wolf, 2001).

2.4.1.1.3. Goldberg' in İnternet Bağımlılığı Teorisi

Goldberg (1996) internet bağımlılığı teorisini oluştururken daha çok klinik olarak belirgin bir bozulmaya veya sıkıntıya yol açan uygunsuz internet kullanımı olarak tanımlamaktadır. Bunu da 12 aylık bir dönem içerisinde aşağıdaki tanımlardan üç veya daha fazlasıyla kendini göstermesiyle internet bağımlılığının ortaya çıktığını tanımlamaktadır. Bunlar;

1. Tolerans gelişimi

a) İstenen keyfin alınabilmesi için belirgin olarak artmış internet kullanım süresi

b) Sürekli olarak aynı sürelerde internet kullanımı ile alınan keyifte azalma olması

2. Aşağıda belirtilen tanımlar üzerinde yoksulluk gelişmesi

Kişiler üzerinde iş sosyal ve önemli işlevsel alanlarda sıkıntı yaşayabileceğini düşündüğü ağır ve uzun süreli internet kullanımı sonunda aşağıda belirtilenlerden en az iki tanesinin günler haftalar veya ay içinde çıkması

a) İnternette neler oluyor hakkında takıntılı düşünceler

b) Psikomotor ajitasyon

c) Bunaltı

d) İnternet hakkında fanteziler ve hayal kurmak

e) İsteyerek veya istemeyerek tuşlara basma hareket yapma

f) Sıkıntılı durumdan kurtulmak için internete bağlanma veya benzeri bir eylemde bulunma

3. İnternet kullanımının genellikle planlandığından daha fazla süreler alması,

4. İnternet kullanımını denetim altına alma veya bırakma için sürekli bir istek veya boşa çıkan çabalarda bulunma,

5. İnternet ile ilgili yapılabilecek eylemleri çok uzun süreler ayırma (program indirme dosyaları düzenleme alışveriş yapma bir şeyler satın alma gibi),

6. İnternet kullanım nedeniyle mesleki etkinliklerden boş zamanlar değerlendirme etkinliklerinin bırakılması veya azaltılması yani geri çekilme durumu,

7. İnternet kullanımının sorunlara yol açmasına (işe geç kalma sabah uyanamama gece uyuyamama eşiyile problem planlı davranışlarda gecikme) rağmen aşırı olarak kullanımın devam etmesi (Akt; Gönül, 2002).

2.4.1.1.4. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM 5)

Amerikan Psikiyatri Birliđi (Apa) tarafından yayınlanan Dsm-5'te internet bağımlılığı tanımlanması olmamakla birlikte internet oyun oynama bozuklukları ifadesi yer almıştır (Çalışan, 2013). İnternette oyun oynama bozukluğu için, 12 aylık bir süre içerisinde bahsedilen 9 kriterden 5 ya da daha fazlası karşılanması ve internetin genellikle diğer oyuncularla oyun oynama ile klinik olarak önemli bir bozukluk ve bir sıkıntıya yol ačan sürekli ve tekrarlayıcı kullanımı olarak tanımlanmıştır (Çalışan, 2013).

Ayrıca Dsm-V tanımlanan bu bozukluğa sadece kumar oyunlarını içermeyen internet oyunları dahildir. Bir iş ya da meslek aktivitesi için gereken internet kullanımı, diğer eğlence ya da sosyal internet kullanımı ve benzer şekilde, cinsellik içeren internet sitelerinin kullanımı internette oyun oynama bozukluğuna dahil değildir (Doğan, 2013).

İnternet bağımlılığı konusunda yapılan araştırmalar özellikle son yıllarda artış göstermektedir (Karaca, 2007). Araştırmalara neden ise internetin özellikle kendini arayan ergenlik dönemi çocuklar ve gençler üzerinde ciddi problemlere neden olabilecek bir etken olarak gösterilmesidir. Çünkü internetin yeni bir kültürel mekan, gerçeklik, özgürlük alanı, ekonomik bir pazar olarak ortaya çıkması, küresel değerlerin, sistemin kültürel mecrası halini almıştır (Güzel, 2006). Bölükbaş, en fazla internet bağımlılığı risk taşıyan grubun lise öğrencileri ve gençler olduğunu belirtmiştir (Bölükbaş, 2003).

Araştırmalarla internetin toplumdan bireyi yalıtması, depresyon, toplumsal ilişkilerde zayıflama, yalnızlık hissi gibi bazı sonuçlara neden olabildiği tespit edilmiştir (Yalçın, 2006). Problemlı internet kullanımını iki önemli yordayıcısı olarak cinsiyet ve yalnızlık olarak göstermiştir. Bulguların ilki, kadınların problemlı internet kullanım puanlarının düşük olduğu; diğeri ise yalnızlığın problemlı internet kullanımının yordayıcısı olduğudur. Bireylerin problemlı internet kullanımının yalnızlığı arttırmaktan ziyade kendini yalnız hisseden bireylerin internet bağımlısı olmaya daha eğilimli olduklarını öne sürmüştür (Oktan, 2015).

Son yıllarda ise internet bağımlılığının artmasına paralel olarak müdahale ve önleme çalışmalarının da gündeme geldiği görülmektedir. Amerika birleşik devletleri ve Avrupa'daki birçok ülkede internet bağımlılığını tedavi amaçlı merkezler kurulmuştur. Ülkemizde ise 2012 yılında bakırköy ruh sağlığı ve sinir hastalıkları hastanesinde internet bağımlılığı polikliniği kurulmuştur (Ögel, 2017).

Griffiths, interneti aşırı kullananların aslında internet bağımlısı olmadıklarını fakat başka bağımlılıkların tatmini için internet'i ideal bir ortam olarak gördüklerini ifade etmektedir; fakat internet kullanım süresinin problemleri internet kullanımını güçlü ölçüde yordayıcısı olduğunu göstermiştir (Oktan, 2015). Dolayısıyla internet bağımlısı olanlarla, internet üzerinden başka bağımlılıklarını tatmin edenlerin ayrımının yapılmasının önemli olduğunu belirtmektedir.

İnternet bağımlılığı, internetle ilgili zihinsel meşguliyetin aşırı düzeyde olması internet dışındaki vakitlerini değersiz bulması, internet başında geçilen duyumun gittikçe artan miktarda ve zamanında düşmesi ve bunu tolere etmek için daha fazla vakit geçirmesi, internette planladığından daha fazla kalınması, yoksunluğunda sinirlilik gerginlik, aşırı internet kullanımının aile sosyal hayat ve iş alanında olumsuz etkilere neden olabilir mesaj şeklinde tanımlanmıştır (Arısoy 2009; Young, 2004).

Sonuç olarak herhangi bir bağımlılık sendromunda görülen yoksunluk semptomları internet bağımlılığı tanısı konmuş kişilerde de görülmektedir. Tolerans, kendine hakim olamama, yalan söyleme, sosyal izolasyon bulgularının hemen hepsi internet bağımlılığında da görülmektedir (Young, 1996; akt; Ceyhan ve diğ., 2007).

2.4.1.1.5. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Yurtiçinde Yapılan Çalışmalar

Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi araştırmasında, 427 liseli katılımcı katılmıştır. Sonuç olarak ergenlerin internet bağımlılığı ile psikolojik belirtiler arasında cinsiyetler arasında farklılaşma bulunmasa da pozitif yönlü orta düzey bir ilişki bulunmuştur. Diğer sonuç ise internet bağımlılığı puanının anne baba tutumu ile farklılaştığı, ergenlerin internete bağlanma amacına göre farklılaştığı, liseli ergenlerin sınıf düzeyine göre farklılaşmadığını bulmuştur (Taş, 2018).

Lise öğrencisi ergenlerde depresyon, internet bağımlılığı ve ilişkili faktörler çalışmasında araştırmaya katılan ergenlerin ailesinin yaşadığı yere göre internet bağımlılık düzeylerinde anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre, ailesi köy, kasaba ya da şehirde yaşayan veya büyükşehirde yaşayan ergenlerin internet bağımlılık düzeylerinde herhangi bir farklılık gözlenmemiştir. Araştırma sonucuna göre depresyon eğilimi bulunan ergenlerin, depresyon eğilimi bulunmayan ergenlere göre internet bağımlılık düzeylerinin anlamlı şekilde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Lise öğrencisi ergenlerin özellikle kişilerarası ilişkilerden etkilendiği, depresyon ve internet bağımlılığı ilişkisinin fark edilir derecede fazla olduğunu; ancak internet bağımlılığı ile yalnızlığın ilişkili olmadığını gösterilmiştir (Öner, 2015).

Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile kişilik ilişkisinin incelenmesi çalışmasında, internet bağımlılığı ve internet kullanımının kişinin günlük işlevselliğini belirgin derecede bozduğunu tespit edilmiştir. Evden ve yurttan internete bağlanan katılımcıların diğer yerlerden internete bağlanan katılımcılara göre bağımlılık oranının riskli kullanıcı oranlarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Araştırmanın bir diğer sonucu ise çevrimiçi kalma süresi ile ilgili olan sorularda ortalama 4,7 saat günlük çevrimiçi kalma süresi çıkmıştır. İnternette çevrimiçi kalma süresi arttıkça internet bağımlılığı riski de arttığı söylenebilir. Yapılan çalışmada analize göre cinsiyete göre internet bağımlılığı puanının istatistiksel olarak farklılaştığını göstermişlerdir. Erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre internet bağımlılığı puanları daha yüksek bulmuşlardır. Kişilik özellikleri boyutunda bakıldığında ise psikotizm ve nevrozizm alt boyutları ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönde; ancak düşük bir korelasyon bulmuşlardır. Araştırmada son olarak dışa dönüklük ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır (Özgen, 2016).

Ceyhan; problemlerli internet kullanım düzeyi üzerinde kimlik statüsünün internet kullanım amacının ve cinsiyetin yordayıcılığı çalışmasında, problemlerli internet kullanımında cinsiyetin önemli bir faktör olmadığını, problemlerli internet kullanımının en önemli yordayıcısı'nın tanımadıkları kişilerle sosyal ilişkiler kurma temel amacı ile internet kullanımı olduğunu göstermiştir. Diğer yandan problemlerli internet kullanımının önemi; kimlik arayışı statüsü, başarılı kimlik statüsü ile ters yönde; eğlenme amacı ile internet kullanımı ve tanıdıkları ve yakınlarıyla iletişim

kurma amacıyla internet kullanımının da önemli biçimde yordadığını ortaya koymuştur. Ceyhan çalışmasında, interneti sosyal etkileşim için kullanmanın problemleri internet kullanımının gelişiminde bir risk faktörü olduğunu göstermiştir (Ceyhan, 2010).

Ceyhan; çevrimiçi ilişkiler; yüz yüze olan ilişkilerdeki kaygı ortadan kaldırdığı için isimsiz olabildikleri, dış görünüşleri veya kişisel özellikleri ile yargılanma kaygısı yaşamadıklarından istedikleri kişiliğe ve istedikleri cinsiyete bürünerek, farklı kişilik ve ilişki biçimlerini deneme fırsatı da kendilerine görmekte olduklarına dikkat çekmiştir. Araştırma sonucunda ise sürekli olarak bireylerin sahte kimlik kullanmasını da kararlı bir kimlik oluşumunu engelleyebileceği ve internet kullanımının sağlıklı kullanımdan problemleri kullanıma doğru yönelebileceği ve bu sonucun ise ruh sağlığını etkileyebileceğini göstermiştir (Ceyhan, 2010).

Medya bağımlılığı teorisi doğrultusunda internet kullanımının etkileri ve internet bağımlılığı çalışmasında, bireylerin günlük olarak internette geçirdiği süre ile bağımlılık ilişkileri açısından önemli bir değişken olarak saptanmıştır. Günlük internette kalma süresi ile internet bağımlılığı arasında doğru orantılı bir ilişki olduğunu gösterilmiştir. Cinsiyet değişkeninde ise erkekler bağımlılık ilişkisi bakımından kadınlara göre daha yoğun bağımlılık ilişkisi geliştirdiğini ortaya koyulmuştur (Işık, 2009).

2.4.1.1.6. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar

Ergenlik döneminde internet bağımlılığının yordayıcısı olarak algılanan ebeveynlik biçimleri adlı çalışmaya; 238 kız ve 181 erkek öğrenci olmak üzere toplam 419 lise öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucunda; internet bağımlılığı seviyesine bağlı olarak algılanan ebeveynlik stiline önemli ölçüde değiştiğini ortaya çıktığı bulgulanmıştır. Kısmi internet bağımlılığı olan ergenler internet bağımlısı olmayan ergenlere göre ebeveynlik stili daha demokratik olarak algılanmış; kısmi semtopları ve patolojisi olan internet bağımlısı ergenlerin ebeveynlerini daha zorlayıcı ve otoriter olmayan ebeveynlere göre daha koruyucu algılamışlardır. Cinsiyete göre bakıldığında ise erkek ergenlerin kadın öğrencilere göre daha yüksek bağımlılık düzeyine sahip oldukları bulgulanmıştır (Doğan ve diğ., 2015).

Çözüm odaklı sosyal ilgi programını test etmek için yapılan deneysel çalışmada akademik stresin ileri ergenlik dönemindeki katılımcıların üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Elde edilen sonuçlar, katılımcıların son test puanlarında belirgin bir şekilde, çözüm odaklı sosyal ilgi programının istatistiksel olarak anlamlı ana etkisinin olduğunu göstermektedir. Yine, bulgular katılımcıların akademik stres ve internet bağımlılığı üzerinde cinsiyetin anlamlı bir etkileşim etkisi olduğunu göstermiştir. Yaşın bağımsız değişkenler üzerinde etkili bir etkileşim etkisinin olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen bulgular, Çözüm - Odaklı Sosyal İlgi programının, ileri ergenlik dönemindeki katılımcılar arasında akademik stres ve internet bağımlılığı yönetimi için etkili bir tedavi olduğunu göstermiştir.

Genç yetişkinlerin ve orta yetişkinlik döneminde olan bireylerin kötü duygulardan kurtulmak ve bu durumları düzenlemek için interneti kullanımlarını araştırılmıştır. Araştırma sonucunda internet kullanım amaçlarından birinin araştırmaya konu olan durumdan kurtulmanın işe yaradığını göstermiştir. Diğer yandan Amerika'daki genç yetişkinlerin boş zamanlarını daha iyi kullanabilecekleri stratejilere ihtiyaç duyduklarını belirtmiştir. Araştırmaya katılan genç yetişkinlerin (%44) yaşlı yetişkinlere göre (%27) günlük rutinlerinde telefon ya da tableten internete girip sosyal ağlarından kontroller yapmaları ruh hallerini düzenlemenin bir parçası olarak internet kullanımını rapor etmişlerdir (Lyons, 2015).

Madde ve alkol bağımlılığı tanısı olan bireylerin bağımlılıklarının nüks etmesini önlemeye yönelik akıllı telefonlarda kullanılmak üzere bir uygulama geliştirilmiştir. Bağımlı bireylerin rehabilitasyon öncesi destekleyici bir bakım aracı olarak kullanmak zorunda olanlara akıllı telefonda görecekları programdan günlük olarak destek sağlayan yazılar paylaşılmıştır. Yaklaşık 30 tane uygulama geliştirilmiş ve tedavi sürecinde yardımcı olmayı hedeflemiştir. Günlük destekleyici yazılıları akıllı telefonda okuyan bağımlı bireylerin tekrar bağımlılık nüksmesi olasılığı programı kullanmayanlara daha düşük bulunmuştur (Paseman, 2017).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, verilerin elde edildiği evren ve örneklem, verilerin toplanmasında kullanılan araçlara ilişkin açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırma Modeli

Ergenlerin algıladıkları sosyal destek ve sosyal dışlanma deneyimlerinin internet bağımlılığını yordayıcılığını incelemek amacıyla gerçekleştirilen bu çalışma; genel tarama modeline göre ilişkisel tarama modeline göre desenlenmiştir. İlişkisel tarama modeli iki ya da daha çok değişken arasındaki ilişkileri ortaya koymak amacıyla kullanılmaktadır (Büyüköztürk ve diğ., 2013).

3.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, 2016 – 2017 öğretim yılı İstanbul ili avrupa yakası, Eyüpsultan ve Sultangazi ilçesinde bir ilköğretim okulu 6., 7. ve 8. sınıf ve bir lise 9., 10., 11. ve 12. sınıf öğrencileri arasından tesadüfi örneklem yoluyla seçilen öğrencilerden oluşmaktadır. Çalışmaya 767 öğrenci katılmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Yapılan araştırmada veri toplama aracı olarak her öğrenci için cinsiyet, yaş, kaç kardeş, kaçınıcı sıra oldukları, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, ailenin ortalama kazancı, cep telefonu kullanıp kullanmadıkları, internet kullanma sıklığı, aylık internet paketi, evdeki bilgisayarınızda kullanma sıklığı, hangi sosyal medya programları kullandıkları bilgilerinden oluşan kişisel bilgi formu yer almıştır.

3.3.2. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ASDÖ-R)

Algılanan sosyal destek ölçeği (ASDÖ-R) Yıldırım tarafından geliştirilmiştir. Ancak ölçeğin 1997 yılındaki 5 boyutlu formu, 2004 yılında 3 boyut olarak revize edilmiştir. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği R'nin Aile Desteği (AİD- 20 madde), Arkadaş Desteği (ARD- 13 madde) ve Öğretmen Desteği (ÖĞD- 17 madde) olmak üzere üç alt boyutu olmak üzere toplam 50 maddesi bulunmaktadır. Ölçek 3'lü likert tipinde ve seçenekler "Bana uygun, "Bana kısmen uygun" ve "Bana uygun değil" şeklindedir. Her alt boyutta birer ters madde bulunmaktadır. Algılanan sosyal destek ölçeği-r'nin toplam puanı 50-150, aile desteği puanı 20-60, arkadaş desteği puanı 13-39 ve öğretmen desteği puanı 17-51 arasında değişmektedir ve yüksek puan bireyin daha fazla destek aldığı anlamına gelmektedir. Yıldırım'a göre algılanan sosyal destek ölçeğinin iç tutarlılığı .93, aile desteği boyutunun .94, arkadaş desteği boyutunun .91 ve son olarak öğretmen desteği boyutunun .93 olarak hesaplanmıştır (Yıldırım, 1997).

ASDÖ' deki 26 maddenin 15 tanesi olumlu 11 tanesi ise tersine çevrilmiş cümlelerdir. Olumlu cümlelere verilen tepkiler (rakamlar) olduğu gibi puanlanmaktadır. Tersine çevrilmiş cümlelerde ise 1=3, 2=2, 3=1 olarak puanlanmaktadır. Sosyal desteğin her alt ölçeğinin altındaki olumlu cümleler puanları sütun halinde toplanarak "olumlu cümleler puanı" olarak, olumsuz cümleler puanları toplanarak "olumsuz cümleler puanı" kısımlarına ayrı ayrı yazılmaktadır. Her alt ölçeğin olumlu ve olumsuz cümleler puanlarının toplanması ile o alt ölçeği ilişkin toplam puan elde edilmektedir. Bireyin beş alt ölçekten aldığı puanların toplamı ise genel sosyal destek Puanı olarak kaydedilmektedir. Böylece ASDÖ, altı çeşit puan vermektedir. Puanın yüksekliği o bireyin sosyal destek düzeyinin yüksekliği anlamına gelmektedir (Yıldırım, 2004).

3.3.2.1. ASDÖ Geçerlik

ASDÖ'nün son formu üzerindeki güvenirlik çalışması, Ankara Gaziçiftliği Lisesi birinci sınıf öğrencileri arasından seçkisiz olarak alınan 115 öğrenciden elde edilen puanlar üzerinde yapılmıştır. ASDÖ, likert tipi ölçek olması nedeniyle ölçeğin

tümüne ve alt ölçeklerine ilişkin katsayısı yolu ile yapılmıştır. Çalışma sonucunda, Alfa güvenilirlik katsayısı ölçeğin tümü için 0.93; aile (Aİ)= 0.79; akraba (AK) = 0.76; arkadaş (AR) = 0.74; öğretmen (ÖĞ)= 0.75; ve toplum için (T) = 0.80 olarak bulunmuştur. Elde edilen güvenilirlik katsayıları ölçeğin güvenle kullanılabileceğini göstermiştir.

3.3.2.2. ASDÖ Güvenirlik

ASDÖ'nün geçerliği benzer ölçekler geçerliği yöntemi ile incelenmiştir. Ankara Gazçiftliği Lisesi birinci sınıf öğrencileri arasından seçkisiz olarak alınan 115 öğrenciye ASDÖ ile birlikte Harter'in geliştirdiği çocuklar ve gençler için sosyal destek ölçeği verilmiştir. Her iki ölçeğin toplam puanları ile alt ölçeklerine ilişkin puanlar arasındaki korelasyon "Pearson Korelasyon Katsayısı" yolu ile bulunmuştur. İki ölçeğin puanları arasında 0.69 korelasyon bulunmuştur. İki ölçek arasında 0.69 korelasyon ASDÖ'nün geçerliliğinin işareti olarak kabul edilebilir. ASDÖ'ye ilişkin yapılan faktör analizi sonuçlarının her alt ölçek düzeyinde ve birinci boyutta yüksek çıkmış olması ve ayrıca Cronbach Alfa ile hesaplanan ölçeğin tümüne ilişkin güvenilirlik katsayısının yüksek çıkması ($r_x=0.93$) ölçek maddelerinin ölçmek homojen olduğunu göstermektedir. Bu özellikleriyle, ölçeğin yapı geçerliğine sahip olduğu söylenebilir (Yıldırım, 1997).

3.3.3. Ergenler İçin Sosyal Dışlanma Deneyimleri (Ostrasizm) Ölçeği

Bireyin sosyal bir gruptan dışlanmasına ya da göz ardı edilmesine ilişkin algılarını değerlendirmek amacıyla Gilman ve diğ. (2013) tarafından geliştirilen Ostrasizm Deneyimleri Ölçeği, 11 maddeden ve iki alt boyuttan (önemsenmeme ve dışlanma) oluşan bir ölçme aracıdır. Akın, Uysal ve Akın; Ergenler İçin Ostrasizm (Sosyal Dışlanma) Deneyimleri Ölçeğinin türkçeye uyarlanması yapılmıştır. Ölçek 5'li bir derecelendirmeye sahiptir ("1" Hiçbir zaman, "2" Nadiren, "3" Sık sık, "4" Genellikle, "5" Her zaman). Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Yüksek puanlar yüksek düzeyde sosyal dışlanma algısını göstermektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 55, en düşük puan 11'dir. Ölçeğin yapı geçerliği için

uygulanan açımlayıcı faktör analizinde toplam varyans'ın %76.65'ini açıklayan ve faktör yükleri .77 ile .90 arasında değişen iki boyutlu bir yapı elde edilmiştir. Ölçeğin önemsenmeme alt boyutu 5, dışlanma alt boyutu 6 maddeden oluşmaktadır. Uyum geçerliği çalışmasında; önemsenmeme ve dışlanma alt boyutları ile depresyon ($r=.34$, $r=.53$), sosyal stres ($r=.45$, $r=.66$) arasında pozitif, global doyum ($r=-.40$, $r=-.32$) arasında negatif ilişkiler bulunmuştur. Ölçeğin cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı önemsenmeme alt boyutu için .94 ve dışlanma alt boyutu ikisi için .93 olarak bulunmuştur. Bireyin sosyal dışlanma deneyimleri yaşaması pek çok psikolojik sorunla ilişkili olabilir. Dolayısıyla bireyin sosyal dışlanmaya ilişkin algılarını gidermeye, sosyal dışlanmanın etkilerini azaltmaya yönelik müdahaleler hedeflemek önemlidir (Gilman ve diğerleri, 2013). Yapılan çalışmalardan elde edilen sonuçlar Sosyal Dışlanma Deneyimleri Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliğinin sağlandığını göstermektedir (Akın, 2015).

3.3.4. Ostrasizm Geçerlik

Yapı geçerliği; 306 bireyden elde edilen verilere doğrulayıcı faktör analizi uygulanmış ve uyum indeksi değerleri. Elde edilen bulgular uyum indeksleri ($\chi^2=80.64$, $sd=41$, $RMSEA=.56$, $NFI=.96$, $NNFI=.97$, $CFI=.98$, $RFI=.95$, $GFI=.95$, $SRMR=.048$) olarak çıkmıştır. Maddelerin faktör yükleri önemsenmeme alt boyuru için .79 ile .88, dışlanma alt boyutu için .71 ile .82 arasına değişmektedir. Yapılan DFA sonucunda elde edilen uyum indeksleri incelendiğinde, iki boyutlu modelin uyum verdiği ve ölçeğin orijinal faktör yapısının Türkçe formu faktör yapısıyla uyumlu olduğu görülmüştür (Akın, 2015).

3.3.5. Ostrasizm Güvenirlik

İç tutarlılık; cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı önemsenmeme alt boyutu için .93, dışlanma alt boyutu için .90, ölçeğin bütünü için .89 olarak bulunmuştur (Akın, 2015).

3.3.6. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Şahin ve Korkmaz; Hahn ve Jerusalem (2001) tarafından tasarlanan “İnternet Bağımlılığı Ölçeği - İBÖ” Türkçeye uyarlamıştır. İnternet bağımlılığı, bireylerin ölçüsüz bir biçimde internet kullanması, bundan dolayı da bireyin sosyal ve mesleki alanda çeşitli sorunlar yaşamasını ifade etmektedir. İnternet Bağımlılığı Ölçeği, 5 basamaklı likert tipi bir ölçektir. 3 faktör altına toplanabilen 19 maddeden oluşmaktadır.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği; ölçeğin türü olarak kendini değerlendirme ölçeğidir. 5’li likert ile sorular cevaplanmaktadır. 1: “Hiçbir zaman” , 2: “Nadiren”, 3: “ Bazen”, 4: “ Genellikle”, 5: “ Her zaman” düzeyinde artmaktadır. Ölçek kapsam olarak kişilerin internet bağımlılık düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen ve kişilerin kendisi hakkında bilgi vermesi esasına dayalı bir ölçme aracıdır. Ölçek 19 maddeden oluşmaktadır ve maddelerin 7’si “daha fazla online kalma isteği”, 4’ü “Kontrol Kaybı”, 8 maddesi ise sosyal ilişkilerde olumsuzluk olarak kategorilendirilmiştir. Ölçekte puanlama 19 - 95 puan arasındadır. Puan yükseldikçe internet bağımlılık düzeyinin yükseldiği kabul edilmektedir (Şahin ve Korkmaz, 2011).

3.3.6.1. İBÖ Geçerlik

Yapı geçerliği: ölçeğin yapı geçerliği açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri ile incelenmiştir. 468 birey üzerinde yürütülen çalışmadan elde edilen verilere uygulanan açımlayıcı faktör analizleri sonucunda KMO örneklem uygunluk katsayısı .92, Barlett Testi χ^2 değeri 6087.383 olarak bulunmuştur. Yapılan analiz sonucunda maddelerin üç faktörde toplandığı ve toplam varyans’ın %68.09’unu açıkladığı belirlenmiştir. Kontrol kaybı faktörü 7 maddeden oluşmakta ve faktör yükleri .72-.84 arasında değişmektedir. Daha fazla online kalma isteği faktörü 4 maddeden oluşmakta ve faktör yükleri .64-.84 arasında değişmektedir. Sosyal İlişkilerde olumsuzluk faktörü ise 8 maddeyi içermekte ve faktör yükleri .67 ve .82 arasında değişmektedir. Üç boyutlu internet bağımlılığı modeli için uygulanan doğrulayıcı faktör analizinde uyum endeksi değerleri: $\chi^2 = 580,17$, $sd = 149$

RMSEA=.079, SRMR= .045, GFI= .85, CFI= .97, NNFI= .96, IFI=.95 olarak bulunmuştur (Şahin ve Korkmaz, 2011).

3.3.6.2. İBÖ Güvenirlik

İç tutarlık; ölçeğin bütününe sperman brown güvenirlik katsayısı .77 guttman split-half değeri .77, cronbach alfa iç tutarlık güvenirlik katsayısı .86 olarak belirlenmiştir. Alt boyutlara ilişkin eş yarı korelasyonlarının .76 ile .81, sperman brown değerlerinin .86 ile .89, guttmann split-half değerlerinin .84 ile .89, cronbach alfa iç tutarlık güvenirlik katsayılarının .89 ile .93 arasında değiştiği bulunmuştur.

Sonuç olarak “İnternet Bağımlılığı Ölçeği”nin, Türkiye’de bireylerin internete ilişkin bağımlılık düzeylerinin belirlenmesinde kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu söylenebilir (Şahin ve Korkmaz, 2011).

3.7. Verilerin Toplanması

Örneklem İstanbul, Eyüpsultan ve Gaziosmanpaşa ilçelerinde bulunan birer ortaokul ve liselerde yapılmıştır. Okullardan randevu alınmış ve buna istinaden bir ders saati için (45 dk) idare tarafından uygun görülmüştür. Örnekleme dahil olan okulların tümünde ölçeğin uygulanması araştırmacının katılımıyla gerçekleşmiştir. Katılımcılara verilen anketlerin; başarı veya zekayı ölçmeyi hedeflemediği, ölçeklerin doldurulması herhangi bir ders notuna karşılık gelmeyeceği, kağıtların üzerine ad - soyad yazmamaları gerektiği, anketlerin sonuçlarının bilimsel amaç için kullanılacağı ve bilgilerin tamamının gizli kalacağı ve bir ders saati kadar sürenin olmasından dolayı sorulara rahat ve içten cevap verebilecekleri söylenmiş ve süre sonunda anketler elden teslim alınmıştır.

3.8. Verilerin analizi

Araştırmada ölçülmek istenilen verileri analiz etmek için Spss 18.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin dağılımı normal dağılım ($p<0,05$) göstermiş,

basıklık ve çarpıklık değerleri (-1 ile +1 arasındadır) normallik sınırındadır (Kalaycı, 2015). Algılanan Sosyal Destek Toplam Puan (Sk: -,772, Krt: -,068), Sosyal Dışlanma Deneyimleri Toplam Puanı (Sk: -,109, Krt: ,151), İnternet Bağımlılığı Toplam Puanı (Sk: -,854, Krt: 127) Skewness ve Kurtosis değerleri normallik sınırındadır. Bu sebepten parametrik testler kullanılmıştır. Verilerin analizinde; Yüzde, Ortalama, bağımsız örneklerin karşılaştırılmasında T Testi, iki değişken arasındaki ilişkinin yönü ve kuvveti için Pearson Korelasyon Analizi, 3 veya daha fazla grupların ortalamaları arasındaki farklılıkların anlamı için One Way Anova, Anova Analizi sonucu çıkan anlamlı farkların kaynakları için Post-Hoc testleri, bağımlı değişkeni açıklama derecesini bulmak için ise Regresyon Analizi teknikleri kullanılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUMLAR

Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimlerinin, İnternet Bağımlılığını yordayıp yordamadığının incelendiği bu çalışma 767 öğrencinin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin bazı Sosyo-Demografik özelliklerinin dağılımı Tablo 4.1'de verilmiştir.

Tablo 4.1. Öğrencilerin Bazı Sosyo-Demografik Özelliklerin Sayı - Yüzde Dağılımı Tablosu

Sosyo-Demografik Özellik	N	%
Cinsiyet		
Erkek	450	58,7
Kadın	317	41,3
Yaş Grubu		
10-13	421	54,9
14-16	299	39,0
17-20	47	6,1
Kardeş Sayısı		
1-2	335	43,7
3-4	313	40,8
5-8	111	14,5
9-15	8	1,0
Kardeşler Sırası		
1-2	534	69,6
3-4	172	22,4
5-8	59	7,7
9-15	2	0,3
Öğrenim Durumu		
Orta 1	112	14,6
Orta 2	117	15,3
Orta 3	247	32,2
Orta 4	92	12,0
Lise 1	94	12,3
Lise 2	71	9,3
Lise 3	15	2,0
Lise 4	19	2,5
Ailenin Gelir Durumu		
1000-2000	399	52,0
2001-3000	270	35,2
3001-4000	68	8,9
4001- 4001 üzeri	30	3,9

Buna göre katılımcıların %58,7'si Erkek (n=450), %41,3'ü Kadın (n=317)'dir. Katılımcıların %54,9'u (n=421), 10-13 yaş grubunda; %39,0'ı (n=299), 14-16 yaş grubunda ve %6,1'i (n=47), 17-20 yaş grubundadır. Katılımcıların

%43,7'si (n=335) 1 veya 2 kardeşe, %40,8'i (n=313) 3 veya 4 kardeşe, %14,5'i (n=111) 5 veya 8 kardeşe, %1'i (n=8) 9 veya 15 kardeşe sahiptir.

Katılımcıların %69,6'sı (n=534) Ailenin 1. veya 2. Çocuğu, %22,4 (n=172) Ailenin 3. veya 4. Kardeş sırasında , %7,7'si, (n=59) Ailenin 5. veya 8. Kardeş Sırasında, %0,3'ü (n=2) Ailenin 9. veya 15. Kardeş Sırasında'dır. Katılımcıların %74,1'i (n=568) ortaokula devam etmektedir.

Katılımcıların %52,0'ı (n=399) 1000-2000tl arasında Aile Gelir Durumlu, %35,2'si (n=270) 2001-3000tl arasında Aile Gelir Durumlu, %8,9'ü (n=68) 3001-4000 tl arasında Aile Gelir Durumlu, %3,9'si (n=30) 4001-4001tl ve üzeri arasında Aile Gelir Durumlu olduğunu beyan etmiştir.

Tablo 4.2. Öğrenci Ebeveynlerinin Öğrenim Durumlarının Sayı – Yüzde Dağılımı Tablosu

Değişkenler	N	%
Anne Öğrenim Durumu		
Okuma yazması yok	109	14,2
İlkokul	312	40,7
Ortaokul	234	30,5
Lise	97	12,6
Üniversite	13	1,7
Yüksek lisans ve üzeri	2	0,3
Baba Öğrenim Durumu		
Okuma yazması yok	67	8,7
İlkokul	262	34,2
Ortaokul	282	36,8
Lise	132	17,2
Üniversite	22	2,9
Yüksek lisans ve üzeri	2	0,3

Tablo 4.2'de öğrenci ebeveynlerinin öğrenim durumlarının dağılımı verilmiştir. Buna göre katılımcıların Annelerinin; %14,2'sinin (n=109) öğrenim okuma yazması yok iken, %40,7'sinin (n=312) öğrenim durumu ilkokul, %30,5'sinin (n=234) öğrenim durumu Ortaokul, %12,6'sının (n=97) öğrenim durumu Lise, %1,7'sinin (n=13) öğrenim durumu Üniversite, %0,3'lük (n=2) bir kısmı ise Yüksek Lisans ve Üzeri düzeydedir.

Katılımcıların Babalarının ise; %8,7'sinin (n=67) öğrenim durumu Okuma Yazması Yok iken, %34,2'sinin (n=262) öğrenim durumu İlkokul, %36,8'inin (n=282) öğrenim durumu Ortaokul, %17,2'sinin (n=132) öğrenim durumu Lise,

%2,9'unun (n=22) öğrenim durumu Üniversite, %0,3 'ünün (n=2) öğrenim durumu ise Yüksek Lisans ve üzeridir.

Tablo 4.3. Öğrencilerin Cep Telefonu Kullanımı İle İlgili Bazı Özelliklerinin Sayı – Yüzde Dağılımı Tablosu

Değişkenler	N	%
Cep telefonu kullanımı		
Evet	514	67,0
Hayır	253	33,0
Cep telefonu fiyatı (n=514)		
300-500	144	28,0
600-1000	226	44,0
1200-1500	98	19,1
1500 üzeri	46	8,9
Cep telefonunda internet bulunma durumu (n=496)		
Evet	374	75,4
Hayır	122	24,6
Cep telefonundaki internet paketi hacmi		
1 GB	134	27,4
2 GB	152	31,1
3 GB	53	10,8
4 GB	30	6,1
Sınırsız	120	24,5
Evde internet bulunma durumu (n=730)		
Evet	529	72,5
Hayır	201	27,5

Öğrencilerin cep telefonu kullanımı ile ilgili bazı özelliklerinin dağılımı Tablo 4.3'de verilmiştir. Buna göre, katılımcıların %67,0'ının (n=514) cep telefonu bulunmakta, katılımcıların %33,0'ı (n=253) cep telefonu kullanmamaktadır. Cep telefonu olan katılımcıların %28,0'nın (n=144) cep telefonu fiyatı 300tl – 500tl arası, %44,0'nın (n=226) cep telefonu fiyatı 600tl – 1000tl arası, %19,1'nin (n=98) cep telefonu fiyatı 1000 – 1500tl arası, %8,9'nun (n=46) cep telefonu fiyatı 1500tl ve üzeri olduğu görülmüştür.

Katılımcıların %75,4'nün (n=374) mobil interneti olduğunu, %24,6'sının (n=122) telefonunda internet bulunmadığını bildirmiştir. %72,6'sı ise 1 gb'nin üzerinde mobil internet paketine sahip olduğunu bildirmiştir. Çalışmada ayrıca katılımcıların %72,5'i evlerinde internet bulunduğunu bildirmiştir.

Tablo 4.4. Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle İlgili Bazı Özelliklerinin Sayı- Yüzde Dağılımı Tablosu

Değişkenler	N	%
Günlük internet kullanma sıklığı (n=713)		
1-2 saat	428	60,0
3-6 saat	213	29,9
7-10 saat	40	5,6
11-12 saat	32	4,5
Bilgisayarda günlük internet kullanma sıklığı (n=679)		
1-2 saat	555	81,7
3-6 saat	109	16,1
7-12 saat	15	2,2
Kullanılan sosyal medya program sayısı (n=750)		
Hiç kullanmıyor	2	0,3
1-4	82	10,9
5-8	379	50,5
9-12	161	21,5
13-17	126	16,8

Tablo 4.4'te öğrencilerin internet kullanımı ile ilgili bazı özelliklerinin dağılımı verilmiştir. Buna göre öğrencilerin 34'ü internet kullanmadığını belirtmiş, İnternet kullanan 713 öğrencinin; %60,0'ı (n=428) günlük en az 1-2 saat internet kullanırken, %29,9'ü (n=213) günlük 3-6 saat, %5,6'sı (n=40) 7-10 saat, %4,5'i (n=32) 11-12 saat internet kullanma sıklığı olduğunu belirtmiştir.

Katılımcılar (n=679) mobil internet dışında evde de interneti aktif olarak kullanmaktadır. Katılımcıların %81,7'si (n=555) günde en az 1-2 saat bilgisayar internetini kullandığını, %16,1'i (n=109) günde 3-6 saat, %2,2'si (n=15) günde 7-12 saat bilgisayarda günlük internet kullanımı olduğunu bildirmektedir.

Bununla birlikte katılımcıların %0,3'ü (n=2) herhangi bir sosyal medya kullanmadığını, %10,9'u (n=82) 1 ile 4 farklı sosyal medya kullandığını, %50,5'i (n=379), 5 ile 8 farklı sosyal medya kullandığını, %21,5'i (n=161), 9 ile 12 farklı sosyal medya kullandığını, %16,8'i (n=126) 13 ile 17 farklı sosyal medya kullandığını belirtmiştir.

Tablo 4.5. İnternet Bağımlılığı, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve Algılanan Sosyal Destek Arasında Pearson Korelasyon Analizi Tablosu

		1	2	3
1) Alg. Sos. Des. Top. Puan	r	1	,053	-,245**
	n	767	767	767
2) Sos. Dış. Deny. Top. Puan	r		1	,131**
	n		767	767
3) İnt. Bağ. Top. Puan	r			1
	n			767

** P<0,01

Tablo 4.5'te İnternet Bağımlılığı, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve Algılanan Sosyal Destek arasında Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Araştırmanın sonucuna göre İnternet Bağımlılığı toplam puanı ile Algılanan Sosyal Destek toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü zayıf bir ilişki ($r_p = ,131$) ve Sosyal Dışlanma Deneyimleri arasında negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı zayıf bir ilişki ($r_p = -,245$) bulunmuştur.

Tablo 4.6. Algılanan Sosyal Destek ile İnternet Bağımlılığı'nın Regresyon Analizi Tablosu

	B	SH	β	T	P
Sabit	65,963	4,651		14,183	0
Alg. Sos. Dest.	-,251	,036	-,246	-7,008	0,000

Model Özeti; R: ,246^a R²: ,060 F: 1,212 P<0,05

Tablo 4.6'da Algılanan Sosyal Destek'in İnternet Bağımlılığı'nı yordayıp yordamadığını anlamak için Regresyon Analizi yapılmıştır. Algılanan Sosyal Destek ile İnternet Bağımlılığı arasında Regresyon analizi yapılabilmesi için Anova değerine bakılmıştır. Anova değeri $p < 0.05$ çıktığı için Regresyon Analizi yapılmasında sakınca görülmemiştir. Algılanan Sosyal Destek ile İnternet Bağımlılığı arasında bir ilişki vardır. İlişkinin yönü negatiftir. Eğim katsayısı -,251'dir. Regresyon analizi sonucuna göre Algılanan Sosyal Destek'in İnternet Bağımlılığı'nı $R^2 = 0,60$ kadar yordadığı görülmüştür.

Tablo 4.7. Sosyal Dışlanma Deneyimleri ile İnternet Bağımlılığının Regresyon Analizi Tablosu

	B	SH	β	T	P
Sabit	25,825	2,146		12,036	,000
Sos. Dış. Deney.	0,285	0,076	0,134	3,743	,000
Model Özeti; R: ,134 ^a R ² : ,018 F: 1,218 P<0,05					

Tablo 4.7’de Sosyal Dışlanma Deneyimlerinin İnternet Bağımlılığını yordayıp yordamadığını anlamak için Regresyon Analizi yapılmıştır. Sosyal Dışlanma Deneyimleri ile İnternet Bağımlılığı arasında Regresyon analizi yapılabilmesi için Anova değerine bakılmıştır. Anova değeri $p < 0.05$ çıktığı için Regresyon Analizinin yapılmasında sakınca görülmemiştir. İnternet Bağımlılığı ile Sosyal Dışlanma Deneyimleri arasında anlamlı bir ilişki vardır. İlişkinin yönü pozitifdir. Eğitim katsayısı da .285’dir. Regresyon analizi sonucuna göre Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri’nin İnternet Bağımlılığı’nı $R^2=0,18$ kadar yordadığı görülmüştür.

Tablo 4. 8. Cinsiyet’e göre İnternet Bağımlılığı, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve Algılanan Sosyal Destek T Testi Tablosu

Ölçekler	Cinsiyet	n	\bar{X}	s.s	s.d	T	P
İnt. Bağıml.	Kadın	317	31,21	15,00	,8426	-3,555	,562
Top. Puan	Erkek	450	35,19	15,42	,7272	-3,572	
Sos. Dış.	Kadın	317	28,57	7,22	,4058	4,25	,377
Den. Top. Puan	Erkek	450	26,34	7,11	,3354	4,239	
Sos. Dest.	Kadın	317	52,58	7,48	,4201	-0,341	,272
Aile	Erkek	450	52,76	6,97	,3290	-0,336	
Sos. Dest.	Kadın	317	35,15	4,70	,2642	5,213	,008
Ark.	Erkek	450	33,21	5,32	,2508	5,325	
Sos. Dest.	Kadın	317	42,48	8,19	,4602	-0,291	,174
Öğrt.	Erkek	450	42,64	7,47	,3522	-0,287	

Tablo 4.8’de Cinsiyet’e göre İnternet Bağımlılığı, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve Algılanan Sosyal Destek ortalamaları arasındaki farkı anlamak için T Testi analizi yapılmıştır. Cinsiyet arasında İnternet Bağımlılığı toplam puanları ortalaması Kadın (317): 31,21, Erkek (450): 35,19 ortalaması bulunmuştur. Cinsiyet ile İnternet Bağımlılığı puanları ortalaması arasında farklılıklar görülmüştür.

Araştırma sonucunda Erkek öğrencilerin ($\bar{x}=35,19$) Kadın öğrencilere ($\bar{x}=31,21$) göre internet bağımlılığı ölçeği puan ortalaması daha yüksek bulunmuştur. Fakat bu farklılık ($p>0.05$) istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Cinsiyet ile Sosyal Dışlanma Deneyimleri toplam puanları Kadın (317): 28,57, Erkek (450): 26,34 ortalaması bulunmuştur. Sosyal Dışlanma Deneyimleri ölçeği puan ortalaması ile Cinsiyet arasında fark görülmüştür. Kadın öğrencilerin Sosyal Dışlanma Deneyimleri ölçeği puan ortalamaları ($\bar{x}=28,57$) Erkek öğrencilerin Sosyal Dışlanma Deneyimleri ölçeği puan ortalamalarına ($\bar{x}=26,34$) göre daha yüksektir. Bu farklılık ($p>0.05$) istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Cinsiyet ile Algılanan Öğretmen Desteği toplam puanları Kadın (317): 42,48, Erkek (450): 42,64 ortalaması görülmüştür. Algılanan öğretmen desteği puan ortalaması ile Cinsiyet arasında farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>0.05$). Kadın ve Erkek öğrenciler arasında algılanan öğretmen desteği puan ortalamaları birbirine yakındır.

Cinsiyet ile Algılanan Arkadaş Desteği toplam puanları Kadın (317): 35,15, Erkek (450): 33,21 ortalaması bulunmuştur. Algılanan Arkadaş Desteği ile Cinsiyet arasında anlamlı farklılık vardır. Bu farklılık ($p<0.05$) istatistiksel olarak anlamlıdır. Kadın öğrencilerde Erkek öğrencilere göre algıladıkları arkadaş desteği puanı ortalaması daha yüksektir. Kadın öğrencilerin arkadaş destek alguları Erkek öğrencilere göre yüksektir.

Cinsiyetler ile Algılanan Aile Desteği toplam puanları Kadın (317): 52,58, Erkek (450): 52,76 ortalaması bulunmuştur. Algılanan Aile desteği puan ortalamaları ile Cinsiyetler arasında istatistiksel ($p=,974$) olarak anlamlı bir ilişki çıkmamıştır. Sonuç olarak Cinsiyetler arasında aileden algılanan sosyal destek düzeylerinde fark olmadığı söylenebilir.

Tablo 4.9. Öğrenim Düzeyi'ne göre İnternet Bağımlılığı Anova Analizi Tablosu

Öğrenim Düzeyi	N	\bar{x}	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	S.d	Kareler Ortalaması	F	P
Lise 3	15	27,13	Gruplar Arası	6862,13	7	980,30	4,274	,000
Orta 2	117	29,01	Grupiçi	174083,87	759	229,36		
Orta 1	112	30,74	Toplam	180946,01	766			
Lise 2	71	32,18						
Lise 4	19	34,57						
Orta 4	92	34,75						
Lise 1	94	34,78						
Orta 3	247	36,74						
p<0,05								

Tablo 4.9'da Öğrenim Düzeyi ile İnternet Bağımlılığı ortalamaları arasında farkın olup olmadığını saptamak için Anova analizi ile incelenmiştir. Araştırmaya katılan Orta 1 (112), Orta 2 (117), Orta 3 (247), Orta 4 (92), Lise 1 (94), Lise 2 (71), Lise 3 (15), Lise 4 (19) öğrenci bulunmaktadır. İnternet bağımlılığı ile öğrenim düzeyleri puanları arasında fark [$F(4,274)= 27.13$, $p=,00$] bulunmuştur. Bu farklılığın hangi öğrenim düzeyinden kaynaklandığını bulmak için Post-Hoc karşılaştırmalar yapılmıştır. Buna göre Orta1 ($M= -6,007$, $Ss=1,725$) ile Orta2, Orta4 ve Lise düzeyindeki öğrencilerin puan ortalamaları farklılaşmazken Orta3 ile internet bağımlılığı ölçeği puan ortalamaları arasında fark bulunmuştur.

Tablo 4.10. Öğrenim Durumu'na göre Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri Anova Analizi Tablosu

Öğrenim Düzeyi	n	\bar{X}	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	S.d	Kareler Ortalaması	F	P
Orta 2	117	25,3077	Gruplar Arası	951,331	7	135,904	2,631	,011
Orta 1	112	26,2857	Grupiçi	39205,942	759	51,655		
Lise 4	19	26,4737	Toplam	40157,272	766			
Orta 4	92	27,4239						
Lise 3	15	27,6000						
Orta 3	247	27,7611						
Lise 2	94	28,0745						
Lise 2	71	29,1690						
p<0,05**								

Tablo 4.10'da Öğrenim Durumu ile Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri ortalamaları arasında farkın olup olmadığını saptamak için Anova analizi ile incelenmiştir. Sosyal Dışlanma Deneyimleri ile Kaçınıcı Sınıfta Okuyorsunuz sorusu arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p<0.05$) fark bulunmuştur. Bu anlamlı farkın

kaynağını bulmak için Post-Hoc karşılaştırmalar yapılmıştır. Buna göre Orta2 ile Orta1, Orta4 ve Lise1, Lise3, Lise4 düzeyindeki öğrencilerin puan ortalamaları farklılaşmazken Orta3 (M= -2,453, Ss=,806) ve Lise2 (M= -3,861, Ss= 1,081) ile Sosyal Dışlanma Deneyimleri puan ortalamaları arasında fark bulunmuştur.

Tablo 4.11. Kaç Kardeş Olma Durumu'na Göre İnternet Bağımlılığı, Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimleri Anova Analiz Tablosu

	Kaç Krdş?	n	\bar{X}	Varyans Kaynağı	Kareler Top.	S.d	Kareler Ort.	F	P
Sos. Dışl. Deny.Top. Puan	9-15	8	22,2500	Gruplar Arası	262,320	3	87,440	1,672	,172
	5-8	111	26,6577	Grupiçi	39894,952	763	52,287		
	3-4	313	27,3674	Toplam	40157,272	766			
	1-2	335	27,4896						
İnt. Bağ. Top. Puanı	9-15	8	26,0000	Gruplar Arası	1392,607	3	464,202	1,973	,117
	5-8	111	31,0090	Grupiçi	179553,406	763	235,326		
	1-2	335	33,8328	Toplam	180946,013	766			
	3-4	313	34,3355						
Alg. Sos. Dest. Top. Puan	3-4	313	128,9712	Gruplar Arası	152,877	3	50,959	,224	,880
	1-2	335	129,2209	Grupiçi	173860,018	763	227,864		
	5-8	111	129,8288	Toplam	174012,894	766			
	9-15	8	132,6250						

Tablo 4.11'de Kardeş sayısına ile İnternet bağımlılığı, Algılanan Sosyal Destek ve Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri toplam puanı ortalamaları arasında farkın olup olmadığı saptamak için Anova analizi ile incelenmiştir. Anova testi sonucuna göre Kardeş sayısına göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı ($P<0.05$) fark bulunmamıştır.

Tablo 4.12. Anne Eğitim Düzeyi'ne göre İnternet Bağımlılığı, Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimleri Anova Analizi Tablosu

	Anne Eğt. Düzy.	n	\bar{X}	Vary. Kayn.	Kareler Top.	S.d	Kareler Ort.	F	P
Sos. Dışl. Deny. Top. Puan	Üniv.	13	23,7600	Gruplar Arası	426,174	5	85,235	1,633	,149
	Mas. Üstü	2	24,0000	Grupiçi	39731,098	761	52,209		
	Okuma Bilm.	109	26,5900	Toplam	40157,272	766			
	İlkokul	312	27,0160						
	Ortaokul	234	27,6100						
	Lise	97	28,5052						
İnt. Bağ. Top. Puan	Üniv.	13	28,0700	Gruplar Arası	718,138	5	143,628	,606	,695
	Okuma Bilm.	109	32,3200	Grupiçi	180227,875	761	236,830		
	İlkokul	312	33,6100	Toplam	180946,013	766			
	Ortaokul	234	33,8700						
	Lise	97	34,5567						
	Mas. Üstü	2	38,0000						
Alg. Sos. Dest. Top. Puan	Mas. Üstü	2	123,0000	Gruplar Arası	4060,896	5	812,179	3,637	,003
	Lise	97	125,8100	Grupiçi	169951,998	761	223,327		
	Okuma Bilm.	109	126,7700	Toplam	174012,894	766			
	İlkokul	312	128,8800						
	Ortaokul	234	132,1500						
	Üniv.	13	132,6100						

Tablo 4.12'de Anne Eğitim Düzeyine göre İnternet Bağımlılığı, Algılanan Sosyal Destek ve Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri toplam puanları arasında farkın olup olmadığını göstermek için Anova analizi yapılmıştır. Anova testi sonucuna göre Anne Eğitim Düzeyi ile Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0.05$) fark bulunmamıştır. Fakat Anne Eğitim Düzeyi ile Algılanan Sosyal Destek toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$) fark görülmüştür.

Bu farklılığın hangi öğrenim düzeyinden kaynaklandığını bulmak için Post-Hoc karşılaştırmalar yapılmıştır. Buna göre Anne Eğitim Düzeyi Ortaokul olanlar ile Okuma Yazma bilmeyen ($M = 5,387$, $Ss = 1,732$) ve Lise ($M = 6,343$, $Ss = 1,804$) öğrenim düzeyinde olanların puan ortalamaları arasında fark bulunmuştur.

Tablo 4.13. Baba Eğitim Düzeyine Göre İnternet Bağımlılığı, Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimlerinin Anova Analizi Tablosu

	Baba Eğt. Düzy.	n	\bar{x}	Vary. Kayn.	Kareler Top.	S.d	Kare. Ort.	F	P
Sos. Dışl. Deny. Top. Puan	Üniv.	13	23,36	Grplar Arası	703,979	5	140,796	2,716	,019
	Okuma Bilm.	22	25,68	Grpiçi	39453,294	761	51,844		
	İlkokul	67	27,08	Topl.	40157,272	766			
	Ortokul	262	27,75						
	Lise	282	27,93						
	Mas. Üstü	132	33,00						
İnt. Bağ. Top. Puan	Mas. Üstü	67	31,32	Grplar Arası	1667,060	5	333,412	1,415	,216
	Lise	282	33,25	Grpiçi	179278,953	761	235,583		
	İlkokul	262	33,28	Topl.	180946,013	766			
	Ortokul	132	34,84						
	Okuma Bilm.	22	37,77						
	Üniv.	2	52,00						
Alg. Sos. Dest. Top. Puan	Mas. Üstü	2	127,38	Grplar Arası	3465,253	5	693,051	3,092	,009
	Lise	132	128,14	Grpiçi	170547,642	761	224,110		
	Okuma Bilm.	262	130,28	Topl.	174012,894	766			
	İlkokul	282	130,35						
	Ortokul	67	138,22						
	Üniv.	22	132,61						

Tablo 4.13’de Baba Eğitim Düzeyine göre İnternet Bağımlılığı, Algılanan Sosyal Destek ve Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri toplam puanları arasında farkın olup olmadığını göstermek için Anova analizi yapılmıştır. Anova testi sonucuna göre Baba Eğitim Düzeyi ile İnternet Bağımlılığı toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$) fark görülmemiştir. Fakat Baba Eğitim Düzeyi ile Sosyal Dışlanma Deneyimleri ($p = ,019$) ve Algılanan Sosyal Destek toplam puanları ($p = ,009$) arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p < 0,05$) fark görülmüştür.

Bu farklılığın hangi öğrenim düzeyinden kaynaklandığını bulmak için Post-Hoc karşılaştırmalar yapılmak istenmiş; fakat homojenlik varsayımını Sosyal Dışlanma Deneyimleri ($p = ,695$) ve Algılanan Sosyal Destek ($p = ,931$) gerçekleştiremedikleri için gruplar arasındaki farklılara bakılamamıştır.

Tablo 4.14. Ailenin Ortalama Geliri'ne Göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı Düzeyi Anova Analizi Tablosu

	Aile Ort. Gelir Düz.	n	\bar{X}	Vary. Kayn.	Kareler Top.	S.d	Kareler Ort.	F	P
Sos. Dışl. Deny. Top. Puan	4001-Üzeri	30	26,56	Gruplar Arası	210,792	3	70,264	1,342	,259
	1000-2000	399	26,84	Grupiçi	39946,481	763	52,354		
	2001-3000	270	27,68	Toplam	40157,272	766			
	3001-4000	68	28,35						
İnt. Bağ. Top. Puan	1000-2000	399	32,53	Gruplar Arası	1380,773	3	460,258	1,956	,119
	4001-Üzeri	30	33,86	Grupiçi	179565,240	763	235,341		
	2001-3000	270	34,10	Toplam	180946,013	766			
	3001-4000	68	37,14						
Alg. Sos. Dest. Top. Puan	4001-Üzeri	30	125,43	Gruplar Arası	870,578	3	290,193	1,279	,280
	1000-2000	399	128,89	Grupiçi	173142,316	763	226,923		
	2001-3000	270	129,60	Toplam	174012,894	766			
	3001-4000	68	131,51						

Tablo 4.14'de Ailenin Ortalama Gelirine göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı toplam puanları arasında farkın olup olmadığını göstermek için Anova analizi yapılmıştır. Anova testi sonucuna göre Ailenin Ortalama Gelirine göre Algılanan Sosyal Destek ($p=,280$), Sosyal Dışlanma Deneyimleri ($p=,259$) ve İnternet Bağımlılığı ($p=,119$) toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$) farklılaşma görülmemiştir.

Tablo 4.15. Cep Telefonu Kullanımı'na göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı T Testi Analizi Tablosu

Ölçekler	Cep Tel. Kull. var mı?	n	\bar{x}	s.s	s.d	t	P
İnt. Bağm. Top. Puan	Evet	514	35,14	16,08	,7093	4,148	,001
	Hayır	253	30,30	13,25	,8333	4,428	
Sos. Dış. Den. Top. Puan	Evet	514	27,53	6,99	,3084	1,496	,101
	Hayır	253	26,70	7,70	,4843	1,448	
Alg. Sos. Dest. Top. Puan	Evet	514	127,65	15,12	,6670	-4,201	,658
	Hayır	253	132,46	14,46	,9097	-4,265	

Cep telefonu kullanımına Evet (514) cevabını verenlerin ortalama dağılımı 35,14 ve Hayır (253) cevabını verenlerin ortalama dağılımı 30,30 düzeydedir. Cep telefonu kullanımı ile İnternet bağımlılığı puanı ortalama dağılımları arasında istatistiksel olarak ($p < 0,05$) anlamlı farklılık bulunmuştur. Araştırma sonucuna göre Cep telefonu kullanımı olan katılımcıların internet bağımlılığı puanı ortalama dağılımı cep telefonu kullanımı olmayan katılımcıların ortalama dağılımı göre daha düşüktür. Cep telefonu kullanımı olan katılımcıların internet bağımlılık puanı daha yüksektir. Cep telefonu kullanımı ile Algılanan sosyal destek puanı ortalama dağılımları arasında istatistiksel olarak ($p > 0,05$) anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Cep telefonu kullanımı Evet (514) olanların ortalama dağılımları 127,65, Hayır (253) olanların ortalamaları 132,46 düzeydedir. Araştırma sonucuna göre Cep telefonu kullanımı olan katılımcıların Algılanan Sosyal Destek puanı ortalama dağılımı, cep telefonu kullanımı olmayan katılımcılara puanı ortalama dağılımına göre daha düşüktür. Sonuç olarak cep telefonu kullanmayan katılımcılar algıladıkları sosyal destek düzeyleri daha yüksek olsa da istatistiksel olarak anlamlı değildir. Diğer bir sonuç ise cep telefonu kullanımının olup olmaması durumu ile sosyal dışlanma deneyimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Tablo 4.16. Kaç Tane Sosyal Medya Programı kullandığına göre Pearson Korelasyon Analizi Tablosu

Değişkenler		1	2	3	4	5
1) Kaç Tane Sos. Med. Prog. Kull.?	r	1	-,012	,024	,012	,105**
	n	750	750	750	750	750
2) Sos. Dest. Aile	r		1	,304**	,375**	-,244**
	n		767	767	767	767
3) Sos. Dest. Ark.	r			1	,275**	-,084**
	n			767	767	767
4) Sos. Dest. Öğrt.	r				1	-,273**
	n				767	767
5) Yaş	r					1
	n					767

p<0,01** p<0,05*

Tablo 4.16’de Bazı değişkenlere göre ilişki sel açıklamalarda bulunulmuştur. Araştırmada sosyal medya kullanım sayısı, aile, arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal destek ve yaş ilişki sel olarak Pearson Korelasyon analizi ile ölçülmüştür.

Korelasyon sonucuna göre; sosyal medya kullanım sayısı ile yaş pozitif yönlü zayıf ilişki li ($r_p = ,105$), aileden, arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal destek ile ilişki siz ($p > 0,05$) görülmüştür. Yaş ile Aileden Algılanan Sosyal Destek arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönlü zayıf bir ilişki ($r_p = -,244$), Yaş ile Arkadaştan Algılanan Sosyal desteği arasında anlamlı negatif yönlü çok zayıf bir ilişki ($r_p = -,084$), Yaş ile Öğretmenden algılanan sosyal desteği arasında anlamlı negatif yönlü zayıf bir ilişki ($r_p = -,273$), Yaş ile sosyal medya programı kullanım sayısı arasında anlamlı pozitif yönlü zayıf ilişki ($r_p = ,105$) gösterilmiştir.

Tablo 4.17. İnternet Günlük Kullanım Sıklığına göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağlılığı Pearson Korelasyon Analizi Tablosu

Değişkenler		1	2	3	4
1) Günlük İnt. Kull. Sıkl.	r	1	-,112**	,115**	,262**
	n	713	713	713	713
2) Alg. Sos. Dest. Top. Puan	r		1	,053	-,245**
	n		767	767	767
3) Sos. Dışl. Den. Top. Puan	r			1	,131**
	n			767	767
4) İnt. Bağ. Top. Puan	r				1
	n				767

P<0.01**

Araştırma sonucuna göre Günlük İnternet Kullanım Sıklığı ile Algılanan Sosyal Destek arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönlü ($r_p = -112$) zayıf bir

ilişki, Sosyal Dışlanma Deneyimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü ($r_{p=}$,131) zayıf bir ilişki, İnternet Bağımlılığı toplam puanı ile istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü ($r_{p=}$,262) zayıf bir ilişki gösterilmiştir.

Tablo 4.18. Evde İnternet Olma durumuna göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı T Testi Analizi Tablosu

Ölçekler	Evde İnt. var mı?	n	\bar{X}	s.s	s.d	t	p
İnt. Bağıml.	Evet	529	34,03	15,102	,6566	0,847	,751
Top. Puan	Hayır	201	32,94	16,632	1,1731	0,811	
Sos. Dış.	Evet	529	27,53	7,161	,3113	1,4	,364
Den. Top. Puan	Hayır	201	26,69	7,496	,5287	1,371	
Alg. Sos. Dest. Top. Puan	Evet	529	129,67	14,801	,6435	1,501	,520
	Hayır	201	127,81	15,571	1,0983	1,467	

Araştırma sonucuna göre Evdeki Bilgisayarın İnternete Bağlı Olma durumu ile Algılanan Sosyal destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve Algılanan Sosyal Destek toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 4.19. Sosyal Medya Programı Sayısı'na göre Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı Pearson Korelasyon Analizi Tablosu

		1	2	3	4
1) Kaç Tane Sosyal Prog. Kullaniyorsunuz	R	1	0,01	,073*	,117**
	N	750	750	750	750
2) Algılanan Sos. Des. Top. Puan	R		1	0,046	-,238**
	N		767	767	767
3) Sos. Dış. Den. Top. Puan	R			1	,118**
	N			767	767
4) İnt. Bağ. Top. Puan	R				1
	N				767

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Araştırma sonucuna göre Sosyal Medya Programı sayısı ile Algılanan Sosyal Destek arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$); fakat Sosyal Medya Programı sayısı ile Sosyal Dışlanma Deneyimleri arasında istatistiksel

olarak anlamlı pozitif yönlü ($r_{p=,073}$) çok zayıf bir ilişki, İnternet Bağımlılığı düzeyi ile istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü ($r_{p=,117}$) zayıf bir ilişki bulunmaktadır.



Tablo 4.20. Bazı Değişkenlere Göre Pearson Korelasyon Analizi Tablosu

Değişkenler		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1) Cep Tel. Fiyatı	r	1	,082	,178**	-,010	,195**	,028	-,001	-,062	-,154**	,167**
	n	514	489	502	508	514	514	514	514	514	514
2) Cep Tel. Aylık İnt. Pakt.	r		1	,063	,013	,110*	,066	-,037	,078	,009	-,003
	n		489	484	489	489	489	489	489	489	489
3) İnt. Kull. Sık. Günlük	r			1	,016	,103**	,262**	-,070	-,051	-,123**	,115**
	n			713	701	713	713	713	713	713	713
4) Kaç Tane Sos. Prg. Kull.	r				1	,047	,090*	-,012	,024	,012	,064
	n				750	750	750	750	750	750	750
5) Ailenin Ort. Geliri	r					1	,071*	,004	,009	,004	,045
	n					767	767	767	767	767	767
6) İnt. Bağı. Top. Puan	r						1	-,184**	-,155**	-,214**	,131**
	n						767	767	767	767	767
7) Sos. Dest. Aile	r							1	,304**	,375**	-,048
	n							767	767	767	767
8) Sos. Dest. Ark.	r								1	,275**	,147**
	n								767	767	767
9) Sos. Dest. Öğrt.	r									1	,048
	n									767	767
10) Sos. Dışl. Top. Puan	r										1
	n										767

p<0,01** p<0,05*

Tablo 4.20’de bazı değişkenlere göre Pearson Korelasyon analizi sonuçları gösterilmiştir. Cep Telefonu Fiyatı ile İnterneti Günlük Kullanımı miktarı ile istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$) pozitif yönlü ($r_p = ,178$) zayıf ilişkili; Ailenin Ortalama Geliri ile istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$) pozitif yönlü ($r_p = ,195$) zayıf ilişkili; Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek ile istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$) negatif yönlü ($r_p = -,154$) zayıf ilişkili; Sosyal Dışlanma Deneyimleri ile istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$) pozitif yönlü ($r_p = ,167$) zayıf ilişkili görülmüştür. Cep Telefonu Aylık İnternet paketi ile Ailenin Ortalama Geliri arasında istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$) pozitif yönlü ($r_p = ,110$) zayıf ilişkili görülmüştür.

Günlük İnternet Kullanım Sıklığı ile Ailenin Ortalama Geliri pozitif yönlü ($r = ,103$), İnternet Bağımlılığı toplam puanı pozitif yönlü ($r_p = ,262$), Algılanan Öğretmen Desteği negatif yönlü ($r_p = -,123$), Sosyal Dışlanma Deneyimleri toplam puanı pozitif yönlü ($r_p = ,167$) istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$) zayıf ilişkili olarak saptanmıştır.

İnternet Bağımlılığı toplam puanı ile Aileden ($r_p = -,184$), Arkadaştan ($r_p = -,155$) ve Öğretmenden ($r_p = -,214$) Algılanan Sosyal Destek Deneyimleri toplam puanı arasında negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$); fakat zayıf bir ilişki; Sosyal Dışlanma Deneyimleri toplam puanları ile de istatistiksel olarak anlamlı ($p<0,05$) pozitif yönlü ($r_p = ,131$) zayıf ilişkili saptanmıştır.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın amacı, ergenlerde algılanan sosyal destek ve sosyal dışlanma deneyimlerinin, internet bağımlılığını yordayıp yordamadığı incelemektir.

Algılanan sosyal destek ve ergenlerde sosyal dışlanma deneyimlerinin internet bağımlılığını yordadığı tespit edilmiştir. Algılanan sosyal (öğretmen, arkadaş ve aile) destek ile internet bağımlılığı negatif yönlü; ergenlerde sosyal dışlanma deneyimleri ile internet bağımlılığı pozitif yönlü ilişkili bulunmuştur. Araştırmanın bu sonucu alan yazındaki sonuçlarla benzerlik göstermektedir (Esen, 2010; Günüş, 2013). Araştırma bulgusu ile alan yazındaki bazı çalışmalardan da farklılık göstermektedir (Batıgün ve Kılıç, 2011).

Demirtaş (2007), stresle başa çıkma düzeyleri ile aileden algılanan sosyal destek, genel sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı fark bulmuştur. Karababa ve Diğ, (2018), öğretmenlerden ve arkadaşlardan algılanan sosyal desteğin ve sahip olunan insani değer düzeyinin öğrencilerin okula bağlılık düzeyinde pozitif rolünü ortaya çıkarmıştır. Köseoğlu ve Erçevik (2015), duygusal özerkliğin bağımsızlık ve bireyselleşme boyutları ile algılanan sosyal desteğin aile, arkadaş ve öğretmen desteği boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulmuştur. Anlı (2018), internet bağımlılığının; sosyal ve duygusal yalnızlık alt boyutlarında olan sosyal ilişkilerde yalnızlık, duygusal ilişkilerde yalnızlık, aile ilişkilerinde yalnızlık ile pozitif anlamda ilişkili olduğu tespit etmiştir. Terzi (2008), psikolojik dayanıklılık ile algılanan sosyal destekten aldıkları toplam puanlar arasındaki korelasyon katsayısı 0,01 düzeyinde anlamlı bulmuştur. Haskan (2009), aile ve arkadaş desteğini yüksek algılayan ergenlerde suçla yönelik davranışların ve depresif belirtilerin daha düşük olduğunu göstermiştir.

Duru (2008), yalnızlığı yordayan önemli iki farklı değişkeni, değişkenler farklı güçlük derecelerinde olmakla birlikte, sosyal destek ve sosyal bağlılık olarak göstermiştir.

Cinsiyet değişkeninde çıkan sonuçlar ise; İnternet Bağımlılığı ile Cinsiyet açısından Erkek katılımcıların Kadın katılımcılara göre daha yüksek puan aldığı

görülmüştür. Sosyal dışlanma deneyimleri açısından ise Kadın katılımcıların Erkek katılımcılara göre Sosyal Dışlanma Deneyimleri daha yüksek çıkmıştır. Algılanan Sosyal Destek ile Cinsiyet aralarındaki farka bakıldığında ise; Cinsiyet ile Aileden Algılanan Sosyal Destek ile Öğretmenden Algılanan Sosyal Destek arasında anlamlı fark görülmemiştir. Cinsiyet ile Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Araştırmada Kadın öğrencilerin Erkek öğrencilere göre Algıladıkları Arkadaş Desteği daha yüksek çıkmıştır.

Kadınların aileden daha yüksek destek algıladıkları yönündeki bu araştırma bulgusu alan yazındaki çalışma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Cinsiyete göre farklılık gösteren çalışmaların yanında (Arıcıoğlu, 2008; Başer, 2006; Eldeleklioğlu, 2006; Hünük ve diğ., 2013; Karataş, 2012; Köseoğlu ve Erçevik, 2015; Şencan, 2009; Yardımcı, 2007;) bu araştırmanın sonucunu destekler; Kız öğrencilerin algıladıkları sosyal desteğin anlamlı düzeyde olduğu çalışmalar da mevcuttur (Arıcıoğlu, 2008; Arsel ve Batıgün, 2011; Yamaç, 2009).

Kız öğrencilerin algıladıkları sosyal destek düzeyinin erkeklere öğrencilere göre daha yüksek olduğu yönünde açıklamıştır. Bunu da kız çocuklarının yetiştirme tarzlarından kaynaklandığını, destekleme ve desteklenme özelliklerinden kaynaklanmış olabileceğini düşünmektedir (Karataş, 2012).

Algılanan Sosyal Desteğin Cinsiyete göre farklılaşmadığını gösteren çalışmalar da mevcuttur (Demirtaş, 2007; Güzel, 2006; Sağlam, 2007). Kadınların Arkadaştan Algıladıkları Sosyal Destek puanı ortalamalarının yüksek çıkmasını; kaçınmacı bağlanma ve depresif semptomların ilişkili bulunduğu Gülada (2016) çalışmasında; Algılanan Sosyal Desteğin depresif semptomlar açısından, kaçınmacı bağlanma gösteren Erkek katılımcılar için koruyucu etkisi olduğunu göstermiştir (Gülada, 2016).

Araştırmadaki Cinsiyete dayalı bu fark koruyucu etki olarak akran baskısından kurtulmak için de olabilir (Yıldırım, 2007). Cinsiyete dayalı Algılanan Sosyal Destek'in farklı çıkmasında; Kasap; Erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla madde kullanım riskini de beraberinde getirdiğini söylemektedir (Kasap, 2015; Sever, 2015).

Algılanan Sosyal Destek alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşması okul doyumu ile de ilişkilendirilebilir (Bayram, 2016). Kadın öğrencilerin

Arkadaşlarından Algıladıkları Sosyal Destek puanı ortalamalarının yüksek olmasının nedeni cinsiyete özgü farklı gereksinimlerden kaynaklanıyor ya da bu farklılık, ailelerin erkek ve kız çocuklarına yönelik farklı tutum sergilemesinden de kaynaklanıyor olabilir.

Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri ile Cinsiyetler arasında Kadınların Sosyal Dışlanma Deneyimleri düzeyi daha yüksek çıkmıştır. Kadınların Sosyal Dışlanma Deneyimleri düzeyinin farklılaştığı yönündeki bu araştırma bulgusu alan yazındaki çalışma bulgularıyla tutarlılık göstermektedir (Derin, 2017). Araştırma bulgusunun tersi olan Kadınların Sosyal Dışlanma Deneyimleri düzeyinin daha yüksek çıktığı çalışmalar da mevcuttur (Bölükbaşı, 2008). Cinsiyetler arasında anlamlı farkın bulunmadığı çalışmalar da mevcuttur (Gürler ve Demirli, 2017; Kalaycı, 2007; Soylu, 2010).

İnternet Bağımlılığı ile Cinsiyet Arasında fark görülmüş ve Erkek öğrencilerin daha yüksek bağımlılık puanı aldıkları görülmüştür; fakat istatistiksel olarak anlamlı görülmemiştir. Bu sonuç alan yazındaki bazı araştırmalardan farklılık gösterirken (Alaçam, 2012; Bayraktar, 2001; Esen, 2010; Gültutan, 2007; Günüş, 2009; Kır ve Sulak, 2014; Şahin, 2011; Toraman, 2013) bazı çalışmalarla benzeştiği (Batıgün ve Hasta 2010; Bayraktar ve Gün, 2007; Jang ve diğ., 2008; Pawlak, 2002; Tuna, 2015) görülmüştür. Erkeklerin internet bağımlılık puanlarının yüksek çıkması çevrim içi oyun, çevrim sohbet, bilgisayar oyunları gibi bilgisayar teknolojisine bağlı etkenlere bağlı olarak farklı nedenlerle daha fazla zaman ayırıyor olmalarından kaynaklanıyor olabilir.

Araştırma sonucunda Öğrenim Düzeyleri arasında İnternet Bağımlılığı puan farklılıkları görülmüştür. Bu farklılık istatistiksel olarak anlamlıdır. İnternet bağımlılığı puan farklılıkları Orta1 ve Orta3 arasında görülmüştür. Yaş ile Sosyal Medya kullanımı pozitif yönlü; Aileden, Arkadaştan ve Öğretmenden algılanan sosyal destek ile negatif yönlü ilişkili bulunmuştur. Bu sonuç alan yazındaki bazı çalışmalarla da tutarlılık göstermektedir (Gültutan, 2007; Taş ve diğ., 2014; Tuna, 2015).

Tuna; ortaokulda öğrenim gören 6., 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri belirlemek amaçlı yaptığı çalışmada; öğrencilerin okuduğu sınıfa göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu göstermiştir. 8. sınıfta okuyan

öğrencilerin internet bağımlılık puanları 6. sınıfta okuyan ve 7. sınıfta okuyan öğrencilerinden anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur (Tuna, 2015).

Ergenlerde Sosyal Dışlanma Deneyimleri ile Öğrenim Düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmaktadır. Araştırmadaki bu bulgu Orta3. sınıf ve Lise2. sınıf arasında Sosyal Dışlanma Deneyimleri arasında fark bulunmuştur.

Ebeveynler ile ilgili eğitim düzeyi sonuçlarında ise istatistiksel olarak anlamlı sonuç bulunmuştur. Anne Eğitim Düzeyi ile İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Dışlanma düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur. Anne Eğitim Düzeyi ile Algılanan Sosyal Destek arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır. Bu fark Anne Eğitim Düzeyi Okuma Yazma Bilmeyen ile Öğrenim Düzeyi lise olanlar arasındadır. Baba Eğitim Düzeyi ile İnternet Bağımlılığı, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve Algılanan Sosyal Destek arasında istatistiksel anlamlı fark yoktur.

Alan yazında ise Anne Eğitim Düzeyi ile İnternet Bağımlılığı ilişkili iken baba eğitim düzeyi ile internet bağımlılığı ilişkisiz bulunmuş çalışmalara rastlanmaktadır (Çelikkaleli ve diğ., 2010; Taş, 2018).

Ailenin Ortalama Geliri ile Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma ve İnternet Bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak fark görülmemiştir.

Cep telefonu kullanım durumlarına göre incelendiğinde ise Cep telefonu kullanımı olmayan öğrencilerin internet bağımlılık puanı ile ilişkisi istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlüdür. Cep telefonu kullanımına “Evet” ve “Hayır” cevabı verenlerin Algılanan Sosyal Destek, Sosyal Dışlanma Deneyimleri ve İnternet Bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark çıkmamıştır. Günlük internet kullanım sıklığı ile Algılanan Sosyal Destek negatif yönlü; Sosyal Dışlanma ve İnternet Bağımlılığı ile de negatif yönlü ilişkili bulunmuştur. Hazar çalışmasında sosyal medya program ile internet kullanımı arasında paralellik olduğunu göstermiştir (Hazar, 2011).

ALTINCI BÖLÜM

ÖNERİLER

Bu çalışmada, Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimlerinin, İnternet Bağımlılığını yordayıp yordamadığı araştırılmıştır.

Araştırma İstanbul ili Eyüpsultan ve Gaziosmanpaşa ilçesinden 2 lise ve 2 ortaokul örneklemeden 767 kişiden oluşmuştur bu da araştırmanın genellenebilirliği açısından kısıtlıdır. Kişisel bilgi formundaki bilgiler ihtiyaç doğrultusunda kısa tutulmuştur. Bu da ölçülmek ve analiz edilen değişkenleri sınırlı tutmuştur.

Alanda çalışan uzmanlar için öneriler; sosyal destek algısının artmasıyla okul ile ilgili birçok problem öğrenci açısından çözülebildiği görülmüştür. Aileden algılanan sosyal destek ve sosyal dışlanma deneyimleri hakkında da çalışmaların yapılabileceği ve yapılacak bu çalışmaların rehberlik ve psikolojik danışmanlık alanına taşınabileceği öngörülmektedir.

Öğrenciler sosyal faaliyetlere yönlendirilebilir, çeşitli ders dışı ilgilere ve ihtiyaçlara yönelik klüp ve topluluk faaliyetlerine yönlendirmeler yapılabilir. Sosyal dışlanmaya neden olabilecek sebepler göz önüne alındığında okul rehberlik bölümlerince aile - çocuk - öğretmen ilişkisini güçlendirecek psiko-eğitsel programlar düzenlenip uygulanabilir.

Araştırmacılara yönelik öneriler ise; Ergenlerde Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimlerinin İnternet Bağımlılığını yordayıcılığı çalışması İstanbul ili Eyüpsultan ve Gaziosmanpaşa ilçeleri ile sınırlıdır. Diğer ilçelerde de bu çalışma yapılabilir. Araştırmaya konu olan demografik değişkenlerin dışında diğer değişkenler de araştırmaya katılıp tekrar incelenebilir. Algılanan sosyal destek ve sosyal dışlanma deneyimlerinin internet bağımlılığı yordaması hakkında deneysel çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Diğer yandan aile tiplerinin de çalışmalara katılması, parçalanmış aile üyesi veya yetiştirme yurtlarında kalan öğrencilerin farklı ihtiyaçları olabileceğini ortaya çıkaracak daha fazla çalışmaların yapılmasına ihtiyaç vardır. Sosyal dışlanma deneyimine sahip ergenlerin aileleri ile de aralarında sorun yaşayabileceği düşünülmelidir.

KAYNAKÇA

- Acaroğlu, S. (2008). Nedir bu internet Tv?. *Televizyon, Radyo, Sinema Teknolojileri Dergisi*, 55(9), 134-135.
- Akın, A. (2009). Sosyal Dışlanma ve Kadın Sağlığı. *Sosyal Dışlanma ve Sosyal Hizmet* (s. 35-46). Ankara: Haberal Eğitim Vakfı.
- Akın, A. (2015). Ergenler İçin Ostrasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, Mart, 895-904.
- Akınoğlu, O. (2002). *Eğitim ve Sosyalleşme Açısından İnternet Kullanımı; İstanbul Örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Ana Bilim Dalı, Sakarya.
- Aksüllü, N. (2004). Huzurevinde ve Evde Yaşayan Yaşlıklarda Algılanan Sosyal Destek Etkenleri ile Depresyon Arasındaki İlişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 4 - 76-85.
- Alaçam, H. (2012). *Denizli Bölgesindeki Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Görülme Sıklığı ve Yetişkin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu ile İlişkisi*. Tıpta Uzmanlık Tezi. Denizli: Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Denizli
- Alarie, C. (1998). *Impact of Social Support on Women's Health: A Literature Review*. Prairie Women's Health Centre of Excellence: <http://www.pwhce.ca/limpactDuSupport.htm> adresinden alınmıştır.
- Anlı, G. (2018). Kişilerarası Duyarlılık ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, *MANAS Journal of Social Studies (MJSR)*, 07 (01), pp: 103-118.
- Ardahan, M. (2006). Sosyal Destek ve Hemşirelik. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*
- Arıcıoğlu, A. (2008). *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, s. 55-67.

- Arsel, C. O. ve Batıgün, A. D. (2011). İntihar ve Cinsiyet: Cinsiyet Rollerini, İletişim Becerileri, Sosyal Destek ve Umutsuzluk Açısından Bir Değerlendirme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(68), 1-10.
- Asher, S. R. ve Paquette, J. A. (2003). Loneliness and Peer Relations. *Current Directions in Psychological Science*, 12, s. 75-78.
- Aslan, N. ve Arslan Cansever, B. (2012). Ergenlerin Boş Zaman Değerlendirme Algısı. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42, 23-35.
- Aslantepe, G. (2009). Çalışan Çocuklar ve Sosyal Dışlanma. *Sosyal Dışlanma ve Sosyal Hizmet* (s. 73-84). Ankara: Haberal Eğitim Vakfı.
- Ayas, T., Çakır, Ö. ve Horzum, M. B. (2011). Ergenler için Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(2), 439-448.
- Aydoğdu, C. (2003). *Televizyon ve Bilgisayarın (18-24yaş) Gençler Üzerindeki Psikolojik Etkileri: Hendek Örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya
- Bal, S. (2010). *Çocukluk Örselenme Yaşantıları, Ana-Baba- Ergen İlişki Biçimleri ve Sosyal Destek Algısının, Kuraldışı Davranışlarla İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana
- Başer, Z. (2006). *Aileden Algılanan Sosyal Destek ile Kendini Kabul Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Batıgün, A. D. ve Hasta, D. (2010). İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından Bir Değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 213-219.
- Batıgün, A. D. ve Kılıç, N. (2011). İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 1-10.
- Bayraktar, F. (2001). *İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Bayraktar, F. ve Gün, Z. (2007). Incidence and Correlates of Internet Usage Among Adolescents in North Cyprus. *Cyberpsychology & Behavior*, 10, 191-197.
- Bayraktutan, F. (2005). *Aile İçi İlişkiler Açısından İnternet Kullanımı*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

- Bayram, E. (2016). *Ortaokul Öğrencilerinin Mutluluğunun Yordayıcıları Olarak Algılanan Sosyal Destek ve Öz Yeterlik*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı, İzmir
- Beard, K. W. ve Wolf, E. M. (2001). Modifacation in The Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 377-383.
- Ben David, A. ve Leichentrit, R. (1999). Ethiopian and Israel Students Adjusment to College: The Effect of The Family, Social Support and Individual Coping Styles. *Journal of School Health*, 30(2), 297-313.
- Bilgi, A. (2005). *Bilgisayar Oyunu Oynayan ve Oynamayan İlköğretim Öğrencilerinin Saldırganlık, Depresyon ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Birch, D. A. (1998). Identifying Sources of Social Support. *Journal of School Health*, s. 159-164.
- Boumeister, R. ve Leary, M. R. (1995). The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), s. 497-529.
- Bölükbaş, K. (2003). *İnternet Kafeler ve İnternet Bağımlılığı Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma: Diyarbakır Örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.
- Bölükbaşı, B. (2008). *Türkiye'de Sosyal Dışlanma ve Yoksulluk*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Anabilimdalı Çalışma Ekonomisi Bilim Dalı, İstanbul.
- Budak, B. (1999). *Lise Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek Düzeyi ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuzmayıs Üniversitesi sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Samsun.
- Busari, A. O. (2016). Academic Stress and Internet Addiction Among Adolescents: Solution Focused Social Interest Programme as Treatment Option. *Journal of Mental Disorders and Treatment*. 2(2), p:2-10
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal Bilimleri için Veri Analizi El Kitabı*. (12 Baskı). Ankara: Pegem Akademi

- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and Psychological Well-Being
Devlopment of a Theory Based Cognitive Behavioral Measurement
Instrument. *Computers in Human Behavior*, s. 53-75.
- Caplan, S. E. (2005). A Social Skill Account of Problematic Internet Use. *The
Journal of Communication*, 4(55), 721-736.
- Ceyhan, E. (2010). Problemi İnternet Kullanım Düzeyi Üzerinde Kimlik Statüsünün,
İnternet Kullanım Amacının ve Cinsiyetin Yordayıcılığı. *Kuram ve
Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 10(3), 1323-1355.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürcan, A. (2007). Problemlı İnternet Kullanımı
Ölçeği'nin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim
Bilimleri Dergisi*, s. 387- 416.
- Çakır, Ö. (2002). Sosyal Dışlanma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler
Enstitüsü Dergisi*, 4(3).
- Çalışgan, H. (2013). *İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Siber
Zorbalık*. Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler
Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Çeçen, R. A. (2008). Öğrencilerin Cinsiyetlerine ve Ana Baba Tutum Algılarına
Göre Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. *Türk Eğitim
Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.
- Çelikkaleli, Ö. ve Büyükşahin, Ç. (2010). Ergenlerin Arkadaş Bağlılığı ve İnternet
Bağımlılığınının Cinsiyet, Ebeveyn Tutumu ve Anne-Baba Eğitim Düzeylerine
Göre İncelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*,
C:19, s:225-240.
- Çelikkaleli, Ö. ve Tümtaş, S. (2017). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Dışlanma ile
Saldırganlık Arasındaki İlişkide Sosyal Yabancılaşmanın Aracı Rolü.
Mehmet Aktif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi(43), 155-175.
- Danışoğlu, E. (2009). Yaşlılık ve Sosyal Dışlanma. *Sosyal Dışlanma ve Sosyal
Hizmet* (s. 79-83). Ankara: Haberal Eğitim Vakfı.
- Demir, N., Özcan, B., Görgün, A., Ulusoy, D. (2005). Türkiye'de Ergenlerin
Arkadaş - Akran Grupları ile İlişkileri ve Sapma Davranışlar: Ankara
Örneklemi. *Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi* (32), 83-108.
- Demirtaş, A. (2007). *İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek ve
Yalnızlık Düzeyleri ile Stresle Başa Çıkma Düzeyleri Arasındaki İlişki*.
Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Demirtaş, Ö. Ö. (2017). *Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bzoukluğu Olan Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Prevalansı ve Prediktörleri*. Tıpta Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, İstanbul.
- Derin, M. (2017). *Madde Bağımlısı Bireylerin Sosyal Dışlanma Algıları: Ankara Amatem Örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Doğan A. (2013). *İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilimdalı Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Programı, İzmir.
- Doğan, H., Bozgeyikli, H. ve Bozdas, C. (2015). Perceived Parenting Styles as Predictor of Internet Addiction in Adolescence. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)*, 1(2), 167-174.
- Doğan , T. (2008). Psikolojik Belirtilerin Yordayıcısı Olarak Sosyal Destek ve İyilik Hali. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 30.
- Doğan, T. (2006). Üniversitesi Öğrencilerinin İyilik Halinin İncelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*(30), 120-129.
- Duru, E. (2008). Yalnızlığı Yordamada Sosyal Destek ve Sosyal Bağlılığın Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(61), 15-24.
- Elbir, N. (2001). *Lise 1. Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Destek Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Eldeleklioğlu, J. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek İle Depresyon ve Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 6(3), 727-752.
- Ersun, A., Köze, Ş., Muslu, G., Beytut, D., Başbakkal, Z. ve Conk, Z. (2012). Hemşirelik Yüksek Okulu Öğrencilerinden İnternet Kullanımı İle Sosyal Destek Sistemi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *İstanbul Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 20(2), 86-92.
- Esen, E. (2010). *Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko- Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Esen E. ve Siyez M., D. (2011). Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psikososyal Değişkenlerin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 2011; 4 (36), 127-138
- Eylen, B. (2001). *Bilgi Verici Danışmanlığın Kanser Hastalarının Sosyal Destek Becerileri Üzerine Etkisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Fejz, F. (2005). "*Eleştirel Kitle İletişim Araştırması ve Medya Etkileri*" Yok Olan İzleyici Sorunu" *Medya, İktidar, İdeoloji*. (M. Küçük, Çev.) Ankara: Bilim ve Sanat.
- Gander M. J. ve Gardiner H. W. (2004). *Child And Adolescent Development*. (Çev: Dönmez A., Çelen N. ve Onur B., 2007). Ankara: İmge Kitapevi
- Geçtan, E. (2004). *İnsan Olmak*. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Geçtan, E. (2006). *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Metis Yayıncılık.
- Gençdoğan, B. (2003). Lise Öğrencilerinin Sınav Kaygısı ile Boyun Eğicilik Düzeyleri ve Sosyal Destek Algısı Arasındaki İlişkiler. Yayıma Hazırlayanlar: Hakan Atılgan ve Mesut Saçkes, VII. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri*, s.148, Ankara: Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği
- Goldberg, I. (1996). *Internet Addiction Support Group*. 20.02.2018 tarihinde www.river.edu:users.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html adresinden alındı
- Gönül, A. S. (2002). Patolojik İnternet Kullanımı (İnternet bağımlılığı/ Kötüye kullanımı). *New Symposium*, 40(3) 105-110.
- Griffiths, M. (1999). İntnet Bağımlılığı Gerçek mi? Kurgu mu? (K. Alat, Dü.) *Türk Psikoloji Bülteni*, 5(13), s. 46-53.
- Grohol, J. (1999). *netaddiction*. 30.01.2018 tarihinde www.psychcentral.com:https://psychcentral.com/netaddiction/ adresinden alındı.
- Gülada, F. (2016). *The Predictor Variables of Depressive Symptoms Among Young Adults in Turkey: Insecure Attachment Dimensions, Neuroticism and Perceived Social Support*. Yüksek Lisans Tezi. Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Gülay, H. (2011). 5 - 6 Yaş Grubu Çocuklarda Okula Uyum ve Akran İlişkileri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 01-10.

- Güler, A. (2004). Ergen Gelişimi Sürecinde Bağımlılık. *2003-2004 Yılı Seminer ve Makale Programı*. Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı.
- Gültutan, Ş. (2007). *İlköğretim 6., 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin İnternet Kullanma Alışkanlıkları*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Eğitimde Psikolojik Hizmetleri Bilim Dalı Eğitim Psikolojisi Programı, Ankara.
- Günüç, S. (2009). *İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirmesi Bazı Demografik Değişkenleri ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilimdalı, Van.
- Günüç, S. ve Kayri, M. (2010). Türkiye'de İnternet Bağımlılık Profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi*, s. 220-232.
- Gürler, A. ve Demirli, C. (2017). Ergenlerde Sosyal Dışlanma ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki. *Sosyal Bilimler Dergisi* (11), 941-951.
- Güzel, M. (2006). Küreselleşme, İnternet ve Gençlik Kültürü. *Küresel İletişim Dergisi* (1).
- Harding, R. (2013). *Friendship and Exclusion: A Look At How Having A Best Friend Within the Preschool Classroom Affects Exclusion*. Master of Arts in Early Childhood Education, Spring. Usa: Mills College.
- Haskan, Ö. (2009). *Ergenlerde Şiddet Eğilimi, Yalnızlık ve Sosyal Destek*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Hazar, M. (2011). Sosyal Medya Bağımlılığı – Bir Alan Çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*. S 32, Bahar
- Hofs, J. (2009). Sosyal Dışlanma ve Aidiyet Duygusu İhtiyacı. *Sosyal Dışlanma ve Sosyal Hizmet* (s. 3- 6). Ankara: Haberal Eğitim Vakfı.
- Hünük, D., Özdemir, A., Yıldırım, G. ve Aşçı, H. (2013). 6.- 8. Sınıf Öğrencilerinin Fiziksel Aktiviteye Katılımında Algıladıkları Sosyal Desteğin Rolü. *Eğitim ve Bilim*, 38(170).
- İçel, K. (1998). *Kitle Haberleşme Hukuku*. İstanbul: Beta Yayınları.
- İlhan, V. (2005). *Teknolojide İnsani Boyut: Yeni İletişim Teknolojilerinin Gündelik Hayattaki Yeri (Kayseri örneği)*. Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Radyo Sinema Televizyon Anabilim Dalı.

- İnan, A. (2010). *İlköğretim 2. Kademe ve Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Işık, U. (2009). *Medya Bağımlılığı Teorisi Doğrultusunda İnternet Kullanımının Etkileri ve İnternet Bağımlılığı*. Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- James, D. (2007). Study Points to Mobile Phone Addiction. *Townsville Bulletin*, 2(3).
- Jang, K. S., Hwang, S. Y. ve Choi, J. Y. (2008). Internet Addiction and Psychiatric Sypmtoms Among Korean Adolescents. *Journal of School Health* (78), 165-171.
- Jiang, X., Huebner, E. S., ve Siddall, J. (2013). A Short-Term Longitudinal Study Of Differential Sources of School-Related Social Support and Adolescents'' School Satisfaction. *Social Indicators Research*. 114(3). 1073-1086.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi: Kültürel Psikoloji*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kalaycı, H. (2007). *Yetiştirme Yurtlarındaki Çocuklarda Sosyal Dışlanma Riski (Tokat ve Turhal Örneği)*. Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü., Sakarya.
- Kalaycı Ş. (2015). *Spss Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri (Ed.)*. Ankara: Asil Yayınları
- Karababa A., Oral T. ve Dilmaç B. (2018). Ortaokul Öğrencilerinde Okula Bağlılığın Yordanmasında Algılanan Sosyal Destek ve Değerin Rolü. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(2): 269-279.
- Karabekiroğlu, K. (2004). *Ergenin Ruhsal Gelişimi* (1. Baskı). İstanbul: Say Yayınları
- Karaca, M. (2007). *Sosyolojik Bir Olgu Olarak İnternet Gençliği: Elazığ Örneği*. Doktora Tezi. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı, Elazığ.
- Karadağ, İ. (2007). *İlköğretim 5. Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Sosyal Destek Kaynakları Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı, Adana.
- Karataş, Z. (2012). Ergenlerin Algılanan Sosyal Destek ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(19), 257-271.

- Kasap, H. (2015). *15-17 Yaş Grubu Ergenlerde Sosyal Destek, Okul Başarısı Ve Aile Yapısının Madde Bağımlılığına Karşı Koruyucu Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Kır, İ. ve Sulak, Ş. (2014). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilgiler Dergisi*, 13(51), 150-167.
- Kozaklı, H. (2006). *Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Köse, E. (2006). *Liseli Ergenlerde Kişilik ve Sosyal Desteğin Yalnızlığa Olan Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Köseoğlu, S. A. ve Erçevik, A. (2015). Lise Öğrencilerinin Duygusal Özerklik ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(2), 198-216.
- Krause-Parello, C. A. (2008). Loneliness in the School Setting. *The Journal of School Nursing*, 24(2), s. 66-70.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S. ve Mukopadhyay, T. (2002). Internet Paradox: A Social Technology That Reduce Social Involvement and Psychological Well-Being? *Journal of Social Issues*, 1(58) s. 49-74.
- Kulaksızoğlu A. (2002). *Ergenlik Psikolojisi* (4. Baskı). İstanbul: Remzi Kitapevi
- Küçükkaragöz, H. (2002). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Leary, M. R., Cottrell, C. A. ve Phillips, M. (2001). Deconfounding the Effects of Dominance and Social Acceptance of Self Esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, s. 898-909.
- Lebleu, E. L. (2015). *Ostracism and Eating Behavior: Exploring the Attenuating Impact of Values Writing on The Eating Behavior of Overweight Individuals After Social Exclusion*. Master of Science Thesis. USA: University of Louisiana.
- Lin, J., Thompson, M. P. ve Kaslow, N. J. (2009). The Mediating Role of Social Support In The Community Environment Psychological Distress Link

- Among Low Income African American Women. *Journal of Community Psychology*, 459-470.
- Lyons E. E (2015). *Has Internet Technology Found a Niche in Mood Regulation Among Young Adults?*. Master of Arts Thesis. USA: California State Universtiy.
- McWhirter, B. T.,ve Besett-Alesch, T. M. (2002). Lonelinessin High Risk Adolescents: The Role of Coping, Self Esteem, and Empathy. *Journal of Youth Studies*, 5(1), s. 69-84.
- Menteş, A. (2016). *Anti-Sosyal Eğilimlerin Yordayıcısı Olarak Sosyal Destek ve Sosyo Demografik Değişkenler*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Ankara.
- Molden, D. C., Lucas, G. M., Gardner, W. L., Dean, K. ve Knowles, M. L. (2009). Motications for Prevention or Promotion Following Social Exclusion: Being Rejects vs. Being Ignored. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2(96) s. 415-431.
- Mouratidis, A. A. ve Sideridis, G. D. (2009). On Social Achievement Goals: Their Relations With Peer Acceptance, Classroom Belongingness, and Perceptions of Loneliness. *The Journal of Experimental Education*, 77(3), 285-308.
- Okanlı, A., Tortumluoğlu, G. ve Kırpınar, İ. (2003). Gebe Kadınların Ailelerinden Algıladıkları Sosyal Destek ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 98-105.
- Oktan, V. (2015). Üniversite Öğrencilerinde Problemlı İnternet Kullanımı, Yalnızlık ve Algılanan Sosyal Destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 281-292.
- Oto, R. (2009). Ruhsal Hastalıklar ve Sosyal Dışlanma. *Sosyal Dışlanma ve Sosyal Hizmet* (s. 95-98). Ankara: Haberal Eğitim Vakfı.
- Ögel, K. (2017). *İnternet Bağımlılığı* (3. Baskı). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Ögel, K., Taner, S., Eke, C. Y. ve Erol, B. (2004). Anne Babalar İçin Uyuşturucu ve Uyarıcı Maddeler ve Bağımlılık Hakkında Bilgiler. *Yeniden Sağlık ve Eğitim Derneği*. İstanbul.
- Öner, K. (2015). *Lise Öğrencisi Ergenlerde Depresyon, İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Faktörler*. Yüksek Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Ana Bilim Dalı, Aydın.

- Özgen, F. (2016). *Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Kişilik İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.
- Özgür, G. (1993, 2 43). Sosyal Destek ve Sağlık. *Türk Hemşireler Dergisi*, s. 25-27.
- Palabıyıkoglu, R. ve Çakır, R. (1997). Gençlerde Sosyal Destek Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Kriz Dergisi*(5), 15-24.
- Paseman W. W. (2017). *Prevention Using Mobile Electronic Medai*. . Masters of Arts Thesis. USA: State University of New York
- Pawlak, C. (2002). Correlates of Internet ISE and Addiction in Adolescents. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities & Social Sciences*, 63(5-A), 1727.
- Pickett, C. L., Gardner, W. L. ve Knowless, M. L. (2004). Getting a Cue: The Need to Belong and Enhanced Sensivity to Social Cues. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, s. 1095-1107.
- Ryff, C. V. (2000). Interpersonal Flourishing : A Positive Health Agenda for The New Millennium. *Personality and Social Psychology Review*, 48(4), 981-990.
- Sağlam, S. (2007). *Lise Öğrencilerinin Ana Baba İletişimi Sosyal Destek ve Ana Baba Tutumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Erzurum.
- Santrock, J. W. (2014). *Adolescence*. (Çev: Doç. Dr. Diğdem Müge Siyez). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık
- Sarıgül, A. (2016). *Bedensel Engellilerde Sosyal Dışlanma Ağrı İli Örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Savcı, A. B. (2006). *Kanserli Hastalarda Yaşam Kalitesini ve Sosyal Destek Düzeyini Etkileyen Faktörler*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Sever, G. (2015). *Lise Öğrencilerinin Madde Kullanma Eğilimlerinin Algılanan Sosyal Destek ve Riskli Davranışlar İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Gaziantep.
- Sevim, S., & Kılınç, H. (2005). Ergenlerde Yalnızlık ve Bilişsel Çarpıtmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*,24(1), s. 62-71.

- Smith, R. A. (2005). The Classroom as a Social Psychology Laboratory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(1), s. 62-71.
- Sorensen, S. ve Pinguart, M. (2010). Influences on Loneliness in Older Adults: A Meta Analysis. *Basic and Applied Social Psychology*, (23), s. 245-266..
- Soylu, B. (2010). *Psikolojik ve Sosyal Dışlanma ile Sosyal Reddilme Kavramları Arasındaki Farklılıkların Saldırganlık Temelinde İncelenmesi: Cinsiyet, Bağışlayıcı Kişilik ve Negatif Duygulanım Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Sosyal Psikoloji Bilim Dalı, Ankara.
- Stokes, J. P. (1985). The Relation of Social Network and Individual Difference Variables to Loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(4), 981-990.
- Stratton, J. (2002). Siber Alan ve Kültürün Küreselleşmesi, 30, *Cogito*, s. 80-99.
- Suler, J. (1996). *psycyber*, 30.01.2018 tarihinde [www.users.rider.edu: http://users.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html](http://www.users.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html) adresinden alındı
- Şahin, C. ve Korkmaz, Ö. (2011). İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi* (32), 101-115.
- Şahin, M. (2011). *İlköğretim Okulu Öğrencilerindeki İnternet Bağımlılığı*. Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şahin, N. H. (2009). Psikolojik Açıdan Sosyal Dışlanma. İ. G. Uluocak P. içinde, *Sosyal Dışlanma ve Sosyal Hizmet* (s. 27-33). Ankara: Haberal Eğitim Vakfı.
- Şencan, B. (2009). *Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyi ile Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana.
- Tanrıverdi, H. (2002). Kişilik Özelliklerinin İş Değerlerine ve Örgütsel Bağlılık Üzerine Etkisi; Hastane Çalışanları Üzerinde Bir Araştırma. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*(2).
- Tanrıverdi, S. (2012). *Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Van.

- Tansel, B. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin Bağımlılık Yapıcı Madde Kullanan Bireylere Yönelik Tutumlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, Mersin.
- Taş B. (2017). Short and Long Term Negative Effects of Parental Divorce on Children. *Researches on Science and Art in 21st Century Turkey, Vol 2*, 2784-2790. Ankara: Bil Ofset
- Taş, İ. (2018). Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Psikolojik Belirtilerin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Journal of Social Science of Muş Alparslan University, 6(2)*, 31-41.
- Taş İ., Eker H. ve Anlı G. (2014). Orta Öğretim Öğrencilerinin İnternet ve Oyun Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying, 1(2)*, 37-57
- Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3*, 29.
- Toraman, M. (2013). *İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Ağ Kullanım Düzeylerinin Ortaöğretim Öğrencilerinin Akademik Başarıları ile İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Torun, A. (1995). *Tükenmişlik, Aile Yapısı ve Sosyal Destek İlişkileri Üzerine Bir İnceleme*. Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tuik. (2017). *Haber Bültenleri*. www.tuik.gov.tr. adresinden alınmıştır
- Tuna, C. (2015). *Ortaokul Öğrencilerinin Ebeveynleriyle Olan Bağlanma İlişkinin İnternet Bağımlılığına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Usanmaz S. (1993). *Ankara Şehir Merkezindeki Lise Öğrencilerinin Sigara ve Alkol Kullanımının Araştırılması*. Çocuk Sağlığı ve Eğitimi Programı. Bilim Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ünsal, P. (1996). Bir İş Ortamında Algılanan Sosyal Desteğin İşlevlerine, Kaynaklarına, Cinsiyet ve Mesleğe Göre İncelenişi. *9. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmalar* (s. 315-325). Türk Psikologlar Derneği.
- Vandervoort, D. (1999). Quality of Social Support in Mental and Physical Health. *Current Psychology, 18(2)*, 205-222.

- Williams, K. D. (2007). Ostracism. *Department of Psychological Sciences*, 425-452.
- Williams, K. D., Forgas, J. P. ve Hippel, W. V. (2005). *The Social Outcast: Ostracism. Social Exclusion, Rejection and Bullying*. N.Y: Psychology Press.
- Yalçın, C. (2003). Sosyolojik Bir Bakış Açısıyla İnternet. *Cumhuriyet Üniversitesi Fen Edebiyat Sosyal Bilimler Dergisi*, 27(1), 77-90.
- Yalçın, N. (2006). *İnterneti Doğru Kullanıyor muyuz? İnternet Bağımlısı mıyız? Çocuklarımız ve Gençlerimiz Risk Altında mı?* 01 30, 2018 tarihinde [www.ab.org.tr](http://ab.org.tr): <http://ab.org.tr/ab06/bildiri/113.doc> adresinden alındı.
- Yalom, I. (2002). *The Thoery and Practice of Group Psychotherapy (Grup Terapisi ve Pratiği)* (1. Baskı b.). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.
- Yamaç, Ö. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek ile Stresle Başa Çıkma Stilleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Konya.
- Yardımcı, K. F. (2007). *İlköğretim Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek ile Öz-Yeterlik İlişkisi ve Etkileyen Değişkenlerin İncelenmesi*. Doktora Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yavuzer, H. (2017). *Çocuk Psikolojisi* (41. B.). İstanbul: Remzi Kitapevi
- Yıldırım, A. (2007). *Psikoeğitimsel Yaklaşımın ve İzleme Çalışmasının Şizofreni Tanılı Hasta Ailelerinin Aile İşlevleri ve Hastaların Sosyal Destek Düzeylerine Etkisi*. Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum.
- Yıldırım, İ. (1997). Akademik Başarı Düzeyleri Farklı Olan Lise Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Sosyal Destek Düzeyleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(10), 34.
- Yıldırım, İ. (1997). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Geliştirilmesi, Güvenirliği Ve Geçerliği. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 81-87.
- Yıldırım, İ. (1998). Akademik Başarı Düzeyleri Farklı Olan Lise Öğrencilerinin Sosyal Destek Düzeyleri. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(9), 33-38.
- Yıldırım,İ. (2000). Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Yalnızlık, Sınav Kaygısı ve Sosyal Destek”, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, S:18, 167-176.
- Yıldırım, İ. (2004). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Revizyonu. *Eğitim Araştırmaları* (17), 221-236.

- Yıldırım, İ. (2006). *Anne Baba Desteği ve Başarı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Yıldırım, İ. ve Ergene, T. (2003). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Yordayıcısı Olarak Sınav Kaygısı, Boyun Eğici Davranışlar ve Sosyal Destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25, 224-234.
- Yıldırım, M. (2007). *Şiddete Başvuran ve Başvurmayan Ergenlerin Yalnızlık Düzeyleri ve Akran Baskısı Düzeyleri Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Young, K. (1997). What Makes the Internet Addictive: Potential Explanations for Pathological Internet Use. *100. Annual Conference of the American Psychological Association*. Chicago.
- Young, K. ve Rogers, C. (1998). The Relationship Between Depression and Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 25-28.
- www.guvenlinet.org.tr 02. 09. 2018 tarihinde guvenlinet.org.tr: adresinden alındı.
- www.tuik.gov.tr 10.12.2017 tarihinde tuik.gov.tr. adresinden alınmıştır.

EKLER

EK-1 KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Merhabalar; Aşağıdaki sorular, sizin hiçbir Kişisel bilginizi almak için hazırlanmamıştır.

Sorular sizin Karakterinizi veya Zekanızı ölçmeye yönelik değildir. Sorular değerlendirme amaçlı değildir. Sadece Bilimsel bir araştırmada kullanılacaktır.

Cevapları Eksiksiz doldurmanız beklenmektedir.

Kolay gelsin ☺

Cinsiyetiniz:

Yaşınız:

Kaç Kardeşsiniz:

Siz Kaçınıcı Sıradasınız:

Okulunuzun Adı:

Kaçınıcı Sınıfsınız:

Annenizin Eğitim Düzeyi:.....

Babanızın Eğitim Düzeyi:.....

Ailenizin Ortalama Maaş Geliri:

a)1000-2000

b) 2001 – 3000

c) 3001-4000

d) 4001-Üzeri

Cep Telefonu Kullanıyor Musunuz?

Evet

Hayır

Cep Telefonunuz Fiyata Ne Kadardır?

a)300- 500 TL

b)600-1000TL

c)1200-1500TL

d)1600-Üzeri

Cep Telefonunuzda İnternet var mı?

Evet

Hayır

İnterneti Kullanma Sıklığınız? Günlük

1-2 saat

3-6 saat

7-10saat

11-12 saat

Aylık İnternet Paketiniz?

1 Gb

2 Gb

3Gb

4Gb

Sınırsız

Evdeki Bilgisayarınızda İnternet var mı?

Evet

Hayır

Bilgisayarınızdan İnternet Kullanma Sıklığınız?

Günlük

1-2 saat

3-6 saat

7-12 saat

Hangi Sosyal Programları Kullanıyorsunuz (Kullandığınız Kadarını İşaretleyiniz):

Facebook

Twitter

Whatsup

Swarm

İnstagram

Periscope

Telescope

Pinterest

Linkedin

Foursquare

Blogger

Youtube

Başka Varsa Yazınız:.....

EK-2 ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ (ASDÖ-R)

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

Arkadaşlarınızla ilgili bazı sorular;

ARKADAŞLARIM

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

Öğretmenlerinle ilgili bazı sorular;

ÖĞRETMENLERİM

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

EK-3 ERGENLER İÇİN SOSYAL DIŞLANMA DENEYİMLERİ ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Hiçbir zaman (2) Nadiren (3) Bazen (4) Çoğunlukla ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir.						
Genellikle diğer insanlar;						
1	Bana görünmez biriymişim gibi davranırlar.	1	2	3	4	5
2	Benim varlığımı yok sayarlar.	1	2	3	4	5
3	Yürürken selam verdiğimde karşılık vermezler.	1	2	3	4	5
4	Onlarla konuşurken beni görmezden gelirler.	1	2	3	4	5
5	Beni önemsemezler.	1	2	3	4	5
6	Evimde benimle birlikte vakit geçirirler.	1	2	3	4	5
7	Beni partilerine, organizasyonlarına ve toplantılarına davet ederler.	1	2	3	4	5
8	Beni tatil ve gezi planlarına dahil ederler.	1	2	3	4	5
9	Benim onlarla ilgilenmem için çaba harcarlar.	1	2	3	4	5
10	Beni yemeğe davet ederler.	1	2	3	4	5
11	Hafta sonu etkinliklerine ve eğlencelerine beni davet ederler.	1	2	3	4	5

EK-4 İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

Sizden, her ifadeyi dikkatlice okumanız ve kendiniz için doğru olan ifadenin altına (X) işaretini koymanız istenmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız ve her durum için bir işaretleme yapınız.		(1) Hiç uygun değil	(2) Biraz uygun	(3) Uygun	(4) Oldukça uygun	(5) Tamamen
1.	İnternete uzun süreli bağlanmadığımda aklım internetle meşguldür.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2.	İnternete bağlı olup online olmadığımda aklım sürekli olarak internete takılıp kalıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3.	Çok uzun süre internetten uzak kalmışsam, huzursuz ve sinirli oluyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4.	İnternette önceden planladığımdan daha çok zaman harcıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5.	İnternette birkaç dakikalığına sörf yapmayı girip, bir türlü bırakamıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6.	İnternette geçirdiğim zamanı azaltmayı denedim ama sonuç alamadım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7.	İnternet için harçayabileceğim paradan çok daha fazlasını harcıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8.	İnternette geçirdiğim zaman, başlangıçtaki dönemle karşılaştırılınca gitgide artıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9.	İnternete daha fazla zaman ayırma isteğim, geçmişe göre sürekli artıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10.	Başlangıçta sadece yapmam gereken işler için online etkinliklere vakit ayırırken, şimdi internete daha fazla zaman ayırıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11.	İnternet etkinlikleri günlük yaşamımı giderek daha fazla yönlendiriyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12.	İnternet kullanmaya başladığımdan beri, bazı arkadaşlarım benden uzaklaştı.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13.	Çok değer verdiğim kişiler, internette çok fazla zaman harcadığımdan benden şikâyetçi oluyorlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14.	Okul/meslek/aile ve benzeri yaşamımdaki verimliliğim internet kullanmam yüzünden azalıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

15.	Çok değer verdiğim kişiler bende, internet kullanmaya başladığımdan beri olumsuz yönde değişiklikler olduğunu söylüyorlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16.	İnternette daha fazla zaman geçirebilmek için sık sık sorumluluklarımı aksatıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17.	İnternet yüzünden bazen randevularımı kaçıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18.	Online dünyasını keşfettiğim andan itibaren başkalarıyla daha az zaman geçiriyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19.	İnternetle öylesine sık ve yoğun meşgul oluyorum ki bazen işverenlerimle /okulla /aile bireyleri ve benzeri ile sorunlarım oluyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

ÖZGEÇMİŞ

Ali ÖZTOSUN

Ankara Caddesi 34110 Cağaloğlu – Fatih/ İstanbul (İstanbul Valiliği)

İletişim (e-posta/ Telefon) : aliztosun@gmail.com / 05546670164

Yabancı Dili :

A.EĞİTİM

Yüksek Lisans : İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisansı, 2018, İstanbul

Lisans : Uludağ Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, 2011, Bursa

Lise : Gazi Süper Lisesi, 2005, Mersin

B. MESLEKİ DENEYİM

15.05.2018 – Devam ediyor İstanbul Valiliği Açık Kapı Projesinde Sorumlu,
Psikolog

16.09.2014 – 14.05.2018 Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı İstanbul İl
Müdürlüğünde Psikolog

15.02.2013 – 16.09.2014 Özel Gülşeker Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezinde
Kuruluş Müdürü, Psikolog

02.11.2011 – 02.10.2012 Erzurum Hava Radar Mevzi Komutanlığı Hava Sağlık
Asteğmen, Psikolog

C. GÖREV ALDIĞI PROJELER/PROGRAMLAR

2018 - Açık Kapı Projesi (İçişleri Bakanlığı)

2017 - Haydi Hayatı Kucakla Projesi (Milli Eğitim Bakanlığı), Program Öğreticisi

2016 - Diyarbakır İli Bağlar ve Sur İlçesi Psiko-Sosyal Destek Programı (Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı)

2014 - Anka Çocuk Destek Programında, Program Öğreticisi (Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı)