

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

İNTERNET BAĞIMLILIĞININ YORDANMASINDA
BAĞLANMA STİLLERİ VE İLETİŞİM BECERİLERİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yasemin GÜNEŞ

İstanbul

Mart, 2016

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

İNTERNET BAĞIMLILIĞININ YORDANMASINDA
BAĞLANMA STİLLERİ VE İLETİŞİM BECERİLERİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Yasemin GÜNEŞ

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Mustafa Yüksel Erdoğan

İstanbul

Mart, 2016

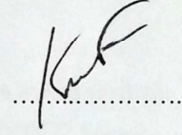
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

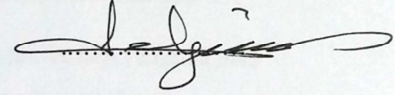
Başkan Yrd. Doç. Dr. M. Yüksel ERDOĞDU (Danışman)



Üye Yrd. Doç. Dr. Kemalettin PARLAK

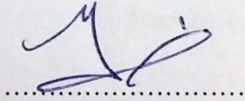


Üye Yrd. Doç. Dr. Belgin PARLAKYILDIZ



Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.



Prof. Dr. İbrahim GÜNEY

Enstitü Müdür V.

ÖNSÖZ

Bu araştırmamızda, bağlanma stillerinin ve iletişim becerilerinin internet bağımlılığı ile ilişkisi ölçülmeye çalışılmıştır.

Tez hazırlama sürecinde hiçbir zaman yardımlarını esirgemeyen, bilgilerini cömertçe paylaşan tez danışmanım Sayın Yrd. Doç. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU'ya ve tüm ders hocalarıma teşekkür eder, şükranlarımı sunarım.

Özel ve akademik hayatımda yol arkadaşım olan, maddi manevi destekçim eşim Abdullah GÜNEŞ'e, çalışmam boyunca ona ayrıcağım zamanlardan fedakarlık eden oğluma ve kıymetli anne babama sonsuz teşekkür ederim.

Yasemin GÜNEŞ

Mart, 2016

ÖZET

Bu araştırmanın ana amacı “bağlanma stilleri ve iletişim becerilerinin internet bağımlılığı ile ilişkisi”ni ortaya koymaktır. Bu sebeple bu araştırma ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini 2015-2016 eğitim ve öğretim yılında İstanbul ili Küçükçekmece İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü bünyesinde bulunan resmi liselerde okumakta olan öğrenciler oluşturmaktadır. Bu evrenin içinden 319 öğrenci örneklem olarak seçilmiştir. Araştırmada İnternet Bağımlılığı Ölçeği, İletişim Becerileri Envanteri ve İlişki Ölçekleri Anketi kullanılmıştır. Ayrıca öğrencilerin demografik özelliklerini ortaya koymak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen anket uygulanmıştır. Araştırmada iki değişken ortalamaları arasındaki ilişkiler için Mann Whitney U testi, ikiden fazla değişken ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığı için Kruskal Wallis testi, bağlanma ve iletişim becerilerinin internet bağımlılığını yordamadaki önem sırasını belirlemek için de regresyon analizi yapılmıştır.

Araştırmada öğrencilerin okul türü, günlük internet kullanım süreleri ve interneti kullanma amaçları ile internet bağımlılığı arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Cinsiyet, sınıf, yaş, anne-babanın eğitim durumu, ailenin ekonomik durumu ve annenin çalışıp çalışmadığı ile öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Öğrencilerin iletişim becerileri ve bağlanma stilleri ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Adı geçen iki değişken birlikte, internet bağımlılığı düzeyindeki varyansın % 20’sini açıklamaktadır. Yordayıcı değişkenlerin internet bağımlılığı üzerindeki görece önem sırası; duygusal iletişim, güvenli bağlanma, kayıtsız bağlanmadır.

Anahtar Sözcükler: İnternet bağımlılığı, bağlanma stilleri, iletişim becerisi

PREDICTING THE INFLUENCE OF ATTACHMENT STYLES AND COMMUNICATION SKILLS ON INTERNET ADDICTION

ABSTRACT

The major goal of this research is to reveal the “influence of attachment styles and communication skills on internet addiction.” Therefore, a correlational survey design was conducted. The population was the public high school students of the district of Küçükçekmece in the city of İstanbul who were enrolled in 2015-2016 academic year. The sample consisted of 319 students to represent the population. They received Internet Addiction Scale, Communication Skills Inventory, and The Relationships Scales Questionnaire. Relationship between two variables was analyzed with Mann Whitney U test, relationships among three variables were tested with Kruskal Wallis, and regression analysis was performed to determine the relative importance of communication skills and attachment styles in predicting Internet addiction.

Significant differences were found in Internet addiction in terms of school type, time spent for Internet use on a daily basis, and purposes of Internet use. There were no significant differences in Internet addiction with respect to age, grade level, parents’ level of education, and economic and employment status of the family. There was a significant relationship between Internet addiction and communication skills and attachment styles. These two variables explained 20% of variance in Internet addiction. The order of the individual predictors in terms of their explanatory power was emotional communication, secure and dismissing styles respectively.

Keywords: Internet addiction, attachment styles, communication skills.

İÇİNDEKİLER	<u>Sayfa No</u>
JÜRİ ÜYELERİNİN İMZA SAYFASI	I
ÖN SÖZ	II
ÖZET	III
ABSTRACT.....	IV
İÇİNDEKİLER.....	V
TABLOLAR LİSTESİ.....	VIII
ŞEKİLLER LİSTESİ	IX
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1.Problem	1
1.2.Amaç.....	5
1.3.Önem.....	6
1.4.Varsayımlar	9
1.5.Sınırlılıklar	9
1.6.Tanımlar	9
1.7.Kısaltmalar.....	10
BÖLÜM II.....	11
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	11
2.1.İnternet Bağımlılığı İle İlgili Kuramsal Çerçeve	11
2.1.1. İnternetin Tanımı	11
2.1.2. İnternetin Tarihçesi	12
2.1.3. Türkiye’de İnternetin Gelişimi	13
2.1.4. Bağımlılık Nedir?	14
2.1.5.İnternet Bağımlılığı	15
2.1.5.1. İnternet Bağımlılığı Tanı Olcutleri	18
2.1.5.2. İnternet Bağımlılığı ve Ergenlik	21
2.1.6. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Yapılmış Araştırmalar	24
2.1.6.1. Yurt Dışında Yapılmış Bazı Araştırmalar	24
2.1.6.2. Yurt İçinde Yapılmış Bazı Araştırmalar	27
2.2. Bağlanma İle İlgili Kuramsal Çerçeve	33
2.2.1. Bağlanma Kuramı	33
2.2.2. Bağlanma Teorisinin Özellikleri	37

2.2.3. Bağlanma Süreci	38
2.2.4. İçsel Çalışan Modeller	39
2.2.5. Bağlanma Stilleri	40
2.2.5.1 Güvenli Bağlanma Stili	41
2.2.5.2. Saplantılı Bağlanma Stili	42
2.2.5.3. Korkulu Bağlanma Stili	43
2.2.5.4. Kayıtsız Bağlanma Stili	43
2.2.6. Yaşam Boyu Bağlanmada Oluşan Farklılıklar	44
2.2.6.1. Bebeklik-Çocukluk Döneminde Bağlanma....	45
2.2.6.2. Ergenlikte Bağlanma	46
2.2.6.3. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma	47
2.2.7. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Araştırmalar	49
2.2.7.1. Yurtdışında Yapılmış Bazı Araştırmalar	49
2.2.7.2. Yurtiçinde Yapılmış Bazı Araştırmalar	52
2.3. İletişim İle İlgili Kuramsal Çerçeve	54
2.3.1. İletişim Kavramı	54
2.3.2. İletişim Sürecinin Öğeleri.....	55
2.3.3. İletişim Türleri ..	57
2.3.3.1. Kitle iletişim	57
2.3.3.2. Örgüt-içi iletişim	58
2.3.3.3. Kişi İçi İletişim	58
2.3.3.4. Kişilerarası İletişim	59
2.3.4. İletişim Becerileri	62
2.3.5. İletişim İle İlgili Yapılmış Araştırmalar	64
2.3.5.1. Yurtdışında Yapılmış Bazı Araştırmalar	64
2.3.5.2. Yurtiçinde Yapılmış Bazı Araştırmalar	65
BÖLÜM III	68
YÖNTEM	68
3.1. Araştırmanın Modeli.....	68
3.2. Evren ve Örneklem.....	68
3.3. Veri Toplama Araç ve Teknikleri.....	70
3.4. Verilerin Toplanması.....	73
3.5. Verilerin Analizi.....	73

3.6. Verilerin Çözümü ve Yorumlanması	74
BÖLÜM IV	75
BULGULAR VE YORUMLAR	75
BÖLÜM V	82
SONUÇLAR VE ÖNERİLER	82
5.1. SONUÇLAR	82
5.2. ÖNERİLER	86
5.2.1 Araştırma Bulgularına İlişkin Öneriler.....	86
5.2.2 Araştırmalara-Araştırmacılara Yönelik Öneriler.....	87
KAYNAKÇA	88
EKLER	112
Ek-1 Anket	112
Ek-2 İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin Bir Kısmı	113
Ek-3 İlişki Ölçekleri Anketi'nin Bir Kısmı	114
Ek-4 İletişim Becerileri Envanteri'nin Bir Kısmı	115
Ek-5 İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nün Sabahattin Zaim Üniversitesine Yazısı	116
Ek-6 İstanbul Valiliği'nin Olur Yazısı	117

TABLolar LİSTESİ

	Sayfa no
Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyete Göre Dağılımları	68
Tablo 2. Öğrencilerin Okul Türlerine Göre Dağılımları.....	69
Tablo 3. Öğrencilerin Sınıfa Göre Dağılımları.....	69
Tablo 4. Öğrencilerin Yaşa Göre Dağılımları	69
Tablo 5. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeği, İletişim Becerileri Envanteri ve İlişki Ölçekleri Anketi'nden Aldıkları Puanların Betimsel İstatistikleri	75
Tablo 6. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	76
Tablo 7. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Anne Çalışması Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları	76
Tablo 8. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Okul Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	77
Tablo 9. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Sınıf Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	77
Tablo 10. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	77
Tablo 11. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Gelir Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	78
Tablo 12. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	78
Tablo 13. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	78
Tablo 14. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Günde İnternet Kullanımı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	79
Tablo 15. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin En Çok Ne Amaçla İnternet Kullandığı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları	79
Tablo 16. İnternet Bağımlılığı Envanteri ile Bağlanma Stilleri Alt Ölçekleri ve İletişim Becerileri Envanteri ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiler	80
Tablo 17. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	81

ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa no

Şekil 1. Kişilerarası İletişim Sınıflaması60



BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi, araştırmanın amacı, önemi, varsayımlar, sınırlılıklar ve bu araştırmayla ilgili tanımlara yer verilmiştir.

1.1. Problem

Çağımızda teknoloji hızla ilerlemektedir. Özellikle yirmi birinci yüzyıla damgasını vuran bilişim teknolojileri son derece hızlı gelişmekte ve yaygınlaşmaktadır. Günlük hayatımızı kolaylaştıran, daha fazla işi daha kısa sürede yapmamıza olanak sunan, kişiler, ülkeler hatta kıtalar arası iletişimi sağlayarak sınırları yok eden ve global bir dünya oluşturan internet, bilişim teknolojileri arasında oldukça önemli bir yere sahiptir. Günümüzde yediden yetmişe herkesin kolaylıkla ulaşabildiği teknoloji araçları internet kullanımını artırmakta ve yaygınlaştırmakta hatta günümüz koşullarında zorunlu hale getirmektedir. İnternet giderek hayatımızın bir parçası haline gelmiştir.

İnternet küresel anlamda birbirine bağlı olan milyonlarca bilgisayarın birbirleriyle veri alışverişinde bulunmasına imkân veren iletişim ağı (Göker, Demir ve Doğan, 2010) olarak tanımlanmaktadır. Dünyada yaygın olarak kullanılan bu iletişim ağı insanların gün geçtikçe artan bilgi üretme, saklama, paylaşma ve bilgiye ulaşma istekleri sonrasında ortaya çıkmıştır (Çetin, 2009). Tekerlekten elektriğe kadar birçok yenilik gibi toplumsal yaşantıda, insanların davranış ve alışkanlıklarında, arkadaşlık ilişkilerinden iş ilişkilerine kadar sosyal yapıda önemli değişikliklere yol açan yeniliklerden sayılmaktadır (Tarcan, 2005).

Bireye, hem kişisel iletişimde hem de toplumsal etkileşimde yeni bir alan sunarak zamansal ve mekânsal sınırları aşma imkânı tanıyan internet teknolojisi (Göker ve ark., 2010), dünya çapında veri tabanlarından, kütüphanelerden bilgi sağlamak, dünyada olup biten olaylardan haberdar olmak, müzik dinlemek, oyun oynamak, film izlemek, sınırsızca alışveriş yapmak gibi kolaylıklar sağlamaktadır (Aydoğdu, 2003).

İnternet kullanımının hızla yaygınlaşması ve kullanım alanının genişlemesi bazı olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir. İnternet ve bilgisayarın aşırı kullanımı, özellikle okul çağındaki ergenlerin hem akademik hem de kişisel gelişimini olumsuz yönde etkilemekte, problemleri internet kullanımı kişiyi bağımlı hale getirebilmektedir (Doğan, Işıklar ve Eroğlu, 2008).

Bilimsel olarak 1995’li yıllarda incelenmeye başlanan internet bağımlılığının, 2000’li yıllara kadar bağımlılık olup olmadığı tartışılmakta iken artık günümüzde böyle bir bağımlılığın varlığı kabul edilmekte hatta tedavisi üzerinde durulmaktadır. Öyle ki Ege Üniversitesi’nde “internet bağımlılığı” adıyla bir ders açılmış ve Balıklı Rum Hastanesi artık “internet bağımlılarını” tedavi etmeye başlamıştır (Ç.Balta, Horzum, 2008). Young, internet bağımlılığını bireyin, internet kullanımını hayatında belirgin şekilde ilişkisel, mesleki, sosyal sıkıntı ve fonksiyonel bozuklara sebep olacak derecede kontrol edememesi olarak tanımlamıştır (akt. Esen, 2010). Gwinnell ve Adamec (2006)’e göre internet bağımlılığı rahatsızlığı bireyin duygusal, finansal ve/veya kişisel sonuçları ile aile ve sosyal yaşamında olduğu gibi iş yaşamında da ızdırap çekeceği duruma kadar sürekli interneti kullanmasıdır.

İnternet bağımlılığı her yaşta ve gruptan bireyin ortak problemi olmasının yanında, bağımlıların çoğunun erkek ve gençlerden oluştuğu söylenebilir (Gonzalez, 2002). Ergenler üzerinde yapılan araştırmalar problemleri internet kullanımının ergenleri yoğun şekilde etkilediğini ortaya koymuştur (Doğan ve diğer., 2008). Ergenler özellikle erişimin son yıllarda hızlı geliştiği gelişmiş ülkelerde teknolojinin erken benimseyicisi ve ağır kullanıcılarıdır (Yardı, 2012).

Ergenlik dönemi çocukluktan yetişkinliğe geçişin yapıldığı, karmaşık, çalkantılı, gelecekle ilgili önemli kararların alındığı, kendine özgü gelişimsel görevlerin başarıyla yerine getirilmesini gerektiren bir dönemdir. Ergen bir taraftan kendindeki değişimlere ayak uydurmaya çalışırken diğer taraftan bireyselliğini kazanma, özerkliğini ilan etme ve kendini akranları arasında ispat etme mücadelesi verir. Hem ergen hem ailesi için zorlayıcı olan bu dönemde ergenin, ailesi tarafından sevildiğine, kabul gördüğüne olan inancı ve aileye ait olduğunu hissetmesi, ergen-aile arasında kurulan kuvvetli bağlarla mümkündür. Bu bağların ergenin içinde

bulunduğu dönemi zarar görmeden, sağlıklı bir şekilde atlatmasını sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağların temelleri çocuğun doğumundan itibaren annesi ya da ona bakan kişi ile arasında kurulan ilişki ile atılır.

Erken çocukluk dönemindeki çocuk ve ona bakım veren kişi arasındaki ilişki çocuğun sadece fiziksel varlığına yönelik iken, daha sonra kişinin tüm hayatını etkileyen bir ilişki stili haline gelir (Deniz, 2011). Yaşamın erken dönemlerinden başlayıp süreklilik gösteren ve kişinin diğer insanlarla ilişki kurma tarzını şekillendiren bu süreç bağlanma olarak tanımlanır (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011).

Bağlanma, insanların kendileri için önemli gördükleri kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlardır (Bowlby, 1969). Bir başka tanıma göre bağlanma, çocuk ve bakım veren kişi arasında gelişen; ilişki kurma, çocuğa bakım veren kişiyi arama ve yakınlık arayışı davranışları ile kendini gösteren, özellikle stres durumlarında belirginleşen, dayanıklı ve devamlılığı olan duygusal bir bağdır. Yaşamın erken dönemlerinden itibaren çevreyle olan etkileşim sonucu gelişir. (Pehlivantürk, 2004). Bebeğin ilk yıllarındaki bakım vereni ile kurduğu sosyal bağ onun gelecekteki kişisel gelişimini, diğer insanlarla ilişkilerini ve psikolojik uyumunu etkilemektedir (Bowlby, 1969; Hamarta, 2004; Kapçı ve Küçüker, 2006).

Bowlby (1969) ve Ainsworth (1989) bağlanma stillerini, erken yaşlarda ebeveynlerle olan etkileşimin kalitesi temelinde şekillenen ve ileriki dönemlerde yakın ilişkilerdeki beklentileri, inançları, ihtiyaçları, duygu düzenleme stratejilerini ve sosyal davranışları etkileyen örüntüler olarak ele almışlardır.

Bartholomew ve Horowitz (1991) güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört tür bağlanma stilinden bahseder. Güvenli bağlanma stiline sahip kişilerde olumlu kendilik ve diğerleri algısı; saplantılı bağlanma stilinde olumsuz kendilik, olumlu diğerleri algısı; kayıtsız bağlanma stilinde olumlu kendilik, olumsuz diğerleri algısı; korkulu bağlanma stilinde ise olumsuz kendilik ve diğerleri algısı söz konusudur.

Erözkan (2004a), yaptığı araştırmada, her bir bağlanma stiline farklı kişilik özellikleriyle farklı düzeyde ve türde kişilerarası problemlerle ilişkili olduğunu bulmuştur. Güvenli bağlanma stiline sahip gençler aile ve arkadaşlarıyla daha fazla uyumlu, kendilerine ve başkalarına daha çok güvenen ve daha az sosyal problemler yasayan kişilerdir. Kayıtsız stil geliştirenler ise olumlu benlik algısına sahip, başkalarına karşı güvensiz, başkalarını destekleyici olarak algılamayan, kendilerini açma ve yakınlık kurmada isteksiz, akranları tarafından düşmanca algılanan kişilerdir. Saplantılı stile sahip olanlar kendilerine güveni az, başkalarını destekleyici olarak algılayan, bu destekten olumlu şekilde faydalanamayan, kendini açma düzeyleri az olan bireylerdir. Korkulu bağlanma stili geliştiren bireyler kendilerini açma, yakınlık kurma başkalarından yardım isteme konusunda rahatsızlık duyan, kendine güveni az ve sosyal ortamlarda atılganlık gösteremeyen kişiler olarak tanımlanabilir sonucuna varmıştır.

Tüm bu bulgular göstermektedir ki bağlanma stilleri, kendimize ve başkalarına yönelik algılarımızı, tutumlarımızı ve onlarla etkileşimimizi etkilemektedir. Bu algı, tutum ve davranışlar birçok becerimizin gelişiminde de önemli rol oynamaktadır. Bu becerilerden biri de iletişim becerileridir.

“İletişim; duygu, düşünce veya bilgilerin çeşitli yollarla başkalarına aktarılmasıdır. İletişim sözcüğü Latince ‘communicare’ kökünden gelmektedir. Komünikasyon, haberleşme veya bildirişim sözcükleriyle de tanımlanır. Etkileşimin olduğu yerde iletişim ve iletişimin olduğu yerde ise etkileşim kaçınılmaz bir durumdur. Bu iki durum birbirlerinin ayrılmaz parçalarını oluşturmaktadır. Etkileşim içerisinde olan nesnelere ve canlılar da iletişim dünyası içindedirler. Nesnelere iletişim sürecinde yer alan araçları oluştururken canlılar ise hedefi oluşturmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2002).”

Korkut (1996)’a göre bütün kişilerarası ilişkiler iletişime dayalı olarak gerçekteleşmektedir. Kişilerarası sorunların çoğu da iletişime dayanmaktadır. İletişimin sağlıklı olması, kişiler için ilişkilerin derin, anlamlı ve doyurucu olmasını sağglarken, sağlıksız olması anlaşılama duygusu ve istenmeyen, yalnızlıktan başlayarak çok daha derin sorunlara kadar gidebilen bir sıkıntı kaynağı oluşturmaktadır. Spitzberg ve Cupach (2002)’a göre iletişim becerileri sosyal hayatın

vazgeçilmezdir. Bu beceriler karşılaşılan çatışma ve problemlerin çözülmesini sağlar.

Tüm bu açıklamalar ışığında; güvenli bağlanma stiline sahip olmayan, sağlıklı iletişim becerileri gelişmemiş, dolayısıyla aile ve arkadaşlarıyla daha az uyumlu, kendilerine ve başkalarına güvenmeyen ve daha fazla sosyal problemler yaşayan, karşılaştıkları sorunlarla baş edemeyen, doyurucu ilişkiler kuramayan, kendilerini açma ve yakınlık kurmada isteksiz, başkalarından yardım isteme konusunda rahatsızlık duyan ve sosyal ortamlarda atılganlık gösteremeyen gençlerin, anlaşılmadıkları hissini yaşadıkları, çatışma ve sorunlarla baş edemedikleri ve giderek yalnızlaştıkları düşünülebilir. Bu durumda olan ergenler yalnızlıklarına çare olacak, tüm bu sorunlarla baş etmesini sağlayacak çözümler ararlar. Bilgisayar ve internet bu arayış içinde çok kolay ulaşılabilen bir yoldur.

Ülkemizde internet bağımlılığı 2000’li yıllardan sonra araştırmalara konu olmaya başlamıştır. İlgili literatür incelendiğinde internet bağımlılığı ile ilgili, mevcut durumu ortaya koyan ve internet bağımlılığının Sosyal Beceri Eğitimi, Akademik Başarı, Sosyal Karşılıklık, Depresyon, Anne-Baba Tutumları gibi farklı değişkenlerle ilişkisini inceleyen araştırmalar yapıldığı görülmüştür. Ancak bağlanma stilleri ve iletişim becerileri ile internet bağımlılığının yordandığı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmayla internet bağımlılığının öğrencilerin bağlanma stilleri ve iletişim becerileriyle olan ilişkisi irdelenecektir. Elde edilecek sonuçların eğitimcilere, ailelere ve araştırmacılara yol göstereceği umulmaktadır.

Bu bağlamda bu araştırmanın problemi; bağlanma ve iletişim becerilerinin internet bağımlılığını yordamasıdır.

1.2. Amaç

Araştırmanın genel amacı: bağlanma ve iletişim becerilerinin internet bağımlılığını yordamasıdır.

Bu durumda araştırmanın genel amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. İnternet bağımlılığı düzeyleri öğrencilerin, cinsiyet, okul türü, yaş, sınıf, ailenin gelir durumu, anne ve babanın eğitim düzeyi, annenin çalışıp çalışmadığı, günde ortalama kaç saat internet kullandığı ve en çok hangi amaçlarla interneti kullandıkları değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
2. Öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ile bağlanma stilleri alt ölçekleri; iletişim becerileri ve alt ölçekleri arasında ilişki var mıdır?
3. Bağlanma stilleri alt ölçekleri ile iletişim becerileri ve alt ölçekleri internet bağımlılığını yordamakta mıdır?

1.3. Önem

Türkiye genç nüfusun fazla olduğu bir ülkedir. Ülkenin gelişmesi ve aydınlık bir geleceğe sahip olması, genç nüfusun eğitilmiş, başarılı, her açıdan sağlıklı olmasıyla mümkündür. Ülkemizde ve dünyada gençliğin psikolojik, fizyolojik, toplumsal varlığını tehlikeye sokan, her anlamda sağlığını bozan ya da bozma riski bulunan birçok risk faktörü mevcuttur. Üstelik ülkeler arasındaki gerek ulaşım, gerekse iletişimin kolaylaşması, dünya içindeki sınırları kaldırmakta; genci sadece kendi çevresindeki değil tüm dünyadaki tehlikelerle yüz yüze getirmektedir.

Erikson'a göre ergenlik dönemi, ergenlerin kimlik oluşturdukları ve bu kimliği oluştururken de çevresel etkilere en açık oldukları psikososyal gelişim dönemidir (Doğan ve diğer., 2008). Ergenliğin beraberinde getirdiği problemlerle başa çıkmak için yeterli beceriye sahip olmayan ergen, internette oynadığı oyunlarla ve yazılı olarak kurduğu iletişimle bu problemlerden kurtulmaya çalışmaktadır. Giderek internet bağımlılığında geçirdiği zaman artmakta ve bu da onu internet bağımlısı olmaya doğru götürmektedir (Armstrong, Phillips, Saling, 2000; Yalçın, 2006; Şendağ ve Odabaşı, 2007).

İnternet başında kalan kişinin günlük yaşamında işlevsel bozukluklar ortaya çıkmasının bağımlılık belirtilerinden olduğunu ifade eden Dr. Ceyhan'a göre; "İnternet bağımlılığı, öğrencinin okulunu, yetişkinin de işini etkilemeye başlamakta; kullanıcı, internet kullanım süresi ve amacı hakkında yalan söyleyebilmekte,

internette olmadığı zamanlarda da yarım kalan sohbetiyle veya oyunda geldiği seviyeyle zihnini meşgul etmektedir. İnternet bağımlıları, internete ulaşamadıkları zaman tıpkı sigara, alkol bağımlılıklarında olduğu gibi aşırı sinirlilik, gerginlik ve huzursuzluk gibi belirtiler gösterebilmektedir (Özsoy, 2010). Sosyal faaliyetlerde azalma, dostları tarafından anlaşılama problemi yaşama, spor faaliyetlerinden uzaklaşma, sürekli uykusuz kalma ve yorgunluk, aile fertlerine yeterli zamanı ayıramama nedeni ile aile bağlarında zayıflama ve hatta çevresindeki kişilerin azalması, diğer iş ve kişilerle zaman geçirildiğinde onların internet başında geçirilecek vakti aldıklarını düşünerek bundan rahatsızlık duyma, insanlarla internet üzerinden konuşmayı yüz yüze konuşmaktan daha kolay bulma ile iletişim kanalını sanal iletişimle sınırlama problemleri internet kullanımının bazı belirtilerindendir (Griffiths, 1999; Cengizhan, 2003). İnsanlığın her anlamda işini kolaylaştıran internet teknolojisinin, aynı zamanda siber zorbalık, sohbet, kumar, pornografi, etkileşimli oyunlar gibi birçok bağımlılık nesnesini de gencin önüne serdiği, genci kendi yaş döneminin gelişimsel sürecini tam yaşayamadan sonraki gelişimsel dönemlere ait nesnelere, yaşantılara maruz bıraktığı, tüm bunların yanında internet gencin tüm zamanını doldurabildiğinden aile içi ilişkiler, akran ilişkileri, okul ve akademik başarı, iletişim gibi yaşamsal öneme sahip becerilerin gelişmesine engel olabildiği düşünülmektedir.

Bu belirtiler incelendiğinde, internet bağımlılığı oluştuktan sonra bireyin yaşamındaki her ögenin bu durumdan olumsuz etkilendiği görülmektedir. Bu çerçevede, internet bağımlılığının önlenmesinin sadece kişiyi bu bağımlılık durumundan kurtarmakla kalmayacağı, oluşması muhtemel sorunların da önüne geçeceği düşünülmektedir (Lengel, 2004; Young, 2004).

Günümüzde bağımlılık bir davranış biçimi olarak kabul edilmiştir. Bilindiği gibi davranış, belirli çevre koşulları altında canlıların uyarımlara verdiği karşılıktır. Bağımlılık sorunu bir davranış sorunu olarak ele alındığında, bu davranışı oluşturan çevre koşullarının, içten ve dıştan gelen uyarımlarının ve insanın kişilik özelliklerinin bilinmesi gerekmektedir (Dikmen, 2002).

Araştırmanın diğer iki değişkeni bağlanma ve iletişim becerileridir. Bartholomew ve Horowitz (1991) güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak

üzere dört tür bağlanma stilinden bahseder. Güvenli bağlanma stiline sahip kişilerde olumlu kendilik ve diğerleri algısı; saplantılı bağlanma stilinde olumsuz kendilik, olumlu diğerleri algısı; kayıtsız bağlanma stilinde olumlu kendilik, olumsuz diğerleri algısı; korkulu bağlanma stilinde ise olumsuz kendilik ve diğerleri algısı söz konusudur. Bowlby (1969) ve Ainsworth (1989) bağlanma stillerini, erken yaşlarda ebeveynlerle olan etkileşimin kalitesi temelinde şekillenen ve ileriki dönemlerde yakın ilişkilerdeki beklentileri, inançları, ihtiyaçları, duygu düzenleme stratejilerini ve sosyal davranışları etkileyen örüntüler olarak ele almışlardır. Her bir bağlanma stilini farklı kişilik özellikleriyle farklı düzeyde ve türde kişilerarası problemlerle ilişkilidir (Erözkan2004a). Bu bağlamda bağlanma stillerinin yaşamın diğer evrelerinde yaşanan birçok problemin açıklanmasında önemli bir yere sahip olduğu düşünülmektedir. İnternet bağımlılığı da bunlardan bir tanesidir.

Korkut (1996)'a göre, iletişimin sağlıklı olması, kişiler için ilişkilerin derin, anlamlı ve doyurucu olmasını sağlarken, sağlıksız olması anlaşılama duygusu ve istenmeyen, yalnızlıktan başlayarak çok daha derin sorunlara kadar gidebilen bir sıkıntı kaynağı oluşturmaktadır. İletişim becerileri sosyal hayatın vazgeçilmezidir. Bu beceriler karşılaşılan çatışma ve problemlerin çözülmesini sağlar (Spitzberg ve Cupach, 2002). Buradan yola çıkılarak iletişim becerileri gelişmiş olan ergenlerin sorunlarını çözmede, stresleri ile baş etmede daha başarılı olacakları, kendini anlatabilme ve anlaşılma duygusunu yaşayacakları söylenebilir. Ergenlerin, problemlerini sağlıklı bir şekilde çözebildikleri takdirde sağlıksız başaçıkma yöntemlerini daha az kullanacakları, bunun da onları internetin olumsuz etkilerinden uzaklaştıracağı, bağımlılık gelişmesine engel olacağı düşünülmektedir.

İlgili literatür incelendiğinde internet bağımlılığının, bağlanma stilleri ve iletişim becerileriyle bir arada incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmayla internet bağımlılığının, bağlanma stilleri ve iletişim becerileriyle olan ilişkisi irdelenecektir. Elde edilecek sonuçların ileride yapılacak betimsel ve deneysel çalışmalara yönlendirici veriler sağlayacağı ve aynı zamanda eğitimcilere, ailelere ve araştırmacılara yol göstereceği umulmaktadır. Aynı zamanda elde edilen sonuçlar ortaöğretim öğrencilerine yönelik yapılacak psikolojik danışma ve rehberlik çalışmalarına katkı sağlayabilir.

1.4. Varsayımlar

Bu çalışmanın varsayımları aşağıdaki gibi sıralanmıştır.

- Anket ve ölçeklere, öğrencilerin verdikleri cevaplar onların gerçek görüş ve düşüncelerini yansıtmaktadır.
- Araştırmanın örnekleminin evreni temsil ettiği düşünülmektedir.

1.5. Sınırlılıklar

Bu çalışma açısından sınırlama oluşturan bazı hususlar aşağıda sıralanmıştır.

- Araştırma, 2015-2016 eğitim öğretim yılı ile sınırlıdır.
- İstanbul ili Küçükçekmece ilçesindeki lise öğrencileri ile sınırlıdır.
- Araştırma, kullanılan ölçme aracı ve anketler ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Bu kısımda araştırma konusu ile ilişkili “internet, bağlanma ve iletişim becerisi” nin tanımı yer almaktadır.

İnternet: İngilizce terimler olan “international” ve “network” kelimelerinden meydana gelen bir sözcüktür. Bireylerin, devlet kurumlarının ya da özel kuruluşların ürettikleri, derledikleri bilgileri yayımlayabilecekleri ve aynı zamanda gereksinim duydukları her türlü bilgiye kolayca ve hızlı bir biçimde erişebilecekleri bir araçtır (Selnow, 1998; Gürol ve Sevindik, 2002).

Bağlanma (Attachment): İnsanların kendileri için önemli gördükleri başkalarına karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağ veya bebeğin doğuştan gelen fiziksel temas kurma, yakınlık ve güvenlik gibi gereksinimlerini karşılayan ve bebek ile ilk bakıcısı (özellikle anne) arasındaki bağ sürecidir (Bowlby, 1969).

İletişim Becerisi: İletişim becerileri sözel olan ve olmayan mesajlara duyarlılık, etkili olarak dinleme ve etkili olarak tepki vermesidir. Ayrıca kişinin iletişimde hem kendi hem de karşıdaki kişinin düşüncelerini birrada değerlendirebilmesi olarak da tanımlanmaktadır (Akman, 1982; Korkut, 1996).

1.7.Kısaltmalar:

ABD: Amerika Birleşik Devletleri

ARPA: Gelişmiş Savunma Araştırmaları Projeleri Birimi

ARPANET: Gelişmiş Araştırma Projeleri Dairesi Ağı

TCP/IP: İletişim Kontrol Protokolü / İnternet Protokolü

ULAKNET: Ulusal Akademik Ağ

TUBİTAK: Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu

TURNET: Türkiye İletişim Ağı



BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde yapılan araştırmanın kuramsal çerçevesine yer verilmiştir.

2.1. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Kuramsal Çerçeve

Aşağıda internet kavramı, internetin tarihçesi, bağımlılık kavramı, internet bağımlılığı, internet bağımlılığının tanı ölçütleri, internet bağımlılığının nedenleri ve ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

2.1.1. İnternetin Tanımı

Dünya çapında birçok bilgisayar ağını özel donanımlar aracılığı ile birbirine bağlayan çok büyük bir bilgi ağı olan internet; İngilizce —Interconnected Networks (kendi aralarında bağlantılı ağlar) kelimelerinin kısaltmasıdır (Odabaşı ve ark., 2007). İnterneti, dünyanın farklı coğrafi mekânlarında bilgisayarların birbirlerine bağlanarak oluşturdukları ve milyonlarca kullanıcının aynı anda veya farklı zamanlarda kullandığı bir iletişim ağı veya ağlar ağı olarak tanımlamak mümkündür. Dünya yüzeyindeki bilgisayarların birbirleriyle iletişimine belirli elektronik dil ve kurallar çerçevesinde imkân veren internet aynı zamanda “çok yönlü” bir kitle iletişim aracıdır (Morris ve Ogan, 1996).

Ortaya çıktığı günden bu yana küresel anlamda çok hızlı bir gelişim gösteren internet, iki veya daha çok sayıda bilgisayarın birbiriyle bağlantısı anlamına gelen bilgisayar ağlarının aralarında tekrar bağlantı kurmalarıyla oluşan, dünya çapında yaygın bilgisayar ağlarına dayalı bir iletişim sistemidir (İçel, 1998). Ağların ağı olarak ifade edilen internet; telefon hatları, uydular ve kablosuz yayın yapan araçlarıyla tüm dünyaya yayılmaktadır (Günüç, 2009).

Çok farklı ihtiyaçları karşılayan internetin temelde kullanılma amaçları şunlardır (İnan, 2010):

- Bilgisayar ağına bağlı tüm bilgisayarla iletişim, elektronik posta almak/göndermek, sohbet, anında karşılıklı bilgi alışverişinde bulunmak,
- Kütüphane kataloglarına, bilgi, makale gibi sınırsız kaynağa erişim,

- Herkese açık yazılımlara ücretsiz erişim,
- Kitap, konferans, duyuru ve kayıt işlemleri,
- Bilgi bankalarına ve arşivlere erişim,
- Her türlü alışveriş,
- Seyahat rezervasyonları, uçak ve diğer yolculuk biletleri,
- Bankacılık, hisse senedi alım satımı, açık artırmalara katılım gibi ticari işlemler,
- Çeşitli resmi başvuru ve işlemler,
- Her konuyla ilgili uzmanların adreslerine ulaşım iletişim olanağı,
- Günlük gazete/televizyon haberlerini izleme

2.1.2. İnternetin Tarihçesi

1957’de Sovyetlerin ilk yapay dünya uydusu olan Sputnik’i fırlatmaları üzerine Amerikan Hava Kuvvetleri 1962 yılında ABD’ye yapılabilecek olası bir nükleer saldırıdan sonra bir kısmı hasar görse de çalışmaya devam edecek olan ve tüm ülkeye yayılabilecek bir askeri bilgisayar ağı tasarlamıştır. ARPA ajansı bu ağı desteklemiş ve ARPANET adını almıştır. Soğuk savaş döneminin ürünü ve başlangıçta sınırlı bir şebeke olan Arpanet projesi kapsamında ilk bağlantı, 1969 yılında dört merkezle University of California at Los Angeles, Stanford Research Institute, University of Utah ve University of California at Santa Barbara’da gerçekleştirilmiştir (İçel, 1998). Böylece dört ayrı şehirdeki bilgisayar arasında bilgi transferi gerçekleştirilerek sistemin ilk adımı atılmıştır (Cağiltay, 1994). Terminal sayısı 1972 yılında 23 ana makineye ulaşmış ve elektronik posta kavramı ortaya çıkmıştır. ABD 1976 yılında radyo ve uydu bağlantılarını bu ağ üzerinde birleştirmiştir. 1983’te TCP/IP protokolüne geçişin tamamlanmasıyla birlikte internet’in doğum süreci tamamlanmıştır (Sevindik, 2003, akt. Kurtaran, 2008). 1989 yılında, ABD hükümeti Arpanet’i finanse etmekten vazgeçince, ağa bağlı kullanıcılar, “İnternet” adı verilecek ardılı için tasarımlar hazırlamışlardır. 1990’ların başında Wais, Gopher, Web gibi İnternet servisleri açıklanmıştır. 1993’te ise World Wide Web temelli İnternet araçları ile bilgiye ulaşım daha da kolaylaşmış ve ulaşılabilen bilgiler ile sunulan hizmetler sayısal anlamda ve çeşitlilik olarak artmıştır (İçel, 1998). FNC (Federal Networking Council) tarafından, 24 Ekim 1995 tarihinde yayınlanan bir bildiriyle tanımlanan “internet”, asker ve hükümet kontrollü

görünümünden uzaklaşmış, ticari rekabete ve özel girişimcilerin eline bırakılmıştır. Bu noktadan sonra İnternet'in yaygınlaşması da giderek hız kazanmıştır (Saatçi, 2005).

2.1.3. Türkiye'de İnternetin Gelişimi

Türkiye'de ilk geniş alan ağı 1986 yılında tesis edilen TÜVEKA (Türkiye Üniversiteler ve Araştırma Kurumları Ağı)'dır. 1991 yılı sonlarına doğru ODTÜ (Ortadoğu Teknik Üniversitesi) ve TUBİTAK, internet teknolojilerini kullanan yeni bir ağın tesis edilmesi yönünde bir proje başlatmışlardır. 12 Nisan 1993'te ODTÜ Bilgi İşlem Daire Başkanlığı sistem salonundaki yönlendiriciler kullanılarak, ABD'de Türkiye'nin ilk internet bağlantısı gerçekleştirilmiştir (Altun, 2003). Ankara-Washington arasındaki bu kiralık hat vasıtasıyla kurulan bu hat ODTÜ'den uzun bir süre ülkenin tek çıkışı olmuştur (Arısoy, 2009). Aynı yıl ODTÜ ve Bilkent Üniversitesi ilk "tr" uzantılı iki web sitesi hazırlamışlardır. O günden bu güne ülkemizde "com, net, org, tr" uzantılı binlerce web sitesi kurulmuştur (Sevindik, 2003, akt. Kurtaran, 2008).

İnternet tüm Türkiye'de öncelikle akademik ortamlarda yaygınlaşmaya başlamıştır ve ilk olarak Ege Üniversitesi (1994), Bilkent Üniversitesi (1995), Boğaziçi Üniversitesi (1996), İstanbul Teknik Üniversitesi (1996) bağlantıları gerçekleştirilmiştir. Dünyadaki gelişmelere paralel olarak 1995'ten itibaren Türk girişimcileri de günden güne artan bir taleple interneti, e-posta ve diğer servisleriyle, özellikle tanıtım ve pazarlama için kullanmaya başlamışlardır (Güvenir, 2005). 1996 yılı Ağustos ayında Turnet çalışmaya başlamıştır (Arısoy, 2009). 1997 yılında, akademik kuruluşların internet bağlantısını sağlayan ULAKNET çalışmaya başlamış, 1999 yılında, ticari ağ yapısında büyük değişiklikler olmuş ve TURNET'in yerini TTnet adında yeni bir oluşum almıştır. 2000'lerin başında, ticari kullanıcılar TTnet üzerinden, akademik kuruluşlar ve ilgili birimler ile Ulaknet üzerinden internet erişimine sahip olmaya başlamıştır (Arısoy, 2009). 2003 yılında ortaya konan e-Dönüşüm Türkiye Projesi, internet kullanımını yaygınlaştırmak, bilinçli internet kullanımını teşvik etmek ve resmi hizmetlerin vatandaşlar tarafından internet ortamında daha hızlı yapılmasını sağlamaya yönelik olarak başlatılmıştır. İnternetle ilgili konular artık Türkiye'nin Acil Eylem Planları'nda kendisine yer bulabilmektedir (Akgül, 2007).

2.1.4. Bağımlılık Nedir?

Bağımlılık kelime anlamı olarak Latince ‘bağlı’ ‘tarafından köleleştirilmiş’ anlamına gelen ‘addicere’ kelimesinden türetilmiş ve öncelikli olarak madde kullanımına spesifik bir gönderme yapmaksızın kullanılmıştır. Geçen birkaç yüzyıl boyunca kelime madde kullanım davranışları üzerinde artan bir şekilde bozuk kontrol olarak tanımlanmıştır (Maddux ve Desmond, 2000, Kranzler ve Li, 2008).

Bağımlılık, bir maddenin organik bir hastalığın belirtilerini ortadan kaldırma amacını gütmeyen, tekrarlanan dozlarla ve artan miktarlarda alınması sonucu ortaya çıkan önüne geçilmez bir arzu ve istektir, kesilmesi halinde bir takım ruhsal ve bedensel rahatsızlıklar ortaya çıkar (Ziyalar, 1999). Shaffer (1999) bağımlılığı “bağımlı kişi ile bu kişinin aşırı davranış gösterdiği nesne arasında kurulan ilişki” olarak tanımlamıştır.

Bağımlılık birçok araştırmacı tarafından tanımlanmış ve bir davranışın bağımlılık olarak değerlendirilmesi için farklı kriterler verilmiştir. Ancak hemen hemen bütün araştırmacıların üzerinde durduğu ortak öğeler; her durum ve koşulda maddenin alınması için engellenemeyen bir arzu ve isteğin bulunması, devamlı olarak kullanılan dozun artırılması zorunluluğu (tolerans) ve kullanılan maddeye ve onun etkilerine karşı psikolojik ve fizyolojik gereksinimin hissedilmesi (yoksunluk) dir (Young, 1996; Tomer, 2001; Gwinnell ve Adamec, 2006; Shaffer vd., 2000; Şahin, 2007).

Johnson (2009) bireyin yaşamında bir davranışın bağımlı bir davranışa dönüşebilmesi sürecinde kendisine göre bağımlılık sirkülasyonunu oluşturan beş aşamayı ifade etmiştir. Bunlar; hoşlanma, tercih, alışkanlık, saplantı ve bağımlılıktır. Belirli bir davranış ilk önce hoşlanma ile başlayarak bireyin hayatında zamanla tercihe doğru kayarak yavaş yavaş bir davranışa alışkanlık gerçekleşir. Devamında da saplantı davranışı ortaya çıkararak bağımlılık oluşabilir.

Bağımlılık sadece esrar, kokain, alkol, morfin gibi maddelere veya kimyasallara değil kumar, aşırı yemek yemek, cinsellik, aşırı alışveriş, kleptomani, televizyon izleme bilgisayar ve internet kullanımı gibi davranışlarda da gelişebilir (Arisoy, 2009; Griffiths, 1999; Vangelder, 2003; Marks, 1990b; Babaoğlu, 1997).

Üstelik bu davranışlarla gerçekleşen bağımlılık madde bağımlılığındakine benzer beynin ön ve limbik bölgelerinde aktivite değişikliklerine sebep olabilmektedir (Miele vd., 1990; Holden, 2001; Martin ve Petry, 2005; Shaw ve Black, 2008; Demetrovics vd., 2008, Young, 2009).

Davranışsal/Bir Davranışa Bağımlılık, belirli bir davranışın, normal dışı düzen ve sıklıkla sergilenmesi sonucu bireyin bedensel, psikolojik ve toplumsal yapı ve işlevlerinde dengesini yitirmesi, düzeninin bozulması ve ortama uyum sağlayamaması şeklinde tanımlanabilecek bağımlılık türüdür (Köknel, 1998). Davranışsal bağımlılık sadece tekrar eden davranışları içermekten ziyade bozuk işlevli ve amaçlı davranış rutinlerini içerir. Davranışta bağımlılık bireyin normal nefes alma, yemek yeme veya cinsellik gibi davranışlarında bozukluklara neden olabilir. (Marks, 1990b). Davranışsal bağımlılıklarda bireyler madde bağımlılıklarında olduğu gibi bağımlılığın ana bileşenleri, zihinsel meşguliyet, duygu durum değişkenliği, tolerans, yoksunluk, çatışma ve tekrarlamaya özellikleri gösterirler (Marks, 1990b).

2.1.5. İnternet Bağımlılığı

Uluslararası alanyazına ilk kez “internet addiction” kavramı ile giren internet bağımlılığı terimi ilk defa 1996 yılında Ivan Goldberg tarafından kullanılmıştır (Alaçam, 2012). Mental Hastalıkların Teşhis ve İstatistiği El Kitabı'na (DSM IV-TR) dayanan uyarılma kriterlerinin özetini birkaç meslektaşına e-mail attığında bir şaka olarak düşünmüştür. Bu kriterleri arkadaşlarına postaladıktan sonra, bazı meslektaşlarının internete bağımlılıkları olduğunu kendisine itiraf etmesiyle şaşırmıştır. Ivan Goldberg ilk kez internet bağımlılığı terimini ileri sürdüğünde ciddi değilse de, şu anda bu terim araştırmacılar tarafından yaygın bir şekilde kullanılan bir terimdir (Kirallo, 2005).

Bilimsel anlamda ‘internet bağımlılığı’ kavramı ilk olarak Pittsburgh Üniversitesinden psikolog Kimberly Young tarafından 1996’da yaklaşık 400 obsesif internet kullanıcısı üzerinden yaptığı çalışmaya dayanarak 1998’de ortaya atılmıştır (Ç.Balta, Horzum, 2008). Young (1996)’a göre internet tıpkı kumar gibi bağımlılık yaratmaktadır ve internet bağımlıları çeşitli dürtü kontrol bozukluğu belirtileri göstermektedir. Patolojik internet kullanımı olanlarda davranışsal bir dürtü kontrol

bozukluğu bulunmasından ve bu dürtü kontrol bozukluğunun da kimyasal bir madde alımını içermemesinden hareketle bu tanıma en çok uyan patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini patolojik internet kullanımına uyarlamış ve internet bağımlılığı için ilk ciddi, kapsamlı tanı ölçütlerini oluşturarak yayınlamıştır (Greenfield, 1999).

İnternet bağımlılığının standardize edilmiş bir tanımı yoktur. (Ögel, 2012). Young, internet bağımlılığını, patolojik kumar oynama davranışını model olarak, sarhoş edici madde içermeyen dürtü kontrol bozukluğu olduğunu belirtmiş ve internet bağımlılığını bireyin, internet kullanımını hayatında belirgin şekilde ilişkisel, mesleki, sosyal sıkıntı ve fonksiyonel bozuklara sebep olacak derecede kontrol edememesi olarak tanımlamıştır (akt. Esen, 2010). Gwinnell ve Adamec (2006)'e göre ise, internet bağımlılığı rahatsızlığı bireyin duygusal, finansal ve/veya kişisel sonuçları ile aile ve sosyal yaşamında olduğu gibi iş yaşamında da ızdırap çekeceği duruma kadar sürekli interneti kullanmasıdır.

İnternet bağımlılığı; genel olarak, internet basında uzun zaman gecirmeyi ifade etmektedir (Simkova ve Cincera, 2004; Leung, 2004: 348; Yellowlees ve Marks, 2007). Başka bir ifade ile internet kullanımının bağımlılık olarak ifade edilmesinde ve tanımlanmasında en büyük belirti ve etkenin, bireyin internet başında aşırı zaman harcamasından meydana geldiği söylenebilir. Yapılan çalışmalarda bağımlı kullanıcıların özellikle bağımlı olmayanlara göre daha fazla internette zaman harcadığı ve internete daha sık girdiği saptanmıştır (Chen ve diğerleri, 2001).

Kandell (1998) internet bağımlılığını, “internette yapılan aktiviteden, uğraştan bağımsız olan psikolojik bir bağımlılık” olarak tanımlarken, Hansen (2002)'e göre internet bağımlılığı; sanal seks bağımlılığı, sanal arkadaşlık bağımlılığı, bilgi yükleme bağımlılığı, kumar ve oyun bağımlılığı gibi farklı ve geniş çerçevedeki davranış ve dürtü kontrol problemlerini kapsayan genel bir kavramdır. Morahan-Martin ve Schumacher'e (2000) göre internet bağımlılığı, kullanıcı bireyin interneti kontrolsüz, aşırı bir derecede hayatını bozan bir şekilde tekrar tekrar kullanmasıdır. Shaw ve Black (2008) ise internet bağımlılığını; bilgisayar ve internet kullanımı ile ilgili, rahatsızlığa sebep olan, aşırı veya zayıf kontrol edilmiş zihinsel meşguliyet, dürtüler ve davranışlar olarak nitelendirmişlerdir.

Shapira vd. (2000) problemlı internet kullanımının psikolojik literatürde ‘internet bağımlılığı’ ve ‘patolojik internet kullanımı’ olarak tanımlandığını belirtmiş ve internet bağımlılığı; kontrol edilemez, belirgin bir şekilde strese sebep olan, zaman tüketici, sosyal, mesleki ve finansal zorluklarla sonuçlanan, manik (pozitif bir olaya karşı aşırı mutluluk hissi duyma ve aşırı fiziksel aktivite gösterme), (Berkow vd., 1997) veya Hipo-manik (maninin daha ılımlı hali) belirtiler olarak tanımlamıştır.

İnternet bağımlılığı literatürde pek çok farklı terminolojiyle farklı biçimlerde ifade edilmektedir. En kullanılan kavramlar, 'patolojik internet kullanımı' (Davis, 2001; Young, 2004; Gönül, 2002; DiNicola, 2004; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Bayraktar ve Gün, 2006), 'problemlı internet kullanımı' (bireyin yaşamında internet kullanımından oturu psikolojik, sosyolojik, okul ve is yaşamı ile ilgili bir takım zorluklarla karşı karşıya kalması) (Özcan ve Buzlu 2005; Köroğlu ve diğer., 2006; Aboujaoude ve diğer., 2006; Ceyhan ve ark., 2007; Shapira ve ark., 2003; Yellowlees ve Marks, 2007; Caplan, 2002, Kaltiala-Heino ve diğerleri, 2004), (Beard ve Wolf, 2001). 'İnternet istismarı' (cevirim-ici sohbet, cevirim-ici oyun, cevirim-ici kumar, cevirim-ici alışveriş, pornografi ve cevirim-ici suç vb. etkinlikler) (Chou ve diğerleri, 2005) ve ‘aşırı internet kullanımı’ (Yang ve diğerleri, 2005, Hardie ve Tee, 2007)’dır.

Bunların yanında 'internet kullanımı bozukluğu' (Gonzalez, 2002, Goldberg, 1995), takıntılı internet kullanımı (Einjden ve ark., 2008; Greenfield, 1999), ‘düzensiz internet kullanımı’ (Gonzalez, 2002; Kiralla, 2005), ‘düzenlenmemiş internet kullanımı’, ‘internet bağılılığı’ (Scherer ve Bost, 1997), ‘internet veya net deliliği’ (Shapira ve diğer., 2003), ‘internet davranış bağımlılığı’ (Hall ve Parsons, 2001), ‘internet bağımlılığı’ (Tvedt, 2007; Ceyhan, 2008; Young, 1996; Johansson ve Götestam, 2004), ‘ spesifik ve genelleştirilmiş patolojik internet kullanımı’ (Davis, 2001) ve ‘uyumsuz internet kullanımı’ (Beard ve Wolf, 2001) kavramlarına da rastlanmıştır. Temelde tüm bu kavramlar benzer olarak kullanılmakta olup, çıkış noktası olarak aşırı ve problemlı internet kullanımı kapsamında ele alınabilmektedir (Beard ve Wolf, 2001; Ceyhan ve ark., 2007; Günüç, 2009).

2.1.5.1. İnternet Bağımlılığı Tanı Ölçütleri

Young, Goldberg ile Beard ve Wolf Young'ın "internet bağımlılığı" tanı ölçütleri şöyledir:

Young'ın İnternet Bağımlılığı İçin Tanı Ölçütleri

Young (1998), DSM IV'te yer alan herhangi bir maddeye bağlı olmayan patolojik kumar oynama kriterlerini internet bağımlılığı için adapte etmiş, internet bağımlısı kişilerin de tıpkı kumar bağımlısı kişilerde görülen kendine güvenirlilik, duygusal açıdan, hassaslık, reaktiflik, uyanıklık, kendini açığa vuramama ve uyumsuzluk gibi bir takım karakteristik özellikler taşıdığını belirtmiştir. Bu noktadan hareketle, Young internet bağımlılığını 8 başlık altında özetlemekte ve tanımlanan 8 ölçüitten 5 tanesi karşılanıyorsa kişi bağımlı olarak nitelendirilmektedir (Young, 1996a). İnternet bağımlılığı konusundaki araştırmalarda çoğunlukla Young'ın kriterleri referans almış ya da o kriterlerden yola çıkarak oluşturulan soru listeleri kullanılmıştır (Mikowski, 2005).

1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılması planlanan bir sonraki etkinliği düşünme, vb),
2. İstenilen keyfi almak için giderek daha fazla oranda internet kullanma ihtiyacı duyma,
3. İnterneti kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması,
4. İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, çökkünlük ya da kızgınlık hissedilmesi,
5. Başlangıçta planlanandan daha uzun süre internette kalma,
6. Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşama, eğitim veya kariyer ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atma ya da kaybetme,
7. Başkalarına (aile, arkadaşlar, terapist, vb) internette kalma süresi ile ilgili yalan söyleme,
8. İnterneti problemlerden kaçmak veya olumsuz duygulardan (örn: çaresizlik, suçluluk, çökkünlük, kaygı) uzaklaşmak için kullanmadır.

Goldberg'in İnternet Bağımlılığı İçin Tanı Ölçütleri

Goldberg'e göre: 12 aylık bir dönem içinde herhangi bir zaman ortaya çıkan aşağıdakilerin 3'ü veya daha fazlasıyla kendini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulmaya ya da sıkıntıya yol açan uygunsuz internet kullanımı:

1. Aşağıdakilerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi.

- a. İstenen keyfin alınabilmesi için belirgin olarak artmış internet kullanım süresi
- b. Sürekli olarak aynı sürelerde internet kullanımı ile alınan keyifte azalma olması

2. Aşağıda tanımlanan şekilde yoksunluk gelişmesi.

Ağır ve uzun süreli internet kullanımı sonunda aşağıdakilerden en az 2 tanesinin günler içinde ortaya çıkması (1 ay içinde ortaya çıkabilir) ve kişilerin bunlardan dolayı iş, sosyal ve önemli işlevsel alanlarda sıkıntı yaşamaması.

- a. Psikomotor ajitasyon
- b. Bunaltı
- c. İnternette neler olduğu hakkında takıntılı düşünceler
- d. İnternet hakkında fanteziler ve hayal kurma
- e. İsteyerek ya da istemeyerek tuşlara basma hareketi yapma
- f. Bu sıkıntılı durumlardan kurtulmak için internete vb. servislere bağlanma

3. İnternet kullanımını genellikle planlandığından daha uzun süreler alır

4. İnternet kullanımını bırakmak veya denetim altına almak için sürekli bir istek veya boşa çıkan çabalar vardır.

5. İnternet ile ilgili eylemlere çok uzun süreler ayrılır (kitap almak, yeni web tarayıcıları ve programları denemek, dosyaları düzenlemek vb.)

6. İnternet kullanımı nedeniyle önemli toplumsal mesleki etkinlikler veya boş zamanları değerlendirme etkinlikleri bırakılır veya azaltılır.

7. İnternet kullanımını, yol açtığı sorunlara (uykusuzluk, evlilik problemleri, işe ve randevulara geç kalma vb.) rağmen aşırı olarak devam eder.

Beard ve Wolf 'un İnternet Bağımlılığı İçin Tanı Ölçütleri:

Beard ve Wolf (2001), Young'un "internet bağımlılığı" tanı ölçütlerini düzenleyerek geliştirmişlerdir. Young'ın tanımladığı 8 ölçütü iki grupta toplamış, ilk 5'ini internet kullanım fonksiyonelliği olarak gruplandırmışlardır. Buna göre, kişinin her bir ifadedeki durumu mutlaka yaşamış olması gerekmektedir. Diğer 3 madde ise kişilerin internet kullanımından dolayı zarara uğraması olarak gruplandırılmış, internet bağımlılığı tanısı koyulabilmesi için ise, kişinin en az bir tanesini yaşamış olması gerekmektedir. Araştırmacılara göre, Young'ın tanı ölçütlerinde, kişilerin nasıl hissedeceğine göre sonuçlar değişebilmekte, bu yüzden de kişilerin bahsi geçen ölçütleri nasıl hissettiğine göre değil, daha önce yaşayıp yaşamadığına göre cevaplamaının sağlanması gerekmektedir. Buna göre yeniden düzenlenen "internet bağımlılığı" tanı ölçütleri şöyledir:

Asağıdaki ifadeler (1-5) daha önce mutlaka görülmüş olmalı:

1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (bir önceki internet aktivitesi ya da bir sonraki online oturumu beklemek)
2. İnternete bağlı kalma süresinde artışa ihtiyaç duyma
3. İnternet kullanımını azaltmaya yönelik başarısız girişimlerde bulunma
4. İnternet kullanımının azaltılması durumunda yoksunluk belirtileri
5. Baslangıçta olduğundan daha uzun süre internete bağlı kalma

Asağıdaki ifadelerden en az bir tanesi sağlanmış olmalı:

1. İnternetin aşırı kullanılması yuzunden ilişkiler, okul ya da işle ilgili sorunlar yasama
2. İnternete bağlı kalabilmek için aile uyelerine, terapisteye ya da baskalarına yalan söyleme
3. İnternete bağlı kalındığı süre içerisinde duygu değişikliği olması (umutsuzluk, suçluluk, anksiyete, depresyon gibi)

2.1.5.2. İnternet Bağımlılığı ve Ergenlik

Erikson'un psikososyal gelişim kuramına göre 12-18 yaş arasındaki dönem bireyin kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası yaşadığı kritik bir dönemdir. Genç birey ergenlik döneminde suskunluk, içe kapanıklık, çevreden kopma, can sıkıntısı, aile içinde çatışma, arkadaşlarıyla problemlerinin bulunması, çevresi içinde beğenilmeme korkusu, kendi ya da dünyanın geleceği hakkında endişe duyma ve kötümserlik vb. psikolojik ve sosyolojik durumlara maruz kalabilmektedir (Saygılı, 2002). İnternet bireyin üstesinden gelemediği sorunlarını (huzursuzluk, üzüntü, acı vb.) unutmaya sebep olabileceği gibi bireye geçici bir rahatlık sağlayarak, bireyin kendisine güvenmesine, kendini güçlü hissetmesine, kontrolün kendinde olduğuna inanmasına, internete girerek dahil olduğu sanal sosyal çevresinden destek elde ettiği inancını bireye verdiği için birey internete tekrar tekrar giriyor olabilir. Bireyin internette duyduğu öfori, heyecan, mutluluk hissi internete girmesi için bir pekiştirici olabilmektedir. Bağımlı bireyler internete girmediklerinde huzursuzlukları ve sıkıntıları artar. Bunun sonucunda internete girerek rahatlamaya çalışırlar (Young, 2009). Kimlik kazanımı sürecinde zorlanan ergenler, interneti gerçek yaşamdaki sorumluluklarından ve gerçek kimliklerinden kaçmaya yardımcı olan bir mecra olarak görebilmektedir (Yang ve Tung, 2007).

Ergenlikte akran kabulü ve sosyal onay ön plana çıkarken, internet ergenlere elektronik posta, anlık mesajlaşma, günlük tutma ve sohbet odaları gibi iletişim uygulamaları bu beklentileri karşılama olanağı sunmaktadır (Subrahmanyam ve Lin, 2007). Ergenler internet üzerinden kurdukları iletişimlerde kolaylıkla onay ve kabul elde edebilmektedir (Tsai ve Lin, 2003). İnternet yoluyla iletişimden doyum almanın internet bağımlılığına olan yatkınlığı arttırdığı belirlenmiştir (Chou ve Hsiao, 2000). Kaltiala-Heino, Lintonen ve Rimpela (2004)'ya göre ergenlerin kişilik gelişiminin ve hızlı bir psikolojik gelişimin ortasında olmasına bağlı olarak madde ya da aşırı internet kullanımı gibi bağımlılık yapıcı ajanların zararlı etkilerine daha açık haldedirler. Genç birey internet ile çoğu zaman, arkadaş ortamına uymak ya da meraktan dolayı tanışır (Can, 2007). Selışık'a göre herkes internete bağımlı olabilir. Fakat bazı faktörler internete bağımlı olma riskini arttırabilir.

Bireyin internet bağımlısı olmasında bir takım doğrudan ve dolaylı nedenlerden söz etmek mümkündür. İnterneti kullanım amacı ve interneti kullanım

miktarından kaynaklanan nedenler, internet bağımlılığında doğrudan etkiler olarak gösterilebilir. Bireyin psikolojik ve sosyolojik etkenler nedeniyle internete yönelmesi internet bağımlılığında dolaylı nedenler olarak ele alınabilir (Can, 2007). Bu bağlamda ergenlerde internet bağımlılığı riskini artıran etkenler şöyle sıralanabilir:

- Yeni bir kimlik arayışı, hayattaki gerilimleri azaltma uğraşı, arkadaşlık ihtiyacı, bir yere ait olma ihtiyacı (Mitchell, 2000).
- Bireyin çevresinde duygusal destekten yoksun olması, arkadaş ortamından dışlanması, yetersiz sosyal alan ve etkinliklere sahip olması vb. nedenler sonucunda can sıkıntısı çekmesi (Yoon, 2006).
- Düşük benlik saygısı ve diğer uyum problemleri ile başa çıkma stratejisi olarak sağlıksız/problemlili internet kullanımı (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000).
- Gerçek yaşamda elde edilemeyen ya da kazanılamayan sosyalleşmenin, sanal ortamda giderilmek istenmesi (Celkan, 2005). Elektronik postalar, sohbet odaları, tartışma forumları ve çevirim-içi oyunlar aracılığıyla sosyalleşmeye çalışılması (Grohol, 1999).
- Gerçek hayatta kolaylıkla kurulamayan sosyal ilişkilerin internet üzerinden kurulabilmesi; yabancılarla kolaylıkla ve risksiz olarak tanışabilme; özgürce düşüncelerini, duygularını ifade edebilme; olmadığı bir kimliğe kolayca bürünerek kendini gizleyebilme (Tekdal, 2005; Esen, 2007).
- İletişim becerilerin zayıf olması (Önay,2014) İnternet aracılığıyla sosyal etkileşim kurmak isteyen bir birey, yüz yüze etkileşime sıcak bakmamaktadır (Caplan, 2002). Başka bir ifade ile internet bağımlılığında iletişim becerileri hem sebep hem de sonuç olarak kabul edilebilir.
- İnternetin depresyon hallerini hafifleten bir ortam olarak görülmesi (Tsai ve Lin, 2003).
- Ayrıca ergenlerin heyecan ve yenilik arayışının en temel kişilik özelliklerinden (Farley ve Cox, 1971; Akt: Ceyhan, 2008) biri olmasına bağlı olarak ilaç alma, dalma ya da paraşütle atlama gibi riskli ve tehlikeli davranışlara yönelebildikleri göz önünde bulundurulduğunda internetin sürekli güncellenen,

değişen ve yeni uygulamalarla gelişen yapısı ergenlerin merak ve macera duygularına hitap etmesi.

- Yalnızlık (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Kubey ve diğerleri, 2001; Caplan, 2003; Chak ve Leung, 2004; Huang, 2004; Thatcher ve Goolam, 2005). Bireyi aşırı internet kullanmaya yönelten nedenin toplum içinde yalnız kalması ile açıklanabildiği gibi, bireyin aşırı internet kullanımından ötürü zamanla toplumdan uzaklaşarak yalnız kaldığı şeklinde de düşünülebilir. Öyle ki, bireylerin internet bağımlılığı düzeyi arttıkça, yalnızlığının da arttığı düşünülmektedir (Caruso, 1998; Irwansyah, 2005).
- Ayrıca yabancılaşma (Kim ve Kim, 2002; Bölükbaş, 2003), kaygı ve çekingenlik (Chak ve Leung, 2004) kavramları ile de internet bağımlılığı arasında ilişki tespit edilmiştir.
- İnternet bağımlılığına neden olan bir takım psikolojik ve sosyolojik etkenlerin dışında; herhangi bir kontrol mekanizmasının olmaması ya da yetersiz olması (Gölge ve Arlı, 2002; DPT, 2006), internete kolayca ve günün her anında ulaşılabilir olması ile boş zamanlarında insanların internete yönelmesi (Bayraktutan, 2005), internet erişiminin zamanla ucuzlaması ve kolaylaşması ile bireylerin internet başında geçirdiği zamanın artması (Gönül, 2002) ve internet teknolojisinin sunduğu kumar, sohbet, oyun vb. olanaklardan kaynaklanan etkenler de mevcuttur (Gönül, 2002).

Bu bilgiler ışığında ergenlerin interneti en çok kullanan grup haline gelmesi (Subrahmanyam ve Lin 2007, Kaltiala-Heino ve ark. 2004); kullanım sıklığına, kullanım amaçlarına, kimlik gelişiminin tamamlanmamasına ve psikolojik olgunluğa erişmemelerine bağlı olarak internet bağımlılığı açısından ergenleri en önemli risk gruplarından biri haline getirmektedir (Block, 2008). Bu duruma bağlı olarak da ergenlerde internet bağımlılığı son yıllarda önemli bir sorun haline gelmiştir (Tsai ve Lin, 2003).

2.1.6. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Bu bölümde internet bağımlılığı ile ilgili yurt dışında ve yurt içinde yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

2.1.6.1. Yurt Dışında Yapılmış Bazı Araştırmalar

Chou ve Hsiao (2000), araştırmalarında Tayvan'daki üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığını incelemişlerdir. 910 geçerli anket 12 üniversite ve kolejden toplanmıştır. Yapılan analizler internet bağımlılığının Tayvan'ın üniversite öğrencilerinin bazılarında bulunmadığını göstermiştir. 54 öğrenci internet bağımlısı olarak belirlenmiştir ve bu grup interneti interaktif, eğlenceli, ilginç ve tatmin edici bulmuştur. İnternet bağımlılığı olan öğrenciler internet bağımlısı olmayan öğrencilere kendi çalışmalarını ve günlük rutinlerini olumsuz olarak puanlamışlardır. Araştırmada internet bağımlılığının en güçlü belirleyicisinin doyum puanı olduğunu bunu kullanım saatleri, cinsiyet, memnuniyet skoru ve iletişimin takip ettiği belirlenmiştir.

Kubey, Lavin ve Barrows (2001) tarafından internet kullanımı ve üniversite akademik performansının eksilmesi: Erken bulgular başlıklı bir çalışma yapılmıştır. Üniversite öğrencilerinin bazılarının internet kullanımının akademik performansı olumsuz etkileyebileceği görüşüne dayanarak yapılan araştırma büyük bir kamu üniversitesinde 572 öğrenciyle anket uygulanarak gerçekleştirilmiştir. Eğlence amaçlı artan internet kullanımı ile akademik performansın düşmesi arasında yüksek ilişki olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin kendi raporları ile yalnızlık, yorgunluk, internet kaynaklı değer düşüklüğü ve sınıfa geç kalma arasında ilişki saptanmıştır. İnternet bağımlılığı ile bozulmuş akademik performans, asenkron uygulamaların aksine tüm internet uygulamalarının daha fazla kullanılması ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Leung (2004), internet bağımlısı olan net neslinin bağımlı olmayanlar ile net tür farklılık gösterdiğini incelemiştir. Çalışmanın örneklemini 16-24 yaş arası net nesli oluşturmuştur. Genç kız öğrencilerin internet bağımlısı olma eğilimi olduğu bulunmuştur. Bağımlı olan katılımcıların internetteki zamanlarının çoğunu iletişim ortamlarında haz peşinden koşmak veya gerçek dünyadan kaçmak için interaktif sohbet odalarını, online oyunları, çoklu metin, sesli ve görüntülü mesajlaşma ile

geçirdikleri buna karşın bağımlı olmayan katılımcılar ise internette bilgi edinme işlevlerini kullandıklarını bildirmişlerdir. Araştırma sonuçları internet bağımlılarının daha az televizyon izlediklerini de göstermiştir.

Li ve Chung (2006), internet fonksiyonu ve internet bağımlılığı davranışı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. 76 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmada internet bağımlılığı ile sosyal işlevin ilişkili olduğu bulunmuştur. İnterneti sadece sosyal fonksiyonu için kullananların, internet bağımlılığına ve internet bağımlılığının kompulsif kullanım, hoşgörü, kişilerarası ilişki, geri çekilme, sağlık sorunları gibi internet kullanım problemlerine sahip oldukları bulunmuştur.

Wu ve Tsai (2006), üniversite öğrencilerinin internete karşı tutum ve öz etkinliğini belirlemek amacıyla araştırma yapmışlardır. Öğrencilerin internete karşı tutumları ve öz yeterlilik arasındaki ilişkilere de bakılmıştır. Tayvanda'ki üniversitelerden katılan 1313 öğrencinin verilerine göre erkek öğrenciler internette, algılanan kontrol ile ilgili kadınlardan daha fazla olumlu tutum belirtmişlerdir. Kız öğrencilere göre erkek öğrencilerin daha yüksek düzeyde öz yeterlilik inancına sahip oldukları bulunmuştur. İnternette daha fazla zaman geçiren öğrenciler daha olumlu internet tutumu ve öz yeterlilik gösterdikleri saptanmıştır.

Yang ve Tung (2007), internet bağımlısı olan ve internet bağımlısı olmayanlar arasındaki farkı araştırmışlardır. Tayvan liselerinde okuyan 1708 öğrenciden 236 (%13.8) öğrenci internet bağımlısı olarak saptanmıştır. İnternet bağımlılarının bağımlı olmayanlara göre iki kat fazla çevrimiçi oldukları bulunmuştur. İnternet bağımlısı olan katılımcılar, bağımlı olmayanlara göre internetin günlük aktiviteler, okul performansı ve ailesel ilişkiler üzerine daha çok olumsuz etkisi olduğunu bildirmiştir. Fakat her iki grupta internet kullanımının, yaşlıları ile aralarındaki ilişkiyi geliştirdiğini düşünmektedir. İnternet bağımlılığı ile sosyal motivasyon ve hazla sörf yapmak arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. İnternet bağımlısı olarak belirlenen öğrenciler, bağımlı olmayan öğrencilerden sosyallik ve eğlence açısından daha yüksek motivasyona, hazzı sahip olarak gözlenmiştir. Depresyon, utangaçlık ve özgüven eksikliği tarafından karakterize edilmiş kişilikteki öğrencilerin bağımlı olma eğiliminin yüksek olduğu gözlenmiştir.

Mythily, Qiu ve Winslow (2008), araştırmalarında Singapurlu gençler arasındaki aşırı internet kullanımı sıklığını ve bağıntılarını incelemişlerdir. 2735 katılımcıya internet kullanımına ilişkin demografik verileri, sosyal destek, genel refah ve akademik performans gibi soruları kapsayan 69 maddelik bir anket uygulamışlardır. Çalışmanın amacı çerçevesinde 5 saatten fazla günlük internet kullanımı, aşırı kullanım olarak belirlenmiştir. Katılımcıların %17.1'i her gün için 5 saatten fazla internet kullandığını, %25'i ise interneti her gün kullanmadığını bildirmiştir. Araştırma sonuçları aşırı internet kullanımının daha az sırdaşa sahip olma, üzüntülü duygular ve evde internet kullanımı için hiçbir kural olmaması ile ilişkili olduğunu veya depresyon ve algılanan sosyal sınıf ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

Park, Kim ve Cho (2008), Güney Koreli ergenlerde internet bağımlılığı yaygınlığı ve ilişkili aile faktörlerini araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini Seul'de yaşayan 903 orta okul ve lise öğrencisi oluşturmuş ve katılımcıların %10.7'si İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden en az 70 puan almışlardır. Yapılan değerlendirmeler sonucu bu gençler internet bağımlılığı için ve mücadele ihtiyacı için yüksek riskli olarak kabul edilmişlerdir. Araştırma sonuçları internet bağımlılığı ile aile içi iletişim, aile uyumu, aile içi şiddet ve ebeveynlik tutumlarının ilişkili olduğunu göstermiştir.

Tsai ve diğerleri (2009), araştırmalarında üniversite birinci sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığı ile risk faktörlerini belirlemeyi amaçlamışlardır. 1360 birinci sınıf öğrencisi ile yapılan çalışma sonucunda 680 (%17.9) öğrencide internet bağımlılığı bulunmuştur. İnternet bağımlılığı ile erkek olmak, nörotiklik puanları ve sağlık anketi skoru arasında pozitif anlamlı ilişki saptanmıştır. Sosyal desteği az olanlar ve kahvaltı atlama alışkanlığı olanlarda internet bağımlılığı daha yüksek çıkmıştır. Risk faktörleri erkek olma, eksik sosyal destek, nevrotik kişilik özellikleri, ruh sağlığı komorbiditesi ve kahvaltıyı atlama alışkanlığı olarak belirlenmiştir. Araştırma bulgularına göre Tayvan Üniversitesine yeni başlayan öğrencilerde internet bağımlılığı yaygındır.

2.1.6.2. Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar

Bayraktar (2001), yapmış olduğu çalışmada internetin ergen gelişimi üzerindeki etkisini incelemeyi amaçlamıştır. Kuzey Kıbrıs'ta yaşayan 12-17 yaş arası okula devam eden 686 renci ile çalışılmıştır. Çalışmada internetin, genellikle erkek ergenler ve st sosyoekonomik düzeydeki kişiler tarafında kullanıldığı saptanmıştır. Sosyo-ekonomik düzey yükseldikçe internet kullanımı da artmaktadır. İnternette yapılan sohbetin niteliğine bakıldığında, sohbet sırasında ergenlerin genellikle kendilerini olduğundan daha farklı gösterdikleri ve karşısındaki kişilere güvensizlik yaşayıp, dostluk kuramadıkları grlmştir. Araştırma soruları çerçevesinde internette oynanan oyun türlerine, bu oyunları oynama sıklığı ile saldırganlık arasındaki ilişkiye bakılmıştır. İnternette genellikle şiddet içerikli oyunların oynandığı ve bu oyunları oynamanın antisosyal saldırganlık ve kendine dönük saldırganlık ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İnternetteki oyunların bağımlılık yaratıcı interaktif ve üç boyutlu özelliklerinin kendine dönük saldırganlığın oluşmasında etken olduğu düşünülmektedir. Patolojik internet kullanımına bakılmış ve internet kullanan ergenlerin %1.1'nin patolojik internet kullanıcısı olduğu belirlenmiştir. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre depresif kişilerin daha çok patolojik bir biçimde internet kullandığı ve patolojik kullanıcılarında genellikle sohbet, pornografi, müzik ve alışveriş sitelerini tercih ettikleri düşünülmektedir. Araştırmanın bir diğer sonucu ise patolojik internet kullanımı arttika akademik başarının düştüğü şeklinedir.

Ayaroğlu (2002), yalnızlık düzeyi ile internet kullanımı ilişkisini incelediği araştırmanın örneklemini Bilkent niversitesi'nin 214 kız, 171 erkek 385 rencisi oluşturmaktadır. İnternetin sohbet etmek, oyun oynamak, anında mesajlaşma, dosya transferi, elektronik posta yollamak veya almak, akademik amaçlarla internette gezinmek gibi farklı alanlarında harcanan zaman puanları üzerine uygulanan analizlerin sonuçları, cinsiyet değişkeninin internette gezinme ve dosya transferi yapma alanlarında daha fazla zaman harcadıklarını göstermiştir. İnternet kullanımının yaşamın farklı alanlarına uygulanan analizlerin sonuçları, cinsiyet değişkeninin sosyoekonomik durum, akademik başarı ile ilgili alanlarda; yalnızlık değişkeninin ise akademik başarı, arkadaşlık ve sağlık alanlarında anlamlı olduğunu ortaya koymuştur. Kız renciler, erkek rencilere kıyasla, internet kullanımının akademik başarılarını daha olumlu, buna karşılık ekonomik durumlarını daha

olumsuz etkilediğini bildirmişlerdir. Araştırmadan elde edilen bir diğer bulguya göre, daha az yalnız öğrenciler daha çok yalnız olan öğrencilere kıyasla internet kullanımının arkadaşlık, akademik başarı ve sağlık durumlarını daha olumlu etkilediklerini bildirmişlerdir.

Aydoğdu (2003), gençlerin bilgisayar, internet ve televizyondan psikososyal açıdan etkilenme durumlarını belirlemek amacıyla bir çalışma yapmıştır. Anket metodu ile yürütölen araştırma, Hendek ilçesinde üniversite öğrencisi bir grup gençle yürütölmüştür. Araştırma sonunda 18-24 yaş grubunun kullanım oranları önemli olmaksızın televizyon, bilgisayar ve internetten olumsuz yönde etkilendikleri belirlenmiştir.

Bölükbaş (2003), internet bağımlılığı üzerinde sosyolojik bir çalışma yapmıştır. İnternet kullanıcılarının sosyo-költürel yapılarını, internetin sosyal ilişkilere etkilerini ve internet cafelerin özelliklerini belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırmada ek olarak internet kullanımının bağımlılık ve sosyal yalıtıma neden olup olmadığı da incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, internet cafe kullanıcılarının bağımlılık ve sosyal yalıtım düzeylerinin demografik değişkenlere ve interneti kullanımı ile ilgili değişkenlere bağılı olarak farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Özcan (2004), üniversite öğrencilerinin internet kullanım özelliklerini belirlemek ve internet kullanımının psikososyal durumları ile ilişkisini değerlendirmek amacıyla bir çalışma yapmıştır. İstanbul Üniversitesinde lisans eğitimi gören 730 öğrenciyele yapılan çalışmada, öğrenciler eğitim ve sosyal amaçlı olarak interneti kullandıklarını belirtmişlerdir. Aşırı internet kullanımına bağılı ruhsal, fiziksel ve sosyal alanlarda problemlerinin olduğu, araştırmada elde edilen bulgular arasındadır. Problemlerinin; cinsiyet, okunulan bölüm, yalnızlık, internet kullanım saati, iletişim tarzı ve algıladıkları sosyal destekle ilişkisi olduğu belirlenmiştir. İnternette Bilişsel Durum Ölçeği diğer kullanılan tüm ölçeklerden etkilenmiştir.

Cengizhan (2005), bağımlılık kavramını irdelediği araştırmasında, gençlerin interneti kullanma durumları, internet kullanım nedenleri ile ilgilenmiştir.

Bağımlılığın kapsamı ile belirtilerinin neler olduğunu bulmaya çalışmıştır. Marmara Üniversitesinde 57 kişilik örneklem grubuyla gerçekleştirilen araştırma sonucunda %95'nin evinde bilgisayar bulunduğu tespit edilmiştir. %44'nün internet bağlantısının bulunduğu belirlenmiştir. Örneklemin yarısı vakit kaybı, gerekli görülmeyen işler için vakit harcamayı, internet nedeniyle yaşadıkları olumsuzluklar olduğunu bildirmişlerdir. En önemli gördükleri sorun zaman olarak belirlenirken, ders çalışma, ödev hazırlama gibi diğer işler için zaman ayıramadıklarını ifade etmişlerdir.

Cömert ve Ögel (2009), lise öğrencileri arasındaki bilgisayar ve internet bağımlılığının yaygınlığını ve bağımlılığı etkileyen faktörleri tespit etmeyi amaçlamışlardır. İstanbul'un farklı bölge ve sosyoekonomik düzeyinden seçilen 15 ilçeden 2209 kişi ile çalışma gerçekleştirilmiştir. Örneklemin %48.6'sını kız, %51.4'ünün erkek öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya dahil olan katılımcıların %4.5'inin bağımlılık tanısı için 5 ölçütü karşıladığı görülmüştür.

Günüç (2009), Türkçe internet bağımlılık ölçeğini geliştirmeyi amaçlamıştır. Örneklemi 301 kız, 443 erkek, 10 kayıp veri olmak üzere 754 ortaöğretim kademesindeki öğrenci oluşturmaktadır. 14-20 aralığında değişen yaş aralığının ortalaması 15.82 olarak bulunmuştur. Beşli likert tipinde olan ölçek 35 maddeden oluşmaktadır. Araştırmada 754 öğrenciden 76'sı (%10.1) internet bağımlısı, 199'u (%26.4) olası internet bağımlısı olarak bulunmuştur. Araştırmanın bulgularına göre internet bağımlılığı ile cinsiyet, yaş, aile geliri gibi sosyodemografik değişkenler arasında farklılık bulunmuştur. İnternet kullanım amacı ve internet kullanım miktarı ile internet bağımlılığı arasında fark bulunmuştur.

Canan (2010), üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığını ve aşırı internet kullanımı ile disosiyatif belirtilerle, bazı sosyodemografik özellikler arasındaki ilişkiyi inceleme amacıyla araştırma yapmıştır. Ayrıca üniversite öğrencilerinin internet kullanma örüntüleri de incelenmiştir. Düzce Üniversitesi'nde okuyan 18-27 yaş aralığındaki 1034 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Yaptığı çalışmada örneklemin %9.7'sinde internet bağımlılığı saptanmıştır. İnternet bağımlılığının erkeklerde, kızlardan daha yaygın olduğu ve internet bağımlılarının alkol kullanmaya eğilimli oldukları bulunmuştur. Disosiyatif yaşantılar ile internet bağımlılığı ve haftalık internet kullanım süresi arasında pozitif bir ilişki gözlenmiştir.

Araştırma bulgularında, internet bağımlılığının Türkiye’de üniversite öğrencileri arasında yaygın bir durum olduğu bulunmuştur.

Üçkardeş (2010), üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı oranını belirlemek, sosyodemografik ve internet kullanım özelliklerini belirlemek için, internet bağımlısı öğrenciler ile normal internet kullanımı olan öğrencileri karşılaştırmıştır. Mersin Üniversitesinde okuyan 910 öğrenciye sosyodemografik anket ve İnternet Bağımlılık Ölçeği uygulanmıştır. Ortalama internet kullanımı (OİK), riskli internet kullanımı (RİK) ve internet bağımlılığı (İB) oranları belirlenmiş, RİK ve İB, problemlili internet kullanımı (PİK) adı altında yeni bir grupta toplanıp ayrı olarak değerlendirilmiştir. Grupların cinsiyet, yaş, medeni durum, aylık gelir, birlikte yaşanan kişi, okuduğu fakülte ve sınıf, haftalık internet kullanım saati, en sık kullandıkları 3 internet aktivitesi belirlenip, gruplar arasındaki farklılıklar saptanmıştır. İB %2, RİK %20.9 ve PİK %22.9 olarak bulunmuştur. Sosyodemografik özellikler açısından OİK ve İB arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. İB, RİK ve PİK’i olan öğrencilerin genellikle haftalık 40 saat ve üstü internete girdikleri gözlenmiş ve bu gruplar OİK ile karşılaştırıldığında farklılık anlamlı bulunmuştur. RİK ve PİK’i olan öğrencilerin genellikle erkek olduğu belirlenmiş ve farklılık anlamlı bulunmuştur. Araştırma sonunda Mersin Üniversitesi öğrencileri arasında internet bağımlılığı oranı %2 olarak belirlenmiştir.

Tüysüz, Balaman ve Atalar (2012) öğretmen adayların interneti hangi amaçla kullandıklarını tespit etmek amacıyla bir araştırma yapmışlardır. Araştırmalarını 180 öğrenci ile gerçekleştirmişlerdir. Verilerin analizi sonucunda interneti günde ortalama 1 saatten az olarak kullanan öğrencilerin internet bağımlısı olmadıkları, 11 saatten fazla interneti kullananların ise sosyal, fiziksel ve psikolojik gelişimlerinin tehlike altında oldukları, bilgisayar başında sürekli oturmanın iletişimden soyutlanmaya neden olduğunu ortaya çıkarmışlardır.

Alaçam (2012), araştırmasında üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının yaygınlığının tespit edilmesi, internet kullanım özellikleri ve ilişkili sosyodemografik değişkenlerin araştırılması ve internet bağımlılığı ile yetişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB) arasındaki ilişkinin ortaya koyulması amacıyla araştırmasını yapmıştır. Çalışmanın örneklemini Pamukkale Üniversitesi’nde okuyan 2096 öğrenci oluşturmuştur. İnternet bağımlılığının

erkeklerde kızlardan daha fazla yağın olduğunun gözlemlendiği araştırmada internet bağımlılığı %0.6, riskli internet kullanımı %8 oranında bulunmuştur. İnternet bağımlılığı ve riskli internet kullanımı olan öğrencilerin sigara ve alkol kullanmaya meyilli oldukları tespit edilmiştir. İnternet bağımlısı grubun %61.5'inde, riskli internet kullanımı olanların %39.9'unda olası DEHB saptanmıştır ve bağımlı ile riskli internet kullanımı olan öğrencilerde DEHB'nin görülme sıklığı anlamlı olarak yüksek çıkmıştır.

Doğan (2013), internet bağımlılığının ergenlerdeki yaygınlığını araştırmayı amaçlamıştır. Araştırma örneklemini İzmir ilindeki okullarda okuyan 12-18 yaş grubu ergenler oluşturmuştur. Çalışma sonuçlarına göre internet bağımlılığı yaygınlığı %12.6 olarak bulunmuştur. Boş zaman aktiviteleri, gün içinde internet kullanım zamanı, ortalama haftalık internet kullanım süresi, internet kullanımının günlük işleri aksatması, uyku ve yeme düzenini etkilemesi, internet kullanımının öğretmen ilişkilerini olumsuz etkilemesi değişkenleri internet bağımlılığını yordayan değişkenler olarak belirlenmiştir.

Şahin, Özdemir ve Ünsal (2013), araştırmalarında üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresyon arasındaki ilişkiyi değerlendirmeyi amaçlamışlardır. Örneklemini Sakarya Üniversitesi öğrencilerinin oluşturduğu araştırma rastgele seçilen 994 kişiyle yaptığı çalışmada internet bağımlılığı düzeyinin erkeklerde ve yüksek aile geliri olanlarda daha yüksek olduğu saptanmıştır. Depresyon ve internet bağımlılığı ilişkili bulunmuştur.

Özkan (2013) sosyal ağ kullanıcılarının e-sosyalleşme sürecindeki kimlik yapılandırma süreçlerini belirlemek amacıyla bir çalışma yapmıştır. Çalışmasını Girne Amerikan Üniversitesinde okuyan rastgele seçilmiş 100 kişi üzerinden gerçekleştirmiştir. Çalışma sonucunda interneti kullanma sıklığı konusunda herhangi bir gizlilik gereksinimi duymayan öğrencilerin sosyal paylaşım sitelerindeki bireylerle daha kolay iletişime geçtikleri, ancak bu siteler aracılığı ile iletişim kuran kullanıcıların kendilerini güvende hissetmedikleri ortaya çıkmıştır.

Eroğlu (2014), araştırmasında internet bağımlılığı ile ilgili değişkenlerin incelenmesini amaçlamıştır. 53 kadın ve 67 erkek olmak üzere İstanbul ilinde

yaşayan 120 kişilik bir örneklem grubu ile çalışılmıştır. Yapılan analizlere göre; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, yaşam doyumu, benlik saygısı, günlük internet kullanım saati değişkenleri ile internet bağımlılığı ilişkili bulunmamıştır. Yalnızlık, bilişim suçları hakkında bilgi sahibi olma değişkenleriyle internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bireylerde yalnızlık azaldıkça internet bağımlılığının azaldığı, yalnızlık arttıkça internet bağımlılığının arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bilişim suçları hakkında bilgi sahibi olan kişilerin bu suçlar hakkında bilgi sahibi olmayan kişilere göre daha az internet bağımlısı olduğu bulunmuştur.

Önay (2014) ergenlerde internet bağımlılığı yordayıcıları olarak anne-baba tutumları, iletişim becerileri ve yalnızlık algısı konulu tezinde, 9. Sınıf öğrencilerinden oluşan 122 örneklem grubu üzerinde çalışmıştır. Çalışmada günlük internet kullanım süresi, cinsiyet, internete nereden bağlanıldığı, cep telefonunun olup olmaması, demokratik ve koruyucu anne-baba tutumları, iletişim becerileri ile internet kullanımı arasında anlamlı fark bulunmuştur.

Bilen, Ercan ve Gülmez (2014) üniversite öğrencilerin sosyal ağları kullanma amaçları ve bu ağları benimseme sürelerini belirlemek amacıyla bir araştırma yapmışlardır. Araştırmalarını toplam 259 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirmişlerdir. Araştırma sonucunda, bir sosyal paylaşım sitesi olan Facebook' un genel olarak arkadaşlarla iletişim kurmak amacıyla kullanıldığı, öğrencilerin sosyal paylaşım sitelerinde genel olarak yeni arkadaşlar bulmaktan çok var olan arkadaşlıklarını sanal ortamda sürdürmek amaçlı kullandıklarını tespit etmişlerdir.

Soydan (2015) Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı İle Depresyon ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki konulu araştırmasında 384 öğrenciye ulaşmıştır. Depresyonla pozitif yönlü bir ilişki, yaşam doyumu ile ise negatif yönlü bir ilişki bulmuştur. Araştırmada yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Ayrıca günlük internet kullanım süresi ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Kullanım amacına göre internet bağımlılığı puan ortalamalarına bakıldığında video, müzik, film indirme ve izleme amacıyla internet kullananlar diğer amaçlar için kullanan katılımcılardan daha yüksek puan almıştır. Araştırmada internet bağımlılığı ile ailenin aylık gelir

durumuna bakılmış ve internet bağımlılığı ile aylık gelir arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir. İnternet bağımlılığının akademik genel not ortalaması değişkenine göre farklılaştığı, akademik genel not ortalaması yüksek olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları, orta ve düşük akademik genel not ortalamasına sahip olan öğrencilerden anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur. İnternet bağımlılığı ile yaş arasında negatif yönlü istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırmada internet bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur. Kız öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları 25.39 iken erkek öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları 40.95 olarak belirlenmiştir.

2.2. Bağlanma İle İlgili Kuramsal Çerçeve

Aşağıda bağlanma kuramı, bağlanma teorisinin özellikleri, bağlanma süreci, içsel çalışan modeller, bağlanma stilleri ve yaşam boyu bağlanmada oluşan farklılıklar ile ilgili kuramsal çerçeveye yer verilmiştir.

2.2.1. Bağlanma Kuramı

John Bowlby (2012), bağlanmayı insanların doğumundan itibaren tüm yaşamları boyunca yaşadıkları stresli durumlarda belirli bir figüre ya da bakıcıya yakın olma ve bu yakınlığı sürdürme eğilimi olarak ortaya çıkan duygusal bir bağ olarak tanımlamıştır.

Bowlby bağlanma kuramı ile ilgili ilk deneysel çalışmasını 1944'de Londra Çocuk Danışma Kliniği'ndeki uyumsuz, sevgi eksikliği olan ve hırslılığa yatkın hasta erkek çocuklar üzerinde yapmıştır. Bu çalışmasında ayrılma ve anne eksikliği arasındaki ilişkiye dikkat çekmiştir. Anneden erken yaşta ayrılan erkek çocukların sonraki yaşlarda fiziksel ve ruhsal rahatsızlık yaşama riski ile suçluluk oranının arttığına işaret etmiştir.

Bowlby 1950 yılında, Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'ne Londra'da yaşayan evsiz çocukların ruh sağlığı üzerine bir bildiri sunmuştur. Bildiri kabul görmüş ancak erken anne yoksunluğunun yol açtığı kötüleştirici etkilerin nedenini açıklayamamıştır (Akt. Hazan ve Shaver 1994). Bowlby'nin eğitimi aldığı psikanalitik kuram da bu eksikliği gidermede yetersiz kalmıştır. Çünkü psikanalitik kuram çocukların gerçek

yaşam deneyimlerini vurgulamaktan ziyade düş ve hayal dünyalarına önem vermektedir (Berghaus, 2011). Herhangi bir kurum bakımı altında olan çocukların bakıcıları tarafından temel bakım hizmetlerini almalarına karşın, sıkıntılı ve kaygılı olmaları Bowlby'nin psikanalitik kuramı sorgulamasını artırmıştır. Çünkü bu durum, psikanalitik kuramın, 'çocukların annelerini açlık güdülerini doyurdukları için sevdikleri' görüşü ile örtüşmemektedir (Hazan ve Shaver, 1994). Bowlby'ye göre böylesi çocukların asıl sorunu, yaşamlarının ilk yıllarında anne figürüne gerçek bir bağlanma oluşturma olanağından yoksun kaldıkları için sevmeyi başaramamalarıdır. Ayrıca, bir süre ebeveyni yanında normal bir çocukluk geçiren ancak daha sonra uzun süreli ayrılıklar nedeniyle acı çeken çocuklarda da aynı semptomlar tespit edilmiştir. Bu incelemeler Bowlby'nin; bireyin gelişim sürecinde anne ile bebek arasındaki duygusal bağın önemine vurgu yapmasını sağlamıştır. Bu bağ herhangi bir nedenden dolayı koptuğunda, çocuk son derece ciddi problemler yaşamaktadır (Bowlby, 1969).

Etiyolojide Lorenz'in mühürleme çalışmaları, Harlow'un maymunlarla yaptığı tel-kumaş anne deneyleri ve Rutter'in çalışmaları da bağlanma kuramının oluşulmasında önemli rol oynamıştır (Berghaus, 2011). Lorenz (1935; akt. Bowlby, 1969) kaz ve ördek yavrularıyla yaptığı çalışmalarda, yavruların yumurtadan çıktıktan sonra gördükleri hareket eden ilk nesneyi izleme (mühürleme) eğiliminde olduklarını gözlemiştir. Bu bulgu bağlanma gereksiniminin insan için temel iki motivasyon kaynağı olarak görülen yemek ve seksten ayrı bir motivasyon kaynağına sahip olabileceği fikrini oluşturmuştur. Harlow (1961; akt. Bowlby, 1969), yavru maymunları doğumda anneden ayırarak telden yapılmış ya da yumuşak kumaş ile kaplanmış silindire benzeyen model anneleri kullanarak yaptığı bir dizi deneyde, beslenme her iki modele yerleştirilmiş şişeden yapılmasına rağmen, sert ve yiyecek sağlayan bir kuklaya kıyasla yumuşak anne figürünü tercih ettiklerini bulmuştur. Rutter, bakım verenin yokluğunda ne gibi durumlarla karşılaşıldığına dair bir araştırmada, bakım verenin yoksunluğunun önemine ve çocuğun psikolojik gelişimindeki dezavantajlarına değinmiştir. Bir tür anne yoksunluğu yaşamış kişilerin birçok psikolojik bozukluk yaşama riskinin yanında, bir sonraki nesil üzerinde de etkileri olduğunu gözlemiştir (Bowlby, 2012b).

Bowlby (1980) teorisini oluştururken etkilendiği diğer bir kuram da kontrol sistemleri yaklaşımıdır. Bu yaklaşıma göre bağlanma davranışının kökeninde iki mekanizmadan oluşan temel kontrol mekanizmaları bulunmaktadır. Kontrol mekanizmasının birinci sistemi; çocuğun psikolojik ve fiziksel ihtiyaçlarını karşılamada bağlanma figürünün, uygun ve yeterli tepkiler vererek çocuğa gösterdiği değer ve ulaşılabilirliğidir. Bağlanma figürünün çocuğa yakın ve ulaşılabilir olmasıyla, çocuk hissedilen güvenliği sağlayarak güvenli davranabilecek ve çevresini keşfetmeye odaklanabilecektir. İkinci olarak, bağlanma sistemi, çocuğun bağlanma figürünü ulaşamaz olarak algılamasına ya da kendisini veya bağlanma figürü ile olan ilişkisini tehdit eden bir durumla karşılaştığında kaygılanmasına neden olur. Bunun sonucunda da çocuk üzüntü hissederek bağlanma figürüyle olan yakın ilişkisini tekrar kurabilmek için harekete geçecektir. Bağlanma ilişkisindeki yaşantılarında çocuk ya bağlanma figürüne karşı aktif yakınlık aramayı etkinleştirir ya da bağlanma davranışını bastırır (Fraley ve Spieker, 2003; akt. Hamarta, 2004).

John Bowlby, etolojiden, gelişimsel psikolojiden ve psikanalizden edindiği bilgileri; hastane ve bakım evlerinde yaşamış çocuklar ve yaşamlarının ilk yıllarında annelerinden ayrılan çocuklar üzerine yaptığı çalışmaların sonuçları ile birleştirerek 1969 yılında ilk kez bağlanma kuramını ortaya atmıştır (Bowlby, 1973). Bağlanma kuramı bebeklerin neden birincil bakıcılarıyla duygusal yakınlık kurdukları ve bebeklerin birincil bakıcılarından ayrıldıklarında neden duygusal stres yaşadıklarının belirlenebilmesini amaçlamaktadır (Bretherton, 2004). Kuramın temelinde, bireyin bebekliğinde bakıcısıyla oluşturduğu duygusal bağın ve kurduğu ilişkinin niteliğinin, ileride kuracağı ilişkiler üzerinde önemli bir etkisi olacağı düşüncesi bulunmaktadır. Yaşamın ilk yıllarında yaşanan bu ilişkiler çerçevesinde bireyler bir takım zihinsel modeller geliştirmekte (içsel çalışan modeller) ve bu modeller ileride kurulacak ilişkilerin temelini oluşturmaktadır (John Bowlby, 2012).

Bağlanma sisteminin temel bileşenleri, bebeğin bakıcısıyla kurduğu ilişkide net bir şekilde gözlemlenebilir. Bebek gerçek anlamda tehlikede olduğunda ya da öyle algıladığında, bakıcı (bağlanma figürü) ile “yakınlık arayışı” ve “yakınlığın korunması” ihtiyacı ortaya çıkmaktadır. Böyle durumlarda bağlanma figürü bebeği rahatlatmak ve yeniden güvende hissetmesini sağlamak amacıyla “güvenli sığınak” işlevi görmektedir. Bebek güvenlik duygusunu yeniden elde ettiği zaman bağlanma

dışı davranışlara -çevreyi keşfetme, oyun oynama gibi- yönelebilmek için bağlanma figürünü “güvenli üs” olarak görmeye başlar. Bowlby’e göre yakınlığı koruma, güvenli üs ve güvenli sığınak kavramları, bağlanma ve bağlanma davranışlarının en önemli özellikleridir (Hazan ve Shaver, 1994a; Shaver ve Mikulincer, 2003; Mikulincer ve Erev, 1991, Hazan ve Diamond, 2000).

Bebek istediği yakınlığı sağlayamadığında ayrılığa karşı tepkiler geliştirmektedir. Bu tepkiler üç temel evrede incelenmiştir: Bu tepkilerden ilki “ayrılık protestosu”dur. Bebek bakıcıdan ayrılığı ağlayarak, etkin bir şekilde bakıcıyı arama faaliyetlerine girerek ve başkalarının onu yatıştırma faaliyetlerini direnç göstererek protesto ederler. İkinci tepki “umutsuzluk” tur. Bu kavram pasif oluşu ve net bir acıyı ve üzüntüyü ifade eder. Üçüncü tepki ise, yalnızca insanların başvurduğu bir sistem olan “bağlanmanın çözülmesi/kopma”dır. Bu durumda bebek anneye ilgi göstermez, ondan uzaklaşır, başka şeylerle ilgilenir (Hazan ve Shaver, 1987; Sümer, 2006).

Bağlanma Kuramının ana noktaları şu şekilde sıralanabilir:

- İnsanlar ve diğer primatlar erken doğma, olgunluğun gelişmesinin uzun zaman alması ve yaşam boyunca türün diğer üyelerinden yardım alma ve onlarla işbirliği yapma ihtiyacı duymaları gibi zayıf noktalarına rağmen, zaman içerisinde hayatta kalmalarını ve üretim yapmalarını sağlayacak içgüdüsel ve davranışsal sistemler geliştirmişlerdir.

- Bu davranışsal sistemlerden biri sosyal ilişkileri genel anlamda belirleyen, stres ve zorluk anlarında diğerlerinden yardım talep edilmesini sağlayan bağlanma sistemidir.

- Birey, yaşamının ilerleyen yıllarında yaşayacağı yakın ilişkileri bağlanma sistemine göre şekillendirir. Bu gelişimsel sürecin sonunda her birey, romantik/cinsel eşleriyle, yakın arkadaşlarıyla, çocuklarıyla ve iş arkadaşlarıyla oluşturacağı ilişkilerin doğasını ve yapısını belirleyen “bağlanma stili”ni oluşturmuş olur (Davidovitz, Mikulincer, Shaver, Ijzak, Popper, 2007).

2.2.2.Bağlanma Teorisinin Özellikleri

Yakınlığı korunmayı kavramsallaştırmak adına bağlanma teorisinin temel özelliklerini Bowlby (2005) şöyle sıralamıştır;

- **Spesifik Olma:** Bağlanma davranışı açık bir biçimde tercih sırasına göre bir veya birkaç spesifik bireye yöneliktir.
- **Süre:** Bağlanma davranışı genelde tüm yaşam döngüsünü kapsar. Ergenlikte erken dönem bağlanmalar zayıflayabilir, yenileriyle tamamlanabilir gibi gözüküyor olsalar bile erken dönem bağlanmalar kolay kolay terk edilmez ve çoğunlukla sürerler.
- **Duygusal Bağlanma:** İnsanların yoğun duygularının ortaya çıkması çoğu zaman, bağlanma ilişkilerinin kurulması, bozulması ve yenilenmesi sırasında oluşmaktadır. Bu duygular yeni ilişkilerde tekrar tekrar yaşanmaktadır. Bir bağın kurulması âşık olmak, bir bağın korunmasını birini sevmek ve bir partneri kaybetmek ise acı duyarak kederlenmeye örnek gösterilebilir.
- **Ontojeni:** Bebeğin tercih edilen bağlanma figürüne bağlanması çoğunlukla ilk dokuz ay içerisinde gerçekleşmektedir. Bebek bir kişi ile ne kadar çok sosyal etkileşim içerisinde ise o kişiye bağlanma olasılığı yüksek olmaktadır. Bu sebeptendir ki bebeğe kim annelik ediyor ise o kişi temel bağlanma figürü olmaktadır. Bağlanma davranışı üç yaşın sonlarına kadar kolaylıkla harekete geçer fakat bundan sonra seyrekleşmesi sağlıklı bir gelişim için ön görülen durumdur.
- **Öğrenme:** Bağlanma sürecinde tanıdık olanı yabancı olandan ayırmada temel süreç öğrenmedir. Bu süreçte ödüllendirme ve cezalandırma davranışların etkisi çok azdır, yani çocuk sürekli cezalandıran bir anneye de bağlanma geliştirmektedir.
- **Organizasyon:** Bağlanma davranışı başlangıçta oldukça basit bir sırada organize olmuş tepkilerle harekete geçer. İlk yılın sonundan itibaren giderek artan oranda hem kendiliğin temsili modellerini hem çevresini içeren davranışlar sistemler ile harekete geçer. Bu sistemler belli zamanlarda harekete geçer belli zamanlarda duraksarlar. Harekete geçiren koşullar açlık, korku, yorgunluk gibi durumları içerirken, duraklatan

durumlar ise annenin gelmesi, görünmesi, sesinin duyulması ile olmaktadır.

- **Biyolojik İşlev:** Bağlanma davranışı neredeyse bütün memeli türlerinin yavrularına ortaya çıkmaktadır. Bağlanma davranışı bu memeli türlerinin bir grubunda yetişkin yaşantısı boyunca sürmektedir. Türler arasında detaylarda birtakım farklılıklar olmakla birlikte neredeyse her zaman yeni doğan annesine yakınlık göstermekte ve bu yakınlığı koruma istediği görülmektedir. Bu davranışın hayatta kalma fonksiyonu vardır (Bowlby, 2005).

Bowlby, zihinsel olarak sağlıklı büyümek için bebek ve küçük çocukların anneye sıcak, yakın ve sürekli bir ilişki yaşaması gerektiği ve bu ilişkide doyum ve hazzın da yer almasının zorunlu olduğunu savunmuştur (Bowlby, 1969).

2.2.3. Bağlanma Süreci

Bowlby (1980)'ye göre bir bireyin bağlanma süreci dört aşamada ve yaklaşık birey 2-3 yaşına gelene kadar tamamlanır. Bebek doğumdan hemen sonra; meme arama, başı döndürme, emme, yutma, yakalama, parmak emme, anneye yönelme, beslenme zamanını hissederek hazırlanma gibi davranışlarla bebek bağlanma figürü aramaya başlar. Ancak 0-3 aylık dönemde bebek daha çevresinin farkında değildir ve belirli bir bağlanma figürü oluşturmamıştır, bu ilk aşamadır. İkinci aşama çocuğun 3-6 aylık dönemine denk gelir ve çocuk seçici olarak bir ya da bir kaç kişiye bağlanır. Yabancıları fark etmeye ve onlardan korkmaya başlar. Üçüncü aşama güvenli üst dönemidir. 6. aydan sonra bağlanılan kişinin yokluğu bebeği rahatsız eder. Bebek bağlanılan kişinin yakınlığı konusunda daha hassastır. Emeklemeye başladıktan sonra bağlanılan kişiyi takip etmeye başlar. Uzaklaşma davranışı daha çok bağlanma objesini keşif yapmak için ayrılıp geri döndüğü, güvenli bir üs olarak kullandığı zaman görülür. Bu gibi durumlarda bakan kişinin yerinde durup durmadığını sık kontrol eder. Bu evrede çeşitli bağlanma nesnelere ile fiziksel temas artar. Son aşama ise amaca göre 'düzeltilmiş ortaklık' olarak ifade edilir. Çocuk üç dört yaşlarına geldiğinde, bağlanma figürleriyle amaç yönelimli bir ortaklık geliştirir. Bilişsel yetiler geliştikçe, çocuk bağlanma figürünün amaç ve planlarını önceden tahmin eder, kendi amaç ve planlarına göre ayarlayarak bir anlaşma sağlayabilir (Ainsworth, 1985). Çocuk dil becerisi kazandıktan sonra birincil bakıcısıyla daha iyi bir iletişim

kurar ve ayrılıkla ilgili daha az stres yaşamaya başlar. Hareket becerisi de arttıktan sonra çocuk, güvenli üst olarak gördüğü anne ya da babasından uzaklaşarak diğer insanlarla da iletişim kurmaya başlar ve böylece çocuğun dünyasında akranlarıyla olan ilişkisinin önemi artar (Bowlby, 1980).

2.2.4. İçsel Çalışan Modeller

Bağlanma teorisine göre bebekler sıkıntı içeren sinyallerine bakım veren tarafından verilen cevaplara göre içsel işleyiş modellerini yapılandırır (Shred, 1993). Annenin bebeğe verdiği tepkiler ve onun yakınlık isteğine karşı sergilediği davranışları bebek; bilişsel temsiller olarak kodlar. Bowlby'nin kuramında bilişsel temsiller içsel çalışan modeller olarak adlandırılmıştır (Onur, 2006).

Bowlby, içsel çalışan modelleri açıklarken Piaget'in bilişsel gelişim teorisinden yararlanmıştı. Söz konusu teoriye göre bebekler, çevrelerini etkileyerek yeni şartlara uyum sağlayabilirler ve davranışsal birtakım şemalar geliştirebilirler. Piaget'in bu kuramını temel alarak Bowlby de, bebeklerin içsel çalışan modelleri geliştirdiklerini belirtmiştir (Hamarta, 2004). "Çalışan" terimi bağlanma kuramında iki farklı anlama gelmektedir. Birincisi, bu modellerin durağan kalıplar olmasından daha çok sosyal yaşantıların ve davranışların olası sonuçlarıyla farklılaşabilmesidir. İkincisi ise modellerin geçmiş deneyimlere dayandığı ancak yeni deneyimlerle de değişebilmeleridir. Ebeveyninden destek ve güven alamayan çocuklar bile, ileride yaşadıkları yeni ilişkilerin, deneyimlerin ya da geçmişi farklı bir şekilde değerlendirmenin sonucunda zihinsel modellerini değiştirebilmektedir (Shaver ve Mikulincer, 2008).

İşleyiş modelleri, kişinin bağlanma figürü ile ilişkili deneyimlerinin açık bir yansıması olarak özeldir ve kişinin çevreyle ilişkisinde kendilik ve öteki temsillerini de içerir (Gullestad, 2001). Kendilik modeli, kişinin bağlanma figürü tarafından değerli görülüp görülmediğine ilişkin temsillerini içerirken; başkaları modeli, ihtiyaç anında ve bakım verenin yokluğunda bağlanma figürünün kim olacağına ve bu yeni bağlanma figürünün bir önceki kadar güvenilir olup olmadığına ilişkin temsilleri içermektedir (Bretherton, 1992). Benliğe ait model, kişinin ilişkide oynayacağı rolü yapılandırmasını sağlarken; diğerlerine ait model, gelecekteki ilişkiler için bir model görevi görür yani diğerlerinin nasıl davranacağı hakkındaki temel değerlendirmeleri

ve inançları şekillendirir (Shaver ve Mikulincer, 2008). Bağlanma figürünün gözünden bebeğin kendini kabul edilir olup olmadığına dair algısı, kendiliğe ilişkin içsel işleyiş modelini olumlu ya da olumsuz boyutta etkileyecektir (Çalışır, 2009). Duyarlı, sorumlu ve sıkıntıyı azaltan bakım alan güvenli bireyler kendilerine ve ötekine ilişkin olumlu model geliştirirken; tutarlı bir şekilde duyarlı, sorumlu ve sıkıntıyı azaltan bakım almayan güvensiz bireyler kendilerine ve ötekine ilişkin olumsuz model geliştirirler (Diamond ve Hicks, 2005). Bowlby'ye göre, zihinsel temsiller birbirini tamamlar niteliktedir; bakıcılarının ulaşılır, güvenilir ve ilgili olduğuna dair bir model geliştiren çocuk kendisinin de güvenilmeye, ilgilenilmeye ve sevmeye değer bir çocuk olduğuna yönelik bir model geliştirir. Tersine, bağlanma figürü çocuğun ihtiyaçlarına tepkisiz kalır ya da uygun olmayan cevaplar verirse çocuk bağlanma figürünü reddedici olarak, kendisini de sevmeye ve desteklenmeye değermez olarak kodlar (Akt. Güngör, 2000). Bowlby erken dönemde oluşturulan içsel çalışan modellerin kişinin gelecekte diğer insanlarla olan ilişkilerinde de belirleyici rol oynayacağını belirtmiştir (Akyüz, 2011).

2.2.5. Bağlanma Stilleri

Bowlby tarafından 1969 yılında ilk tanımlanan bağlanma kuramı Ainsworth ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall (1978), bebeklerin bağlanma stillerini, bebek ve bakım veren arasında ayrılma ve birleşme durumlarının düzenlendiği 'yabancı durum' deneyi ile sınıflandırmıştır (Nakash-Eisikovits, Dutra ve Westen, 2002). Bu deney 12-18 aylık bebekler ve anneleri ile yapılmıştır. Bu deneyde, anneler ve çocukları bir oyun odasına alınmıştır. Anne ve çocukların bir süre başbaşa kalmasına izin verilmiştir. Bir süre sonra içeriye bir yabancı alınmıştır. Önce yabancı kişi anne ile bebeğin oynadığı oyuna eşlik etmiştir. Bir süre sonra ise anne oyun alanından ayrılmış ve çocuk ile yabancı odada başbaşa kalmıştır. Bu deneyin amacı çocuklarda bağlanma sistemlerinin aktive olması ve sonucunda oluşan bağlanma davranışlarının gözlemlenmesidir. Çocukların anneden ayrılma, yabancı ile yalnız kalma ve tekrar anne ile birleşme durumları bağlanma sistemlerini aktive eder. Bu sayede çocukların bağlanma stilleri gözle görülür bir biçimde ortaya çıkar. Ortaya çıkan bu davranışlarda çocukların anneleriyle ve tanımadıkları yetişkinlerle olan bağlanma biçimlerinde, ayrılma ve tekrar bir araya gelme davranışlarında önemli farklılıklar belirlenmiştir (Ainsworth ve diğ., 1978).

Deneyde bebeklerin anneleri odadayken, gittiklerinde ve geldiklerinde gösterilen davranış örüntüleri neticesinde gözlemlenen 3 farklı bağlanma stili bulunmuştur. Bunlardan ilki güvenli bağlanmadır. Bu bebekler, annelerinden uzaklaştıklarında biraz huzursuzluk yaşamışlardır, ardından hemen keşfe başlamışlardır, yabancılarla da iletişim kurmuşlardır, anneleri geri döndüğünde ise sevinmişler ve keşfettikleri şeyleri anneleriyle paylaşmak istemişlerdir. İkincisi kaygılı/kaçıncı bağlanmadır. Bu bebekler, annelerinden ayrıldıklarında büyük bir gerilim hissetmişler, çevrelerini keşfetmek istememişler, yabancı insanlarla iletişimi reddetmişlerdir. Anneleri geri döndüğünde ise sakinleşmemişler annelerini bir yandan sarılmaya çalışırken bir yandan da itmişlerdir. Üçüncüsü ise kaçıncı bağlanmadır. Bu bebekler de anneleri ayrıldığında büyük bir tepki göstermemişler, anneleri geri döndüğünde ilgilenmemişler ve başkalarıyla iletişimden kaçmışlardır (Dozier, Stovall ve Albus, 1999; Büyükşahin, 2006; Besharat, 2003; Scott ve Cordova, 2002; Waters ve diğ., 2000; Hazan ve Shaver, 1990; Cassidy ve Berlin, 1994). Mary Ainsworth bu deney sonucunda bağlanmanın duygusal bir bağ olduğunu belirtmiş ve bağlanma figürünün asla başka bir bağlanma figürü ile değiştirilemeyeceğini ortaya atmıştır (akt. Altundağ, 2011).

Hazan ve Shaver 1987'de yetişkin bağlanmasını gruplandırmak için çalışmalar yapmış ve Ainsworth'un ortaya koyduğu üç bağlanma stiline ulaşmışlardır. Bartholomew ve Horowitz 1991 yılında benlik ve diğerleri modellerinin bağlanma stillerini belirleyen temel boyutlar olduğunu ileri sürmüşler, bağlanma stillerini, olumlu ve olumsuz kutuplarda değerlendirilen zihinsel modellerin kesiştiği noktada tanımlamışlardır. Böylece iki boyutun topolojik düzeyde çaprazlamasından güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma olmak üzere dört temel bağlanma stiline ortaya çıkacağını ileri sürmüşlerdir (Sümer ve Güngör, 1999).

2.2.5.1 Güvenli Bağlanma Stili

Bebeklik döneminde güvenli bir bağlanma temeline sahip olan bireyler; 'yakınlık' ve 'özerklik' (otonomi), ayrılık ve birleşme gibi yaşantıların dengesini kurabilirler. Yapılan çalışmalarda güvenli çocukların güvensiz çocuklardan daha fazla varlık, sorumluluk ve rahatlatma açısından annenin olumlu zihinsel temsiline sahip oldukları bulunmuştur (Solomon ve George, 1999; akt. Cassidy, 2001; Main ve Cassidy, 1988; Sroufe, 1983; akt. Cassidy, 2001).

Güvenli bağlanan birey ilk bağlanma figürü ile destekleyici ilişki kurabilmiştir ve bu güven algısını diğerleri ile olan ilişkilerinde de model olarak yansıtabilmektedir (Lopez ve Brennan, 2000). Bu kişiler kendilerini sevmeye değer, başkalarını ise güvenilir, ulaşılabilir, destekleyici ve iyi niyetli olarak görmektedirler. Benlik saygıları yüksektir, mutlu bir yaşam sürerler, yakınlık kurmaktan rahatsız olmazlar ve yeterli otonomileri bulunmaktadır. Strese dayanıklı ve böyle bir durumda aileleri ve arkadaşları ile iletişime geçen kişilerdir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Stres altındayken sosyal destek ararlar, kendilerini açmaktan ve diğer insanların da kendilerini onlara açmalarından hoşlanırlar, kişilerarası ilişkilerinde olumlu, iyimser/yapıcı bir tutum sergilerler ve diğer bağlanma stillerine sahip bireylerden daha az oranda fiziksel rahatsızlık belirtileri ve ölüm korkusu gösterirler (Bal, 2007). Güvenli bağlanan bireylerin terk edilme veya başkalarının kendilerine istediğinden fazla yaklaşması ile ilgili kaygıları yoktur. Hem kendilerine hem de insanlara duydukları saygı ve güvenleri yüksektir; uzun süreli ilişkiler yaşayabilirler. Sosyal ilişkilerinde; yapıcı tutum sergileme ve sorunlara çözüm bulma eğilimindedir (Finzi, Ram, Even, Shnit ve Weizman, 2001).

Diğer üç bağlanma biçiminde ise kendilik ve/veya diğerleriyle ilgili olarak olumsuz bir içsel çalışan model bulunmaktadır ve her üçü de güvensiz bağlanma adı altında yer almaktadırlar (Soygüt, 2004).

2.2.5.2. Saplantılı Bağlanma Stili

Saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerin benlik algıları olumsuzdur yani kendilerini sevmeye ve değer verilmeye layık görmezler. Ancak başkalarına karşı algıları olumludur yani onları sevmeye daha çok layık görürler. Bu kişiler, aşırı bağımlı ve tutarsız bir takım kişilik özellikleri gösterirler. Bu bireylerin ailelerinin, tutarsız ve duyarsız bir takım davranış örüntülerine sahip oldukları belirtilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Saplantılı bağlanma gösterenlerin kaçınmaları ve değersizlik duyguları, oldukça yüksek seviyededir. Bunun nedeni ise bağımlı kişilik özelliklerinden dolayı diğerlerini memnun etmek adına çok fazla çaba sarf etmeleridir. İnsanlar ile yakın ilişkiler kurmak isterler ancak adeta yapışkan düzeyde bir ilişki kurmak

istediklerinden kişileri kendilerinden uzaklaştırırlar (Soygüt, 2004). Bu kişiler; kendini doğrulama ve kendisini kanıtama eğilimindedir. İlişkileri ile ilgili olarak sürekli takıntı halindedirler ve ilişkileri ile ilgili olarak gerçekçi olmayan beklentiler geliştirirler (Griffin ve Bartholomew, 1994). Herhangi bir problem durumuyla baş etme konusunda oldukça zayıftırlar ve bu gibi durumlarda umutsuzluğa düşerler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

2.2.5.3. Korkulu Bağlanma Stili

Korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin benlik algıları da başkalarına ilişkin algıları da olumsuzdur. Bu stil, güvenli bağlanma stiline tam olarak zıttıdır. Birey kendini sevmeye ve değer verilmeye layık görmezken, başkalarını da güvenilmez olarak algılar (Sümer ve Güngör, 1999). Bu kişiler ya aşırı reddedici bağlanma figürlerine sahiptirler ya da herhangi bir bağlanma figürünün bulunmayışından bu stili edinmişlerdir (Soygüt, 2004). Bu tarz ebeveynlere sahip olmalarından dolayı da bağlanma ihtiyaçlarını bastırmayı öğrenmişlerdir. Diğerleriyle yakınlık ve sosyal temas kurmak istemelerine rağmen, güven problemi yaşamakta ya da reddedilmekten korkmaktadırlar, bu korku sebebiyle de sosyal ortamlara ve aktivitelere katılmaktan kaçınırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu kişiler; kurdukları sosyal ilişkilerin sonucu ile ilgili olarak karamsardır. Bu bağlanma stiline sahip kişiler ile ilgili olarak ayrıca; kendilerini açmaktan korktukları empatiden yoksun oldukları ileri sürülmektedir (Finzi ve diğerleri, 2001).

2.2.5.4. Kayıtsız Bağlanma Stili

Bu bireylerin benlik algıları olumludur ancak başkalarıyla ilgili olumsuz algılara sahiptirler. Bu kişiler ya bağlanma ihtiyaçlarını reddetmiş ya da bağlanma sistemlerini etkisiz hale getirmişlerdir. Bunu yapmalarının sebebi, bağlandıkları kişilerin kendilerini reddetmelerinden sonra yaşayabilecekleri hayal kırıklığını önlemeye çalışmalarıdır (Soygüt, 2004). Bağlanma ihtiyaçlarından bu şekilde kaçınmaları bir süre sonra otomatikleşmekte ve birey bu ihtiyaçlarının farkına varmamaktadır. Yakın ilişkilerden uzak durarak kendi özerkliklerini korumaya ve sürdürmeye çalışırlar. Kişilerarası ilişkiler, bu bireylere önemsiz görünür (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bu kişiler yakınlık duygusundan yoksun kalma pahasına özerkliği tercih eder. Bu tür bağlanma stiline sahip kişiler; sosyal ilişkiler gereksiz ve sıkıcı görme eğilimindedir. Bu kişilerin benlik saygıları yüksek olup; yakınlığa karşı kayıtsızdırlar (Bartholomew, 1990). Genellikle tüm zamanlarını alışkanlıklarıyla ve rutinleriyle doldururlar (Akhunlar, 2010). Bu kişilerin; kaçınma, uzaklaşma-geri çekilme, inkâr, öfke, mükemmeliyetçilik, narsisizm ve paranoya psikolojik mekanizmalarını kullanma eğilimleri yüksektir (Bartholomew, 1990; Akt. Kuyumcu, 2005). Sosyal ilişkiler dışında iş hayatı ve hobi gibi alanlarda da aynı tutumu gösterirler (Bartholomew, 1990b).

2.2.6. Yaşam Boyu Bağlanmada Oluşan Farklılıklar

Bağlanma kuramı, ilk yakın ilişkilerin, kimlik gelişiminde ve kişilerarası etkileşimlere uyum sağlamada önemli bir rol oynadığını, erken bağlanma deneyimlerinin, kişilerarası ilişkilerde yön gösterici olduğunu ve bu durumun birey üzerinde yaşam boyu etkili olduğunu savunmaktadır (Doherty ve Feeney, 2004). Çocuk ile anne/bakım veren kişi arasında gelişen, yaşamın ilk sosyal ilişkisi olarak nitelendirilen bağlanma; tüm yaşam evrelerinde gözlemlenen, insan doğasının ayrılmaz bir parçasıdır. Bağlanmada duygusal, olumlu, karşılıklı bir ilişki söz konusudur (Şeker, 2009). Bağlanma süreci bebeklikte sona ermemekte; çocuklukta, ergenlikte ve yetişkinlikte güven temelli farklı davranışlarla ortaya çıkmaktadır (Alantar ve Maner, 2008; Genius, 1995; Şahin, 2007).

Bowlby'ye (1973) göre bağlanma stillerinin sürekliliği, kişiliğin temel yapıları olan benlik ve başkaları modellerinin sürekliliğinden kaynaklanır. Yaşın ilerlemesiyle beraber, bağlanma sisteminin yoğunluğunda, bağlanma davranışlarında ve yakınlık anlayışında bir takım değişiklikler meydana gelir. Bağlanma kuramcıları, bağlanma örüntülerinin sosyal değişikliklere de duyarlı olduklarını vurgulamışlardır (Bahadır, 2006). Bireyde yaşam boyu meydana gelen değişimlerle birlikte, bağlanma ilişkilerindeki gelişimsel farklılıklar ve değişimlerin de incelenmesi gerekmektedir (Kobak ve Duemmler, 1994).

Gelişim dönemlerine göre bağlanma davranışı ve bağlanma stilleri karşılaştırıldığında; bebeklik ve çocukluk bağlanmasında, bağlanma figürü olarak anne ya da birincil bakıcının seçildiği görülmektedir. Ergenlik döneminde bağlanma

davranışı akran grubuna yöneltilir. Ancak erken dönem bağlanma ilişkisi de bir taraftan devam eder. Yetişkinlikte ise, bağlanma davranışı romantik partnere yönelmektedir (Onur, 2006).

2.2.6.1. Bebeklik ve Çocukluk Döneminde Bağlanma

Bebek, doğumun ardından bağlanma davranışlarını ulaşabildiği herhangi bir kişiye yönlendirebilir. Ancak, altıncı aydan itibaren tüm normal bebekler, bu davranışları, kendi seçimlerine bağlı olarak, yakınlık kurmak istedikleri ve kendisinden ayrı kalmaya itiraz ettikleri tek bir kişiye yönlendirirler. Bu kişiye birincil bağlanma objesi denir. Tepki ve tepkiye verilen yanıtın kalitesi de önemlidir. Bebeğin tepkilerine karşılık verilmesi bağlanma kişinin seçimini etkiler (Hazan ve Shaver, 1994). Bağlanma tam olarak altı ay ile yirmi dört ay arasında şekillenmektedir. Bu dönemin ardından çocuk yaşamında gerek birincil bakıcısıyla gerekse de diğer insanlarla geliştireceği karmaşık yapıdaki ilişkilere girecektir (Kaplan, Sadock, Grebb, 1994; akt. Soysal, Bodur, İşeri ve Şenol, 2005).

Bebeğin annesine bağlanmasının gelişiminde en önemli iki annelik davranışı bulunmaktadır. En üst düzeyde bağlanma; anne, bebeğin belirti ve işaretlerini anladığı, cevapladığı, fiziksel ve emosyonel gereksinimlerini karşıladığında ve bebeği gerçek sosyal etkileşime düzenli soktuğunda oluşur. Fiziksel gereksinimleri hızlı bir şekilde karşılanan fakat sosyal etkileşime sokulmayan çocukların annelerine güçlü bir şekilde bağlanmalarında başarısızlıklar ortaya çıkabilmektedir (Caye, Cooke, McMahan, Karen, 1997).

Bebeğin, bakım verene psikolojik ulaşılabilirliğinin etkileri, fiziksel ulaşılabilirliğin etkileri kadar önem taşımaktadır. Bebeğin tepkileri incelendiğinde, tutarsız ve olumlu tepkisellik, işlevsellik olarak kısa süreli ayrılıklara eşit görülmektedir. Tutarsızlık ile karşılaştığında, bebek kısa süreli ayrılık neticesinde ortaya koyacağı protesto tepkisi ile bakım verene cevap vermektedir. Bebek, tutarlı ve tepkisizlik durumu ile karşılaştığında ise, bu durumu uzun süreli ayrılık ile eş değer görmekte ve bu davranış neticesinde bağlanma davranışında çözülme ve sosyal etkileşimden kaçınma gözlenmektedir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bebeklikte ve çocuklukta, bağlanma ilişkisi tamamlayıcıdır. Bebek anneden bakım alır, ancak anne bebekten bakım almaz ya da anne bebeğe güven sağlar ama bebek anneye güven sağlamaz. Bu sebeple, bebeklik ve çocukluk bağlanmasının tamamlayıcı, tek taraflı olduğunu söylenebilir (Onur, 2006). Bu dönemde bağlanma etkileşimleri, dışsal ve gözlemlenebilir niteliktedir. Bebekler ve küçük çocuklar kendilerini tam anlamıyla güvende hissedebilmek için bir bağlanma kişisiyle fiziksel temas gereksinimi duyabilirken, daha büyük çocuklar ve yetişkinler bağlanma figürüne gereken durumlarda ulaşabilecekleri bilgisini rahatlatma kaynağı olarak görebilirler. Önemli olan bireyin hissettiği güvenlik duygusudur (Main ve ark., 1985; akt. Dönmez, 2000).

2.2.6.2. Ergenlikte Bağlanma

Ergenlik, ailenin dışındaki ilişkilerin yoğunlaştığı, ebeveynlerden bağımsızlaşmaya doğru yol alındığı, aile ile dürüst ve yakın ilişkilerin devam ettirilmeye çalışıldığı bir dönemdir (Allen ve diğ., 1998; Kenny ve Gallagher, 2002). Ergen, yavaş yavaş ailesinden uzaklaşır arkadaş ya da akran gruplarıyla daha fazla beraber olmaya başlar. Yaşadığı psikolojik sorunları kendi yaşlılarıyla paylaşmak istemesinin yanında, ailesinin eleştirisi ve müdahalelerinden kurtulma çabası, ergeni kendi yaşlılarıyla bir araya getirir (Avcı, 2010).

Ergenlik döneminde yeterliklerin artmasıyla bağlanma davranışları bebekliğe nazaran daha az görülür. Bu dönemde bağlanma davranışları doğrudan fiziksel yakınlık aramaktan çok ihtiyaç duyulduğunda bağlanma figürüyle duyguları, kaygıları ve korkuları paylaşarak biçiminde ortaya çıkar (Damarlı, 2006; Hamarta, 2004; Sümer, 2006). Raja ve arkadaşları (1992), ergenlik döneminde bağlanma sürecini üç biçimde açıklamışlardır: İlk açıklamaya göre, anne-babalardan arkadaşlara yönelmeye doğru bir değişim vardır. Bu değişimle ergenler özerkliklerini kazanmaya çalışır. Bu açıklamaya göre anne-babaya ve arkadaşlara bağlanma birbiriyle zıt biçimde ilişkilidir. İkinci açıklamaya göre; aile ve arkadaşlar ergenler için iki farklı dünya oluştururlar. Anne-babaya bağlanma, arkadaşlara bağlanmadan bağımsız olabilir ve bu iki dünyanın göreceli önemi ergenin kendisini değerlendirmesine sağladığı bağlama göre değişir. Üçüncü açıklamaya göre ise; anne-babaya ve arkadaşlara bağlanma birbiriyle olumlu biçimde ilişkilidir.

Ergen bu dönemde ebeveyn figürlerinden akran gruplarına doğru yönelmesine rağmen, bebeklik dönemindeki bağlanma ilişkisi ergen için kalıcı ve güçlü bir etkiye sahiptir (Allen ve Land, 1999; Mosümbül, 2011). Araştırmalar ergenlerin anne-babalarını bazı bağlanma ihtiyaçları için kullanmaya devam ettiklerini ve anne-babaya güvenli bağlanmanın genç erişkinliğe kadar bireylerin iyi oluşunu yordadığını göstermiştir (Nickerson, A., Nagle, R., 2005).

Ergenlik döneminde, bağlanma ilişkisi tek yönlü değildir. Bu dönem ilişkilerde karşılıklılık ilkesinin geçerli olduğu ve ergenin de başkaları için güvenli bir üs olmaya başladığı dönemdir (Allen ve Land, 1999). Ergenin otonomisi ebeveyne bağlanmayı olumsuz etkiliyor gibi görünse de, aksine bağlanma arka planında ergenlik boyunca devam eden güvenli ilişkiler kurmaya yönelme şeklinde kendini gösterir (Keskin ve Çam, 2010; Hazan ve Zeifman, 1994).

Gencin bağlanma yaşantıları, sosyal ilişki başarısını ve hayatın zorluklarına uyum sağlama başarısını belirlemektedir (Kesebir ve ark., 2011). Güvenli bağlanma biçimine sahip ergenler, arkadaş ve ebeveyn bağlanma figürü ile daha doyumlu ilişki kurabildikleri, arkadaşlarıyla daha fazla uyumlu, kendilerine ve başkalarına daha çok güvenen ve daha az sosyal problemler yaşayan kişilerdir. Güvensiz modellere sahip olan ergenler daha bağımlı ve aileleriyle daha zorlayıcı ilişkileri bulunmaktadır, daha az uyuma sahiptir ve kendi duygularını düzenlemede daha az beceriklidirler, stresle başa çıkmaları gerektiğinde daha az dayanıklıdırlar (Kesebir ve diğ. 2011; Hamarta, 2004). Gerilimli kaçınan bağlanma geliştiren ergenlerin ise, çevrelerindeki güvenemediklerinden genellikle kişileri kontrolleri altına alma eğiliminde oldukları ve öfkelerini doğrudan ifade edemedikleri, bütünlük duygusuna sahip olmadıkları, özdeğer duygusunu sürdürmedikleri tespit edilmiştir. Bu kişilerin kimlik organizasyonlarında sorunlar yaşanır (Keskin Ve Çam, 2009; Rosenstein ve Horowitz, 1996).

2.2.6.3. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma

Birey, yaşamının her döneminde bağlanma davranışı sergilemektedir. Yetişkin bağlanma sisteminde, çocuklukta olduğu gibi güvenlik ve sevgi gereksiniminin giderilmesi gerekmektedir Bir yetişkin, stresli, kaygıya neden olacak bir durumla karşılaştığında bağlanma figürüne ihtiyaç duymaktadır (Hazan ve

Zeifman, 1999). Bowlby (2012)'ye göre bağlanma, "beşikten mezara" kadar devam eden bir olgudur.

Crowell, Treboux ve Waters (2002) yaptıkları çalışmada, bebeklikteki bağlanma ilişkisinin yetişkinlikteki sevgi ilişkilerinin prototipi olduğunu belirtmişlerdir. Bebeklerin ebeveynlerine duyduğu bağlılık, yetişkinlikte bireyin, diğerleri ile anlamlı ilişkiler kurma becerilerini etkilemektedir. Bu nedenle bebeklikteki bağlanma stili, yetişkinlikte diğerleriyle kurulan ilişkilerde oldukça önem taşımaktadır (Burger, 2006; Hamarta, 2004). Bağlanma stillerinin devamlılığını araştıran Waters ve diğerleri (2000) bebeklikteki bağlanma stillerinin belirlenen kişilere 20 yıl sonra test tekrar yöntemiyle yetişkinliklerinde de %72 oranda bağlanma stillerinin benzerlik gösterdiği bulgusuna erişmişlerdir (Akt. Harmata, 2004).

Hazan ve Shaver (1987), romantik sevgiyi bir bağlanma süreci olarak tanımlayarak yetişkinlerin bağlanma stillerini gruplandırabileceğini öne sürmüştür. Hazan ve Shaver her bir bağlanma stilline karşılık gelen üç paragraftan oluşan bir bağlanma stili ölçeği geliştirmişlerdir. Bu ölçeğe göre güvenli bağlanma stilinin kendisini en iyi tanımladığını söyleyen katılımcıların diğer katılımcılara göre hem ebeveynleri ile ilişkilerinin hem de yakın duygusal ilişkilerinin daha olumlu olduğu gözlenmiştir. Kaygılı bağlanma stilini kendilerine en uygun bulan katılımcılar ise romantik ilişkilerinde kıskanç aynı zamanda ilişkilerinde duygusal iniş çıkış yaşadıklarını bildirmişlerdir. Kaçınan bağlanma stilini kendilerine uygun bulan katılımcılarda ise diğer gruplara oranla en az güven duyan ve sosyal ilişkilerden kaçınan bireyler olduğu bulgulanmıştır (Akt. Akmaz, 2009).

Bartholomew ve Horowitz (1991), yetişkin bağlanma stillerini açıklamada bireylerin kendilerine ve diğerlerine ilişkin içsel işleyiş modellerinden yola çıkarak Dörtlü Bağlanma Modelini geliştirmişlerdir (Griffin ve Bartholomew, 1994). Model benlik ve başkaları ile olumlu ve olumsuz olmak üzere iki boyut içinde incelenmekte ve sonuç olarak dört farklı yetişkin bağlanma stili ortaya çıkmaktadır. Buna göre, güvenli bağlanma stili olan yetişkinler kendilerine ve başkalarına ait olumlu içsel modellere sahiptir (Akt. Damarlı, 2006).

2.2.7. Bağlanma İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Bu bölümde bağlanma ile ilgili yurt dışında ve yurt içinde yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

2.2.7.1. Yurtdışında Yapılmış Bazı Araştırmalar

Shaver ve Brennan (1991) tarafından 242 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada, bağlanma biçiminin bireyin kişiliği üzerindeki etkilerine yönelik önemli sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre; güvenli bağlanma stiline sahip bireyler güvensiz bağlananlara oranla daha az nörotik, daha dışa dönük, daha az kaygılı ve daha sıcak oldukları, kaçınmalı bağlanma geliştirenlerin daha depresif, daha uyumsuz oldukları, ilişkilerinde daha doyumsuz oldukları ve ilişkilerinin daha kısa sürdüğü, korkulu bağlananların ise sosyal ilişkilerden kaçınan, duygusal ilişki kuramayan yetişkinler oldukları saptanmıştır.

Levy, Blatt ve Shaver (1998), bağlanma stilleri ve içeriği ile ebeveynlerin zihinsel temsillerinin yapıları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Güvenli bir biçimde bağlanmış olan katılımcıların ebeveyn tanımlarının temelini farklılık, olgunluk, yardımseverlik ve cezalandırıcı olmama olduğunu; kayıtsız katılımcıların ebeveyn tanımlamalarının ise daha az farklı olma, daha fazla cezalandırıcı olma ve kötü niyetli olma temeline dayanmakta olduğunu ve korkulu katılımcıların ebeveynlerini nisbeten daha cezalandırıcı ve kötü niyetli olarak tanımladıklarını; fakat onların tanımlamalarında oldukça yüksek farklılıklar olduğunu ve kavramsal olarak karmaşık bir yapı sergilediğini bulmuşlardır. Kaygılı-kararsız katılımcıların ise kararsız bir biçimde ebeveynlerini hem cezalandırıcı hem de yardımsever olarak tanımladıklarını bulmuşlardır.

Etzion-Carasso ve Oppenheim (2000), Ainsworth'un Yabancı Durumu'nu kullanarak, 4.5 yaşındaki çocuklar ve annelerden oluşan 113 çift arasındaki iletişimi incelemiştir. Anne-çocuk iletişimi bir saatlik ayrılma sonrasında meydana gelen yeniden bir araya gelme esnasında değerlendirilmiş ve üç açık iletişimden birisi ya da açık olmayan iletişim modellerinden birisi sınıflandırılmıştır. Bebeklikte güvenli diye sınıflandırılan erkek bebekler anneleri ile açık iletişim kurma eğiliminde olduklarını, buna karşın güvenli olmayan-organizasyon bozukluğu olan her iki cinsiyetten bebeklerin de anneleri ile açık olmayan bir iletişim kurma eğiliminde

olduklarını bulmuşlardır. Güvenli olmayan-kararsız bağlanma modeli ve sonraki iletişim arasında ilişki bulunmamıştır.

Anders ve Tucker (2000), 104 öğrenciden oluşan bir örneklem içinde bağlanma ve sosyal destek arasındaki ilişkinin olası bir alt yapısı olarak kişilerarası iletişim becerisinin rolünü incelemişlerdir. Tanımlanan model için güçlü bir destek bulunmuştur. Analizler kişilerarası iletişim becerisinde var olan eksikliklerin daha düşük sosyal destek ağını ve hem daha kaygılı bağlanan hem de daha kaçınmacı olarak bağlanan bireyler arasında var olan düşük doyum düzeylerini açıklamaktadır. Ayrıca daha sonra yürütülen ve kişilerarası iletişim becerisinin özel boyutlarını inceleyen analizler daha kaygılı bireyler arasında görülen düşük düzeyli destek doyumunu sosyal etkileşimlerde girişkenliğin olmayışıyla açıklayabilmektedir.

Harvey ve Byrd (2000), üniversite öğrencilerinin ailelerindeki bağlanmalarını algılamaları ile ailelerinin hayatın güçlükleri ile nasıl başa çıktıkları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmalarında yüksek düzeylerde güvenli bağlanmaya sahip olan bireylerin kendi ailelerini daha aktif başetme stratejileri (örneğin bir problemle başa çıkmak için aileyi harekete geçirmek ya da sosyal destek elde etmek için çaba sarfetmek) kullanıyor olarak algıladıklarını belirtmişlerdir. Elde edilen sonuçlara göre yüksek düzeyde kaygılı/kararsız bağlanmaya sahip olan bireyler ailelerini pasif başetme stratejileri kullanan aileler olarak algılamaktadır. Yüksek düzeyde kaçınan bağlanmaya sahip olan bireyler aileleri ve ailelerinin işleyiş biçimi ile ilgili iyi tanımlanmış negatif duygulara sahiptirler.

Neal ve Frick-Horbury (2001), 56 gönüllü üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmalarında, yetkeci, otoriter ve izin verici ebeveynlik stillerinde ortaya koyulan ebeveyn davranışları ile güvenli, kaçınan ve kararsız bağlanma stilleri arasında paralellik olduğu fikrini incelemişlerdir. Elde edilen sonuçlar yetkeci ebeveynlere sahip olan öğrencilerin %92'sinin güvenli bağlandığını ve yalnızca bağlanma stillerinin yakınlık durumlarını belirleyeceğini göstermektedir. Ebeveynlerine güvenli bir biçimde bağlanmış olan öğrencilerin kişisel yakınlık testlerinde oldukça yüksek puanlar elde ettikleri ve ayrıca otoriter ya da izin verici ebeveynlere sahip olan öğrencilerin aksine diğerlerinin yakın olabilecekleri inancında da yüksek puanlar elde ettikleri bulunmuştur.

Mikulincer ve diğerleri (2001), bağlanma ve empati arasındaki ilişkiyi incelemiş ve kaçınan ve kaygılı bağlanma stillerinden alınan puanlar yükseldikçe, empati boyutundan alınan puanların düştüğünü bulmuşlardır.

Becker-Stoll, Delius ve Scheitenberger (2001), gözlemlenen anne-ergen etkileşimlerindeki, sözsüz davranışlarının üzerinde bağlanma temsillerinin etkisini araştırmışlardır. 16 yaşında ergenler ve annelerinin oluşturduğu 43 katılımcıyla yapılan çalışmada, öfke, üzüntü, huzursuzluk, sevinç gibi duygusal durumlar ve dudakları ısırma, tırnak yemek gibi gerginlik göstergesi, işaretler ve göz teması analiz edilmiştir. Etkileşim boyunca ergen bağlanma temsilleri ve ergen sözsüz yüz ifadeleri arasında anlamlı bir ilişki çıkmıştır. Güvenli bağlanma, duyguların açık ve pozitif ifadesiyle ilişkili bulunurken, kayıtsız bağlanma stili iletişimi engelleyici davranışlarla belirgindir. Sonuçlar, birinin bağlanma geçmişindeki uyumlu duygusal değerlendirmelerinin açık duygusal ifade ve duyguların diğerlerine iletilmesinde önkoşul olduğunu göstermiştir.

Vorria ve diğerleri (2003), doğumda yatılı bakım olarak büyütülen bebeklerin bağlanma ilişkileri, bağlanma nitelikleri, psikososyal gelişimleri ve bakımveren duyarlılığı arasındaki bağlantıları 86 bakım grubunda büyütülmüş bebek ve 41 kendi günlük bakım merkezlerine başvuran anne-babalarıyla büyütülmüş bebeklerle yapmışlardır. Bağlanma, bilişsel gelişim, mizaç ve gözlemlenen sosyal davranışlar iki grupta çalışılmıştır. Yatılı grup bakımı olarak yetiştirilmiş bebekler kontrol grubundaki bebeklerin %25'iyle karşılaştırıldığında % 66'sı bakımverenleriyle tanımlanamayan bağlanma geliştirmişlerdir, grup bakımı olan bebeklerin %24'ü kontrol grubundaki bebeklerin %24'üyle karşılaştırıldıklarında güvenli bağlanma geliştirdikleri bulunmuştur. İki gruptaki bebekler mizaçlarındaki bilişsel gelişim ve gözlemlenen sosyal davranışlar bakımından farklılaşmıştır. Güvenli bağlanmış olan yatılı grup bebeklerin sıklıkla pozitif etkileşimleri olduğu ve sosyal davranışlarda buldukları ve bakımverenleriyle daha sık etkileşim içerisinde buldukları gözlemlenmiştir. Yatılı bakım yerlerinde yetişen bebeklerin gelişimlerinin her yönüyle etkilendiği ve yüksek düzeyde tanımlanamayan bağlanmayla ilişkili oldukları bulunmuştur.

Jones (2005), bağlanma stillerinin duygusal iletişim becerileri için söz konusu olan değerleri ve kişi merkezli sözsözsel rahatlığın değerlendirmelerini nasıl etkilediğini incelemiştir. Elde edilen sonuçlar göstermiştir ki kaçınanlar duygusal iletişim becerilerini kaçınmacı olmayanlardan daha önemli olarak görmektedirler. Kayıtsızlar ve saplantılılar düşük kişi-merkezli rahatlatıcı mesajları güvenli ve korkululardan daha fazla rahatlatıcı olarak görmektedirler. Korkulu kaçınanlar bu mesajları dört bağlanma stilinden en az rahatlatıcı olarak görmüşlerdir. İnsanların duygusal iletişim becerilerini nasıl değerlendirdikleri ve özellikle de kişisel odaklılıkta farklılık arz eden rahatlatıcı mesajları nasıl değerlendirdikleri konusundaki farklılıklar bağlamında önemli sonuçları olduğunu ifade etmişlerdir.

2.2.7.2. Yurtiçinde Yapılmış Bazı Araştırmalar

Sümer ve Güngör (1999a), çocuk yetiştirme stilleri ile bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisini araştırmak amacıyla yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin anne ve babalarından algıladıkları çocuk yetiştirme stilleri ile bağlanma stilleri, temel benlik boyutları, yakın ilişkilerde davranış örüntüleri ile aile ve arkadaşlarla ilişkilerden memnuniyet düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemiştir. Anne ve babadan algılanan kabul/ilgi ve sıkı denetim/kontrol boyutlarının çaprazlanmasından elde edilen çocuk yetiştirme stillerinin (otoriter, açıklayıcı/otoriter, izin verici/şımartan ve izin verici/ihmalkar) araştırmada yer alan psikolojik sonuç değişkenleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Gezer (2001), ergenlerin bağlanma stilleri ve aile yapıları arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Çalışmaya Orta Doğu Teknik Üniversitesi Yabancı Diller Eğitimi bölümünden toplam 175 kız ile 233 erkek öğrenci katılmıştır. Düşük uyuma sahip ailelerde yetişmiş olan ergenlerde korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri; yüksek uyuma sahip ailelerde yetişmiş ergenlerde ise güvenli bağlanma stili gözlenmiştir. Aile yapısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki cinsiyete göre herhangi bir farklılık göstermemiştir.

Büyükşahin (2001), yakın ilişki kuran ve kurmayan üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerini, benlik saygısını, stresle başa çıkma stillerini karşılaştırmayı amaçlamıştır. 200 kız 200 erkek üniversite öğrencisi incelenmiştir. Araştırmacı özellikle aşk ilişkilerinin bitiminde yaşanan stres ile bağlanma stili ve bu bağlanma

stilinin değişmesini incelemiştir. Araştırmada yakın ilişkisi olan ve olmayan öğrencilerde korkulu bağlanma stili ile ilgili fark olduğu, beraberliği olmayanların daha fazla yalnızlık hissettikleri sonuçları elde edilmiştir. Ayrıca yakın ilişkisi olanların stresle başa çıkmada iyimser bir tarz kullandığı görülmüştür. Erkeklerin kızlara göre daha güvenli bağlanma stiline sahip oldukları, daha az stres belirtisi gösterdikleri ve stresle başa çıkma tarzlarının daha iyi olduğu sonuçları elde edilmiştir.

Konyalıoğlu (2002), üniversite öğrencilerinin duygusal ilişki, bağlanma tarzları ve kişilik tipleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırma sonucunda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre kaçınan, güvenli ve kaygılı bağlanma özelliklerine daha fazla sahip oldukları görülmüştür. Yine evli öğrencilerin arasındaki güvenli bağlanma oranı bekarlara göre daha yüksektir. Yüksek gelir düzeyindeki öğrencilerde güvenli bağlanmanın; düşük gelirli öğrencilerde ise kaygılı bağlanmanın daha fazla olduğu bulunmuştur. Kişilik özellikleri değişkeni açısından güvenli bağlanma, yargılayıcılık ve dışadönüklük arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

Saymaz (2003) üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiyi incelemiş ve araştırmaya 474 öğrenci katılmıştır. Araştırmada, güvenli bağlanma stili ile; duyarlılık ve dışadönüklük faktörleri olumlu yönde ilişkili bulunmuştur. Korkulu bağlanma stili ile duyarlılık ve dışadönüklük faktörleri olumsuz yönde ilişkili bulunmuştur. Saplantılı bağlanma stili ile; bağımsızlık ve kararlılık boyutları olumsuz, destekleyicilik, hoşgörü, temkinlilik ve dengelilik boyutları olumlu yönde ilişkili bulunmuştur. Kayıtsız bağlanma stili ile; dışadönüklük faktörü olumsuz yönde ilişkili bulunmuştur.

Kararırmak ve Duran (2008) bir grup üniversite öğrencisi üzerinde bağlanma stilleri ve çatışma çözme davranışları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Örnekleme oluşturan öğrencilerin %11'inin saplantılı, %13'ünün korkulu, %39'unun kayıtsız ve %36'sının ise güvenli bağlandığı bulunmuştur. Korkulu ve saplantılı bağlanma ile çatışma durumlarından kaçınma davranışı arasında ilişkiye rastlanmıştır; güvenli bağlanma ile çatışma durumlarından işbirliği davranışı arasında olumlu yönde ilişki bulunmuştur.

Dede (2015) lise öğrenimine devam eden öğrencilerin sosyal ilişkilerinde yaşadıkları çatışma çözme yaklaşımları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlayan çalışmasında 617 lise öğrencisi ile çalışmıştır. Araştırma sonuçlarına göre güvensiz bağlanma stiline sahip ergenlerin yapıcı olmayan çatışma çözme yaklaşımı benimsedikleri görülmektedir. Ergenlerin güvenli ya da güvensiz bağlanma geliştirmeleri ile çatışma sürecindeki iletişim tarzları ve yaklaşımları değişmektedir.

2.3. İletişim İle İlgili Kuramsal Çerçeve

Aşağıda iletişim kavramı, iletişim sürecinin ögeleri, iletişim türleri ve iletişim engelleri ile ilgili kuramsal çerçeveye yer verilmiştir.

2.3.1. İletişim Kavramı

İletişim, sistemler arası bilgi üretme, bilgiyi aktarma ve anlamlandırma sürecidir. Nitelikleri ne olursa olsun iki sistem arasındaki bilgi alışverişi iletişim olarak kabul edilmektedir (Dökmen, 1994). İçeriği ne olursa olsun, bir sorunu çözmek için insan düşünce alışverişinde bulunmalı yani iletişim kurmalıdır (Cüceloğlu, 1997). Kişiler arasındaki iletişim, rahatlama, problem çözme, stresi giderme, bilgi verme, ilişkileri biçimlendirme ve sürdürme, duyguları açıklama, ikna etme, karar verme gibi birçok amaca hizmet etmektedir (Lloyd ve Bor, 1996).

Bireyin hayatındaki ilk ve önemli ilişki anne-babayla kurulan ilişkidir. İhtiyaçlar değiştikçe baba ve ailenin diğer bireyleriyle de ilişkiler ağı gelişmeye başlar. Geçen zamanla beraber ihtiyaçları artan kişi ihtiyaçlarını karşılamak için başka ilişkiler yaşama arayışına girer. Sevilme ve anlaşılmaya duyulan ihtiyaç yaş ilerledikçe ebeveynler tarafından karşılanmaz hale gelir. Duygusal, fiziksel ve ruhsal ihtiyaçların karşılanması için kişilerarası ilişkilere girilmeye ve geliştirilmeye başlanır (Erözkan, 2004). Kişiler, başkalarıyla etkileşimi mümkün kılacak kabul edilme davranış biçimlerine sahip olmak istemektedirler. Davranış biçimleri, yaşam içerisinde kendini iletişim becerisi olarak göstermektedir (Erözkan, 2005).

Etkili iletişim becerilerine sahip olmak bireysel olarak kişilerin ve kişiler arası bilgi alışverişinin sağlıklı olmasını sağlamaktadır. İletişim becerilerini

öğrenmek diğer becerileri öğrenmekten farklıdır, çünkü iletişim kendilik algısına ve öz saygıya yakından bağlıdır. Öğrenenlerin iyi iletişim kurabilen bireyler olabilmeleri için kendilerine yapılan önerileri, kişiliklerine yönelik yapılmış bir tehdit olarak algılamamalarının sağlanması, bunun için destekleyici, uygun bir ortam sağlandığından emin olunması için fazladan çaba harcanması önerilmektedir (Kurtz ve diğer., 1998).

2.3.2. İletişim Sürecinin Öğeleri

Zıllıoğlu (1993)'na göre, "süreç kavramı ile süreçte yer alan öğelerin karşılıklı etkileşim içinde değişimleri dile getirilmiş olur. Kısaca, süreç kavramında öğeler arası etkileşim, değişim ve yinelenme, vurgulanması gereken olgulardır. İletişim olgusunun süreç olarak ele alınması bir gereklilik gibi görünmektedir. Çünkü iletişim kuramı iletişim sürecinin bu süreçte yer alan öğelerine ayrılabilceği, bu öğelerin ve bunlar arasındaki ilişkilerin incelenerek, işleyiş düzeninin kavranabileceği öncülüne dayanır" (Akt: Acar, 2009). İletişime bir süreç olarak bakıldığında, kaynaktan alıcıya uzanması sırasında çeşitli organlar olması gerekir. Bu organlar iletişimin öğeleridir (Ergin, 1995). İletişim öğeleri gönderici, mesaj, kanal, alıcı ve geribildirimden oluşmaktadır (Gordon 2002).

Kaynak (Gönderici) : 'Kaynak; algılama, seçme, düşünme, yorumlama süreçlerinde ürettiği anlamlı iletileri simgeler aracılığı ile gönderen kişi ya da kişilerdir (Zıllıoğlu, 1993). Kaynak hedeflediği kişi veya grupta iletişimi başlatan kişi olmaktadır (Ergin ve Birol, 2000). Kaynak sahip olduğu bilgiyi karşısındaki ile paylaşmak isterse onu bir mesaj haline getirmek için söz, yazı, jest, mimik gibi semboller kullanarak kodlar (Demirel, 2002; Akt: Acar, 2009). İletişim, kaynaktan mesajın oluşmasıyla başlar. Geri bildirim alındığında "iletişim" adı konulmaktadır. Kaynak için önemli olan, yollanan mesajın anlamının alıcı tarafından kendi kafasındakine yakın bir şekilde anlaşılmasıdır (İlenti, 1988).

Mesaj (İleti): Mesaj, kaynak kişinin diğer kişiye iletmek istediği kavram, duygu, düşünce ve sorunlarını temsil eden gözlenebilir sembollerdir (Özgüven, 2001; Akt: Fişne; 2009). Mesaj, sözlü ve sözsüz işaretlerin tümünü kapsayan, kaynak (konuşmacı) ile hedef (dinleyici) arasındaki ilişkiyi sağlayan temel öğedir. Bu nedenle mesaj, iletişim sürecinin düğümlendiği nokta ve merkez olmaktadır (Gökçe,

2002). Mesajların taşınması gereken genel özellikler şunlardır: anlaşılır ve açık olmalı, doğru zamanda iletilmeli, uygun kanalı izlemeli ve kaynak ile alıcı arasında kalmalıdır (Tutar, 2003).

Kanal: Kaynak ve hedef birimler arasında yer alan ve işaret haline dönüşmüş mesajın gitmesine olanak sağlayan yola, geçite kanal adı verilir (Cüceloğlu, 1997). İletiyi bozmadan taşıyabilecek doğru kanal seçimi etkili iletişimin en önemli faktörlerinden biridir (Yiğit ve diğ. 2005). İletişim kanalı görsel, işitsel, dokunsal özellikte olabilir. Birden çok kanal kullanılabilir (Alkan ve Kul, 2005; Akt: Üstündağ, 2006).

Alıcı: İletişim sürecinde, kaynağın gönderdiği mesajları alıp yorumlayan ve bu mesajlara sözlü veya sözsüz tepkide bulunan birey ya da gruplara alıcı adı verilmektedir. Etkin bir iletişim için mesajın, alıcı tarafından amaca ve niyete uygun olarak anlaşılması önemlidir. Alıcının tutumu, edindiği bilgiler, içinde bulunduğu ortam ve kültür düzeyi mesajın doğru olarak algılanmasını etkilemektedir (Mısırlı, 2004). Alıcı kaynakta olduğu gibi bir birey, bir insan grubu ya da bir kurum olabilir (Bolatkıran, 2006).

Geribildirim (Dönüt): Kaynağın gönderdiği mesajın, hedef (alıcı) tarafından ne derecede algılandığını gösteren ve hedefin bu mesaja olan tepkisi hakkında bilgi veren sürece geribildirim denilmektedir. Geribildirim, her iki tarafa da iletişimin başarısı hakkında bilgi vermektedir. Geribildirim süreci ile kaynak ile hedef yer değiştirerek, alıcı kaynak, kaynak da alıcı rolünü üstlenmektedir (Gökçe, 2002). İletişimde dönüt yoksa gönderilen iletinin doğru anlaşılıp anlaşılmadığı belirlenemez (Yiğit ve diğ., 2005).

Gürültü: Gürültü, iletişim sürecinde öngörülmemiş, istenmeyen ve iletişimin kötü işlemesine ya da tümüyle engellenmesine neden olan şeylerin tümüne verilen addır. İletişim sürecinde, iletişimin niteliğini bozan herşey gürültüdür. Bu nedenle gürültü ve gürültü kaynağının belirlenmesi, ortadan kaldırılması ya da azaltılması oldukça önemlidir (Kocabaş ve diğ., 1999). Gürültü kavramı hem fiziki hem de psikolojik anlamda kullanılır (Erdoğan, 2002). Hedef kişinin ya da kitlenin kaynağa/iletiye

direnmesi gibi içten kaynaklanan (psikolojik) bir türde olabileceği gibi, fiziksel gürültü ya da ilgi dağılışı gibi dışarıdan kaynaklanan türde olabilir (Usluata, 1994).

Kişiler arasındaki iletişim aksaklıklarında ve ilişkilerin kopmasında psikolojik gürültünün payı büyüktür. İnançları, tutumları, gereksinimleri ya da içinde bulunduğu duygusal durum nedeniyle, alıcı mesajı bambaşka bir biçimde yorumlayabilir ve farklı anlamlar çıkarabilir (Cüceloğlu, 2005). Tüm iletişimlerde var olan gürültüyü tamamen ortadan kaldırmak pek mümkün değildir. Daha anlaşılır bir ifade kullanılarak, dinleme, geri bildirim ve sözel olmayan iletişim becerileri geliştirilerek gürültünün etkileri azaltılabilir (Kaypakoğlu, 2008).

2.3.3. İletişim Türleri

Chaffe ve Berger (1987)'in yaptığı sınıflamaya göre dört iletişim türü vardır:

- Kitle iletişim
- Örgüt içi iletişim
- Kişi içi iletişim
- Kişilerarası iletişim (akt. Dökmen, 2004).

2.3.3.1. Kitle iletişim

Kitle iletişimi uzmanlaşmış grupların geniş, heterojen ve farklılaşmış izleyicilere sembolik içerik yaymak üzere teknolojik aygıtları (basın, radyo, film, vs.) hizmete soktuğu kurum ve tekniklerden meydana gelir (Mcquail, 2005). Diğer bir anlatımla “birtakım bilgilerin/sembollerin, birtakım hedefler tarafından üretilmesi, geniş insan topluluklarına iletilmesi ve bu insanlar tarafından yorumlanması sürecine “kitle iletişimi” adı verilir (Dökmen, 2003). “Kitle iletişiminde kaynak ve hedef birimler karşı karşıya gelmezler; gazeteler, dergiler, film, radyo ve televizyon kitle iletişiminin kanallarını oluştururlar ve bu kanallar aracılığıyla tek bir kaynak çok sayıda hedefe geniş bir alan ve zaman içinde ulaşabilir” (Cüceloğlu, 2005).

Kitle iletişimi kendine özgü bazı sorunları ortaya çıkarmaktadır. Kitle iletişim kaynaklarının etkisi altında kalan kişiler, farkına varmadan iletişim merkezlerinin kendisine empoze ettiği kalıpları benimsemeye başlarlar. Bir diğer sorun da artan ve yoğunlaşan teknolojik gelişmelerin ve iletişimin, ilişkileri, insanları birbirinden ve toplumdan kopararak psikolojik yalnızlıklar ortaya çıkarmasıdır (Cüceloğlu, 2005).

2.3.3.2. Örgüt-içi iletişim

Örgütsel iletişim, örgütün hedeflerine ulaşması için gereken yönetim ve üretim süreci içerisinde planlamayı, koordinasyonu, denetimi, eğitim faaliyetlerini, bilgi vermeyi, karar almayı ve değerlendirmeyi belli kurallar içerisinde gerçekleştiren iletişim sürecidir (Türkmen, 2003; Akt: Gürses, 2006).

Ortak bir amacı gerçekleştirmek amacıyla bir grup insanın oluşturduğu örgütlerin yaşamlarını sürdürmesi, ilişkilerini düzenlenmesi ve başarıya ulaşması için iç ve dış çevre ile etkili iletişim sağlamaları gerekmektedir. Bir örgütün tüm bireyleri ve birimleri arasındaki bilgi, duygu ve düşüncenin paylaşılması, iletişimin örgüt içindeki ve örgüt dışındaki başarısı ile orantılıdır (Gürüz, 2007). Çünkü örgüt sistemini oluşturan unsurların başında insan gelir ve örgütsel iletişimin temelinde kişisel iletişim bulunur. Kişisel iletişim, bireyin örgüt hakkında öznel yargılarından oluşur. Birey bu yargıya göre, örgüte karşı bir tutum ve davranış geliştirir (Tutar, 2003).

2.3.3.3. Kişi İçi İletişim

Bireyin kendisiyle kurduğu iletişimdir. İnsanın çevresiyle kuracağı iletişim kendinde başlamaktadır (Gürgen,1997). Dökmen (2001)'e göre bir insanın düşünmesi, duygulanması, kişisel ihtiyaçlarının farkına varması, iç gözlem yapması, rüya görerek kendi içinden mesaj alması ya da kendine sorular sorarak bunlara cevaplar üretmesi iç iletişim sayılabilir. İnsanlar, kendi içlerinde bir takım mesajlar üreterek ve bunları yorumlayarak kişi-içi iletişimde bulunmaktadır.

Kişinin kendisi ile iletişimi, kendisini tanımasını ve iletişim becerilerini geliştirmesi açısından son derece önemlidir. Kendini tanımayan, yaşam amaçlarını tanımlamayan, kendisi ile dürüst ve açık bir iletişime geçemeyen bir kişi, başkalarıyla da sağlıklı bir iletişime geçmesi mümkün değildir. Kendi dünyası ile dengeli iletişim içerisinde olan birey, daha etkin düşünme, özgüvenini geliştirme, kendini değerlendirme ve karar verme yeteneğine sahip olur ve de başkalarıyla da daha sağlıklı iletişim kurar (Gürgen,1997).

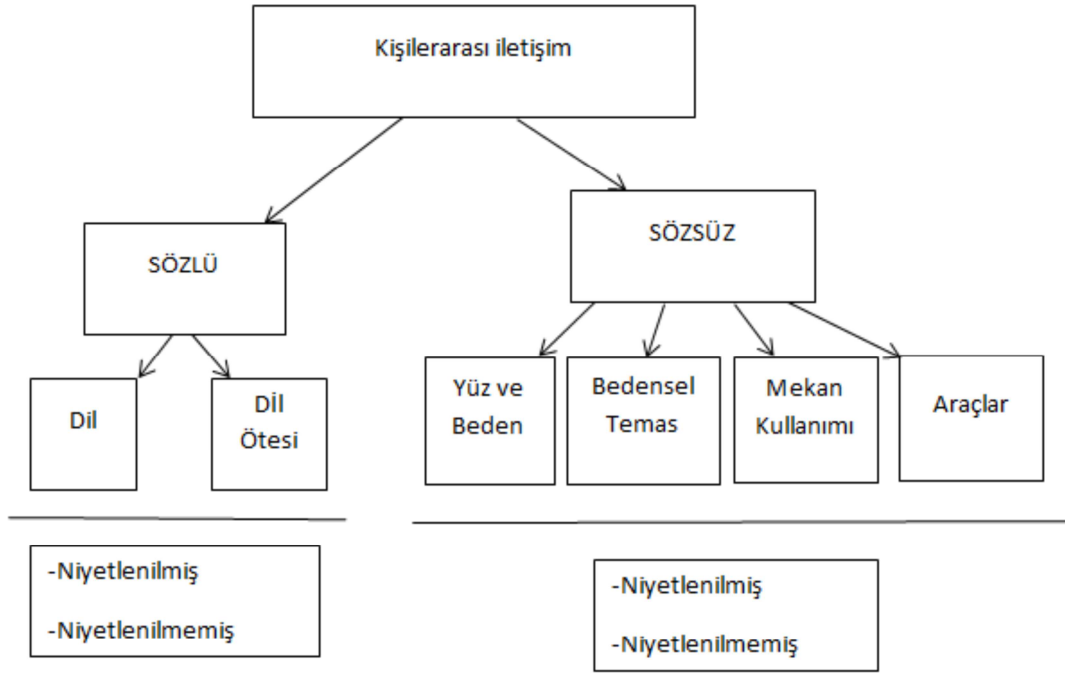
2.3.3.4. Kişilerarası İletişim

Kişilerarası iletişim, bir kodu paylaşan ve göreceli olarak iletişim ortamına katkıda bulunmak için eşit olanaklara sahip bulunan birden çok kişi arasında gelişen sözlü mesajlar ve sözsüz mesajların oluşturduğu iletişimdir (Lull ve Güngör, 2001). Mesajın iletimi ve alımını etkileyen, kültürel, duygusal ve bilişsel değişkenleri olan, karşılıklı, etkileşimli, dinamik bir süreçtir (Arnold ve Boggs, 2011). Siyez (2011), kişilerarası iletişimi, küçük gruplar ya da kişiler arasında ilişki alışverişi oluşturan, iletişim kuran kişiler arasında güvenin var olduğu, bilgilerin, duyguların ve düşüncelerin paylaşılmasını hedefleyen, karşılıklı sözlü ve sözsüz etkileşim süreci olarak tanımlamıştır. Başka bir ifadeyle kaynağın ve hedefin insan olduğu iletişimlere kişilerarası iletişim adı verilir (Dökmen, 2008). Kişiler arası iletişimde kaynak ve alıcının kültürel yapısı, bilgi birikimi, beklentileri arasındaki benzerlik ve farklılıklar iletişimin kalitesini etkileyecektir (Gürses, 2006). Kişilerarası ilişkiler bireye benlik algısını, kendine verdiği değeri, kendine olan saygısını ve güvenini ölçme fırsatı verdiği için bireyin yaşamının çok önemli unsurlarından biri olma özelliğini de taşımaktadır (Erözkan, 2009).

Tubbs ve Moss (1974), bir iletişimin “kişilerarası iletişim” sayılabilmesi için üç ölçütün gerekli olduğunu belirtmişlerdir:

- Kişilerarası iletişime katılanlar, belli bir yakınlık içinde yüz-yüze olmalıdır.
- Katılımcılar arasında tek yönlü değil, karşılıklı mesaj alışverişi olmalıdır.
- Söz konusu mesajlar sözlü ve sözsüz nitelikte olmalıdır; bu iki tür mesaj dışındaki mesajların kullanıldığı iletişimler, örneğin yazışmalar, kişilerarası iletişim sayılmaz (Akt: Dökmen, 2003).

Dökmen (2006), araştırmalarca belirlenip literatürde yerini alan kişilerarası iletişim sınıflamalarını gözden geçirmiş, bu sınıflamaları içerisine alan bir sınıflama ortaya koymuştur. Bu sınıflama, Şekil 2.'de olduğu gibidir.



Şekil 1. Kişilerarası İletişim Sınıflaması (Dökmen,2006).

Sözlü İletişim

Gönderici ve alıcı arasındaki konuşmanın her türü sözlü iletişim biçimidir (Tutar, 2003). Sözlü iletişim “dil ve dil-ötesi” olmak üzere iki kısma ayrılmaktadır. Dil ile iletişimde, kişilerin “ne söyledikleri”, dil-ötesi iletişimde ise “nasıl söyledikleri” önemlidir. Dil ile iletişimde kişiler, ürettikleri bilgileri birbirlerine iletirler. Karşılıklı konuşmalar ve mektuplaşmalar dil ile iletişim olarak kabul edilmektedir. Dil ötesi iletişim ise sesin niteliği ile ilgilidir; ses tonu, sesin hızı, şiddeti, hangi kelimelerin vurgulandığı, duraklamalar ve benzeri özellikler dil ötesi iletişim sayılır. Araştırmalar, insanların birbirlerine ne söylediklerinden çok nasıl söylediklerine dikkat ettiklerini göstermektedir (Dökmen, 2003). Taymaz (2000)’a göre iletişimde sözel süreç, insan davranışlarını değiştirmek, bu yolla kişiler arası ilişkileri ve toplumsal ilişkileri geliştirmek, örgütte bilgi aktarmak ve birliktelik sağlamak amacıyla kullanılır.

Sözlü iletişimin yerine getirdiği işlevler şunlardır (Erdoğan, 2002):

- Fiziksel objeleri, duygusal durumları ve karmaşık ilişkileri temsil ederek kişiler arası ilişkiyi gerçekleştirir.

- Amaçlara ulaşma ve gereksinimleri gidermek için vazgeçilmez bir araçsal rol oynar.
- Diğer insanlarla olan ilişkilerin düzenlenmesini sağlar.
- Bireyin kendi kimliğini ve kişiliğini geliştirmesine yardım eder.
- Bireyin kendisini ve de sosyal ve fiziksel çevresini anlamasına yardım eder.

Sözsüz İletişim

Sözsüz iletişim konuşulan sözü içermeyen ifade, bilgi verme veya davranış olarak tanımlanabilir. Bir ilişkinin söz kullanılmadan başlatılmasını, kurulmasını ve yürütülmesini sağlar (Erdoğan, 2002). Sözsüz iletişim, ses tonlaması, yüz ifadeleri, mimikler, jestler ve beden hareketleri gibi görsel göstergeler ile sözlü iletişimin gerçek anlamını açığa çıkaran ve pekiştiren kodlardır (Gökçe, 2002). Tayfun (2007), sözsüz iletişiminin özelliklerinin gönderilen mesajın taşıdığı anlamı zenginleştirdiğini ve aslında görünmeyen tarafla ilgili ipuçları verdiğini, görünmeyen tarafı ortaya çıkardığını ifade eder (Altıntaş ve Çamur, 2001; Akt: Acar, 2009). Kişiler arası ilişkilerde iletmeye çalışılan anlamların % 65'ine yakın bölümü söz dışı mesajlarla iletilmektedir” (Uzunöz, 1987; Akt: Acar, 2009). Burgon, Buller ve Woodall (1989)’a göre sözel ve sözel olmayan mesajlar birbirini tutmadığında çoğu insanın anlamlandırma kaynağı olarak sözel olmayan mesajlara güvendiğini bulmuştur.

Sözsüz iletişim iki kişi arasındaki mesafeyle başlayarak; duruş, oturuş, giyim, yüz ve beden biçimi, baş, el ve kol hareketleri gibi değişik birçok öğeden oluşan bir yelpaze içinde sürdürülür. Bu hareketlerin bir kısmı içgüdü, dürtü, güdülerden kaynaklanırken bir kısmı da öğrenilerek ve taklit yoluyla kazanılmaktadır (Köknel, 1998). Dökmen (2006) sözsüz iletişimi 4 gruba ayırmıştır. Bunlar; bedensel temas, yüz ve beden, mekân kullanımı ve araçlardır.

Yüz ve Beden: Yüz hareketleri, beden dilimizin en belirgin ve en keskin anlamlarını yansıtır (Yüksel, 1994). Yüzümüzdeki ifade, el ve vücut hareketlerimiz, vücudumuzun duruşu ve göz temasımız, sözsüz iletişimde önemli yer tutar. Sözsüz iletişimde yüzümüzü ve bedenimizi gönderici olarak kullanırız (Dökmen, 2003). Beden hareketleri, iletişim sürecinde tüm vücut mesajın iletilmesinde etkin bir rol

oyunlar. Baş, kollar, eller ve vücudun diğer unsurları ile yapılan jestler, mimikler, oturuş ve duruş biçimleri sözsüz iletişimi sağlayan temel öğelerdir (Mısırlı, 2004).

Bedensel Temas: Bedensel temas (dokunma), ilişkinin doğasına ve duygusal paylaşımına göre kişiler birbirlerine sözsüz bir şekilde duygularını iletmesini sağlar. Dokunma kişilerarası sevmeye, yakınlık, güç, statü ve kültürel faktörlerle bağıntılıdır (Erdoğan, 2002).

Mekân Kullanımı (Mesafe): Kişilerin birbirlerine verdikleri değeri ve önemi gösteren önemli bir duygusal belirleyicidir. Hem yüz yüze ikili ilişkilerde hem de geniş mekânda bir toplulukla kurulan ilişkilerde diğer insanlarla araya koyulan uzaklık, onlara karşı hissedilen duygu ve samimiyetle ilgilidir (Cüceloğlu, 2005).

Araçlar: Kişilerarası iletişimde mesaj iletmek için başvurduğumuz yollardan birisidir. Rozet ya da takı takarak, koku sürerek, belirli tarzda kıyafetler giyerek veya renk kullanarak çevremize çeşitli mesajlar iletebiliriz (Dökmen, 2005).

2.3.4. İletişim Becerileri

İletişim becerisi “saygıyı ve empatiyi temel alarak, etkin dinleyebilme, somut konuşarak uygun bir biçimde kendini açabilme, duygu ve düşüncelerini karşıdaki kişiye maske takmadan ben dili ile iletebilme, başkalarını küçük görmeden kendi haklarını koruyabilme, sözel mesajlarla sözel olmayan mesajları uyumlu olarak kullanabilme biçiminde bireyin karşıdaki kişilerle doyum verici ilişkiler kurabilmesini sağlayan, başkalarından olumlu tepkiler getiren ve bireyin toplum içinde yaşamasını kolaylaştıran öğrenilmiş davranışlar” olarak tanımlanabilir (Şahin, 2007). Korkut (1996)’a göre iletişim becerisi; "kişinin duygu, düşünce, inanç ve tutumlarını anlaşılabilir ve amacına uygun bir şekilde aktarma becerisidir" (Akt: Fişne, 2009). Özer (2002) ise iletişim becerisini, karşıdan gelen iletilerle kişilikle ilgili yakıştırma veya değerlendirmeleri ayıklayıp iletinin özünü yakalayabilmek olarak tanımlamıştır.

İnsanlarla doyurucu ve güven verici ilişkiler başlatmak ve sürdürmek kullandığımız iletişim becerilerinin niteliğine bağlıdır. Çünkü iletişimin hem kolaylaştırıcı, yararlı hem de soruna yol açan, yardım edici olmayan yönü

bulunmaktadır (Üstün, 2005). İletişim becerileri; iletişimin sağlıklı olmasını, kişilerarası sorunlar ile çok daha etkili bir şekilde başa çıkabilmeyi, ilişkilerde destekleyen ve onaylayan güven ortamı oluşmasını sağlar (Wood, 2009). İletişim becerisi saygı ve empatiyi temel aldığından dolayı, başkalarını anlamada, onların duygu ve düşüncelerini onlarla özdeşleşerek görme duyarlılığı kazanmada oldukça önemlidir (Çetinkaya ve Alparslan, 2011).

İletişim becerileri, pek çok beceri için temel oluşturmakta ve sözel olan ve sözel olmayan mesajlara duyarlılık, etkili olarak dinleme ve etkili olarak tepki verme biçiminde özetlenebilmektedir. Etkili dinleme ve etkili tepki verme becerileri, uygun soru sorma, özetleme yapma, başka sözcüklerle tekrarlama, anahtar sözcüklerle tepki verme, karşısındakinin davranışını, sözlerini ve duygularını tanımlama, uygun biçimde yansıtma, anlayıp anlamadığını sınama ve etkili geribildirim verme gibi becerileri gerektirmektedir" (Korkut, 1996 ; Akt:Fişne, 2009).

İletişim becerileri etkin olarak kullanılmadığında karşı tarafı etkili olarak dinleyememe, karşı tarafı onun değer yargıları veya dünya görüşüne göre algılayamama, sürekli ya da çok konuşma, sözsüz iletişimi doğru ve yerinde kullanamama gibi sorunlar yaşanabilmektedir. Bu becerilerin herhangi birinde ya da bazılarında sorun yaşanması ise iletişimin başarılı ve sağlıklı olmasını engellemektedir (Carr, 2003; Akt: Kurtyılmaz, 2005).

Kişinin sahip olduğu iletişim becerisinin artması, kişiler arası ilişkilerin etkinliğinde de artış sağlamaktadır. Yapılan çalışmalar, kişiler arası ilişkilerdeki becerilerle, bireyin kendini gerçekleştirme ve psikolojik uyumu arasında olumlu ilişkilerin olduğunu göstermektedir. Kişilerin yakın ilişkilerinde yaşadığı sorunların temelinde etkili olmayan iletişim becerisi bulunur. Sağlıklı ilişkilerin kurulamaması anlaşılma, yalnızlık duygularına ve derin duygusal sorunlara yol açabilmektedir (Korkut, 2004). Başarılı bir kişilerarası iletişim için birey, duygu, düşünce ve hislerini karşısındakine en uygun biçimde anlatabilme becerisine sahip olmalıdır. Anlatabilme becerisi sözel ve sözel olmayan iletişimin eşgüdümlü olarak kullanılmasıyla olanaklıdır (Özodaşık, 2012).

Başarılı bir iletişim süreci için gerekli olan diğer bir beceri dinleme beceresidir. İyi bir dinleme, karşısındakinin sözünü kesmeden, müdahale etmeden sessizce dinlemek; anlatılmak istenenin ne olduğunu anlamaya çalışmak; anlatılanların altında yatan duyguyu anlamaya çalışmak; değiştirmeye kalkmadan, yargılamadan yani koşulsuz kabulle dürüst olarak dinlemektir (Alisinanoğlu, 2000). İyi bir dinleyici geribildirim sürecini bilinçli, sürekli ve yerinde kullanarak, iletişimi çift yönlü hale getirir. Aktif dinleme de denilen bu çift yönlü iletişim, alınan mesajları belirginleştirerek konuşana geri iletir. Aktif dinleme, konuşan kişiye gerçekten “duyulduğunu” hissettirir (Cüceloğlu, 2005). Konuşan kişi rahatlar, anlaşıldığını hisseder. Konuşan kişinin anlaşıldığını hissetmesi, kişiler arasında sıcak bir ilişkinin kurulmasına da yardımcı olmaktadır. Böylece daha anlamlı ve karşılıklı anlamaya dayanan bir iletişim sürecinin oluşmasına zemin hazırlamaktadır (Ertürk, 2010). Dinleyen kişinin etkili tepki verebilmesi de iletişimin devamı ve sağlıklı ilerlemesi için önemlidir. Konusmaya tesvik edici tepkiler vermek, soru sormak, duyguları kişiselleştiren tepkiler vermek, etkin dinleme tepkileri vermek, özetlemek, ben dilini kullanmak ve geri bildirim vermek bunlardan bazılarıdır (Alisinanoğlu, 2000).

2.3.5. İletişim İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Asağıda iletişim ile ilgili yurtiçinde ve yurt dışında yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

2.3.5.1. Yurtdışında Yapılmış Bazı Araştırmalar

Siegel ve Gregora (1985)'nin gençlerle yaşlıları karşılaştırdıkları çalışmalarında yaşlıların iletişimlerinin gençlere oranla daha zayıf olduğuna dair inançların doğru olmadığı, yaşlılarla gençler arasında iletişim düzeyi açısından bir fark bulunmadığı ortaya konmuştur.

Rubin, Graham ve Mignerey (1990), üniversite öğrencilerinin iletişim yeterlilik gelişimini ve iletişim faktörleri ile üniversite başarısı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmada iletişim becerileri 4 yıl boyunca yıllık olarak değerlendirilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, ikinci sınıfta öğrencilerin iletişim becerilerinde önemli bir azalma olduğu fakat iletişim yaklaşımı ve ölçülen etkileşim değerlerinin sabit kaldığı tespit edilmiştir. İlk ve son sınıfta ise iletişim becerilerinde

artış olduğu saptanmıştır. Ayrıca iletişim yaklaşımı, iletişim dersleri ve ders dışı kalan iletişim deneyiminin üniversite başarısının en iyi yordayıcıları olduğu saptanmıştır.

Reed, McLeod ve McAllister (1999), normal ölçüde başarılı 10. Sınıf ergenlerinin iletişim becerilerini öğretmenleri ve akranlarıyla kurdukları iletişime göre incelemiştir. Araştırmada ergenlerin cinsiyetinin görüşlerini etkileyip etkilemediği de araştırılmıştır. Sonuçlar ergenlerin empatiyle ilişkili becerileri algılama eğiliminde olduğunu ve muhatap odaklı olmayı akranlarıyla iletişim becerileri açısından çok daha önemli gördüğünü göstermiştir. Ergenlerin, öğretmenleriyle olan ilişkileri göz önünde bulundurulduğunda söylem yönetimi stratejileriyle ilişkili iletişim becerilerini çok daha önemli olarak algıladıkları tespit edilmiştir. Ayrıca cinsiyet temelli farklılıklar, cinsiyet ve iletişim kurulan partner farklılıkları bir arada düşünüldüğünde daha az etkin olmuştur.

Berglund, Eriksson ve Westerlund(2005), 18 aylık çocukların annelerinden çocuklarının iletişim becerilerini değerlendirmelerini istemişlerdir. Sonuçta anneler kız çocuklarını erkek çocuklara kıyasla daha yüksek puanla değerlendirmiştir.

Horn ve Marques (2000), 260 orta sınıf 11–12, 15–16, ve 19–20 yaşlarındaki Brezilyalı gençlerle, “İlişki Envanteri Ağı” kullanarak kişilerarası ilişkileri değerlendirmişlerdir. Katılımcıların beş sosyal ağ üyeleriyle ilişkileri (anne, baba, öğretmen, kardeş ve aynı cinsten arkadaş) dört boyutta (destek, çatışma, nispi güç ve ceza) sınıflandırılmıştır. Brezilyalı ergenler hem destekleme hem de çatışmada yüksek düzeyler bildirmişlerdir ve ilk destek kaynağı olarak ebeveynlerden eşlere bir farklılığa rastlanmamıştır. İlk ve son ergenlik arasındaki farklılıklar bireyselleşme süreci ve uzlaşmayla tutarlı bulunmamış ve kadınların kardeşleri ve arkadaşlarıyla ilişkilerinde erkeklerden daha çok destek aldıkları bulunmuştur.

2.3.5.2. İletişim İle İlgili Yurtiçinde Yapılmış Bazı Araştırmalar

Dökmen (1986), yüz ifadelerini belirleme becerisini geliştirmek amacıyla, Eğitimde Psikolojik Hizmetler öğrenimi gören öğrencilere sekiz oturumluk yüz ifadelerini tanıma eğitimi vermiştir. Hazırlanan eğitim programında kişilerarası etkileşimde yüzün önemi, temel duyguların yaşanmasında yüzün aldığı şekiller ve

farklı duyguların yaşanması durumunda bunların yüz ifadesinden tanınması konularını işlemiştir. Bu eğitim sonrasında programa katılanların yüz ifadelerini tanıma becerilerinin arttığı ve çatışmaya girme eğilimlerinin azalmaya başladığı saptanmıştır. Dökmen'in bu çalışması iletişim becerileri ve bunların kazandırılmasına yönelik ilk çalışma olarak görülmektedir.

Görür (2001), tarafından lise öğrencilerinin iletişim becerilerini değerlendirmelerinin bazı değişkenler açısından incelendiği araştırmada; öğrencilerin iletişim becerilerini değerlendirmelerinde cinsiyet, sınıf düzeyi, sosyo-ekonomik düzey ve doğum sırasına göre anlamlı bir farklılık olduğu, erkeklerin iletişim becerilerini değerlendirmelerinin kızlara göre daha zayıf olduğu, sosyo-ekonomik düzeylere göre öğrencilerin iletişim becerilerini değerlendirilmesinde anlamlı bir farklılık olduğu buna göre, yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilerin iletişim becerilerini daha olumlu değerlendirdiği, lise son sınıf öğrencilerinin diğerlerine göre iletişim becerilerini daha olumlu değerlendirdiği, doğum sırası değişkenine göre öğrencilerin iletişim becerilerini değerlendirmelerinde ilk çocukta farklılaşma olduğu saptanmıştır.

Erözkan (2005), üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen değişkenleri belirlemek amacıyla 380 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmasında kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri ve benlik saygısının iletişim becerilerinin önemli yordayıcıları olduğunu bulmuştur.

Erözkan ve Yılmaz (2006)'ın üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerine yönelik yaptıkları araştırmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha çok davranışsal düzeyde, kız öğrencilerin ise erkek öğrencilere göre daha çok duygusal düzeyde iletişim becerilerine sahip oldukları bulunmuştur. İletişim becerilerine ilişkin ebeveyn tutumları arasında yapılan karşılaştırmada ebeveynlerinin demokratik tutum sergilediğini düşünen bireylerin daha çok davranışsal düzeyde, ebeveynlerinin otoriter tutum sergilediğini düşünen bireylerin ise daha çok duygusal düzeyde iletişim becerilerine sahip oldukları bulunmuştur. İletişim becerilerine ilişkin yaşlar arasında yapılan karşılaştırmada 21 yaş grubundaki öğrencilerin daha çok davranışsal düzeyde; 18 yaş grubundaki öğrencilerin ise daha çok duygusal düzeyde iletişim becerilerine sahip olduğu bulunmuştur.

Erözkan (2007)'in üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörler konusunda yaptığı araştırmada, cinsiyet, yaş ve sınıf düzeylerinin iletişim becerileri üzerinde etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yine araştırmada, kişilerarası ilişki tarzları, bağlanma stilleri ve benlik saygısının ise iletişim becerilerinin önemli belirleyicileri olduğu görölmüştür.

Taşkın (2012) iletişim becerisi konusunda yaptığı araştırmada öğrencilerin iletişim beceri düzeylerinin cinsiyete, anne baba eğitim düzeyine ve gelir düzeyinden etkilenmediği sonucuna ulaşmıştır.



BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın temel amacı, öğrencilerin “bağlanma ve iletişim becerilerinin internet bağımlılığını yordamasıdır”. Bu sebeple bu araştırma ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, 2015-2016 eğitim-öğretim yılında İstanbul ili Küçükçekmece İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü bünyesinde bulunan resmi ve özel liselerdeki öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma küme örnekleme yöntemiyle yapılmıştır. Okullar türlerine göre kümelendirilerek her kümeden bir lise random olarak belirlenmiştir.

Araştırma için uygun örnekleme belirleyebilmek amacıyla ilk olarak farklı büyüklükteki evrenler için $p < .05$ örneklem büyüklükleri tablosundan yararlanılmıştır. Ölçekler 331 öğrenciye uygulanmıştır. Uygulanan ölçeklerde istenilen ve araştırmanın bulgularını etkileyen bilgileri doldurmayan öğrenciler değerlendirmeye alınmamıştır. Değerlendirmeye alınamayan öğrenci sayısı 12 olup geri kalan 319 öğrencinin bilgileri değerlendirilmeye alınmıştır. Öğrencilerin bazı demografik değişkenlere göre dağılımları aşağıda verilmiştir:

Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyete Göre Dağılımları

<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	<i>(Yüzdelik)</i>
Kız	148	46.4
Erkek	171	53.6
Toplam	319	100.0

Tablo 1’de görüldüğü gibi 171 (%53.6) erkek, 148 (%46.4) kız öğrenci olmak üzere toplam 319 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır.

Tablo 2. Öğrencilerin Okul Türlerine Göre Dağılımları

<i>Okul Türü</i>	<i>N</i>	<i>(Yüzdelik)</i>
Özel Lise	100	31.3
Anadolu Lisesi	108	33.9
Meslek Lisesi	111	34.8
Toplam	319	100.0

Tablo 2’de görüldüğü gibi çalışmaya 100 (%31.3) özel lise, 108 (%33.9) anadolu lisesi ve 111 (%34.8) meslek lisesi öğrencisi katılmıştır.

Tablo 3. Öğrencilerin Sınıfa Göre Dağılımları

<i>Sınıf</i>	<i>N</i>	<i>(Yüzdelik)</i>
9. Sınıf	95	29.8
10.Sınıf	85	26.6
11.Sınıf	90	28.2
12.Sınıf	49	15.4

Tablo 3’de görüldüğü gibi çalışmaya 95 (%29.8) 9. Sınıf, 85 (%26.6) 10. sınıf, 90 (%28.2) 10. sınıf ve 49 (%15.4) 12. sınıf öğrencisi katılmıştır.

Tablo 4. Öğrencilerin Yaşa Göre Dağılımları

<i>Yaş</i>	<i>N</i>	<i>(Yüzdelik)</i>
14	62	19.4
15	79	24.8
16	97	30.4
17 ve üzeri	81	25.4

Tablo 4’de görüldüğü gibi çalışmaya 62 (%19.4) 14 yaş, 79 (%24.8) 15 yaş, 97 (%30.4) 16 yaş ve 81 (%25.4) 17 ve üstü yaşında öğrenci katılmıştır.

Araştırma için İstanbul Valiliği’nden izin alınmıştır (Ek: 5-6).

3.3. Veri Toplama Araç ve Teknikleri

Araştırmanın bağımsız değişkenleri hakkında veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen anket, öğrencilerin cinsiyet, okul türü, sınıf, yaş, ailenin ekonomik durumu, anne-babanın eğitim durumları, annenin çalışma durumu, günde internet kullanımı ve en çok ne amaçla internet kullandığını araştıran demografik özelliklerin değerlendirildiği 10 sorudan oluşmaktadır.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği

İnternet bağımlılığı ölçeği 27 maddeden oluşan, internet bağımlılığının şiddetini ölçen bir öz bildirim ölçeğidir. Derecelendirmenin her zaman (5), sık sık (4), bazen (3), nadiren (2), hiçbir zaman (1) şeklinde yapıldığı likert tipi bir ölçektir. Alınan yüksek puanlar, internet bağımlılık düzeyinin yüksek olduğuna işaret eder.

İnternet bağımlılığı ölçeği, DSM-IV madde bağımlılığı tanı kriterleri ile birlikte Griffiths'in (1998) önerdiği 2 ek kriter (dikkat çekme ve duygudurumda değişiklik) baz alınarak geliştirilmiş ve başlangıçta 36 maddeden oluşmuştur. Ölçeğin geliştiricileri, ölçeğin geçerlilik-güvenilirlik çalışmasını üniversite öğrencilerinde gerçekleştirmiş ve 5 maddeyi maddelerarası korelasyonda düşüklük nedeniyle çıkarmışlardır. Ölçeğin 31 maddelik bu halinin iç tutarlılığı oldukça yüksektir (Cronbach $\alpha = 0.95$) (Nichols ve Nicki, 2004).

Ölçeğin Türkçe uyarlaması ve psikometrik özelliklerinin yeniden değerlendirilmesi Canan, Ataoğlu, Nichols, Yıldırım ve Öztürk (2010) tarafından yapılmıştır. Muhtemel internet bağımlılığını belirleyecek kesme puan 81 (3x27 madde) olarak belirlenmiştir. Lise öğrencilerinde yapılan geçerlilik-güvenilirlik çalışmasında, ölçeğin iç tutarlılığı bir hayli yüksek bulunmuş (Cronbach $\alpha = 0.94$), maddelerarası korelasyonu düşük bulunan 4 madde daha çıkarılarak ölçeğin 27 maddeden oluşması uygun görülmüştür. Ölçeğin 1 haftalık test-tekrar test güvenilirliği de oldukça iyidir (Spearman-Brown korelasyon katsayısı: 0.98; $p < 0.001$).

İlişki Ölçeği Anketi

Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından yakın ilişkilerdeki dörtlü bağlanma stilini (güvenli, kayıtsız, korkulu, saplantılı) ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte

bireylerden her bir madde için kendilerini ve yakın ilişkilerdeki tutumlarını 7 basamaklı bir ölçek (1=Beni hiç tanımlamıyor; 7=Tamamıyla beni tanımlıyor) üzerinde işaretlemeleri istenmektedir. Söz konusu ölçek 17 maddeden oluşmakta, bu maddeler arasından 5. madde 18. madde olarak yeniden kodlanmakta ve saplantılı stil alt ölçeğini oluşturmakta kullanılmaktadır. Alt ölçeklerden alınan puana göre katılımcılar bağlanma stilleri içerisinde hangi grupta en yüksek puan aldıysa o grupta değerlendirilmektedir. Söz konusu ölçekte maddelere göre alt ölçeklerin dağılımı şu şekilde sıralanabilir;

- Güvenli bağlanma stili alt ölçeğini 3, 7, 8, 10, 17 numaralı maddeler,
- Korkulu bağlanma stili alt ölçeğini; 1, 4, 9, 14 numaralı maddeler,
- Saplantılı bağlanma stili alt ölçeğini; 5, 6, 11, 15 ve 18 numaralı maddeler,
- Kayıtsız bağlanma stili alt ölçeğini 2, 5, 12, 13, 16 numaralı maddeler

Türkiye için geçerlik ve güvenirlik çalışması Sümer ve Güngör (1999) tarafından gerçekleştirilen ölçeğe ait iç tutarlılık katsayıları alfa .27 ve .61 arasında değişmektedir. Testin tamamı için açıklanan toplam varyans .76'dır. Birinci faktörde, güvenli stil -.84, korkulu stil .80 faktör yükü ile; ikinci faktörde ise kayıtsız bağlanma stili .76, saplantılı bağlanma stili ise -.84 faktör yükü ile yer almaktadır. Güvenirlik çalışmasında, iç tutarlılık kat sayıları Cronbach Alpha formülü kullanılarak hesaplanmıştır. Alt ölçeklere ilişkin tutarlılık katsayıları; birinci faktör olan korkulu alt ölçeğinin .54, ikinci faktör olan kayıtsız alt ölçeğinin .54, üçüncü faktör olan güvenli alt ölçeğinin .50 ve saplantılı alt ölçeğinin .37 olarak bulunmuştur.

İletişim Becerileri Envanteri

Ergenlerin kişilerarası ilişkilerde sahip oldukları iletişim beceri düzeylerini belirlemek için Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından geliştirilmiş olan ölçek, derecelendirmenin her zaman (5), sık sık (4), bazen (3), nadiren (2), hiçbir zaman (1) şeklinde yapıldığı likert tipi bir ölçektir.

Test-tekrar test yöntemiyle yapılan güvenirlik çalışması sonucunda güvenirlik katsayısı .68, test yarılama yöntemiyle yapılan çalışmada güvenirlik katsayısı .64

olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlığını belirlemek amacıyla hesaplanan Cronbach alpha katsayısı ise .72 olarak bulunmuştur. Bu bulgular ölçeğin güvenilirliğinin kullanılabilir olduğunu göstermektedir. Yapılan geçerlik çalışmasında Cronbach alpha geçerlik katsayısı .70 olarak bulunmuştur. Bu değer ölçeğin geçerli sayılabilmesi için yeterli olduğu düşünülmektedir. Bu araştırma örneklemini üzerinde yapılan güvenilirlik analizinde Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .81 olarak bulunmuştur.

Envanter zihinsel, duygusal ve davranışsal açıdan iletişim becerilerini ölçmektedir. Her bir boyutu ölçen 15 madde olup toplam 45 madde bulunmaktadır. Her boyuta giren maddeler aşağıda görülmektedir. Parantez içerisindeki maddeler tersten puanlanarak hesaplanır.

Zihinsel: 1, 3, 6, 12, 15, 17, 18, 20, 24, 28, 30, 33, 37, 43, 45 (3, 24, 37)

Duygusal: 5, 9, 11, 26, 27, 29, 31, 34, 35, 36, 38, 39, 40, 42, 44 (5, 9, 11, 27, 29, 31, 34, 35)

Davranışsal: 2, 4, 7, 8, 10, 13, 14, 16, 19, 21, 22, 23, 25, 32, 41 (10, 16, 23, 32, 41)

Bu iletişim becerilerine aşağıdaki örnekler verilebilir:

Zihinsel iletişim becerileri;

- İletişimin insan ilişkilerindeki önemini ve iletişimi etkileyen faktörleri kendi ifadesiyle söyleyebilmek,
- Sözlü ve sözsüz iletişim biçimlerini sıralayabilmek,
- İşitme ve dinleme kavramlarını karşılaştırabilmek,
- Kendi dinleme davranışını değerlendirebilmek,
- Kişilerarası ilişkilerde etkili dinleme davranışını kullanabilmek,
- Duygusal ve davranışsal tepkilerin oluşmasını etkileyen etmenleri ayırt edebilmek,
- Atılganlık iletişim becerilerini tanımlayabilmek,
- Grupla ilgili ilkeleri ve etkili grup içi iletişimin yararlarını tanımlayabilmek,
- Özel/sorunlu durumlarda kullanılan iletişim ilkelerini sıralayabilmek,
- Çatışma çözümünü etkileyen faktörleri tanımlayabilmek.

Duygusal iletişim becerileri;

- Dilin insan iletişimindeki önemini farkına varabilmek,

- Sözsüz iletişim becerilerinin farkına varabilmek,
- Kendini tanımayı arttıran yolları kendi yaşantısında kullanmaya gönüllü olabilmek,
- Atılğan davranmayı engelleyen duygu ve düşüncelerin farkına varabilmek,
- Çatışmaya verilen tepkileri etkileyen nedenlerin farkına varabilmek.

Davranışsal iletişim becerileri;

- Verilen örnek durum üzerinde atılğan davranış gösterebilmek,
- Verilen örnek durum üzerinde ben dili kullanarak istek iletmeyi gösterebilmek,
- Yardım edici iletişim becerilerini kişiler arası ilişkilerde uyarlayabilmek,
- Kişilerarası ilişkilerinde yaşanan çatışmalara yönelik verilen örnek durum üzerinde etkili çözüm stratejileri oluşturabilmek (www.sbf.hacettepe.edu.tr/).

3.4.Verilerin Toplanması

2015–2016 eğitim-öğretim yılında örneklem belirlendikten ve araştırma için gerekli izinler yasal yollarla alındıktan sonra belirlenen okullara gidilerek okul müdürleriyle görüşülmüş ve gerekli bilgilendirme yapılmıştır. Anket ve ölçekler çoğaltılıp öğrencilere Aralık 2015'te uygulanmıştır. Ölçekler uygulanırken zaman sınırlaması yapılmamıştır. Ayrıca her okulda kısa süreli toplantılar yapılarak ölçek hakkında gerekli bilgilendirme yapılmıştır. Bu bilgilendirmede bu çalışmayı kimin yaptığı ve çalışmanın ne hakkında olduğu ve çalışmayla neyin amaçlandığı gibi konular yer almıştır. Ölçekler 331 öğrenciye uygulanmış fakat değişik nedenlerden dolayı 12 kişinin ölçeği (maddeleri işaretlemediklerinden ve sorulara hep aynı cevabı vermelerinden) geçersiz sayılmış ve 319 kişi üzerinden analizler gerçekleştirilmiştir.

3.5.Verilerin Analizi

Veriler Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı (SPSS 18) ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarında, anlamlılık düzeyleri en az $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Sonuçlar, SPSS programının hesapladığı değer 0.05'den küçükse anlamlıdır, 0.05'den büyükse anlamsızdır ilkesine göre değerlendirilmiştir.

Karşılaştırma testlerinde (değişkenlerin demografik özelliklere göre karşılaştırılmasında) parametrik veya non-parametrik testlerden hangilerinin kullanılacağını belirlemek amacıyla normallik sınaması yapılmıştır. Normallik sınamasında Kolmogorov Smirnov (örneklem büyüklüğü 50'nin altında olduğunda Shapiro Wilk) testi kullanılmıştır. Kolmogorov Smirnov testinde elde edilen istatistik

değerine ait p değerinin tüm alt gruplarda 0,05'den büyük çıkması dağılımın normal olduğu; normal dağılımdan aşırı sapma olmadığı anlamına gelir. Normallik varsayımının karşılanmadığı durumlarda parametrik testlerin (t testi, Varyans analizi vb.) alternatifi olarak non-parametrik testler (Mann Whitney U, Kruskal Wallis vb.) kullanılır (Büyüköztürk, 2011). İki den fazla bağımsız değişken arasındaki farkın anlamlılığı için alt boyut ve toplam puanların normallikleri dikkate alınarak Kruskal Wallis tekniği; iki değişkenin ortalamaları arasındaki farkın manidarlığı için de alt boyut ve toplam puanların normallikleri dikkate alınarak Mann Whitney U testi kullanılmıştır.

Kullanılan ölçeklerin alt boyut ve toplam puanları arasındaki ilişki için Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Ayrıca iletişim becerileri ve bağlanma stillerinin, internet bağımlılığını ne düzeyde yordadığı belirlemek amacıyla da çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Çoklu regresyon analizi, bağımlı değişkenle ilişkili olan iki ya da daha çok bağımsız değişkene (yordayıcı değişkenlere) dayalı olarak, bağımlı değişkenin tahmin edilmesine yönelik bir analiz türüdür (Büyüköztürk, 2011).

3.6. Verilerin Çözümü ve Yorumlanması

Likert türü ölçeklerde tutumların değerlendirilmesinde izlenen yol, her madde için verilen puanların toplamının veya aritmetik ortalamasının yorumlanmasıdır. Araştırmada kestirisel istatistiksel çözümlenimin ilişkisel çözümlenim türü kullanılmış ve istatistikler .05 manidarlık düzeyinde test edilmiştir.

Verilerin çözümlenmesinde öncelikle veriler bireysel özellikler kapsamında ele alınan bağımsız değişkenlere göre sınıflandırılmış ve bu sınıflandırmalardan yararlanılarak, araştırmanın amaçlar kısmında belirtilen sorular doğrultusunda SPSS 18.0 programı kullanılarak çözümlenim ve yorumlamalarda ortalama (\bar{x}), standart sapma (ss), frekans, yüzde dağılımları, Mann Whitney U ve Kruskal Wallis sınamaları yapılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde, öğrencilerden anket ve ölçekler aracılığı ile toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgulara ve yorumlara yer verilmiştir.

Tablo 5. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeği, İletişim Becerileri Envanteri ve İlişki Ölçekleri Anketi'nden Aldıkları Puanların Betimsel İstatistikleri

<i>ÖLÇEKLER</i>	<i>Ortalama</i>	<i>Standart Sapma</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maksimum</i>
Toplam İnternet	53.24	15.04	27.00	105.00
Toplam İletişim	120.88	11.37	84.00	156.00
Davranışsal İletişim	40.78	4.65	24.00	54.00
Duygusal İletişim	43.8	4.55	27.00	55.00
Zihinsel İletişim	43.16	4.83	28.00	54.00
Kayıtsız Bağlanma	11.41	2.54	5.25	17.00
Saplantılı Bağlanma	7.18	1.98	3.25	12.75
Korkulu Bağlanma	9.13	2.47	4.00	16.00
Güvenli Bağlanma	10.79	3.01	5.00	20.00

Tablo 5'te görüldüğü gibi örneklemden elde edilen, İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nden aldıkları toplam puanlarının ortalaması ($\bar{X}=53.24$), standart sapması ($ss=15.04$) ve alınan minimum puan (27.00), maksimum puan (105.00)'dir.

Örneklemden elde edilen, İletişim Becerileri Envanteri'nden aldıkları toplam puanların ortalaması ($\bar{X}=120.88$), standart sapması ($ss=11.37$) ve alınan minimum puan (84.00), maksimum puan (156.00)'dir.

Örneklemden elde edilen, İlişki Ölçekleri Anketi'nden aldıkları toplam puanların ortalaması kayıtsız bağlanmada ($\bar{X}=11.41$), standart sapması ($ss=2.54$) ve alınan minimum puan (5.25), maksimum puan (17.00); saplantılı bağlanmada ($\bar{X}=7.18$), standart sapması ($ss=1.98$) ve alınan minimum puan (3.25), maksimum puan (12.75); korkulu bağlanmada ($\bar{X}=9.13$), standart sapması ($ss=2.47$) ve alınan

minimum puan (4.00), maksimum puan (16.00); güvenli bağlanmada (\bar{X} =10.79), standart sapması (ss=3.01) ve alınan minimum puan (5.00), maksimum puan (20.00)'dir.

Aşağıda öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nden elde ettikleri puanların cinsiyet ve annenin çalışması değişkenlerine göre Mann Whitney U Testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 6. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

Değişkenler		N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Cinsiyet	Kız	148	156.30	23133.00	12107.00	.505
	Erkek	171	163.20	27907.00		

p>.05

Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermemektedir (U=12107.00, p>.05).

Tablo 7. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Anne Çalışması Değişkenine Göre Mann Whitney U Testi Sonuçları

Değişkenler		N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Annenin Çalışması	Evet	102	172.04	17548.50	9838.50	.110
	Hayır	217	154.34	33491.50		

p>.05

Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri annenin çalışıp çalışmamasına göre anlamlı farklılık göstermemektedir (U=9838.50, p>.05).

Aşağıda öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nden elde ettikleri puanların okul, sınıf, yaş, gelir durumu, anne eğitim durumu, babanın eğitim durumu, günde internet kullanımı ve interneti en çok ne amaçla kullandığına göre Kruskal Wallis Testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 8. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Okul Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Değişkenler	N	Sıra ortalaması	sd	Ki kare	p	Anlamli fark
Okul Türü	A.Özel Lise	100	178.05	2	7.34	.026	A-B
	B.Anadolu Lisesi	108	143.39				
	C.Meslek Lisesi	111	159.91				

p<.05

Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri okul türüne göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. χ^2 =(sd=2, n=319)= 7.34, p<.05. Bu anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya koymak amacıyla Mann Whitney U Testi yapılmış; elde edilen bulgulara göre özel lisede okuyan öğrencilerin anadolu lisesinde okuyan öğrencilere göre internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Tablo 9. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Sınıf Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Değişkenler	N	Sıra ortalaması	sd	Ki kare	p	Anlamli fark
Sınıf	A.9	95	154.78	3	7.72	.052	
	B.10	85	183.44				
	C.11	90	150.25				
	D.12	49	147.37				

p>.05

Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermemektedir. χ^2 =(sd=3, n=319)= 7.72, p>.05.

Tablo 10. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Değişkenler	N	Sıra ortalaması	sd	Ki kare	p	Anlamli fark
Yaş	A.14	62	160.32	3	2.84	.418	
	B.15	79	172.68				
	C.16	97	159.35				
	D.17 ve üzeri	81	148.16				

p>.05

Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermemektedir. $\chi^2_{(sd=3, n=319)} = 2.84, p > .05$.

Tablo 11. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Gelir Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Değişkenler	N	Sıra ortalaması	sd	Ki kare	p	Anlamlı fark
Gelir Durumu	A.0-1500	64	146.86	3	6.27	.099	
	B.1501-3000	102	149.04				
	C.3001-4500	54	180.52				
	D.4500 ve üzeri	99	168.59				

p>.05

Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri ailelerinin gelir durumlarına göre anlamlı farklılık göstermemektedir. $\chi^2_{(sd=3, n=319)} = 6.27, p > .05$.

Tablo 12. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Değişkenler	N	Sıra ortalaması	sd	Ki kare	p	Anlamlı fark
Anne Eğitim Durumu	A.İlkokul	137	153.11	3	2.33	.507	
	B.Ortaokul	63	155.86				
	C.Lise	63	170.22				
	D.Üniversite	56	170.02				

p>.05

Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri annenin eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. $\chi^2_{(sd=3, n=319)} = 2.33, p > .05$.

Tablo 13. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Değişkenler	N	Sıra ortalaması	sd	Ki kare	p	Anlamlı fark
Babanın Eğitim Durumu	A.İlkokul	95	150.22	3	4.02	.260	
	B.Ortaokul	54	162.90				
	C.Lise	94	154.53				
	D.Üniversite	76	176.93				

p>.05

Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri babanın eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. $\chi^2_{(sd=3, n=319)} = 4.02, p > .05$.

Tablo 14. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Günde İnternet Kullanımı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Değişkenler	N	Sıra ortalaması	sd	Ki kare	p	Anlamlı fark
Günde İnternet Kullanımı	A.Bir saatten az	44	117.13	3	.000	A-C
	B.1-2 Saat	107	144.76			A-D
	C.3-5 Saat	131	172.94			B-C
	D.6 saatten fazla	37	209.24			B-D
						C-D

$p < .05$.

Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri günde internet kullanım süresine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. $\chi^2_{(sd=3, n=319)} = 25.57, p < .05$. Bu anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya koymak amacıyla Mann Whitney U Testi yapılmış; elde edilen bulgulara göre günde 3-5 saat internete bağlanan öğrencilerin bir saatten az ve 1-2 saat bağlanan öğrencilere göre; 6 saatten fazla bağlanan öğrencilerin bir saatten az, 1-2 saat ve 3-5 saat bağlanan öğrencilere göre internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Tablo 15. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin En Çok Ne Amaçla İnternet Kullandığı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Değişkenler	N	Sıra ortalaması	sd	Ki kare	p	Anlamlı fark
Ne Amaçla İnternet Kullanır	A.Sosyal Medya	187	172.52	2	.000	A-B
	B.Akademik	50	105.42			B-C
	C.Eğlence	82	164.73			

$p < .05$

Öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri, interneti en çok ne amaçla kullandıklarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. $\chi^2_{(sd=2, n=319)} = 21.18, p < .05$. Bu anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu ortaya koymak amacıyla Mann Whitney U Testi yapılmış; elde edilen bulgulara göre interneti en çok sosyal

medya ve eğlence amaçlı kullanan öğrencilerin akademik amaçlı kullanan öğrencilere göre internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir.

Tablo 16. İnternet Bağımlılığı Envanteri ile Bağlanma Stilleri Alt Ölçekleri ve İletişim Becerileri Envanteri ve Alt Ölçekleri Arasındaki İlişkiler

<i>Alt Ölçekler</i>	<i>Toplam İletişim</i>	<i>Zihinsel İletişim</i>	<i>Duygusal İletişim</i>	<i>Davranışsal İletişim</i>	<i>Güvenli Bağlanma</i>	<i>Saplantılı Bağlanma</i>	<i>Korkulu Bağlanma</i>	<i>Kayıtsız Bağlanma</i>
İnternet Bağımlılığı	-.119*	-.133*	-.331**	-.121*	.236**	.006	.082	.171**
Toplam								

**p<.01 *p<.05

Tablo 16’da görüldüğü gibi İnternet Bağımlılığı ile İletişim Becerileri arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişki vardır ($r = -.119$, $p < .01$).

İnternet Bağımlılığı ile İletişim Becerileri alt ölçeği ‘zihinsel iletişim’ arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişki vardır ($r = -.133$, $p < .01$).

İnternet Bağımlılığı ile İletişim Becerileri alt ölçeği ‘duygusal iletişim’ arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişki vardır ($r = -.331$, $p < .01$).

İnternet Bağımlılığı ile İletişim Becerileri alt ölçeği ‘davranışsal iletişim’ arasında anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişki vardır ($r = -.121$, $p < .01$).

İnternet Bağımlılığı ile Bağlanma Stilleri alt ölçeği ‘Güvenli Bağlanma’ arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişki vardır ($r = .236$, $p < .01$).

İnternet Bağımlılığı ile Bağlanma Stilleri alt ölçeği ‘Kayıtsız Bağlanma’ arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişki vardır ($r = .171$, $p < .01$).

İnternet Bağımlılığı ile Bağlanma Stilleri alt ölçeği ‘Korkulu Bağlanma’ arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($r = .082$, $p > .05$).

İnternet Bağımlılığı ile Bağlanma Stilleri alt ölçeği ‘Saplantılı Bağlanma’ arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($r = .006$, $p > .05$).

Tablo 17. Öğrencilerin İnternet Bağımlılığının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Değişken</i>	<i>B</i>	<i>Standart Hata</i>	<i>β</i>	<i>T</i>	<i>p</i>	<i>İkili r</i>	<i>Kısmi r</i>
Sabit	89.49	12.103		7.394	.000		
Toplam İletişim	.099	.115	.075	.855	.393	-.119	.049
Davranışsal İletişim	-.438	.270	-.136	-1.625	.105	-.121	-.092
Duygusal İletişim	-1.089	.190	-.329	-5.725	.000	-.331	-.309
Zihinsel İletişim	-.102	.176	-.033	-.579	.563	-.133	-.033
Kayıtsız Bağlanma	.813	.350	.137	2.319	.021	.171	.131
Saplantılı Bağlanma	.012	.408	.002	.028	.977	.006	.002
Korkulu Bağlanma	-.198	.356	-.032	-.556	.579	.082	-.032
Güvenli Bağlanma	1.318	.257	.264	5.133	.000	.236	.280
R=0.45 R ² =0.204							
F(2.352)=100.88 P=.000							

İletişim becerileri ve bağlanma stilleri, öğrencilerin internet bağımlılığı ile anlamlı ilişkiler göstermektedir (R=.45, R²=.204, p.<0.01) Adı geçen iki değişken birlikte, internet bağımlılığı düzeyindeki varyansın % 20'sini açıklamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin internet bağımlılığı üzerindeki görelî önem sırası; duygusal iletişim, güvenli bağlanma, kayıtsız bağlanmadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde ise bu değişkenlerin internet bağımlılığı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

BÖLÜM V

SONUÇLAR VE ÖNERİLER

5.1. SONUÇLAR

Bu bölümde araştırma sonuçlarına dönük tartışmalara ve sonuçlara yer verilmiştir.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nden elde edilen betimsel istatistiklere göre örneklem grubundaki öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin ortalamasının biraz altında olduğu görülmektedir. Bu bulgudan hareketle öğrencilerin ergenlik döneminin psikososyal özelliklerinden kaynaklı akran ilişkilerinin daha ön planda olduğu, arkadaşlarla yapılan aktivitelerden daha çok haz aldıkları ve buna bağlı olarak da internete yönelimlerinin azaldığı düşünülebilir.

İletişim Becerileri Envanteri'nden elde edilen betimsel istatistiklere göre örneklem grubundaki öğrencilerin ortalama iletişim becerilerine sahip olduğu görülmektedir. Bu bulgudan hareketle iletişim becerileri envanterinin alt boyutları da olan zihinsel, davranışsal ve duygusal iletişim becerilerine sahip oldukları ancak bu becerilerinin geliştirilmesine de ihtiyaç olduğu, iletişim becerileri hakkında gerekli bilgilerin edinilmesi, beden dilinin iletişimde kullanılabilmesi, duyguların aktarılabilmesi ve anlaşılabilmesi gibi iletişim becerilerinin özellikle günümüzde yüzyüze iletişimin giderek azalmasından dolayı çok iyi kazanılmadığı ve kullanılmadığı düşünülebilir.

İlişki Ölçekleri Anketi'nden elde edilen betimsel istatistiklere göre örneklem grubundaki öğrencilerin İlişki Ölçekleri Anketi alt ölçekleri olan kayıtsız-saplantılı ve korkulu bağlanmada ortalamaya çok yakın; güvenli bağlanmada ise ortalamasının biraz altında bağlanma düzeylerine sahip oldukları görülmektedir. Bu bulgudan hareketle genel olarak bebeklik döneminde bağlanma sürecinin çok sağlıklı geçiremediği, annelerin anne-bebek ilişkisinin önemini hakkında yeteri kadar bilgiye sahip olmadıkları ve uygulama yönünde sınırlılıklar yaşadıkları düşünülebilir.

Elde edilen bulgular internet bağımlılığı ile okul türü arasında anlamlı farklılık olduğunu göstermektedir. Özel lisede okuyan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin anadolu lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Özel lisede okuyan öğrencilerin sosyo-ekonomik düzeylerinin daha yüksek olduğu düşünüldüğünde teknoloji araç-gereçlerine erişimlerinin çok daha kolay olduğu ve bunun da bağımlılığının gelişmesinde ve artmasında önemli rol oynadığı düşünülebilir. Literatürde bu değişkenin incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Bir başka araştırma bulgusu internet bağımlılığı ile öğrencilerin günde internet kullanım süreleri arasında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir. Gün içindeki internet kullanım süresi arttıkça internet bağımlılığı düzeyinin arttığı görülmüştür. İnternette geçirilen zaman arttıkça yaşamın bir parçası haline gelmekte, birçok ihtiyaç ekran başında karşılanabilmektedir. Bundan yola çıkarak kişinin giderek daha fazla internete bağlandığı düşünülebilir. Chou ve Hsiao (2000), Özcan (2004), Günüş (2009) ve Canan (2010) yaptıkları araştırmalarda da internet bağımlılığı ile internet kullanım süresi arasında ilişki bulmuşlardır. Üçkardeş (2010), internet bağımlılığı olan öğrencilerin genellikle haftalık 40 saat ve üstü internete girdikleri gözlemiştir. Doğan (2013), gün içinde internet kullanım zamanı, ortalama haftalık internet kullanım süresi değişkenlerini internet bağımlılığını yordayan değişkenler olarak belirlemiştir. Şahin, Özdemir ve Ünsal (2013) ise günlük internet kullanım saati ile internet bağımlılığı arasında bir ilişkili bulmamıştır.

İnternetin kullanım amaçları ile internet bağımlılığı arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. İnterneti sosyal medya ve eğlence amaçlı kullananların internet bağımlılığı puanlarının akademik amaçlı kullananlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Günümüzde internetin giderek daha fazla eğlenme ve rahatlama aracı olarak görüldüğü; bireyselleşmenin artması ile sosyalleşme ve iletişim kurma ihtiyacına internetin cevap olabildiği bunun da internete bağımlılığı arttırdığı düşünülebilir. Leung (2004) tarafından yapılan araştırma sonucu da bu bulguyu desteklemektedir. Bayraktar (2001), patolojik kullanıcıların genellikle sohbet, pornografi, müzik ve alışveriş sitelerini tercih ettiklerini bulmuştur. Günüş (2009), internet bağımlılığı ile internet kullanım amacı arasında fark bulmuştur.

İnternet bağımlılığı ile öğrencilerin cinsiyeti arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Kim ve diğerleri (2006) ile Şahin, Özdemir ve Ünsal (2013) da yaptıkları çalışmalarda cinsiyet ile internet bağımlılığı ilişkili bulunmamıştır. Chou ve Hsiao (2000), cinsiyetin internet bağımlılığının güçlü bir belirleyicisi olduğunu saptamıştır. Özcan (2004), problemlili internet kullanımının cinsiyet ilişkisi olduğunu belirlemiştir. Günüç (2009), internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında farklılık bulmuştur. Tsai ve diğerleri (2009), araştırmalarında internet bağımlılığı ile erkek olmak arasında pozitif anlamlı ilişki saptanmıştır. Canan (2010) ve Alaçam (2012) internet bağımlılığının erkeklerde, kızlardan daha yaygın olduğu saptamıştır. Üçkardeş (2010) ise erkeklerde riskli ve problemlili internet kullanımının daha çok görüldüğünü bildirmiştir.

Elde edilen bulgulara göre internet bağımlılığı öğrencilerin yaşına göre anlamlı farklılıklar göstermemektedir. Şahin, Özdemir ve Ünsal (2013)'ın yaptıkları araştırma da bu sonucu desteklemektedir.

İnternet bağımlılığı ile öğrencilerin kaçınıcı sınıfta oldukları ve anne ve babanın eğitim durumu değişkenleri ile internet bağımlılığı arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Literatürde bu değişkenlerin yordandığı bir araştırma bulgusuna rastlanmamıştır.

İnternet bağımlılığı not ortalamasına göre anlamlı farklılıklar göstermemektedir. Yang ve Tung (2007), yaptıkları araştırmada internet bağımlısı olan katılımcıların, bağımlı olmayanlara göre okul performansı üzerine daha çok olumsuz etkisi olduğunu bildirmiştir. Bayraktar (2001), patolojik internet kullanımı arttıkça akademik başarının düştüğünü bulmuştur.

Araştırma bulgularına göre ailenin ekonomik durumu ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bayraktar (2001), yapmış olduğu çalışmada sosyo-ekonomik düzey yükseldikçe internet kullanımının da arttığı görmüştür. Günüç (2009) de çalışmasında internet bağımlılığı ile aile geliri arasında farklılık bulmuştur.

Öğrencilerin genel internet bağımlılık düzeyleri ile iletişim becerileri ve alt boyutları olan zihinsel, duygusal, davranışsal iletişim arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Başka bir ifade ile iletişim becerileri düşük düzeyde olan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir. Öney (2014) da bu veriyi destekler nitelikte; iletişim becerileri arttıkça internet kullanımının azaldığını bulmuştur.

İletişim becerilerinin internet bağımlılığı söz konusu olduğunda hem bir sebep hem de bir sonuç olduğu düşünülmektedir. Şöyle ki özellikle ergenlik döneminde tam da kendini ifade ve ispat çabasına girmiş olan gencin iletişim becerileri zayıfsa, sağlıklı iletişim becerileri gelişmemişse kendisini tam olarak ifade edemediği, anlaşılmadığını düşündüğü ve kendisini daha rahatça, baskı altında hissetmeden, gerekirse başka kimliklere girerek ifade edebileceği internete yöneldiği ve giderek artan kullanımla bu sürecin bağımlılıkla sonuçlandığı düşünülmektedir. İnternete bağımlı olan gençlerin ise kendi kabuklarında yaşamaya başlayıp yüz yüze iletişimden uzaklaştıkları bu durumda da iletişim becerilerinin zayıfladığı düşünülmektedir.

Öğrencilerin genel internet bağımlılık düzeyleri ile bağlanma stilleri alt boyutları olan güvenli bağlanma ve kayıtsız bağlanma arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Kayıtsız bağlanan kişilerin kendileri ile ilgili algılarının olumlu, başkaları ile ilgili algılarının olumsuz olduğu, başkalarıyla ilişki kurmaya gerek duymadıkları hatta iletişimden kaçtıkları, kendi içlerine döndükleri ve çoğu zaman yalnız kaldıkları düşünüldüğünde internetin iletişim gereksinimlerini karşılayacak, yalnızlıklarını giderecek bir yol olarak seçildiği, kolay ulaşılabilir olmasının da bu seçimi kolaylaştırdığı düşünülmektedir.

Bebeklik döneminde bakıcı bebek arasında kurulan bağın ergenlik döneminde akran ve arkadaşlara kanalize olması; arkadaşların birinci öncelikli kişiler haline dönüşmesi; bu dönemde arkadaşlar arasında varolma, kabul görme, onay alma gibi temel gelişimsel hedeflere ulaşılmaya çalışılması ve günümüzde bütün bu ihtiyaçlara internetin cevap olabilesinin gençleri internete yönlendirdiği düşünülmektedir. Literatürde bağlanma ile internet bağımlılığı ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Araştırmada elde edilen puanlara ilişkin regresyon katsayıları incelendiğinde bağlanma stilleri ve iletişim becerilerinin, öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerini yordadığı görülmektedir. Bu bulgular değerlendirildiğinde, öğrenciler için bağlanma stilleri ve iletişim becerilerinin, internet bağımlılığının azaltılmasında önemli faktörler olduğu söylenebilir. İnternet bağımlılığının azaltılması, önlenmesi için öğrencilerin iletişim becerilerinin geliştirilmesi, bebeklik dönemindeki anne-bebek ilişkisinin önemsenmesi gerektiği düşünülmektedir.

5.2. ÖNERİLER

Burada araştırma sonuçlarına dönük önerilere yer verilmiştir.

Araştırma bulguları göstermektedir ki internet bağımlılığının önlenmesinde iletişim becerileri ve bağlanma stilleri önem arz etmektedir. Bu bağlamda elde edilen sonuçlara bağlı olarak aşağıdaki önerilere yer verilmiştir.

5.2.1 Araştırma Bulgularına İlişkin Öneriler

- Öğrencilerin internet bağımlılığının önlenmesinde iletişim becerileri ve bağlanmanın önemi düşünüldüğünde ailelere önemli görevler düşmektedir. İletişim becerileri doğumdan itibaren kazanılmaya başlamakta ve ilk iletişim anne-baba ya da bakıcılar ile kurulan iletişim olmaktadır. Temel iletişim becerileri burda kazanılmaktadır. Bu anlamda ailelerin iletişim becerilerine sahip olmaları, sağlıklı iletişim konusunda hem öğretici hem de model olmaları, iletişim becerilerini geliştirici oyunlar aktiviteler yapmaları, çocuğun kendisini ifade etmesine olanak sağlamaları, kişilerarası iletişimi desteklemelerinin çocuğun iletişim becerilerini kazanması açısından gerekli olduğu düşünülmektedir. Anne-babalar çocuk yetiştirme konusunda anne-bebek ilişkilerinin sağlıklı geliştirilebilmesi, ailelerin özellikle de annelerin bilinçlenmeleri, ilk yılların kritik öneminin farkında olmaları gerekmektedir. Ergenlik döneminde ebeveynlerden akrana geçiş sürecinin kabul edilmesi ve ebeveynler tarafından doğru yönetilmesi önemlidir.
- İnternet bağımlılığının önlenmesinde, öğrencilerin yaşamlarında önemli bir yer tutan okullara da önemli görevler düşmektedir. Öncelikle teknolojinin kullanımı, internet ile yapılabilecek yararlı, kolaylaştırıcı faaliyetler, internetteki

haklar ve sorumluluklar, yasal yükümlülükler gibi konularda gerekli ve doğru bilgiler öğrencilere ulaştırılmalıdır. İnternet bağımlılığının önlenmesinde önemli yer tutan iletişim becerilerinin öğretilmesi ve geliştirilmesi için; okulun tüm personelinin iletişim becerilerini sağlıklı bir şekilde kullanabilmeleri ve iyi birer örnek olmaları, dersler içinde iletişim becerilerini geliştirici etkinliklere yer verilmesi, kişilerarası ilişkilerin desteklenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Başka bir faktörün bağlanma olduğu düşünüldüğünde, okul içinde, akranlar arası etkileşim desteklenmeli, bağlanmanın ebeveynlerden akarana kanalize olma sürecinin sağlıklı olması için yönlendirici ve destekleyici olunmalıdır.

- Öğrencilerin kendilerini ifade edebilecekleri farklı alanlara, ortamlara, aktivitelere yönlendirilmesi, iletişim becerilerinin gelişmesi, anne yerine konulacak olumlu bağlanma figürlerinin bulunması, boş zamanlarının sağlıklı bir şekilde doldurulmasının internet bağımlılığı açısından riskli dönem olan ergenliğin getirdiği stres ve sıkıntının atılması açısından önemli ve gerekli görülmektedir.

5.2.2 Araştırmalara-Araştırmacılara Yönelik Öneriler

- Araştırmadan elde edilen sonuçların genellenebilmesi için farklı örneklerle ve farklı zamanlarda benzeri araştırmaların yapılması önerilmektedir.
- İnternet bağımlılığının farklı değişkenlerle ilişkilerinin incelendiği araştırmalar yapılması internet bağımlılığının farklı açılardan değerlendirilmesi için önemlidir.

Nicel araştırmaların yanında yapılacak olan nitel ve deneysel çalışmaların da internet bağımlılığının sebeplerinin anlaşılması ve önlenmesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Aboujaoude, E., Koran, L.M., Gamel, N., Large, M.D., Serpe, R.T. (2006). *Potential Markers For Problematic Internet Use: A Telephone Survey of 2513 adults*. CNS Spectr.
- Acar, V. (2009). *Öğretmen Adaylarının İletişim Becerileri*. Yüksek lisans tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Burdur.
- Ainsworth, M. D. (1985). *Attachments Across The Life Span*. Bulletin of the New York Academy of Medicine.
- Ainsworth, M. D. (1989). *Attachments Beyond Infancy*. American Psychologist, April.
- Ainsworth, M.S. (1997). *The Personal Origins of Attachment Theory, An Interview with Mary Salter Ainsworth, Interview by Peter L. Rudnytsky*. The Psychoanalytic Study of the Child.
- Ainsworth M. D., Blehar, M. C., Waters, E. ve Wall, S. (1978). *Patterns Of Attachment: A Psychological Study Of The Strange Situation*. Hillsdale, Nj: Erlbaum.
- Akgül, M. (2007). *"İnternet Yaşamdır!"*. internet Haftası Açılış Konuşması. 9-22 Nisan, Samsun.
- Akhunlar, M. N. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Uyum Süreçleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe.
- Akman, T. (1982). *Bilimler Bilimi Siberetik*. İstanbul: Milliyet Yayınları.
- Akmaz, N. (2009). *Eğitim Yöneticilerinin Bağlanma Stilleri ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi. İstanbul.
- Akyüz, D. (2011). *Ergenlerin Ebeveynleriyle Yaşadıkları Problemleri Çözüm Biçimleri İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkide Özerkliğin Aracı Rolünün İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Alaçam, H. (2012). *Denizli Bölgesi Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Görülme Sıklığı ve Yetişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu İle İlişkisi*. Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı. Uzmanlık Tezi. Denizli.

- Alantar, Z. ve Maner, F. (2008). *Bağlanma Kuramı Açısından Yeme Bozuklukları*. Anadolu Psikiyatri Dergisi.
- Alisinanoğlu, F. ve Köksal, A. (2000). “*Gençlerin Ben Durumları (Ego State) ve Empatik Becerilerinin İncelenmesi*”. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. Sayı.18.
- Allen, J. P. ve Land, D. (1999). *Attachment In Adolescence. HandBook Of Attachment: Theory, Research, And Clinical Applications*. Ed: Cassidy, J.,Shaver, R.,P. TheGuil fordPress, New York London.
- Allen, J. P., Moore, C.M., Kuperminc, G. ve Bell, K. (1998). *Attachment And Adolescent Psychosocial Functioning*. Child Development.
- Altun, A. (2003). *Yurdum İnternet’i 10 Yasında!*. <http://www.internetarsivi.metu.edu.tr/10yil.php>.
- Altundağ, G. (2011). *Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri, Stresle Başa Çıkma Tutumları Ve Stresi Algılama Düzeyinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Anders, S. L. ve Tucker, J. S. (2000). *Adult Attachment Style, Interpersonal Communication Competence and Social Support*. Personal Relations.
- Armstrong, L., Phillips, J. ve Saling, L. (2000). *Potential Determinants Of Heavier İnternet Usage*. International Journal of Human-Computer Studies.
- Arnold E.C. ve Boggs, K.U. (2011). *Interpersonal Relationships: Professional Communication Skills For Nurses* (6th ed.). St. Louis, Mo.; London, Elsevier Saunders.
- Arısoy, Ö. (2009). *İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi*. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar.
- Avcı, M. (2010). *Ergenlikte Toplumsal Uyum Sorunları*. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi.
e-dergi.atauni.edu.tr/index.php/SBED/article/download/306/301
- Ayaroğlu, N. S. (2002). *The Relationship Between İnternet Use and Loneliness of University Students*. Yüksek Lisans Tezi. ODTÜ. Eğitim Bilimleri Bölümü. Ankara.
- Aydoğdu, C. (2003). *Televizyon ve Bilgisayarın (18-24 Yaş) Gençler Üzerindeki Psikolojik Etkileri: Hendek Örneği*. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya.
- Babaoğlu, N.A. (1997). *Uyuşturucu ve Tarihi-Bağımlılık Yapan Maddeler* (1.Baskı). Ankara: Kaynak Yayınları.

- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Çatışma Çözme Stratejileri Ve Olumsuz Duygudurumu Düzenleme Arasındaki İlişki*. Doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bal, H. (2007). *Bağlanma Stilleri, Cinsiyet Roller ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Balta, Ç.Ö. ve Harzum, B.M. (2008). *Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler*. Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi Cilt: 41, Sayı: 1.
- Baltaş, Z. ve Baltaş, A. (2002). *Bedenin Dili*. (3.baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bartholomew, K. (1990b). *Peer Attachment Prototypes*.
<http://www.sfu.ca/psyc/faculty/bartholomew/research/attachment/prototypes.htm>
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). *Attachment Styles Among Young Adults: a test of a Four-Category Model*. Journal of Personality and Social Psychology.
- Baymur, F. (1990). *Genel Psikoloji*. (9. Basım) İstanbul: İnkılâp Kitabevi.
- Bayraktar, F. (2001). *İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. İzmir: EÜ. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bayraktar, F. ve Gün, Z. (2007). *Incidence and Corraletes of Internet Usage Among Adolescents in North Cyprus*. CyberPsychology & Behaviour.
- Bayraktutan, F. (2005). *Aile İçi İlişkiler Açısından İnternet Kullanımı*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal Yapı Sosyal Değişme Bilim Dalı, İstanbul.
- Beard, K. ve Wolf, E. (2001). *Modification in The Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction*. Cyberpsychology and Behaviour.
- Becker-Stoll, F., Delius, A. ve Scheitenberger, S. (2001). *Adolescents' Nonverbal Emotional Expressions During Negotiation of a Disagreement With Their Mothers: An Attachment Approach*. International Journal of Behavioral Development.
- Berghaus, B. J. (2011). *A New Look at Attachment Theory & Adult Attachment Behavior*. Behaviorology Today.
<http://www.behaviorology.org/pdf/AttachmentTheoryBeh.pdf>

- Berglund, E., Eriksson, M., ve Westerlund, M. (2005). *Communicative Skills In Relation To Gender, Childcare And Socioeconomic Status In 18-Month Old Children*. Scandinavian Journal of Psychology.
- Berkow R., Beers M.H., Fletcher A.J. ve Bogin R.M. (1997). *The Merck Manual of Medical Information: Home Edition (Merck Manual of Medical Information Home Edition)*. USA: Merck Publishing Group.
- Besharat, M. A. (2003). *Relation Of Attachment Style With Marital Conflict*. Psychol Rep.
- Bilen, K., Ercan, O. ve Gülmez, T. (2014). *Sosyal ağların kullanım amacı ve benimsenme süreci; Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi örneği*. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi.
- Block, J. J. (2008). *Issues for DSM-V: Internet Addiction*. The American Journal of Psychiatry.
- Bolatkıran, M. A. (2006). *İlköğretim Okulu Müdürlerinin Duygusal Yeterlilikleriyle İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin Öğretmen Algularına Göre İncelenmesi (Gaziantep İli Merkez İlçe Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Gaziantep.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment*. London: Penguin Press.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss Seperation 2. Seperation Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Loss, Attachment and Loss: 3*. New York Basic Books.
- Bowlby, J. (2005). *Sevgi Bağlarının Kurulması ve Bozulması*. M. Kamer (Çev.) İstanbul Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.
- Bowlby, J. (2012). *Güvenli Bir Dayanak: Ebeveyn-Çocuk Bağlanması Ve Sağlıklı İnsan Gelişimi*. Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları: İstanbul.
- Bowlby, J. (2012b). *Güvenli Bir Dayanak*. S. Güneri (Çev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.
- Bölükbaş, K. (2003). *İnternet Kafeler Ve İnternet Bağımlılığı Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma: Diyarbakır Örneği*. Dicle Üniversitesi, Yüksek lisans tezi.
- Brennan ve Shaver. (1991). *Attachment Styles, Gender And Parental Problem Drinking*. Journal of Social and Personal Relationships.
- Bretherton, I. (1992). *The origins of attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth*. Developmental Psychology.

- Bretherton, I. (1997). *Bowlby's Legacy To Developmental Psychology*. Child Psychiatry and Human Development.
- Bretherton, I. (2004). *The Roots And Growing Points Of Attachment Theory*. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde and P. Marris(Eds.). Attachment Across the Life Cycle. Florence, KY, USA, Routledge
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (1. Baskı). (çev. Ş. Deniz ve E. Sarıoğlu). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Burgoon, J. K. ve Buller D. B. (1996). *Interpersonal Deception Theory*. Communication Theor.
- Büyüksahin, A. (2001). *Yakın İlişki Kuran Ve Kurmayan Üniversite Liseli Ergenlerinin Çeşitli Sosyal Psikolojik Etkenler Yönünden Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Büyüksahin, A. (2006). *Yakın İlişkilerde Bağlanım: Yatırım Modelinin Bağlanma Stilleri Ve Bazı İlişkisel Değişkenler Yönünden İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Ankara.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Deneysel Desenler*. Pegem Akademi. Ankara
- Can, M. (2007). *İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinde Görülen Madde Bağımlılığı Alışkanlığı*. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya.
- Canan, F. (2010). *Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Disosiyatif Belirtiler ve Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi. Düzce: DÜ. Tıp Fakültesi
- Canan, F., Ataoğlu, A., Nichols, L.A., Yıldırım, T. ve Öztürk, Ö. (2010). *Evaluation Of Psychometric Properties Of The İnternet Addiction Scale İn A Sample Of Turkish High School Students*. Cyberpsychol Behav Soc Netw.
- Caruso, D. (1998). *Critics Are Picking Apart A Professor's Study That Linked İnternet Use To Loneliness And Depression*. New York Times, C.5.
- Caplan, S.E. (2002). *Problematic İnternet Use and Psychosocial Well-being: Development of A Theory-Based Cognitive-Behavioral Measurement Instrument*. Computers in Human Behavior.

- Caplan, S. E. (2003). *Preference for online social interaction: a theory of problematic Internet use and psychosocial well-being*. Communication Research.
- Cassidy, J. (2001). *Truth, Lies and İntimacy: An Attachment Perspective*. Tcu Institute of Child Development.
- Cassidy, I. N., ve Berlin, L. J. (1994). *Insecure/Ambivalen patterns of Attachment: Theory and research*. Child Development.
- Caye, J., Cooke, L., McMahon, J. ve Karen, R. (1997). *Effect of Attachment and Separation. Children's Services Practice Notes*.
http://www.practicenotes.org/vol2_no4/cspnv2_4.pdf
- Celkan, H. Y. (2005). *Sosyal Bir Kurum Olarak Aile, Küreselleşme ve Toplum*. Ankara: Hegem Yayınları.
- Cengizhan, C. (2003). *Bilgisayar ve İnternet bağımlılığı*. 9. Türkiye'de İnternet Konferansı, İstanbul.
- Cengizhan, C. (2005). *Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanımında Yeni Bir Boyut: Bağımlılık*. M. Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi.
- Ceyhan, A. A. (2008). *Predictors of problematic internet use on Turkish university students*. CyberPsychology & Behavior.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürcan, A. (2007). *The Validity and Reliability of the Problematic Internet Usage Scale*. *Educational Science: Theory and Practice*.
- Ceyhan, A. A. ve Ceyhan, E. (2008). *Loneliness, Depression, and Computer Self-Efficacy as Predictors of Problematic Internet Use*. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol. 11. No. 6.
- Chak, K. ve Leung, L. (2004). *Shyness and Locus of Control as Predictors of Internet Addiction and Internet Use*. *Cyberpsychology & Behavior*. Vol. 7, No. 5.
- Chen, K., Chen, I. ve Paul, H. (2001). *Explaining Online Bahavioral Differences: An Internet Dependency Perspective*. *The Journal of Computer Information Systems*.
- Chou, C. ve Hsiao, M.C. (2000). *Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college student's case*. *Computers and Education*.

- Chou, C., Condrón, L. ve Belland. J. C. (2005). *A Review Of The Research On Internet Addiction*. Educ Psychol Rev.
- Cömert, I. T. ve Ögel, K. (2009). *İstanbul Örneğinde İnternet ve Bilgisayar Bağımlılığının Yaygınlığı ve Farklı Etkenlerle İlişkisi*. Türkiye Klinikleri.
- Crowell, J. A., Treboux, D. ve Waters, E. (2002). *Stability Of Attachment Representations: The Transition To Marriage*. Developmental Psychology.
- Cüceloğlu, D. (1997). *Yeniden İnsan İnsana*. (17.baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2005). *Yeniden İnsan İnsana* (21. Basım). İstanbul: Remzi Yayınevi
- Çalışır, M. (2009). *Yetişkin Bağlanma Kuramı Ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi*. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi.
- Çetin, E. (2009). *Sosyal İletişim Ağları Ve Gençlik Facebook Örneği*. Uluslararası Davraz Kongresi, Küresel Diyalog, Isparta.
- Çetinkaya, Ö. ve Ali, M. A. (2011). *Duyusal Zekânın İletişim Becerileri Üzerine Etkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Arastırma*. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi. Cilt.16, Sayı.1.
- Damarlı, Ö. (2006). *Ergenlerde Toplumsal Cinsiyet Rollerini, Bağlanma Stilleri Ve Benlik Kavramı Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Davidovitz, R., Mikulincer, M., Shaver, P. R., Ijzak, R. ve Popper, M. (2007). *Leaders As Attachment Figures: Their Attachment Orientations Predict Leadership-Related Mental Representations And Followers' Performance And Mental Health*. Journal of Personality and Social Psychology.
- Davis, R. A. (2001). *Cognitive-Behavioral Model Of Pathological İnternet Use, Computers in Human Behavior*.
- Deniz, E. (2011). *Erken Çocukluk Döneminde Gelişim*. Ankara: Ertem Basım
- Demetrovics, Z., Szeredi, B. ve Rózsa, S. (2008). *The Three-Factor Model of Internet Addiction: The Development of The Problematic Internet Use Questionnaire*. Behavior Research Methods.
- Demirel, Ö. (1999). *İlköğretim Okullarında Türkçe Öğretimi*, Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, İstanbul.
- Diamond, L. M. ve Hicks, A. M. (2005). *Attachment Style, Current Relationship Security, and Negative Emotions: The Mediating Role of Physiological Regulation*. Journal of Social and Personal Relationships.

<http://www.psych.utah.edu/people/people/diamond/Publications/Attachment%20Style,%20Current%20Relationship%20Security,%20and%20Negative%20Emotions.pdf>

- Dikmen, C. (2002). *İnternet Bağımlılığının Gençler Üzerindeki Etkisinin Aileler Yardımı İle Çözümlemesi*. Marmara Üniversitesi Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Bölümü Bitirme Tezi, İstanbul.
- Dinicola, M. (2004). *Pathological Internet Use Among College Students: The Prevalence Of Pathological Internet Use And Its Correlates*. Doctoral Dissertation. The Faculty of the College Education of Ohio University.
- Doğan, A. (2013). *İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: DEÜ. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Doğan, H., Işıklar, A. ve Eroğlu, S. (2008). *Ergenlerin Problemlerini İnternet Kullanımlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi.
- Doherty, N. A., ve Feeney, J. A. (2004). *The Composition Of Attachment Networks Throughout The Adult Years*. Personal Relationships.
- Dozier, M., Stovall, K. C. ve Albus, K. (1999). *Attachment And Psychopathology In Adulthood*. In j. Cassidy and P. R. Shaver (Eds.), Handbook of attachment theory and research. New York: Guilford.
- Dökmen, Ü. (1986). *Yüz İfadeleri Konusunda Verilen Eğitimin Duygusal Yüz İfadelerini Teşhis Becerisi ve İletişim Çatışmalarına Girme Eğilimi Üzerindeki Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dökmen, Ü. (1994). *Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati*. (8.Baskı) İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (2003). *İletişim Çatışmaları ve Empati* (22. Basım Mart). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (2006). *İletişim Çatışmaları ve Empati*. (32. Basım) İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü. (2008). *Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati*. (35. Basım) İstanbul: Remzi Kitabevi
- Dönmez, A. (2000). *Bağlanma: Yakın ilişkilerle ilgili araştırmalar için bir çerçeve*. Türk Psikoloji Bülteni.

- DPT. (2006). *Sosyal Dönüşüm: Bilgi Toplumu Stratejisi*. Devlet Planlama Teşkilatı, 2006.
- Erdoğan, İ. (2002). *İletişimi Anlamak*, Ankara: Erk Yayınları.
- Eroğlu, A. (2014). *İnternet Bağımlılığı ile İlişkili Değişkenlerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: HÜ, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Einjden, R., Meerkerk, G., Vermulst, A., Spijkerman, R. ve Engels, R. (2008). *Online Communication, Compulsive Internet Use, And Psychosocial Well-Being Among Adolescents: A Longitudinal Study*. *Developmental Psychology*.
- Ergin, A. (1995). *Öğretim Teknolojisi İletişim*. (3.baskı) Ankara: Anı Yayıncılık.
- Ergin, A. ve Birol, C. (2000). *Eğitimde İletişim*. (7.baskı) Ankara: Anı Yayıncılık.
- Erözkan, A. (2004). *Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yalnızlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi.
- Erözkan, A. (2005). *Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörler*. 8.Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı, İstanbul.
- Erözkan, A. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Etkileyen Faktörler*. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi.
- Erözkan, A. (2009). *İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinde Depresyonun Yordayıcıları*.
- Erözkan, A. ve Yılmaz, B. (2006). *Muğla Üniversitesi Muğla Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörler*. Muğla: I.Ulusal Sağlık Geliştirme ve Sağlık Eğitimi Kongresi- Bildiri Özetleri Kitabı.
- Ertürk, Y. D. (2010). *Davranış Bilimleri*. İstanbul: Kutup Yıldızı Yayınları.
- Esen, K. N. (2007). *Akran Baskısı Ve Algılanan Sosyal Destek Değişkenlerine Göre Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Yordanması*. Ülkemizde bağımlılıkla ilgili gelişmeler. I. Uluslararası Bağımlılık Kongresi, İstanbul.
- Esen, E. (2010). *Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.

- Etzion, Carasso, A. ve Oppenheim, D. (2000). *Open Mother–Preschooler Communication: Relations With Early Secure Attachment*. Attachment and Human Development.
- Fişne, M. (2009). *Fiziksel Aktivitelere Katılım Düzeyinin, Üniversite Öğrencilerinin Akademik Başarıları, İletişim Becerileri Ve Yaşam Tatminleri Üzerine Etkilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Genius, M. (1995). *Long-term Consequences of Childhood Attachment: Implications for Counselling Adolescents*. National Foundation for Family Research and Education, www.nffre.com/html
- Gezer, Z. Ü. (2001). *Ergenlerin Bağlanma Stilleri ve Aile Yapıları Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Greenfield, D. N. (1999). *Psychological Characteristics Of Compulsive Internet Use: A Preliminary Analysis*. CyberPsychology & Behavior.
- Gwinnell, E. ve Adamec, C. (2006). *The Encyclopedia of Addiction and Addictive Behaviours*. Newyork-USA: Facts On File, Inc.
- Grohol, J. (1999). *Internet Addiction Guide*. [http://psychcentral.com/netaddiction]. Erişim tarihi 01.06.2014.
- Griffiths, M. (1998). *Internet Addiction: Does it Really Exist?* Ed: Gackenbach J. Psychology and the Internet. New York, Academic Press.
- Griffiths, M. D. (1999). *Internet Addiction: Fact Or Fiction?*. The Psychologist.
- Griffiths, M. D. (2003). *Internet Abuse in the Workplace: Issues and Concerns for Employers and Employment Counselors*. Journal of Employment Counseling.
- Gonzalez, N. A. (2002). *Internet Addiction Disorder And Its Relation To Impulse Control*. Texas A & M University-Kingsville: Unpublished master's thesis.
- Gordon, T. (1996a). *Etkili Anne-Baba Eğitimi. Aile İletişim Dili*. E. Aksay (Çev.). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Gordon, T. (2002). *Etkili Anne Baba Eğitiminde Uygulamalar*. (8. Basım). (Çev. E. Aksay). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Gökçe, O. (2002). *İletişim Bilimine Giriş*. 4. Basım. Ankara: Turhan Kitabevi.

- Göker, G., Demir, M. ve Doğan, A. (2010). *Ağ Toplumunda Sosyalleşme Ve Paylaşım: Facebook Üzerine Ampirik Bir Araştırma*. E-Journal of New World Sciences Academy Humanities.
- Gölge, E. ve Arlı, M. (2002). *Üniversite Öğrencilerinin Üniversite Dışında Bilgisayar ve İnternet Kullanma Durumları*. VIII. Türkiye'de İnternet Konferansı, Harbiye İstanbul.
- Görür, D. (2001). *Lise Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Değerlendirmelerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Adana.
- Griffin, D. W. ve Bartholomew, K. (1994). *The Metaphysics of Measurement: The Case of Adult Attachment*. In Bartholomew K and Perlman DP (Eds), *Advances in Personal Relationships: Attachment Processes in Adult Relationships (Vol 5)*, London.
- Gönül, A. S. (2002). *Patolojik İnternet Kullanımı (İnternet Bağımlılığı Kötiye kullanımı)*. New Symposium.
- Gullestad, S. E. (2001). *Attachment Theory and Psychoanalysis: Controversial Issues*. The Scandinavian Psychoanalytic Review. http://66.199.228.237/boundary/attachment_theory_and_psychoanalysis/attachment_theory.pdf
- Günüç, S. (2009). *İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Bazı Demografik Değişkenler İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gürgen, H. (1997). *Örgütlerde İletişim Kalitesi*. (2.baskı) İstanbul: Der Yayınları.
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma Stillerinin ve Zihinsel Modellerin Kuşaklara Aktarımında Anababalık Stillerinin Rolü*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gürses, Y. (2006). *Eğitim Örgütlerinde Yöneticilerin Etkili İletişim Kurma Becerilerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma (Kütahya Merkez İlçe Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Gürol, M. ve Sevindik, T. (2002). *İnternet Tabanlı Uzaktan Eğitim Uygulamaları, İnternet Konferansları*. <http://inet-tr.org.tr/inetconf8/bildiri/48.doc>. adlı İnternet adresinden 25.11.2006 tarihinde alınmıştır.

- Gürüz, D. ve Yaylacı, G. Ö. (2007). *İletişimci Gözüyle İnsan Kaynakları Yönetimi*. 3. Baskı. İstanbul: MediaCat Kitapları.
- Güvenir, H. A. (2005). *İnternetin Tarihi ve Türkiye*. Ankara. Dergi Bilkent. Sayı 4, Aralık 2005.
- Hall, A.S. ve Parsons, J. (2001). *Internet Addiciton: College Student Case Study Best Practices in Cognitive Behavior Therapy*. Journal of Mental Health Counseling.
- Hamarta, E. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerindeki Bazı Değişkenlerin (Benlik Saygısı, Depresyon Ve Saplantılı Düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Hansen, S. (2002). *Excessive Internet Usage Or Internet Addiction? The Implications Of Diagnostic Categories For Student Users*. Journal of Computer Assisted Learning.
- Hardie, E. ve Tee, M.Y. (2007). *Excessive Internet Use: The Role of Personality, Loneliness and Social Support Networks in Internet Addiction*. Australian Journal of Emerging Technologies and Society.
- Harvey, M. ve Byrd, M. (2000). *Relationships Bbetween Adolescents " Attachment Styles and Family Functioning*. Adolescence.
- Hazan, C. ve Diamond, L. M. (2000). *The Place Of Attachment In Human Mating*. Review of General Psychology.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1987). *Romantic Love Conceptualizing As An Attachment Process*. Journal of Personality and Social Psychology.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1990). *Love And Work: An Attachment Theoretical Perspective*. Journal of Personality and Social Psychology.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). *Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships*. Psychology Inquiry.
- Hazan, C. ve Shaver, P.R. (1994a). *Attachment As An Organizatioal Framework For Research Of Close Relationships*. Psychological Inquiry.
- Hazan, C. ve Zeifman, D. (1994). *Sex And The Psychological Tether. Attachment Processes In Adulthood. Advances In Personal Relationships*. London: Jessica Kingsley.

- Hazan, C. ve Zeifman, D. (1999). *Pair bonds as attachments: Evaluating the evidence*. (Ed. Cassidy, J., Shaver, P.R) Handbook of Attachment :Theory, Research and Clinical Applications. New York: Guilford.
- Holden, C. (2001). *Behavioral Addictions: Do They Exist?* Science.
- Horn, K. R. V. ve Marques, J. C. (2000). *Interpersonal Relationships in Brazilian Adolescents*. International Journal of Behavioral Development.
- Huang, A. S. C. (2004). *The Bright And Dark Side Of Cyberspace: The Paradoxical Media Effects Of İnternet Use On Gratifications, Addiction, Social And Psychological Well-Being Among Taiwan's Net-Generation*. Unpublished doctorate's thesis, Southern Illinois, University at Carbondale.
- Irwansyah, M. A. (2005). *İnternet Uses, Gratifications, Addiction, And Loneliness Among İnternational Students*. Unpublished master's thesis, University of Hawaii, Department of Communication.
- İçel, K. (1998). *Kitle Haberleşme Hukuku: Basın Radyo-Televizyon Sinema İnternet*. İstanbul: Beta yayınevi.
- İlenti, K. (1988). *Eğitim Teknolojisi ve Öğretim*. Ankara: Gül Yayınevi.
- İnan, A. (2010). *İlköğretim II. Kademe ve Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı*. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Erzurum.
- Johnson, F. N. (2009). *The Multiplicities of İnternet Addiction: Misrecognition of Leisure and Learning*. Burlington-England: Asgate Publishing.
- Johansson, A. ve Gotestam, K. (2004). *İnternet Addiction: Characteristics Of Questionnaire and Prevalence in Norwegian Youth (12- 18 years)*. Scand J Psychol.
- Jones, S. M. (2005). *Attachment Style Differences and Similarities in Evaluations Of Affective Communication Skills and Person-Centered Comforting Messages*. Western Journal of Communication.
- Kaltiala-Heino, R., Lintonen, T. ve Rimpel, A. (2004). *İnternet Addiction? Potentially Problematic Use Of The İnternet in a Population of 12-18 Year-Old Adolescents*. Addict Res Theory.
- Kandell, J.J. (1998). *İnternet addiction on campus: The vulnerability of college students*. Cyber Psychology & Behavior.
- Kanieski, M. A. (2007). *Best Be the Ties that Bind: Bonding and Attachment*.

<http://blogs.kent.ac.uk/parentingculturestudies/files/2010/12/Sem-1-kanieski-paper.pdf> (10 Ekim 2011).

- Kapçı, E. G. ve Küçükler, S. (2006). *Ana Babaya Bağlanma Ölçeği: Türk Üniversite Öğrencilerinde Psikometrik Özelliklerinin Değerlendirilmesi*. Türk Psikiyatri Dergisi.
- Karaboğa, M. (2011). *Çocuklarda Bağlanma Stilleri Ve Benlik Saygısının Aleksitimi Üzerindeki Yordayıcı Rolünün İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi. Sosyal bilimler Enstitüsü. Tokat.
- Kaypakoğlu, S. (2008) *Kişilerarası İletişim Cinsiyet Farklılıkları Güç ve Çatışma*. İstanbul: Derin Yayınları.
- Kenny, E. M. ve Gallagher, L. A. (2002). *Instrumental And Social/Relational Correlates Of Perceived Maternal And Paternal Attachment In Adolescence*. Journal of Adolescence.
- Kesebir, S., Özdoğan, K. S., Üstündağ, M. F. (2011). *Bağlanma ve Psikopatoloji*. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar.
- Keskin, G. (2007). *Ergenlerin Ruhsal Durumları ve Ebeveyn Tutumları İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Doktora Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- Keskin, G. ve Çam, O. (2010). *Adolescents' Strengths And Difficulties: Approach To Attachment Styles*. Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing.
- Kim, S. ve Kim, R. (2002). *A Study of Internet Addiction: Status, Causes, and Remedies- Focusing on the alienation factor - International Journal of Human Ecology*.
- Kim, K., Ryu, E., Chon, M. Y., Yeun, E. J., Choi, S. Y., Seo, J. S. ve Nam, B. W. (2006). *Internet Addiction in Korean Adolescents and its Relation to Depression and Suicidal Ideation: A Questionnaire Survey*. International Journal of Nursing Studies.
- Kirallo, L. V. (2005). *Internet Addiction Disorder: A Descriptive Study Of Colege Counselors In Four Year Institutions*. University of La Verne College of Education and Organizational Leadership. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Amerika.
- Kobak, R. ve Duemmler, S. (1994). *Attachment And Conversation. Toward a Discourse Analysis Of Adolescent Andadult Security*. (Ed. Bartholomew,

- K., Perlman, D.) *Advances in Personal Relations*. London and Bristol, Pennsylvania: Jessica Kingsley.
- Kocabaş, F., Elden, M. ve Yurdakul, N. (1999). *Reklam ve Halkla İlişkilerde Hedef Kitle*. İstanbul, İletişim Yayınları.
- Konyalıoğlu, P. (2002). *Üniversite Öğrencilerinin Duygusal İlişki Bağlanma Tarzları İle Kişilik Tipleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Korkut, F. (1996). *İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi: Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışmaları*. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt: 2, Sayı: 7.
- Korkut, F. (2004). *Okul Temelli Önleyici Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Köknel, Ö. (1997). *İnsanı Anlamak*. (3.baskı). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köknel, Ö. (1998). *Bağımlılık, Alkol ve Madde Bağımlılığı* (1.Baskı). İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köroğlu, G., Öztürk, Ö., Tellioglu, N., Genç, Y., Mırsal, H. ve Beyazyürek, M. (2006). *Problemlili İnternet Kullanımıyla Başvuran İki Uçlu Bir Hasta Nedeniyle Psikiyatrik Ek Tanı Tartışması: Olgu Sunumu*. Bağımlılık Dergisi.
- Kranzler, R. H. ve Li, T. (2008). *What is addiction?* Alcohol Research & Health.
- Kubey, R.W., Lavin, M. J. ve Barrows, J. R. (2001). *Internet Use And Collegiate Academic Performance Decrements: Early Findings*. Journal of Communication.
- Kurtaran, G. T. (2008). *İnternet Bağımlılığını Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Kurtyılmaz, Y. (2005). *Öğretmen Adaylarının Saldırganlık Düzeyleri İle Akademik Başarıları İletişim ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkiler (Anadolu Üniversitesi ve Osmangazi Üniversitesi Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma)*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Lengel, L. (2004). *Computer Mediated Communication: Social Interaction and the Internet*, GBR: Sage Publications, Incorporated. London.
<http://site.ebrary.com/lib/gazi/Doc?id=10080903&ppg=264>

- Leung, L. (2004). *Net-Generation Attributes and Seductive Properties Of The Internet As Predictors Of Online Activities and Internet Addiction*. Cyberpsychology and Behavior.
- Levy, K. N., Blatt, S. J. ve Shaver, P. R. (1998). *Attachment Styles and Parental Representation*. Journal of Personality and Social Psychology.
- Li, S. M. ve Chung, T. M. (2006). *Internet Function and Internet Addictive Behavior*. Computers in Human Behavior.
- Main, M., Kaplan, N. ve Cassidy, J. (1985). *Security in Infancy, Childhood, and Adulthood: A Move to the Level Of Representation*. Monographs Of The Society For Research In Child Development.
- Maddux, J. F. ve Desmond, D. P. (2000). *Addiction Or Dependence?* Addiction.
- Main, M. ve Cassidy, J. (1988). *Categories of Response to Reunion with the Parent at Age Six: Predictable from Infant Attachment Classifications and Stable Over a 1-Month Period*. Developmental Psychology.
- Marks, I. (1990b). *Reply to Comments on Behavioural (Non-Chemical) Addictions*. British Journal of Addiction, 85, 1429-1431.
- Martin, R. P. ve Petry, M. N. (2005). *Are Non-Substance-Related Addictions Really Addictions?* The American Journal on Addictions.
- McGraw Hill McQuail D., Windahl S. (2005). *İletişim Modelleri*. İkinci baskı. İmge kitapevi, Ankara.
- Mısırlı, İ. (2004). *Genel ve Teknik İletişim*. 2. Baskı. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Miele, M. G., Tilly, M. S., First, M. ve Frances, A. (1990). *The Definition of Addiction and Behavioural Addictions*. British Journal of Addiction.
- Mikulincer, M. ve Erev, I. (1991). *Attachment Style And The Structure Of Romantic Love*. British Journal of Social Psychology.
- Mikowski, P. I. (2005). *Internet Social Support: A Four –Quadrant Model for Understanding The Role of Internet Social and Psychopathological Internet Usage*. Hartford Universty Doctoral Program in Clinical Psychology, ABD.
- Mikulincer, M., Gillath, O., Halevy, V., Avihou, N., Avidan S. ve Eshkoli, N. (2001). *Attachment Theory and Reactions to Others' Needs: Evidence That Activation of The Sense of Attachment Security Promotes Empathic Responses*. Journal of Personality and Social Psychology.
- Mitchell, P. (2000). *Internet Addiction: Genuine Diagnosis Or Not?* The Lancet.

- Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P. (2000). *Incidence And Correlates Of Pathological Internet Use Among College Students*. Computers in Human Behavior.
- Morris, M. ve Ogan, C. (1996). "The Internet as Mass Medium", *Journal of Computer? Mediated Communication*.
http://jcmc.indiana.edu/vol1/issue4/morris.html.
- Morsünbül, Ü. ve Çok, F. (2011). *Bağlanma ve İlişkili Değişkenler*. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar.
- Mythily, S., Qiu, S., ve Winslow, M. (2008). *Prevalence and Correlates of Excessive Internet Use Among Youth in Singapore*. Ann Acad Med Singapore.
- Nakash-Eisikovits, O., Dutra, L. ve Westen, D. (2002). *Relationship Between Attachment Patterns and Personality Pathology in Adolescents*. American Academy of Child & Adolescent Psychiatry.
- Neal, J. ve Frick-Horbury, D. (2001). *The Effects of Parenting Styles and Childhood Attachment Patterns on Intimate Relationships*. Journal of Instructional Psychology.
- Nichols, L. A. ve Nicki, R. M. (2004). Development of A Psychometrically Sound Internet Addiction Scale: A Preliminary Step. Psychol Addict Behav.
- Nickerson, A. ve Nagle, R. (2005). *Parent And Peer Attachment In Late Childhood And Early Adolescence*. The Journal of Early Adolescence.
- Odabaşı, H. F., Kabakçı, I. ve Çoklar, A. N. (2007). *İnternet, Çocuk ve Aile*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Onur, N. (2006). *Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Önay, N. (2014). *Ergenlerde İnternet Bağımlılığı Yordayıcıları Olarak Anne-Baba Tutumları, İletişim Becerileri Ve Yanlılık Algısı*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları.
- Özcan, N. K. ve Buzlu, S. (2005). *Problemlili İnternet Kullanımının Belirlemede Yardımcı Bir Araç: İnternette Bilişsel Durum Ölçeği'nin Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik ve Güvenilirliği*. Bağımlılık Dergisi.
- Özer, A. K. (2002). *İletişimsizlik Becerisi*. (3. Basım) İstanbul: Sistem Yayıncılık.

- Özcan, N. (2004). *Üniversite Öğrencilerinde İnternet Kullanımının Psikososyal Durum İle İlişkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, Türkiye.
- Özkan, Ö. (2013). *İnternet Kullanımıyla İlgili Değişkenlerin Cinsiyet, Kişilik Özellikleri, Yaşam Doyumu Ve Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Özodaşık, M. (2012). *Hakla İlişkiler ve İletişim*. F. Seçil Banar (Ed.), Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını. No: 2682.
- Özsoy, D. (2010). *İnternetin Kararttığı Hayatlar* (1.Baskı). İstanbul: Pozitif Yayınları.
- Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D. ve Genç, Y. (2007). *İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi*. Bağımlılık Dergisi,
- Park, S. K., Kim, J. Y. ve Cho, C. B. (2008). *Prevalence of Internet Addiction and Correlations With Family Factors Among South Korean Adolescents*. Adolescence.
- Pehlivantürk, B. (2004). *Otistik Bozukluğu Olan Çocuklarda Bağlanma*. Türk Psikiyatri Dergisi.
- Raja, N. S., McGee, R. ve Stanton, W. R. (1992). *Perceived Attachments To Parents And Peers And Psychological Well-Being İn Adolescence*. Journal of Youth and Adolescence.
- Reed, V. A., McLeod, K. ve McAllister, L. (1999). *Importance Of Selected Communication Skills For Talking With Peers Andteachers: Adolescent' Opinions*. Language Spech and Hearing Services in Schools.
- Rosenstein, D. S. ve Horowitz, H. A. (1996). *Adolescent Attachment Andpsychopathology*. Journal of Consulting Clinical Psychology.
- Rubin, R. B. Graham, E. E. ve Mignerey, J. T. (1990). *A Longitudinal Study Of College Students Communication Competence*. Communication Education.
- Saatçi, A. (2005). *Bilgi Teknolojisindeki Gelişme ve Yarattığı Bilgi Devriminin Ulaştığı Boyutlar*. Gelişen Bilgi Teknolojisi ile Güvenlik Politikası ve Stratejileri, Arasında Etkileşim ve Yönlendirme Sempozyumu, İstanbul. <http://www.harpak.tsk.mil.tr/duyurular/SEMPOZYUM/01%20%20Prof%20Dr%20Ali%20Saatci.doc.>, Erişim Tarihi: 11.10.2009.
- Saygılı, S. (2002). *Ergenlik Sorunları*. İstanbul: Elit Yayınları

- Selnow, G. W. (1998). *Electronic Whistle-Stops: The Impact of the Internet on American Politics*. Westport, CT, USA: Greenwood Publishing Group. Incorporated.
- Saymaz, İ. (2003). *Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Scherer, K. (1997). *College Life Online: Healthy and Unhealthy Internet Use*. Journal of College Student Development.
- Scherer, K. ve Bost, J. (1997). *Internet Use Patterns: Is there Internet Dependency On Campus?* Amerikan Psikoloji Örgütü 105. Yıl Toplantısı Yayınlanmış Semineri, Chicago, Illinois.
- Scott, R. L. ve Cordova, J. V. (2002). *The Influence Of Adult Attachment Styles On The Association Between Marital Adjustment And Depressive Symptoms*. Journal of Family Psychology.
- Shaffer, H. J. , Hall, M. N. ve Bilt, J. V. (2000). *Computer Addiction: A Critical Consideration*. American Journal of Orthopsychiatry.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E. (2000). *Psychiatric Features Of Individuals With Problematic İnternet Use*. J Affect Disord.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M.S. ve Stein, D. J. (2003). *Problematic İnternet Use: Proposed Classification and Diagnostic Criteria*. Depress Anxiety.
- Shaw, M. ve Black, W. D. (2008). *İnternet Addiction: Definition, Assessment, Epidemiology And Clinical Management*. CNG Drugs.
- Shaver, P. R. ve Mikulincer, M. (2003). *The Psychodynamics of Social Judgments: An Attachment Theory Perspective*. In Forgas, J. P., Williams, K. D., & von Hippel, W. (eds.), *Social judgments: Implicit and explicit processes* (pp. 85-114). London, UK: Cambridge University Press.
- Shaver, P. R., ve Mikulincer, M. (2004). *Attachment Theory And Research: Ressurrection Of The Psychodynamic Approach To Personality*. Journal of Researching Personality.
- Shaver, P. R. ve Mikulincer, M. (2008). *Attachment Theory And Attachment Styles*. Handbook Of Individual Differences.
- Siegel, G. M. ve Gregora, A. W. (1985). *Communication Skills Of Eldery Adults*. Journal Of Communication Disorders.

- Simkova, B. ve Cincera, J. (2004). *Internet Addiction Disorder and Chating in the Czech Republic*. CyberPsychology and Behavior.
- Siyez, D. M. (2009). *Ergenlerde Problem Davranışlar Okul Temelli Önleme Çalışmaları İle İlgili Uygulama Örnekleri*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Soygüt, G. (2004). *Bir Düzeltici Bağlanma İlişkisi Olarak Psikoterapi: Psikoterapi Süreçlerinde Bağlanma Ve Terapötik İttifak*. Türk Psikoloji Yazıları.
- Soydan, Z. M. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı İle Depresyon Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki*. Yüksek lisans tezi. Haliç Üniverisitesi. Psikoloji Anabilim Dalı.
- Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E. ve Şenol, S. (2005). *Bebeklik Dönemindeki Bağlanma Sürecine Genel Bir Bakış*. Klinik Psikiyatri.
- Spitzberg, B. H. ve Cupach, W. R. (2002). *Interpersonal Skills*. In M. L. Knapp & J. R. Daly (Eds.), *Handbook of interpersonal communication*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Subrahmanyam, K. ve Lin, G. (2007). *Adolescents On The Net: Internet Use And Well Being*. Adolescence.
- Sümer, N. (2006). *Yetişkin Bağlanma Ölçeklerinin Kategoriler ve Boyutlar Düzeyinde Karşılaştırılması*. Türk Psikoloji Dergisi.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). *Çocuk Yetiştirme Stillerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri Ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi*. Türk Psikoloji Dergisi.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999a). *Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi Ve Kültürler Arası Bir Karşılaştırma*. Türk Psikoloji Dergisi.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999a). *Çocuk Yetiştirme Stillerinin Bağlanma Stilleri, Benlik Değerlendirmeleri Ve Yakın İlişkiler Üzerindeki Etkisi*. Türk Psikoloji Dergisi.
- Şahin, D. (2007). *Öğretmenlerin Tükenmişlik Düzeyinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Gazi Üniversitesi, Ankara: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Şahin, S., Özdemir, K., Ünsal, A. ve Temiz, N. (2013). *Evaluation Of Mobile Phone Addiction Level And Sleep Quality İn University Students*. Pakistan Journal Of Medical Sciences.

- Şeker, G. (2009). *Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şendağ, S. ve Odabaşı, F. (2007). *İnternet Bağımlılığı: Çocukların Psikososyal Gelişimi Üzerindeki Etkileri*. The Proceedings of International Educational Technology Conference, Near East University, North Cyprus.
- Taçyıldız, Ö. (2010). *Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tarcan, A. (2005). *İnternet ve Toplum*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Taşkın, Ü. (2012). *İletişim Becerisinin Çatışma Eğilimi Ve Alınan Anne Baba Tutumları İle İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırşehir.
- Tayfun, R. (2007). *Etkili İletişim ve Beden Dili*. (1. Basım) Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Tekdal, A. (2005). *Çukurova Üniversitesi Bilgisayar Bilimleri Uygulama Ve Araştırma Merkezi'ndeki İnternet Laboratuvarlarını Kullanan Öğrencilerin Profili Ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Çukurova Üniversitesi: Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.
- Thatcher, A. ve Goolam, S. (2005). *Development And Psychometric Properties Of The Problematic İnternet Use Questionnaire*. South African Journal of Psychology.
- Thurlow, C., Lengel, L. ve Tomic, A. (2004). *Computer Mediated Communication: Social İnteraction And The İnternet*. Sage Publications.
- Tomer, J. F. (2001). *Addictions Are Not Rational: A Socio-Economic Model Of Addictive Behaviour*. Journal of Socio-Economics.
- Taymaz, H. (2000). *Okul Yönetimi*. (5.Baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Tubbs, C. B. ve Moss, S. (1974). *Human Communication: An interpersonal perspective*. New york, Random house.
- Yılmaz, T. ve Yılmaz, M. K. (2003). *Genel İletişim*. 3. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Tsai, C. C. ve Lin, S. S. J. (2003). *İnternet Addiction Of Adolescents İn Taiwan: An İnterview Study*. Cyberpsychol Behav.

- Tsai, H. F., Cheng, S. H., Yeh, T. L., Shih, C. C., Chen, K. C., Yang, Y. C. ve Yang, Y. K. (2009). *The Risk Factors of Internet Addiction-A Survey of University Freshmen*. Psychiatry Research.
- Tüysüz C., Balaman F. ve Atalar T., (2012). *Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İnternet kullanım amaçlarının Belirlenmesi*. Batman Üniversitesi, Yaşam Bilimleri Dergisi, Cilt1, Sayı 1.
- Tvedt, H. (2007). *Internet Use And Related Factors Among Fifth-Graders*. Umea University, Department of Psychology, Sweden: Unpublished master's thesis. Usluata, Ayseli. İletişim. İstanbul: İletişim Yayınları, 1994.
- Üçkardeş, E. A. (2010). *Mersin Üniversitesi Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi*. Uzmanlık Tezi. Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi. Psikiyatri Anabilim Dalı. Mersin.
- Üstün, B. (2005). *Çünkü İletişim Çok Şeyi Değiştirir*. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, Cilt.8, Sayı.2
- Üstündağ, E. (2006). *İletişim Becerilerini Geliştirme Programının Güvenlik Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kendini Açma Davranışlarına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- VanGelder, S. C. (2003). *Internet Addiction: Is the Internet a Pathological Agent Includable as a Disorder Seperate from Other Psychiatric Diagnoses?* Journal of Addictive Disorders. <http://www.breining.edu/jad03sv.pdf>
- Wang, W. (2001). *Internet Dependency And Psychosocial Maturity Among College Students*. International Journal of Human-Computer Studies.
- Waters, E., Wenfield, N.S. ve Hamilton, C. E. (2000). *The Stability of Attachment Security From Infancy to Adolescence and Adulthood: General Discussion*. Child Development.
- Wood, Julia T. (2009). *Interpersonal Communication Everyday Encounter.*, 6th Edition, Wadsworth Publishing.
- Wu, Y. T., Tsai, C. C. (2006). *University Students' Internet Attitudes and Internet Self-efficacy: A Study at Three Universities in Taiwan*. Cyberpsychol Behavior.
- Yalçın, N. (2006). *İnterneti Doğru Kullanıyor muyuz? İnternet Bağımlısı mıyız? Çocuklarımız Ve Gençlerimiz Risk Altında mı? VIII. Akademik Bilişim Konferansı (AB2006), 9-11 Şubat 2006, Pamukkale Üniversitesi, Denizli.*

- Yang, S. C. ve Tung, C. J. (2007). *Comparison of Internet Addicts and Non-addicts in Taiwanese High School*. Computers in Human Behavior.
- Yang, C. K., Choe, B. M., Baity, M., Lee, C. H. ve Cho, J. S. (2005). *SCL-90-R and 16PF Profiles of Senior High School Students With Excessive Internet Use*. Canadian Journal of Psychiatry.
- Yardi, S. A. (2012). *Social Media At The Boundaries: Supporting Parents In Managing Youth's Social Media Use*. Unpublished doctoral thesis, University of Michigan, Georgia Institute of Technology England.
- Yazıcıoğlu Y. ve Erdoğan, S. (2004). *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yellowlees, P. M. ve Marks, S. (2007). *Problematic Internet Use Or Internet Addiction?* Computers in Human Behaviour.
- Yang, S. C. ve Tung, C. J. (2007). *Comparison of İnternet Addicts And Non-Addicts İn Taiwanese high school*. Computers in Human Behavior.
- Yiğit, N., Alev, N., Altun, T., Akyıldız, S. ve Özmen, H. (2005). *Öğretim Teknolojileri Ve Materyal Geliştirme*. Trabzon: Derya Kitabevi.
- Yoon, H. J. (2006). *A Study Of İndividual İnternet Dependency As An Extension Of Social Support*. Unpublished master's thesis, University of Missouri-Columbia.
- Young, K. S. (1996). *Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder*. Cyberpsychol Behav.
- Young, K.S. (1996a). *Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder*. Cyper Psychology & Behaviour.
- Young, K. S. (1998). *Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder*. CyberPsychology & Behavior.
- Young, K. (2004). *Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences*. The American Behavioral Scientist.
- Young, K. S. (2007). *Cognitive Behavior Therapy With Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications*. Cyberpsychol Behavior.
- Young, K. S. (2009). *Understanding Online Gaming Addiction and Treatment Issues for Adolescents*. The American Journal of Family Therapy.
- Young, K. S. ve Case, C. J. (2004). *Internet Abuse in the Workplace: New Trends in Risk Management*. Cyperpsychology and Behaviour.

Yüksel, A. H. (1994). *Bireylerarası İletişime Giriş*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını.

Zıllıoğlu, M. (1993). *İletişim Nedir?* (1.baskı). İstanbul: Cem Yayınları

Zıllıoğlu, M. (2003). *İletişim Nedir?* 2. Basım. İstanbul: Cem Yayınevi.

Ziyalar, A. (1999). *Sosyal Psikiyatri*. İstanbul: Yüce Yayım. 2.Baskı.



EKLER

EK-1: Anket

ANKET

1. **Cinsiyetiniz :** () Kız () Erkek
2. **Okulunuz :** () Özel Lise () Anadolu Lisesi () Meslek Lisesi
3. **Sınıfınız :** () 9 () 10 () 11 () 12
4. **Yaşınız :** () 14 () 15 () 16 () 17 ve üzeri
5. **Ailenizin ekonomik durumu**
 - () 0- 1500 TL arası () 1501 TL- 3000 TL arası
 - () 3001 TL- 4500 TL arası () 4500 TL den fazla
6. **Annelerinizin eğitim durumu**
 - () İlkokul mezunu () Ortaokul mezunu
 - () Lise mezunu () Üniversite mezunu
7. **Babanızın eğitim durumu**
 - () İlkokul mezunu () Ortaokul mezunu
 - () Lise mezunu () Üniversite mezunu
8. **Anneleriniz çalışıyor mu?**
 - () Evet () Hayır
9. **Günde ortalama kaç saat internete bağlı kalırsınız? (Cep telefonundan girişler dâhil)**
 - () 1 saatten az () 1-2 saat,
 - () 3-5 saat () 6 saat ve üzeri
10. **İnterneti en çok hangi amaçlarla kullanırsınız?**
 - () İletişim ve Sosyal Medya () Akademik (Ödev, bilgi edinme vs.)
 - () Eğlence (Oyun,Sinema vs.) () Diğer

EK-2: İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin Bir Kısmı

İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

Aşağıda bir durum ifade eden cümleler bulunmaktadır. Lütfen her cümleyi dikkatlice ve sonuna kadar okuyunuz. Cümlelerin altındaki ifadelerden size en çok uyanımı daire içine alarak işaretleyiniz. Cevaplarınızı cümledeki durumun belli bir kısmı için değil, tüm ifade için vermeye dikkat ediniz. “İnternet kullanımı” terimi ile internette yaptığınız her şey kastedilmiştir (e-posta, internet siteleri, sohbet (chat) odaları, forumlar, on-line oyunlar, vs.).

İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ MADDELERİ	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sıkça	Her zaman
1. İnternet kullanmayı bırakma veya ara verme girişiminde bulunduğumda içimde bir sıkıntı oluşuyor ve bu sıkıntının internete tekrar girdiğimde azaldığını fark ediyorum.					
2. İnternette planladığımdan daha uzun süre kalıyorum.					
3. Zaman zaman internette kaldığım süreyi gizleme ihtiyacı hissediyorum.					
4. İnternette daha fazla zaman geçirmek için boş zamanımda yaptığım diğer faaliyetlerden vazgeçtiğim oluyor.					
5. İnternet nedeniyle ders başarımda azalma yaşıyorum.					
7. İnternet nedeniyle uyku azalma oluyor.					
8. İnternette harcadığım zaman nedeniyle arkadaşlarımla görüşme sıklığımda azalma oluyor.					
9. İnternet olmadan hayatın sıkıcı ve boş olacağını düşünüyorum.					
10. İnternet nedeniyle, yapmam gereken önemli işleri ihmal ettiğim oluyor.					
11. İnternette önceden aldığım keyfi almak için daha fazla internette kalma ihtiyacı hissediyorum.					
12. İnternette uzak kaldığım zaman kendimi huzursuz hissediyorum.					
14. İnternete girdikten sonra, çok uzun süre kalacakmışım gibi geliyor.					
15. İnternette kaldığım süreyi azaltmaya çalışıyorum ama bunu başaramıyorum.					
17. İnternete girdiğimde, kendimi, önceden planladığımdan daha fazla şey yapıyorken buluyorum.					
18. İnterneti “gerçek dünya”dan bir kaçış olarak görüyorum.					
19. İnternette uzakken, internete bir daha ne zaman gireceğimi düşünüyorum.					
20. İnternette olmaktan heyecan ve zevk duyuyorum.					
21. İnternette kalma sürem kısıtlı olduğu zamanlar kendimi üzgün hissediyorum.					
25. İnternet kullanmayı bırakmayı veya en azından kontrol altına alabilmeyi çok istiyorum.					
26. Yalnız hissettiğim zaman, insanlarla konuşabilmek için internet kullanıyorum.					
27. İnternette o kadar uzun süre kalıyorum ki, kaybettiğim zaman için yeniden düzenleme yapmak zorunda kalıyorum.					

EK-3: İlişki Ölçekleri Anketi'nin Bir Kısmı

İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

Aşağıdaki maddeler romantik ilişkileriniz dahil olmak üzere yakın ilişkilerinizde (arkadaşlık, dostluk gibi) hissettiğiniz duygulara ilişkindir. Sizden, genel olarak, yakın ilişkilerinizde yaşadıklarınızı dikkate alarak aşağıdaki ifadeleri değerlendirmeniz istenmektedir. aşağıdaki maddeleri yakın ilişki içinde olduğunuz kişileri düşünerek cevaplandırınız. Her maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını X işareti kullanarak gösteriniz.

İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ MADDELERİ	Beni hiç tanımlamıyor	Beni biraz tanımlamıyor	Beni pek tanımlamıyor	Kararsızım	Beni biraz tanımlıyor	Beni büyük ölçüde tanımlıyor	Beni tamamen tanımlıyor
	1	2	3	4	5	6	7
1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem.							
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.							
6. Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık istiyorum.							
7. Yanlız kalmaktan korkarım.							
8. Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.							
9. Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.							
14. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.							
15. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.							
16. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.							
17. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.							

EK-4: İletişim Becerileri Envanteri'nin Bir Kısmı**İLETİŞİM BECERİLERİ ENVANTERİ**

Açıklama: Aşağıda insan ilişkileriyle ilgili tutum ve davranış ifadeleri bulunmaktadır. Genel olarak insanlarla iletişim kurarken nasıl davrandığınızı, neler düşündüğünüzü ve neler hissettiğinizi anlatan aşağıdaki ifadelerin size uygunluk derecesini belirtmeniz istenmektedir. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. İfadeler, “Her zaman, Genellikle, Bazen, Nadiren, Hiçbir zaman” karşılığındadır. Her ifadeye ilişkin beş seçenekten yalnız birini işaretlemeniz ve cevapsız bırakmamanız gerekmektedir. Lütfen her ifadeyi cevaplayınız.

İLETİŞİM BECERİLERİ ENVANTERİ MADDELERİ	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Genellikle	Her zaman
1-İnsanları anlamaya çalışırım.					
2-İletişimde bulunduğum insanlardan gelen öğüt ve önerileri içtenlikle dinlerim.					
3-Düşüncelerimi Başkalarına tam olarak ifade etmekte zorluk çekerim.					
4-Konuşurken, etkili bir göz iletişimi kurabilirim.					
10-Başkaları konuşurken sabırsızlaşır, onların sözünü keserim.					
15-Karşımdaki kişiyle aynı görüşü paylaşmasam bile fikirlerine saygı duyarım.					
16-İletişimde bulunduğum kişinin yüzüne baktığım halde sözlerini dinlemediğim olur.					
17-Karşımdaki kişinin konuşmaya ve dinlemeye istekli olup olmadığını anlamaya çalışırım.					
18-Yanlış tutum ve davranışlarımı kolaylıkla kabul ederim.					
19-Dinlediğim kişiyi daha iyi anlamak için sorular yöneltirim.					
28-Başkalarını dinlemek mecburiyetinde olmadığımı düşünürüm.					
29-Özür dilemek bana zor gelir.					
30-Küs olduğum birisiyle barışmak istediğimde ilk adımı atmaktan çekinirim.					
37-Başkaları ile ilişkilerimi bozacak çıkışlar yaparım.					
38-Karşımdaki kişiye güvenmek beni mutlu eder.					
39-Her insanı olumlu beklentilerle karşılarım.					
40-İletişim kurduğum kimselerden bir şeyler alır ve onlara da bir şeyler verdiğimi hissederim					
41-İnsanlara cevaplamakta zorlanacakları ani sorular yöneltirim.					
42-Beni rahatsız eden duygularımı iletmede sıkıntı çekerim.					
43-Genellikle insanlara güvenirim.					
44-İletişim kurduğum insanlar tarafından anlaşıldığımı hissederim.					
45-Kendimi karşımdaki kişinin yerine koyarak, duygu ve düşüncelerini anlamaya çalışırım.					

Ek-5: İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nün Uygulama İzni



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411-44-E.11037494
Konu: Yasemin GÜNEŞ

28.10.2015

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
(Sosyal Bilimler Enstitüsüne)

İlgi: a) 13.10.2015 tarih ve 366 sayılı yazınız.
b) Valilik Makamının 27.10.2015 tarih ve 11008374 sayılı oluru.

Üniversiteniz Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Yasemin GÜNEŞ'in "*İnternet Bağımlılığının Yordanmasında Bağlanma Stilleri ve İletişim Becerileri*" konulu tezine dair araştırma çalışması hakkındaki ilgi (a) yazınız ilgi (b) valilik onayı ile uygun görülmüştür.

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

Murat ADALI
Müdür a.
Şube Müdürü


EK:1- Valilik Onayı
2- Ölçekler

Elektronik İmza Aslı	
Sistemden Geçirildi	
Ad Soyadı:	MURAT ADALI
Unvanı:	Şube Müdürü
Tarih:	04.11.2015
İmza:	

İl Millî Eğitim Müdürlüğü
E-Posta: sgb34@meb.gov.tr

A. BALTA VHKİ
Tel: (0 212) 455 04 00-239
Faks: (0 212)455 06 52

Ek-6: İstanbul Valiliğinin Olur Yazısı



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411-20-E.11008374 28/10/2015
Konu: Araştırma İzni (Yasemin GÜNEŞ)

VALİLİK MAKAMINA

İlgi:a) İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesinin 13.10.2015 tarih ve 366 sayılı yazısı.
 b) MEB. Yen. ve Eğ. Tek. Gn Md. 07.03.2012 tarih ve 3616 sayılı 2012/13 nolu gen.
 c) Millî Eğitim Araştırma ve Anket Komisyonunun 26.10.2015 tarihli tutanağı.

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Yasemin GÜNEŞ'in "*İnternet Bağımlılığının Yordanmasında Bağlanma Stilleri ve İletişim Becerileri*" konulu tezi kapsamında, ilimiz Küçükçekmece ilçesinde bulunan özel ve resmi liselerde öğrenim gören öğrencilere kişisel bilgi formu, iletişim becerileri envanteri, internet kullanım ölçeği ve ilişki ölçekleri anketini; uygulama istemi hakkındaki ilgi (a) yazı ve ekleri Müdürlüğümüzce incelenmiştir.

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

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Dr. Muammer YILDIZ
Millî Eğitim Müdürü

OLUR
28/10/2015

Ahmet Hamdi USTA
Vali a.
Vali Yardımcısı

Ek:1- Genelge
2- Komisyon Tutanağı

İl Millî Eğitim Müdürlüğü
E-Posta: sgb34@meb.gov.tr

A. BALTA VHKİ
Tel: (0 212) 455 04 00-239
Faks: (0 212)455 06 52

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden c61e-079e-373d-957a-806b kodu ile teyit edilebilir.