



T. C.
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**14 – 16 YAŞ ARALIĞINDAKİ ERGENLERİN
BAĞLANMA STİLLERİ, GÖZLERDEN ZİHİN
OKUMA BECERİLERİ VE RUHSAL SORUNLARI
İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI DÜZEYLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ:
İSTANBUL İLİ ÖRNEĞİ**

Yüksek Lisans Tezi

Burak AKDENİZ

Danışman:

Dr. Öğr. Üyesi Mesut YAVUZ

Samsun, 2018

T. C.
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**14 – 16 YAŞ ARALIĞINDAKİ ERGENLERİN
BAĞLANMA STİLLERİ, GÖZLERDEN ZİHİN
OKUMA BECERİLERİ VE RUHSAL SORUNLARI
İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI DÜZEYLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ:
İSTANBUL İLİ ÖRNEĞİ**

Yüksek Lisans Tezi

Burak AKDENİZ

Danışman:

Dr. Öğr. Üyesi Mesut YAVUZ

Samsun, 2018

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Hazırladığım Yüksek Lisans Tez çalışmasının bütün aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara riayet ettiğimi, çalışmada doğrudan veya dolaylı olarak kullandığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, yazımda enstitü yazım kılavuzuna uygun davranıldığını taahhüt ederim.

... / ... / 2018

Burak AKDENİZ

TEZ KABUL VE ONAYI

(Öğrencinin Adı Soyadı) tarafından hazırlanan (Tezin Adı) başlıklı bu çalışma, (Savunma Sınavı Tarihi) tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliğiyle/oy çokluğuyla başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi/Doktora Tezi/Sanatta Yeterlik Çalışması olarak kabul edilmiştir.

İmza

Başkan :

Üye :

Üye :

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.../.../.....

Enstitü Müdürü

(İmza ve Mühür)

ÖZET

14 – 16 YAŞ ARALIĞINDAKİ ERGENLERİN BAĞLANMA STİLLERİ, GÖZLERDEN ZİHİN OKUMA BECERİLERİ VE RUHSAL SORUNLARI İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ: İSTANBUL İLİ ÖRNEĞİ

Burak AKDENİZ

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans, Haziran/2018

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Mesut YAVUZ

Bu araştırmada, 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve yaşadıkları ruhsal sorunlar ile internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmaktadır. Kesitsel nitelikteki bu araştırma İstanbul ilindeki 4'ü ortaokul, 5'i lise olmak üzere toplam 9 eğitim kurumunda öğrenim gören 873 ergen üzerinde gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara, Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT-KF), Gözlerden Zihin Okuma Envanteri Çocuk Formu (Gözler Testi; GZOT-ÇF), Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Kısa Formu (EABE) ile Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA) uygulanmıştır. Verilerin analizinde, Bağımsız Örneklem T Testi Analizi, Ki Kare (χ^2) Analizi, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ve İkili Lojistik Regresyon Analizi kullanılmıştır. İstatistiksel analizler SPSS 20 programı ile yapılmıştır ve anlamlılık değeri $p < .05$ ve $p < .01$ olarak belirlenmiştir. Araştırma sonucunda, internet bağımlılığı puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı gözlenmiştir. YİBT-KF toplam puanları ile Gözler Testi (GZOT-ÇF), EABA Anne Formu ve EABE Baba Formu toplam puanları arasında negatif yönlü; YİBT-KF ile GGA toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Regresyon analizi sonuçları, Gözler Testi, EABE Anne ve Baba Formları toplam puanlarının internet bağımlılığı düzeyi puanlarını anlamlı bir şekilde yordadığını göstermektedir. Günümüzde, internet bağımlılığı nedeniyle ruh sağlığı birimlerine başvuran ergen sayısında artış meydana gelmiştir. Bu ergenlerin ebeveynleri ile ilişkilerinin, zihin kuramı becerilerinin değerlendirilmesi; dikkat eksikliği ve hiperaktivite, emosyon ve davranım problemlerinin belirlenmesi önerilmektedir. Ek olarak, internet bağımlısı ergenlerin zihin kuramı becerilerini ve ebeveyn ilişkilerini geliştirmeye yönelik terapötik müdahalelerin tedavi başarısını arttıracakı düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler: İnternet bağımlılığı, Bağlanma, Gözlerden zihin okuma, Ruhsal sorunlar, Ergenlik.

ABSTRACT

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIPS BETWEEN ATTACHMENT STYLES, ABILITIES OF READING MIND IN THE EYES, PSYCHOLOGICAL PROBLEMS AND INTERNET ADDICTION LEVELS IN ADOLESCENTS AGED BETWEEN 14-16: İSTANBUL PROVINCE SAMPLE

Burak AKDENİZ

Ondokuz Mayıs University, Institute of Social Sciences

Psychology, M.A., June/2018

Supervisor: Asst. Prof. Mesut YAVUZ

The aim of this study is to investigate the relationships between attachment styles, abilities of reading mind in the eyes, psychological problems and internet addiction levels in adolescents between 14-16 years of age. This cross sectional study was conducted among 873 adolescents in 9 educational institutions, 4 of which is primary and 5 of which is high school level. Short Form of Young's Internet Addiction Test (YIAT-SF); Child Form of Reading the Mind in the Eyes Test (Eyes Test); Short Form of Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA); and, The Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ) were used. In data analysis, independent samples t test, chi square, Pearson moment product correlation and binary logistic regression analysis were used. Statistical analysis were carried out in SPSS 20 and significance values were set at $p < .05$ and $p < .01$. The results of the study indicated that there was no significant difference in internet addiction scores in terms of gender. There was a negative correlation between total scores of YIAT-SF and Eyes Test, IPPA Mother Form, and IPPA Father Form. There was a positive correlation between the total score of YIAT-SF and that of SDQ significantly. The results of the regression analyse indicated that Eyes Test, IPPA Mother Form and Father Form total scores predicts the internet addiction levels scores significantly. Today, the number of adolescents applying for mental health units due to problematic internet use is increasing. It is suggested that the evaluations of the relationship of the adolescents with their parents, the abilities of theory of mind, the examination of the attention deficit and hyperactivity, emotion and behaviour problems. Additionally, the therapeutic interventions about improving the abilities of theory of mind of the adolescents with internet addiction, and focusing on the relationship with their parents may increase the treatment success.

Key Words: Internet addiction, Attachment, Reading mind in the eyes, Psychological problems, Adolescence.

ÖN SÖZ

Son yıllarda teknolojinin hızla gelişim göstermesi ve internet kullanımının hızla artması, internet bağımlılığı sorununu beraberinde getirmiştir. Buradan yola çıkarak, internet bağımlılığı için en önemli risk grubu olan ergenlerin, ebeveynlerine bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve ruhsal sorunları ile internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkileri saptamak amacıyla bu çalışmayı gerçekleştirdim.

Çalışmanın tüm aşamalarında, engin akademik ve klinik tecrübesi ile yoluma ışık tutan Dr. Öğr. Üyesi Mesut YAVUZ hocama; yüksek lisans eğitim sürecim boyunca her sorunuma büyük bir hoşgörü ile yaklaşıp çözüm bulan, akademik anlamda kendisinden çok şey öğrendiğim Prof. Dr. Bozkurt KOÇ hocama; tez sürecim boyunca akademik yardımları ile çalışmama büyük katkı sağlayan değerli meslektaşım Selda ÇALLI'ya; yüksek lisans eğitimi sürecimde kendisinden ders alma şansı yakaladığım, özellikle araştırma yöntemleri ve istatistik anlamında üzerimde büyük katkıları olan Doç. Dr. Murat KURT hocama; hem akademik hem de motivasyonel anlamda çok büyük desteklerini gördüğüm ve birlikte çalışma fırsatı yakaladığım için kendimi şanslı addettiğim İstanbul Aydın Üniversitesi Psikoloji Bölümü'ndeki hepsi birbirinden kıymetli hocalarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Hummalı tez çalışmalarım sırasında, belki de en çok kahrımı çeken, her zaman en büyük destekçilerim olan başta annem, babam ve nişanlım Yurdanur AKALIN olmak üzere tüm aileme çok teşekkür ederim.

Yapılan bu çalışmanın, akademik ve klinik alanda önemli katkılar sağlaması dileğiyle.

Burak AKDENİZ

Haziran, 2018

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	iii
ABSTRACT	iv
ÖN SÖZ.....	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	x
KISALTMALAR	xi

GİRİŞ

1. Araştırmanın Konusu.....	1
2. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	3
3. Araştırmanın Hipotezleri.....	4
4. Araştırmanın Sayıtları	5
5. Araştırmanın Sınırlılıkları	5
6. Araştırmanın Güçlü Yönleri.....	5
7. Temel Kavramlar.....	6

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. İnternet Bağımlılığı	8
1.1.1. İnternet Bağımlılığının Tanımı	9
1.1.2. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı.....	12
1.1.3. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Risk Faktörleri	13
1.1.4. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Psikopatolojiler	14
1.1.5. Ergenlik Dönemi ve İnternet Bağımlılığı.....	15
1.1.6. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yapılan Bazı Araştırma Özetleri	16
1.2. Bağlanma Kuramı.....	18
1.2.1. Bağlanmanın Kuramının Tanımı ve Önemi.....	18
1.2.2. Bağlanmanın Gelişimi.....	20
1.2.3. Bağlanma Stilleri.....	21
1.2.4. Bağlanma ve Psikopatoloji.....	28
1.2.5. Bağlanmanın Nöropsikolojik Temelleri.....	29
1.2.6. Ergenlik Dönemi ve Bağlanma	30
1.2.7. Bağlanma ile İnternet Bağımlılığı İlişkisi	31

1.2.8. Bağlanma ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkileri İnceleyen Bazı Araştırma Özetleri	32
1.3. Zihin Kuramı	33
1.3.1. Zihin Kuramının Tanımı	33
1.3.2. Zihin Kuramının Gelişimi	35
1.3.3. Zihin Kuramı Teorileri	36
1.3.4. Zihin Kuramının Nöropsikolojik Temelleri	37
1.3.5. Zihin Kuramı ile Bağımlılık İlişkisi	37
1.3.6. Zihin Kuramı ile İnternet Bağımlılığı İlişkisi	37
1.3.7. Zihin Kuramı ile İlgili Yapılan Bazı Araştırma Özetleri	39

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Örneklem	41
2.2. Bilgi Toplama Araçları	42
2.2.1. Demografik Bilgi Formu	42
2.2.2. Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu	42
2.2.3. Gözlerden Zihin Okuma Testi Çocuk Formu	42
2.2.4. Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Kısa Formu	43
2.2.5. Güçler ve Güçlükler Anketi	43
2.3. İşlem	44
2.4. Analiz	46

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerinin İncelenmesi	51
3.2. Katılımcıların İnternet Kullanımı ile İlgili Bilgilerinin İncelenmesi	54
3.3. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistiklerin İncelenmesi	57
3.4. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Cronbach Alpha (α) Güvenirlik Katsayılarının İncelenmesi	58
3.5. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Faktör Yapılarının İncelenmesi	58
3.6. İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumuna Göre Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi	59
3.7. İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumuna Göre İnternet Kullanımı ile İlgili Bilgileri İçeren Değişkenler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi	61

3.8. Katılımcıların YİBT_KF, GZOT_ÇF, EABE_A, EABE_B, GGA Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi.....	63
3.9. Katılımcıların GZOT_ÇF, EABE_A, EABE_B, GGA Ölçeklerinden Aldıkları Puanların İnternet Bağımlılığına Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi	65
3.10. Katılımcıların Çevrimiçi Olma Amaçlarına Göre YİBT_KF Puanlarının İncelenmesi.....	67
3.11. Araştırmada Kullanılan Ölçek Puanları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi .	68
3.12. Katılımcıların İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumunu Yordayan Faktörlerin İncelenmesi	70

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

4.1. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığına İlişkin Bulguların Tartışması ve Yorumu	71
4.2. Katılımcıların Demografik Bilgilerinin İnternet Bağımlılığı Açısından Tartışması ve Yorumu	72
4.3. Katılımcıların İnternet Kullanımı ile İlgili Bilgilerinin İnternet Bağımlılığı Açısından Tartışması ve Yorumu.....	73
4.4. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenirlik Katsayıları ve Faktör Yapılarına İlişkin Bulguların Tartışması ve Yorumu.....	74
4.5. Katılımcıların Yaşadıkları Ruhsal Sorunlar ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulguların Tartışması ve Yorumu	75
4.6. Katılımcıların Gözlerden Zihin Okuma Becerilerinin ve Bağlanma Stilllerinin İnternet Bağımlılığı ile İlişkilerine İlişkin Bulguların Tartışması ve Yorumu.....	76
SONUÇLAR	80
ÖNERİLER	82
KAYNAKÇA	83
EKLER.....	93
EK.1. Demografik Bilgi Formu.....	93
EK.2. Gözlerden Zihin Okuma Testi Çocuk Formu Cevap Anahtarı	95
EK.3. Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu	96
EK.4. Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri.....	97
EK.5. Güçler ve Güçlükler Anketi	98
EK.6. Bilgilendirici Onam Formu	99
ÖZGEÇMİŞ.....	100

TABLolar LİSTESİ

Tablo.1 Young'un İnternet Bağımlılığı Ölçütleri.....	11
Tablo.2 İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yapılan Bazı Araştırma Özetleri	17
Tablo.3 Bağılanma ile İlgili Yapılan Bazı Araştırma Özetleri.....	33
Tablo.4 Zihin Kuramı İle İlgili Yapılan Bazı Araştırma Özetleri	40
Tablo.5 Araştırmada Kullanılan Ölçek Toplam Puandaki Sapkın Verileri Gösteren Z Puanları	48
Tablo.6 Katılımcıların Cinsiyete ve Yaşa Göre Dağılımları	51
Tablo.7 Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Okul Türüne	52
ve Sınıfa Göre Dağılımları	52
Tablo.8 Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Dağılımları	52
Tablo.9 Katılımcıların Anne-Baba Eğitim Durumlarına Göre Dağılımları	53
Tablo.10 Katılımcıların Aile Ortalama Aylık Gelir Durumlarına.....	54
Göre Dağılımları	54
Tablo.11 Katılımcıların Günlük İnternette Geçirdikleri Süreye, İnternet Kullanımı ile İlgili Süre Sınırlarının Olup Olmadığına ve İnternete Girdikleri Cihazda Aile Güvenlik Sistemi Bulunma Durumuna Göre Dağılımları.....	55
Tablo.12 Katılımcıların İnternete Eriştikleri Cihaza, Bilgisayar/Tablete	56
Sahip Olma ve Akıllı Telefona Sahip Olma Durumuna Göre Dağılımları.....	56
Tablo.13 Katılımcıların İnternete Girdikleri Mekanlara Göre Dağılımları.....	56
Tablo.14 Katılımcıların Çevrimiçi Olma Amaçlarına Göre Dağılımları	57
Tablo.15 Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistikler.....	57
Tablo.16 Ölçeklere İlişkin Cronbach Alpha Güvenirlik Katsayıları.....	58
Tablo.17 Ölçeklere İlişkin Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	58
Tablo.18 İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumuna Göre Dağılımları	59
Tablo.19 İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumuna Göre Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin İki Yönlü Ki Kare Analizi.....	60
Tablo.20 İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumuna Göre Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin İki Yönlü Ki Kare Analizi.....	62
Tablo.21 Katılımcıların Ölçeklerden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının Bağımsız Gruplar T Testi ile Analizi.....	64
Tablo.22 Katılımcıların Ölçeklerden Aldıkları Puanların İnternet Bağımlılığına Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının Bağımsız Gruplar T Testi ile Analizi.....	66
Tablo.23 Katılımcıların Çevrimiçi Olma Amaçlarına Göre YİBT_KF Puanlarının Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması	67
Tablo.24 Araştırmada Kullanılan Ölçek Puanlarına İlişkin Pearson Basit Doğrusal Korelasyon Analizi.....	69
Tablo.25 Ergenlerin İnternet Bağımlılığı Olup Olmama Durumunu Yordayan Faktörlerin Belirlenmesine Yönelik Yapılan İkili Lojistik Regresyon Analizi	70

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil.1 Bartholomew ve Horowitz'in Bağlanma Modeli 27



KISALTMALAR

YİBT_KF: Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu

EABE: Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri

EABE_A: Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Anne Formu

EABE_B: Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Baba Formu

GZOT_ÇF: Gözlerden Zihin Okuma Testi Çocuk Formu

GGA: Güçler ve Güçlükler Anketi



GİRİŞ

1. Araştırmanın Konusu

İnternet, ortaya çıkışından itibaren kısa süre içerisinde adeta yaşamımızın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. İnternet, bilgilendirici, kullanışlı, iletişimi kolaylaştırıcı ve eğlendirici özelliklerinden dolayı, insanlar tarafından sıkça tercih edilmiş ve insanların çalışma ve boş zamanını değerlendirme alışkanlıklarını değiştirmiştir (Tsai ve ark., 2009). Günümüzde, dünya nüfusunun yaklaşık yarısı (Xin ve ark., 2018); Türkiye nüfusunun ise yarısından fazlası (Kutlu ve ark., 2016) internet kullanıcıdır. İnternetin son yıllarda hızlı bir şekilde yaygınlaşması, insanların hayatında iyi ya da kötü yönde değişikliklere neden olmuştur (Davis, 2001). Bir yandan, insanlar internet sayesinde, bilgiye kolay, ucuz, hızlı ve güvenli yoldan erişebilirken; diğer yandan internet kullanımının aşırı derecede ve kontrolsüz şekilde olması internet bağımlılığı probleminin ortaya çıkmasına yol açmıştır (Spada, 2014).

İnternet bağımlılığı, bireylerin özel yaşantılarında ya da okul veya iş hayatlarında psikolojik ve sosyal zorluklara neden olan internet kullanımını kontrol edememeleri olarak ifade edilmektedir (Davis, 2001; Young ve Rogers, 1998).

İnternet bağımlılığı, psikolojik, bilişsel ve kişilerarası iletişim yönünden birey üzerinde olumsuz etkiler meydana getirmektedir (D'Hondt ve Muraige, 2017; Ho ve ark., 2014). Yapılan pek çok araştırma, internet bağımlılığının diğer psikiyatrik bozukluklara eşlik ettiğini göstermektedir (Caplan, 2005; Fayazi ve Hasani, 2017). Bu sebeple, internet bağımlılığına neden olan faktörlerin belirlenmesi, internet bağımlılığını önlemeye ve tedavi etmeye yönelik programların geliştirilmesi için büyük önem arz etmektedir.

İnternet kullanıcılarının büyük bir oranını ergenler oluşturmaktadır (Tsai ve ark., 2009). Aynı zamanda ergenler, internet bağımlılığı için en büyük risk grubu konumundadır (Ge ve ark., 2017; Reiner ve ark., 2017).

Ergenlerin internet bağımlılığının başlamasında ve internet bağımlılığı düzeyinin artmasında, aile faktörleri önemli yer tutmaktadır. Erken dönemde ebeveynlerle bağlanma etkileşimleri sonucu oluşan içsel çalışma modeli, bireyin daha sonraki yıllardaki iletişimlerini, emasyon düzenleme becerilerini, başa çıkma becerilerini ve kişilerarası ilişkilerini etkilemektedir (Ainsworth ve Bowlby, 1991).

Bağlanma, bireyin belirli kişilere karşı geliştirdiği, güçlü duygusal bağdır (Bowlby, 1982; Keough ve ark., 2018). Bağlanma, güvenli ve güvensiz bağlanmayı içeren iki uç kutuptan oluşmaktadır. Güvenli bağlanan bireyler, olumlu kişilerarası ilişkiler geliştiren, duygularını düzenleme becerisine sahip, ihtiyaç duyulduğunda sosyal destek arayabilen birey olarak ifade edilmektedir. Güvensiz bağlanan bireyler ise, daha düşük özgüvene sahip, üst düzey duyguları düzenleme konusunda problem yaşayan, daha az sosyal destek arayan ve genellikle etkili olmayan, uyumsuz başa çıkma becerilerine sahip bireyler olarak tarif edilmektedirler (akt. Keough ve ark., 2018).

Bağlanma karakteristikleri ergenlikte psikopatolojiye yol açan en önemli faktörlerden biridir (Tüzün ve Sayar, 2006). Birçok madde ve davranışsal bağımlılıkta olduğu gibi (akt. Keough ve ark., 2018), bireylerin bağlanma karakteristikleri, internet bağımlılığı düzeyleriyle de yakından ilişkilidir (Chang ve ark., 2015; Jia ve Jia, 2016; Papacharissi ve Rubin, 2000; Reiner ve ark., 2017; Savcı ve Aysan, 2016; Schimmenti ve ark., 2013). Güvensiz bağlanan bireylerin, kişilerarası ilişkilerde başarısız olmaları sebebiyle, çevrimiçi ortamları daha çok tercih ettikleri ve internet bağımlılığına daha yatkın oldukları görülmektedir (Papacharissi ve Rubin, 2000).

Ergenlerde internet bağımlılığına yol açan bir diğer unsur ise bireylerin zihin kuramı becerileridir. Gözlerden zihin okuma becerileri ile bireylerin zihin kuramı becerileri ölçümlenmektedir. Zihin Kuramı, bireyin kendisinin ve diğerlerinin zihinsel durumlarını (duygular, arzular, inançlar) anlama ve davranışlarını açıklama ve yordama becerisidir (Premack ve Woodruff, 1978). Zihin kuramı becerileri, duyguları ifade etmeyi, duyguları anlamayı, empati geliştirmeyi, bir kişinin niyetini anlamayı ve farklı insanların farklı bakış açılarına sahip olabileceğini bilmeyi (Girli, 2014), zihinsel durumlardan çıkarsama yapabilmeyi ve zihinsel temsiller oluşturabilmeyi (Brüne ve Brüne-Cohrs, 2006) içermektedir.

Yüz ifadelerini tanıma, bireylerin yüz yüze karşılaşmalar boyunca, karşısındaki kişilerin yüz ifadelerindeki değişimleri algılamaları açısından gerekli bir sosyal beceridir (Blair, 2003). İnsanlar sosyal birer varlık olarak, doğaları gereği, her gün eşleri ya da arkadaşları ile dikkate değer sayıda etkileşim kurmaktadır (Castelli ve ark., 2010). Aynı zamanda, insanlar sosyal etkileşimler kurarken, yüz ifadeleri sayesinde karşısındakilere birtakım sinyaller yollamakta ve karşısındakilerden de birtakım sinyaller alarak sosyal davranışlarını bu sinyallere uygun şekilde

düzenlemektedirler (Blair, 2003). Ancak, gözlerden zihin okuma becerileri düşük olan birey, diğer insanlar tarafından yüz ifadeleri ile aktarılan sinyalleri doğru olarak anlayamadığı için, kişilerarası etkileşimlerde sorunlar yaşamaları daha olasıdır. Sosyal anlamda sorunlar yaşayan bu bireyler, çevrimiçi sosyal etkileşimleri akranlarına oranla daha çok tercih etmektedirler. Çünkü bu bireyler, çevrimiçi ortamdaki sosyal etkileşimlerde kendini sunma becerilerini, yüz yüze etkileşimlere göre daha iyi olarak algılamaktadırlar (Caplan, 2005). Bunun nedeni ise, çevrimiçi ortamlarda sosyal riskin daha az olmasıdır. Yapılan araştırmalarda, internet bağımlısı bireylerin gözlerden zihin okuma becerilerinin akranlarından düşük olduğu gözlenmiştir.

Bu bilgilerden yola çıkarak, çalışmada ergenlerde internet bağımlılığı ile bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve ruhsal sorunlar arasındaki ilişkiler incelenecektir. Ergenlik dönemindeki internet bağımlılığı ile ilgili risk faktörlerinin belirlenmesi, önleme ve müdahale programlarının geliştirilmesi için oldukça önemlidir (Ding ve ark., 2017). Ulusal ve uluslararası literatürde, bağlanma ilişkileri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkileri ve gözlerden zihin okuma becerileri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar bulunmakla birlikte; bağlanma ilişkileri, gözlerden zihin okuma ve internet bağımlılığı ilişkilerini birlikte inceleyen bir çalışmanın bulunmadığı gözlenmiştir. Elde edilen sonuçların akademik ve klinik alana yönelik faydalı bilgiler sağlayacağı düşünülmektedir.

2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmada, ergenlerin bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve yaşadıkları ruhsal sorunlar ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmaktadır. Böylece, literatürdeki konuya ilişkin bilgi eksikliğinin giderilmesi planlanmaktadır. Ayrıca, anne-çocuk bağlanma örüntüleri ve ergenlerin gözlerden zihin okuma becerileri ile internet bağımlılığı ilişkisine dair elde edeceğimiz bulguların, internet bağımlılığının önlemesine yönelik geliştirilecek olan çalışmalara temel oluşturacağı düşünülmektedir.

14-16 yaş aralığındaki ergenlerin bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve ruhsal sorunları ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma bulunmadığı gözlemlenmiştir. Araştırmalarımıza göre uluslararası yazında da bu konudaki çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda elde

edilecek bilgilerin hem literatürdeki konu ile ilgili bilgi eksikliğini gidereceği, hem de internet bağımlılığını önlemeye yönelik programların oluşturulmasına bir temel oluşturacağı düşünülmektedir.

3. Araştırmanın Hipotezleri

1. Hipotez: 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin bağlanma stilleri ve gözlerden zihin okuma becerileri ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

2. Hipotez: 14-16 yaş aralığındaki ergenlerde internet bağımlılığı düzeyi demografik bilgilere (cinsiyet, yaş, okul türü, öğrenim gördüğü sınıf, ebeveynlerinin eğitim düzeyleri, ailenin sosyoekonomik düzeyi) göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

3. Hipotez: 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin internet bağımlılığı düzeyi internet kullanım bilgilerine (günlük ortalama internette zaman geçirme süresi, süre sınırı bulunma durumu, internete erişilen mekan, çevrimiçi olma amacı) göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

4. Hipotez: 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin gözlerden zihin okuma becerileri cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

5. Hipotez: 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin ebeveyn ve arkadaşlara bağlanma karakteristikleri cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

6. Hipotez: 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin yaşadıkları ruhsal sorunların düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

7. Hipotez: 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin gözlerden zihin okuma becerileri internet bağımlısı olup olmama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

8. Hipotez: 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin ebeveyn ve arkadaşlara bağlanma karakteristikleri internet bağımlısı olup olmama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

9. Hipotez: 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin yaşadıkları ruhsal sorunların düzeyleri internet bağımlısı olup olmama durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır.

10. Hipotez: 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin anneye bağlanma karakteristikleri, babaya bağlanma karakteristikleri ve gözlerden zihin okuma becerileri değişkenlerinden oluşan model, ergenlerin internet bağımlısı olup olmama durumlarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır.

4. Araştırmanın Sayıtları

Araştırmada kullanılan Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT_KF), Gözlerden Zihin Okuma Ölçeği Çocuk Formu (Gözler Testi; GZOT_ÇF), Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Anne ve Baba Formu (EABE_A ve EABE_B), Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA), öz bildirim dayalı ölçek ve envanterlerdir. Katılımcıların bu ölçek ve envanterlerde yer alan maddeleri içtenlikle yanıtladıkları kabul edilmiştir.

5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Kesitsel nitelikte bir araştırma olması sebebiyle, çalışmanın sonuçları hakkında güçlü nedensel çıkarımlar yapılamamaktadır. Diğer yandan, araştırmanın örneklem grubu sadece İstanbul ilindeki eğitim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerden seçilmiştir. Bu durum, genellenebilirlik konusunda sınırlılığa yol açmaktadır. Ayrıca, araştırmada klinik örneklem üzerinde çalışılmamıştır. Bu durum, genellenebilirlik konusunda sınırlılığa yol açmaktadır.

6. Araştırmanın Güçlü Yönleri

Ergenlerin bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve ruhsal sorunları arasındaki ilişkileri birlikte inceleyen çalışmaya, ulusal ve uluslararası literatürde rastlanmamıştır. Bu anlamda, çalışmanın alanında özgün bir araştırma olduğunu söylemek mümkündür.

Araştırmanın örneklem büyüklüğü, yapılan güç analizi sonucu ulaşılan sayının oldukça üzerindedir. Bu sebeple, örneklem sayısının görece yüksek olduğu söylenebilir. Bu durum, araştırma sonuçlarının genellenebilirliği konusunda daha geçerli sonuçlar çıkmasına olanak sağlamaktadır. Ayrıca, araştırmada kullanılan ölçme araçları standardizasyonları yapılmış geçerli ve güvenilir ölçek ve envanterlerdir.

7. Temel Kavramlar

İnternet Bağımlılığı: Bireylerin özel yaşantılarında ya da okul veya iş hayatlarında psikolojik ve sosyal zorluklara neden olan internet kullanımını kontrol edememesidir (Davis, 2001; Young ve Rogers, 1998). Literatürde, internet bağımlılığı yerine, “patolojik internet kullanımı”, “problematik internet kullanımı”, “siber bağımlılık”, “sağlıksız internet kullanımı” ve “kompulsif internet kullanımı gibi kavramlar da kullanılmaktadır (Fayazi ve Hasani, 2017; Robertson ve ark., 2018).

Bağlanma: Bağlanma, bireyin başka belirli kişilere karşı geliştirdiği, güçlü emosyonel bağlıdır (Bowlby, 1982; Keough ve ark., 2018). Bağlanma kuramı, çocuğun bakım veren ile olan bağına odaklanmaktadır (Bowlby, 1982). Bağlanma, güvenli ve güvensiz bağlanmayı içeren iki uç kutuptan oluşmaktadır.

Gözlerden Zihin Okuma Becerileri: Diğer kişilerin duygu ve düşüncelerini gözlerinden anlama becerileridir. Gözlerden zihin okuma testi ile bireylerin zihin teorisi becerileri ölçülmektedir (Girli, 2014).

Zihin Kuramı: Zihin Kuramı, bireyin kendisinin ve diğerlerinin zihinsel durumlarını (emosyonlar, arzular, inançlar) anlama ve davranışlarını açıklama ve yordama becerisidir (Premack ve Woodruff, 1978). Zihin kuramı becerileri, duyguları ifade etmeyi, duyguları anlamayı, empati geliştirmeyi, bir kişinin niyetini anlamayı ve farklı insanların farklı bakış açılarına sahip olabileceğini bilmeyi (Girli, 2014), zihinsel durumlardan çıkarsama yapabilmeyi ve zihinsel temsiller oluşturabilmeyi (Brüne ve Brüne-Cohrs, 2006) içermektedir.

Ruhsal Sorunlar: Altta yatan ruhsal işlevselliğin psikolojik, biyolojik veya gelişimsel süreçlerinde bir işlev bozukluğunu yansıtan, kişinin bilişinde, duygusal öz denetiminde veya davranışlarında klinik olarak belirgin bozulma ile tanımlanmış bir sendromdur (APA, 2013).

Ergenlik: Çocukluktan yetişkinliğe geçişin gerçekleştiği gelişimsel dönemdir. Biyolojik, bilişsel, sosyal ve emosyonel değişimleri içermektedir. Ergenlik, yaklaşık 10-13 yaşlarında başlamakta ve 20'li yaşların başında son bulmaktadır (Santrock, 2014).



BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. İnternet Bağımlılığı

Günümüzde yaşamın birçok alanına giren internet, oldukça kısa bir geçmişe sahiptir (Şenormancı ve ark., 2010). İnternetin temel ortaya çıkış amacı bilgiye kolay, ucuz, hızlı ve güvenli yoldan ulaşmak ve iletişimi kolaylaştırmaktır (Arısoy, 2009; Ding ve ark., 2017). Günümüzde, internetin yaygınlaşması ile birlikte, insanlar bilgiye, eğlenceye, sosyal ağlara, oyuna ve uluslararası iletişimlere kolayca ulaşma imkanı bulmaktadırlar (Ding ve ark., 2017; Reiner ve ark., 2017; Xin ve ark., 2018). İnternet, bilgilendirici, kullanışlı ve eğlendirici özelliklerinden dolayı, insanların çalışma ve boş zamanını değerlendirme alışkanlıklarını değiştirmiştir ve hızla küresel dünyanın temel bir bileşeni haline gelmeye başlamıştır (Tsai ve ark., 2009).

Son birkaç yılda, internet kullanımı dikkate değer ölçüde artış göstermiştir (Cao ve Su, 2007). Teknoloji çağı olarak adlandırabileceğimiz bu dönemde bilgisayar ve internet kullanımı artık hayatın vazgeçilmez birer gereçleri haline gelmiştir (Arısoy, 2009).

İnternetin hızla yaygınlaşması, insanların deneyimlerini etkilemiş ve insanların yaşamında iyi ya da kötü yönde köklü değişiklikleri beraberinde getirmiştir. İnternet kullanımını, bir ucunda sağlıklı internet kullanımı, diğer ucunda sağlıksız internet kullanımı olan bir spektrum olarak düşünmek mümkündür (Davis, 2001). İnternete ulaşılabilirliğin kolaylaşması ve kişinin günlük yaşamını planlamadan yaşıyor olması, internet bağımlılığı riskini arttırmaktadır (Reiner ve ark., 2017).

Yapılan araştırmalar, internet kullanımının kişinin iyilik haline (well-being) olumsuz etkiler yaratabileceğini göstermiş ve bu durum internetle ilgili kaygıların artmasına yol açmıştır (Lam, 2014). Son yıllarda patolojik internet kullanımının

artması, “internet bağımlılığı”nın ortaya çıkmasına yol açmıştır (Spada, 2014) ve araştırmacıları bu konuda araştırma yapmaya yöneltmiştir (Kutlu ve ark., 2016). Young’un 1998 yılında internet bağımlılığı ile ilgili yapmış olduğu araştırmadan itibaren, internet bağımlılığı sıkça araştırılan bir konu haline gelmiştir (Xin ve ark., 2018).

1.1.1. İnternet Bağımlılığının Tanımı

Bağımlılık, bir madde ya da davranışı kullanmayı bırakamama veya kontrol edememe durumu olarak tanımlanmaktadır (Egger ve Rauterberg, 1996). İnternet bağımlılığı ise genel olarak, bireylerin özel yaşantılarında ya da okul veya iş hayatlarında psikolojik ve sosyal zorluklara neden olan internet kullanımını kontrol edememesi olarak ifade edilmektedir (Davis 2001; Young ve Rogers 1998).

İnternet bağımlılığı, bireyin hayatının bir veya birden fazla alanında olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Chou ve ark., 2005; Young, 1998). İnternet bağımlısı olan bireyler, kontrol edilemez şekilde çevrimiçi olma arzusu duymaktadırlar ve internette aşırı zaman geçirmekten kaynaklanan zararlara rağmen, aşırı internet kullanma isteğinin önüne geçememektedirler (Lam ve ark., 2009; Spada, 2014; Van Rooij ve Prause, 2014). Bu bireyler, internete erişimin kısıtlandığı durumlarda kaygı (Esen ve Siyaz, 2011), aşırı sinirlilik, saldırganlık, yoksunluğu artması gibi belirtiler göstermektedirler. Bu durum, bireylerin aile ve sosyal yaşamlarının giderek bozulmasına yol açmaktadır (Young, 2004).

Davis (2001), internet bağımlılığını, kullanıcıları için olumsuz kişisel ve profesyonel sonuçlara yol açan internet ile ilgili bilişler ve davranışlar olarak tanımlamıştır. Kişinin çevrimiçi olduğu zamanlarda kendisini daha olumlu hissetmesi, internetin uyumsuz bilişsel semptomlarına; kişinin iş, okul ya da özel hayatında olumsuz sonuçlar elde etmesine rağmen kompulsif derecede internet kullanımına devam etmesi ise internet uyumsuz davranışsal semptomlarına örnek olarak verilebilmektedir.

İnternet bağımlılığı yalnızca genel bir bağımlılık türü olarak ele alınmamakta, çevrimiçi oyun bağımlılığı, çevrimiçi kumar bağımlılığı ya da siberseks bağımlılığı gibi internetin özgül bir alanına yönelik bağımlılıklar da bulunmaktadır (Ng ve Wiemer-Hastings, 2005).

Caplan 2005 yılında yapmış olduğu çalışmasında, kompulsif internet kullanımı ve aşırı internet kullanımı kavramlarının ayırımına değinmiştir. Caplan'a göre, kompulsif internet kullanımı ve aşırı internet kullanımı birbirleriyle yakından ilişkili olmakla birlikte, kavramsal olarak birbirlerinden farklı davranışsal kalıplardır (Caplan, 2005). Aşırı internet kullanımı, kişinin normal olduğunu düşündüğü veya planladığı internet kullanım miktarını aşan derecede internet kullanması anlamına gelirken; kompulsif internet kullanımı, dürtü kontrolündeki güçlükten kaynaklanmaktadır (Caplan, 2002). İnternetin aşırı kullanımı her zaman bir soruna yol açmayabilir. Örneğin, bir öğrencinin bir çalışmada başarılı olmak için internet başında fazla vakit geçirmesi problem teşkil etmeyebilir. Kompulsif internet kullanımının ise olumsuz sonuçlara yol açma olasılığı daha yüksektir (Caplan, 2005).

Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nda (DSM-5), çevrimiçi kumar bağımlılığı ve oyun bağımlılığı yer alırken, internet bağımlılığı tanı ölçütleri henüz bulunmamaktadır. DSM-5'e göre çevrimiçi oyun bağımlılığı, "Kişide önemli bozulmalara ve sıkıntılara yol açan, genellikle diğer kullanıcılarla birlikte oynanan, internette oyun oynama ile sürekli ve tekrarlayan şekilde meşgul olma" durumudur (APA, 2013). Bu bağımlılık, internet kullanım miktarında kontrol kaybı, çevrimiçi geçirilen sürede artış, çevrimiçi davranışın kontrolünde azalma, internet erişiminin olmadığı zamanlarda olumsuz mood (duygudurum) hali ve olumsuz etkiler yaratmasına rağmen çevrimiçi olmaya devam etme ile karakterizedir. Olumsuz psikolojik göstergeleri olarak depresyon, anksiyete, hiperaktivite ve davranış sorunları gösterilebilir. Artan sayıda çalışma sonucu, çevrimiçi kumar oynama, siberseks, sosyal ağlar gibi internetin değişik kullanım alanlarını aşırı kullanan bireylerde de benzer olumsuz etkilerin olduğunu göstermektedir (Reiner ve ark., 2017).

İnternet bağımlılığından ise ilk bahseden kişi Goldberg'tir. Bununla birlikte, internet bağımlılığının ilk işevuruk tanımı Young tarafından yapılmıştır (Batıgün ve Hasta, 2010). Young internet bağımlılığındaki patolojik belirtilerin (dürtü kontrol bozukluğu gibi) benzerliğinden yola çıkarak, patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini, patolojik internet kullanımına (internet bağımlılığı) uyarlamıştır ve "internet bağımlılığı tanı ölçütleri"ni oluşturmuştur (Tablo.1) (Young, 1996).

Tablo.1 Young'un İnternet Bağımlılığı Ölçütleri

- “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 gereksinimi duyma,
3. İnternet kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması,
4. İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, çökkünlük veya 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 sorunlardan kaçmak veya olumsuz duygulardan (örneğin, çaresizlik, suçluluk, çökkünlük, kaygı) uzaklaşmak için kullanma.”

Davis, bilişsel davranışçı teorisinde, patolojik internet kullanımının kullanım amacına göre, ‘özgül’ ve ‘yaygın’ olmak üzere iki belirgin biçimi olduğunu ileri sürmüştür. *Özgül patolojik internet kullanımı*, internetin içeriğe özgü fonksiyonlarının (kumar, borsa, cinsel içerikleri görüntüleme, oyun, alışveriş gibi) aşırı kullanılmasını ya da suistimalini (kötüye kullanımını) içermektedir (Caplan, 2002; Davis, 2001). *Özgül patolojik internet kullanımında* amaç doğrudan internet kullanımı değil, bir hedefe ulaşmak için internet kullanılmasıdır (Şenormancı ve ark., 2010). *Yaygın patolojik internet kullanımı* ise, negatif kişisel ve profesyonel sonuçları olan internetin çok boyutlu aşırı kullanımınıdır. Yaygın patolojik internet kullanımında, amaç doğrudan internet kullanımınıdır. Kullanım amacı ya çok çeşitlidir ya da açık bir amaç olmaksızın çok fazla zaman harcanması söz konusudur (Şenormancı ve ark., 2010). Genellikle her an ulaşılabilir ve ulaşılabilir olma gereksinimi vardır. Bu kişiler, internet başında çevrimiçi olma gibi sanal deneyimleri yüz yüze ve kişilerarası iletişime tercih etmektedirler (Caplan, 2002).

Literatürde, internet bağımlılığı yerine, “patolojik internet kullanımı”, “problematik internet kullanımı”, “siber bağımlılık”, “sağlıksız internet kullanımı” ve

“kompulsif internet kullanımı” gibi kavramlar da kullanılmaktadır (Fayazi ve Hasani, 2017; Robertson ve ark., 2018).

Young (1998), internet bağımlılığını problemleri bir davranışsal yapı olarak tanımlamakla birlikte, internet bağımlılığının kişinin yaşamındaki diğer olumsuz yönlerinin etkisini azaltıcı, yani telafi edici bir rol de üstlendiğini savunmaktadır. Bu görüşe göre, kişi yaşamda karşılaşmış olduğu zorluklar ve yaşadığı hüsranslar karşısında internet bağımlılığına sürüklenebilmektedir. Kişi aile, okul veya sosyal yaşamla ilgili karşılaştığı zorlukların olumsuz etkilerini azaltması (telafi etmesi) için internete yönelmektedir (Xin ve ark., 2018).

1.1.2. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı

İnternet, henüz ortaya çıkışının üzerinden yarım yüzyıl geçmeden insanların ilgi odağı haline gelmiş ve dünya çapında üç milyardan fazla insan tarafından kullanılmaya başlanmıştır. İnternet kullanımının yaygınlığı ile ilgili 2012 yılında yapılan bir araştırmada, internet kullanımının dünyada 3.3 milyar kişiye ulaştığı görülmüştür. Bu rakam dünya nüfusunun %46.4'üne denk gelmektedir (Xin ve ark., 2018).

2011 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan bir araştırmada, internet bağımlılığı oranının %6 ile %11 arasında değiştiği görülmüştür (Tsitsika ve ark., 2011). Xin ve arkadaşlarının Çin'de yaşayan ergenler üzerinde yapmış olduğu araştırmada (2018) ise, internet bağımlılığı yaygınlığı %26.5 olarak bulunmuştur. Xin ve arkadaşları, erkeklerde internet bağımlılığı oranının (%30.6), kadınlardan (%21.2) daha yüksek olduğunu gözlemlemiştir (Xin ve ark., 2018). Bir diğer çalışmada ise, ergenlerin %12.7 ile %19.4 aralığındaki oranının tam anlamıyla internet bağımlılığı tanı kriterlerini karşıladığı saptanmıştır (Reiner ve ark., 2017). 2011 yılında yapılan bir araştırmada, Türkiye'de internet bağımlılığının yaygınlığı %20 olarak rapor edilmiştir (Üneri ve Tanıdır, 2011).

Sosyal ağların (Facebook, Twitter, Instagram gibi) giderek popülerlik kazanmaya başlaması, özellikle ergenlerin gün geçtikçe internet bağımlılığında daha fazla etkilenebileceklerini düşündürmektedir (Müller ve ark., 2016; Xin ve ark., 2018).

Türkiye'de internet kullanıcısı sayısı 46 milyonu (bu sayı Türkiye nüfusunun %56.7'sini oluşturmaktadır) aşmış olup özellikle gençler arasındaki kullanımı hızla yaygınlaşmaktadır (Kutlu ve ark., 2016). TÜİK (2017) verilerine göre, Türkiye'de 16-

74 yaş aralığındaki bireylerde bilgisayar kullanım oranı %56.6, internet kullanım oranı ise %66.8'dir (TÜİK, 2017). 2013 yılında Türkiye'de yapılan araştırmaya göre, 06-15 yaş aralığındaki çocuklarda bilgisayar kullanım oranı %60.5, internet kullanım oranı %50.8 olarak bulunmuştur. 06-15 yaş aralığındaki çocukların ortalama bilgisayar kullanmaya başlama yaşı 8; ortalama internet kullanmaya başlama yaşı 9'dur. Çocukların %45.6'sı hemen her gün internet kullandıklarını belirtmişlerdir. Çocuklar en çok ödev/öğrenme (%84.8) amacıyla internete girdiklerini belirtmişlerdir ve bunu sırasıyla, oyun (%79.5), bilgi arama (%56.7) ve sosyal medya (53.5) takip etmiştir (TÜİK, 2013).

1.1.3. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Risk Faktörleri

İnternet bağımlılığı, diğer bağımlılıklarda da olduğunu gibi, bağımlılık riskini arttıran ve azaltan bir takım faktörlere sahiptir (Robertson ve ark., 2018). Yapılan çalışmalarda, erkek cinsiyet, metropolde yaşama, düşük aile geliri, olumsuz ebeveyn, öğretmen ve akran ilişkileri, kahvaltı öğününü atlama alışkanlığı, ruhsal bozukluğa sahip olma, ergenlikte risk alma davranışları, düşük akademik başarı, sosyal destek eksikliği, nevroitik kişilik yapısı, çocukluk döneminde fiziksel veya cinsel istismar geçmişi, kontrol kaybına ilişkin inançların olması internet bağımlılığı ile ilgili risk faktörleri olarak ifade edilmiştir (Griffiths, 2005; Koo ve Kwon, 2014; Robertson ve ark., 2018; Schimmenti ve ark., 2013; Tsai ve ark., 2009; Xin ve ark., 2018). Diğer yandan, güvensiz bağlanma stili patolojik internet kullanımı için ergenlerde ve yetişkinlerde bir risk faktörü olarak ön plana çıkmaktadır (Schimmenti ve ark., 2013).

Robertson ve arkadaşlarının (2018) internet bağımlılığını arttıran risk faktörlerini araştırdığı bir çalışmada, araştırmacılar 240 kişilik bir örneklem grubu üzerinde, bireylerin internet bağımlılığından zarar görme olasılıklarını azaltacak koruyucu bir faktör olarak direncin (resilience) rolüne odaklanmışlardır. Çalışmanın sonucunda, bireylerin direnç seviyeleri yükseldikçe, internet bağımlılığı oranlarını düşüğü görülmüştür. Ayrıca, direncin oyun bağımlılığı, kumar bağımlılığı ve alkol bağımlılığı gibi diğer davranışsal bağımlılıklarla da ilişkili olduğu saptanmıştır (Robertson ve ark., 2018).

1.1.4. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Psikopatolojiler

DSM-5'te henüz internet bağımlılığı tanı kriterleri bulunmamaktadır. Ancak, bu durum internet bağımlılığı probleminin önemini ortadan kaldırmamaktadır (Fayazi ve Hasani, 2017). İnternet bağımlılığı ile ilişkili psikolojik (psikopatolojik komorbite, kişilik özellikleri gibi), bilişsel (dikkat veya algı yanılgıları gibi) ve kişilerarası (sosyal izolasyon, çevrimiçi iletişim özellikleri gibi) etkenler büyük oranda keşfedilmiştir (D'Hondt ve Maurice, 2017; Ho ve ark., 2014). Yapılan pek çok araştırma, internet bağımlılığının diğer psikiyatrik bozukluklara eşlik ettiğini göstermektedir (Caplan, 2005; Fayazi ve Hasani, 2017).

İnternet bağımlılığı, önemli psikososyal disfonksiyonlar, sosyal çekilme, internet kullanım miktarını gizlemek için ebeveynlerine, arkadaşlarına ve diğerlerine internet kullanım süresi ile ilgili yalan söyleme, anksiyete, depresyon gibi disforik moodu (duygudurumu) ortadan kaldırmak için internet kullanımı gibi bireylerin sosyal, mesleki, akademik, evlilik ve kişilerarası uyumunu bozan olumsuz durumlara yol açmaktadır (Reiner ve ark., 2017; Tsai ve ark., 2009; Young, 2009). Ayrıca, Schimmenti ve arkadaşları (2013), internet bağımlılığının dikkat eksikliği, dissosiasyon, mood bozuklukları gibi psikolojik semptomlarla da ilişkili olduğunu bulmuştur. Bunların yanı sıra, internet bağımlısı bireylerin iletişim becerileri daha zayıftır ve bu durum bireyleri kişilerarası ilişkilerde yalnızlığa ve sosyal anksiyeteye sürüklemektedir (Caplan, 2005).

Diğer psikiyatrik bozukluklara kıyasla, sosyal kaygının ve depresyonun internet bağımlılığına en sık eşlik eden bozukluklar olduğu görülmektedir (Fayazi ve Hasani, 2017). Ayrıca internet bağımlılığı, psikiyatrik morbiditeyi (hastalık oranı) arttırmaktadır (akt. Tsai ve ark, 2009). Davis (2001), birey internete ulaşamadığı durumlarda, uyarana özgü davranışsal bozuklukların bazı alternatif yollarla ortaya çıkabileceğini belirtmiştir. İnternet bağımlısı gençlerle yapılan çalışmalar, internet bağımlılığının alkol, madde kullanımı, patolojik kumar oynama davranışları gibi bağımlılıklarla oldukça benzer dinamiklere sahip olduğunu göstermektedir (Tsai ve ark., 2009).

1.1.5. Ergenlik Dönemi ve İnternet Bağımlılığı

Teknolojinin daha ulaşılabilir olmaya başlamasıyla birlikte, ergenler çevrimiçi ortamlarda daha fazla zaman geçirmeye başlamışlardır (Holfeld ve Sukhawathanakul, 2017). Ergenler, eğlence, bilgi edinmek, sosyalleşmek ve arkadaş ilişkilerini sürdürmek için giderek daha fazla internette vakit geçirmektedirler (Rose ve Tynes, 2015). Facebook, Instagram, Twitter gibi sosyal ağ alanları özellikle ergenlerin arkadaşlarıyla hızlı ve zahmetsiz bir şekilde bilgi paylaşımında bulunmasını kolaylaştırmaktadır (Holfeld ve Sukhawathanakul, 2017; Reiner ve ark., 2017).

İnternet kullanıcılarının büyük bir oranını gençlerden oluşmaktadır (Tsai ve ark, 2009). Ancak, ergenler ve genç yetişkinler aynı zamanda, internet bağımlılığı için en büyük risk gruplarıdır (Ge ve ark., 2017; Reiner ve ark., 2017). Ergenler, yüksek yenilik arayışları, düşük benlik kontrolleri ve akran etkisine yüksek duyarlılıkları nedeniyle, internet bağımlılığına yetişkinlerden daha yatkındırlar (Ding ve ark., 2017).

Çevrimiçi ortamlarda denetimin sınırlı olması, ergenlerin internet bağımlılığı ve siber mağduriyet gibi olumsuz internet deneyimlerini yaşama riskini arttırmaktadır. İnternet bağımlılığı, ergenin uyumunu olumsuz yönde etkilemektedir ve bireyin psikolojik sorunlar ve bağımlılık sorunları yaşamalarına yol açmaktadır (Ding ve ark., 2017; Salmela-Aro ve ark., 2017). İnternet bağımlılığı, özellikle ergenler için, psikolojik, sosyal, iş ve okul yaşamında problemlere ve zorluklara yol açmaktadır. İnternet bağımlılığı, ergenlerin hayata olumlu açıdan bakışını olumsuz yönde etkilemektedir. Yapılan çalışmalar, internet bağımlılığının alkol kullanımı, depresyon, düşük sosyoekonomik düzey, anksiyete ve stres ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Holfeld ve Sukhawathanakul, 2017; Xin ve ark., 2018).

Ergenlik dönemi, kimliğin biçimlendiği bir gelişim dönemidir ve benlik algısının gelişiminde sosyal geribildirimler önemli bir rol oynamaktadır. Ergenler, internette özsayıgılarını yükseltici geribildirimler (pozitif onaylanma ihtiyacı gibi) aramaktadırlar. Ancak, çevrimiçi ortamda olumsuz geri bildirimler almaları, ergenlerin özgüvenlerini düşürücü etki yaratmakta ve psikolojik problemlerinin artmasına yol açabilmektedir. 10-19 yaş aralığındaki ergenlerle yapılan bir çalışmada, sosyal ağlardan olumlu geribildirim alan ergenlerin özgüvenlerinde ve iyi olma hallerinde artış gözlenirken; olumsuz geribildirim alan ergenlerde tam tersi etkiler gözlenmiştir. Eğer ergenler internette ihtiyaçlarını karşılayamazsa, yüksek olasılıkla

yaşamış olduğu olumsuz çevrimiçi deneyimleri (siber mağduriyet gibi) içselleştireceklerdir ve bu durum olumsuz psikolojik sonuçları doğuracaktır (Holfeld ve Sukhawathanakul, 2017).

Ergenlerin internet bağımlılığının başlamasında ve yoğunlaşmasında aile faktörleri de önemli bir rol üstlenmektedir. Ding ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmada (2017), algılanan ebeveyn kontrolü ile internet bağımlılığı arasında negatif yönlü ilişki olduğu gözlenmiştir. Ergenlik dönemindeki internet bağımlılığı ile ilgili risk faktörlerinin belirlenmesi, önleme ve müdahale programlarının geliştirilmesi için oldukça önemlidir (Ding ve ark., 2017).

1.1.6. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yapılan Bazı Araştırma Özetleri

İnternet bağımlılığı ile ilgili son 20 yıl içerisinde içerisindeki yapılmış olan bazı çalışmaların bulguları Tablo.2’de sunulmuştur.

Tablo.2 İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yapılan Bazı Araştırma Özetleri

Araştırma Bulgusu	Araştırmacı (yıl)
Psikososyal iyi olma hali(well-being) ile negatif korelasyon	Caplan (2002)
Depresif semptomlar, obsesif kompulsif semptomlar ile pozitif korelasyon	Ha ve ark. (2007)
Yüksek yalnızlık düzeyi ile pozitif korelasyon	Batıgün ve Hasta (2010); Esen ve Siyez (2011); Ha ve ark. (2007)
Düşük benlik saygısı ile pozitif korelasyon	Caplan (2002) Ha ve ark. (2007)
Uyku bozuklukları, yeme bozuklukları, fiziksel aktivite, iş ve özel yaşamda problemler ile pozitif korelasyon	Cao ve Su (2007)
Düşük akademik performans, aile ve iş yaşamında problemler ile pozitif korelasyon	Young ve Rogers (1998)
Ebeveynlerle yakın ilişkiler ile negatif korelasyon	Yellowlees ve Marks (2007)
Anne, baba ve aileden algılanan sosyal destek ile negatif korelasyon (örneklem: 12-18 yaş ergen grubu)	Günüc ve Doğan (2013)
Problematik internet kullanımı ile depresyon ve yalnızlık ilişkisinde düşük benlik kontrolünün aracı (mediatör) etkisi	Özdemir ve ark. (2014)
İnternet bağımlılığı ile siber zorbalık arasında pozitif korelasyon	Gamez-Guadix ve ark. (2013)
İnternet bağımlılığına eşik eden bozukluklar: Sosyal fobi, major depresyon, anksiyete bozuklukları, utangaçlık, içedönüklük, kişilik bozuklukları	Şenormancı ve ark. (2010)
İnternet bağımlılığına eşik eden bozukluklar: Madde kullanımı (%38), duygudurum bozukluğu (%33), anksiyete bozukluğu (%10), psikotik bozukluk (%14), depresyon veya distimi(%25)	Arısoy (2009)

1.2. Bağlanma Kuramı

İnternet bağımlılığı ile ilişkili olduğu dūřınlen değişkenlerden biri bağlanmadır.

1.2.1. Bağlanmanın Kuramının Tanımı ve Önemi

Baęlanma, bireyin başka belirli kişilere karşı geliştirdiği, gūçlü emosyonel bağdır (Bowlby, 1982; Keough ve ark., 2018). 0 ile 2 yař arası dönem, çocuuğun fiziksel, bilişsel ve duygusal yönden en hızlı gelişim gösterdiği dönemdir (Öztürk, 2002; Tüzün ve Sayar, 2006). Bu dönemde, çocuk biyolojik yönden yetersizdir ve gereksinimlerini karşılayabilmek için dışarıdan desteğe ihtiyaç duymaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006). Dięer bir deyişle, çocuk yeterli olgunluğa erişmediği için, kendisinin gereksinimlerini karşılayacak ve kendisini koruyacak bir bakım verene gereksinim duymaktadır (Bowlby, 1979, 1982; Kesebir ve ark., 2011). Ayrıca, gelişimin sağlıklı olarak devam etmesi için çocuuğun biyolojik gereksinimlerinin yanı sıra, duygusal gereksinimlerinin de karşılanması gerekmektedir (Öztürk, 2002). Bu süreçte, çocuk kendisini koruyan ve gereksinimlerini karşılayan bakım verene karşı emosyonel (duygusal) bir baę geliştirir. Bu kiři, genellikle anne olmaktadır (Kesebir ve ark., 2011). Bebeęin bakım veren ile kurmuş olduğu bu baę, onun bilişsel ve emosyonel gelişimi ağısından oldukça önemlidir (Tüzün ve Sayar, 2006). Bowlby'ye göre, bebeğin bakım veren ile kurmuş olduğu ilişkinin kalitesi psikososyal gelişimin en temel belirleyicisidir (Güvenir ve ark., 2007).

Bağlanma kuramı, çocuuğun bakım veren ile olan bağına odaklanmaktadır. İnsanların onlar için önemli olan diğer kişilere karşı sevgi ve şefkat bağları kurmaları konusundaki doğuştan gelen yeteneği ifade etmektedir (Bowlby, 1982). Bağlanmanın biyolojik kökleri vardır ve bağlanma ilişkileri yaşamın ilk yıllarındaki bebek ile bakım veren arasındaki etkileşim ile başlamaktadır (Keough ve ark., 2018).

Bağlanma yaşamın her aşamasında önemli rol oynayan, doğuştan getirilen emosyonel bir sistemdir. Bu görüşe göre, çocuklar tehlikeden ve tehditten korunmak için kendilerine bakım veren kişiyle yakınlık kurma ihtiyaçı duyarlar ve bağlanma ilişkileri geliştirerek hayatta kalma şanslarını arttırlar (Gençoğlan ve ark., 2016; Schimmenti ve ark., 2013). Bağlanma kuramına göre, bakım veren ile erken dönem bağlanma ilişkisi sonucu oluşan içsel çalışma modeli, iletişim, emosyon düzenleme,

başa çıkma becerilerini ve kişilerarası ilişkileri etkilemektedir (Ainsworth ve Bowlby, 1991).

Erken dönemde gerçekleşen bebek ile bakım veren arasındaki bağlanma ilişkisi birey üzerinde yaşam boyu sürecek etkilere yol açmaktadır (Kesebir ve ark., 2011; Uytun ve ark., 2013). Örneğin, erken dönemdeki bebek ile anne arasındaki ilişki, bireyin ilerleyen yıllardaki psikolojik uyumunu etkileyecek ve diğer insanlarla olan ilişki örüntülerini şekillendirecektir (Güvenir ve ark., 2007; Kesebir ve ark., 2011).

Bağlanma, hem bebek hem de bakım verenin gereksinimlerini karşıladığı çift yönlü bir ilişki sürecidir. Bağlanma ilişkisi ile bebek, beslenme, temizlenme, ısınma, korunma gibi bazı temel gereksinimlerini karşılar; bakım veren (genellikle anne), mutluluk ve tatmin sağlamaktadır. Bu etkileşim, bebek ile bakım veren arasındaki bağın güçlenmesine yol açmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006).

Erken dönemde bakım veren ile kurulan bağlanma ilişkisi çocuğun gelişimi açısından kritik bir unsurdur. Goldfarb ve Spitz yaptıkları çalışmada, yetimhanelerde bakım görmüş, sıcak, yakın bir ilişkiden mahrum kalmış çocukların, bedensel ve ruhsal açıdan yeterince gelişemediklerini ve bu çocuklarda zekâ geriliği ve anksiyete bozuklukları ortaya çıkma riskinin daha fazla olduğunu gözlemlemiştir (akt. Uytun ve ark., 2013).

Bağlanma kuramının klasik tanımları, bağlanma stillerini güvenli bağlanma, kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma olmak üzere 3 ana başlıkta sınıflandırmaktadır (Ainsworth ve ark., 1978). Bağlanma, güvenli ve güvensiz bağlanmayı içeren iki uç kutuptan oluşmaktadır. Güvensiz bağlanma ise kendi içerisinde kaygılı bağlanma stili ve kaçınan bağlanma stili olarak ikiye ayrılmaktadır. Sonuçta, biri güvenli ikisi güvensiz bağlanma stili (kaygılı ve kaçınan bağlanma) olmak üzere, üç adet genel bağlanma stili karakterize edilmiştir.

Güvenli Bağlanma, olumlu ilişkilerin gelişimi, olumlu ve olumsuz duyguların düzenlenmesi, ihtiyaç duyulduğunda sosyal destek arama kabiliyeti ile karakterizedir. Güvensiz bağlanan bireyler ise, daha düşük özgüvene sahip, üst düzey duygularını düzenleme konusunda problem yaşayan, daha az sosyal destek arayan ve genellikle etkili olmayan, uyumsuz başa çıkma becerilerine sahip bireyler olarak ifade edilmektedirler (akt. Keough ve ark., 2018).

1.2.2. Bağlanmanın Gelişimi

Bebek ile anne arasındaki bağlanma ilişkisi, bebeğin anne karnına dūřtuęu doğum öncesi dönemde başlamaktadır. Yirmi altıncı haftadan itibaren, fetüs algılama, tepki gösterme ve bilgileri yakalama kapasitesine sahip hale gelmekte ve annenin duygusal durumundan etkilenmektedir (Soysal ve ark., 2005).

Yeni doğan bebek, gereksinimlerini karşılayabilecek olgunluğa erişememiş olmakla birlikte, bağlanmaya yönelik içgüdüsel bir mekanizmaya sahip olarak dünyaya gelmektedir (Öztürk, 2002). Bu mekanizma, bebeğin gereksinimlerini karşılayabilmesi için ihtiyaç duyduğu kişilerle bağ kurması için bebeği güdülemektedir. Temel bağlanma ilk dokuz ayında gerçekteşmektedir. İlk 9 ayda, bebeğin emme, izleme, gülümseme, ağlama, dokunma gibi doğuştan getirdiği davranışları, bakım veren ile bağın gelişmesine yardımcı olmaktadır (Uytun ve ark., 2013).

Bağlanmayı gelişim dönemleri açısından incelediğimizde, 8-12 hafta arası dönem bağlanma öncesi dönem olarak kabul edilmektedir. Bu dönemde, bebek annenin uyarınları ile hareketlenir, insanlara yönelme davranışı gösterir, ancak insanları ayırt edebilme becerisine sahip değildir. 8-12 hafta arasından 6 aya kadar olan ikinci dönemde, bebek anneyi yabancılardan ayırt etmeye başlamaktadır ve dikkatini annesine yöneltmektedir. 6-24 ay arası üçüncü dönem ise, bağlanmanın tam olarak gözlendiği dönemdir. Bağlanma ilişkisi, yaklaşık ilk 24 aylık dönemde şekillenmektedir (Uytun ve ark., 2013).

Bebek bağlanma nesnesi olan kişiye ulaşmak istediği zaman ulaşamadığında, bir çelişki yaşamaktadır ve bağlanma sistemi aktif hale gelmektedir. Bu durumda, bebek belli davranışlarla bağlanma nesnesine ulaşmaya ve tekrar ilişki kurmaya çalışır (Gençoğlan ve ark., 2016). Bebek ağlama, bağırma gibi birtakım davranışlar sergiler. Bebeğin, bakım veren ile iletişimde kullandığı bu davranışlara bağlanma davranışları denir. Bakım verenin bu davranışlara düzenli ve tutarlı şekilde cevap vermesi durumunda bu bağ giderek gelişim göstermektedir (Bowlby, 1982). Bebek bakım veren ile güvenli şekilde bağlandığında çevresini merak etmeye, keşfetmeye başlamakta ve bağlanma nesnesini “güvenli üs” olarak görmektedir. Çocuğun emosyonel sinyallerine bakım verenin duyarlı olması ve uygun şekilde cevap vermesi durumunda çocuk kendi duygularını organize etmeye ve anlamaya başlamaktadır.

Uygun bakıcı tutumuyla karşılaşan bebek, yaşadığı stresle başa çıkma çıkmak için uygun stratejiler geliştirebilecektir. Bakım verenin uygun olmayan ve tutarsız yanıtlar vermesi durumunda ise, çocuk uygun olmayan başa çıkma stratejileri geliştirecektir. Uygunsuz stresle başa çıkma stratejileri sonucunda çocuk güvensiz bağlanma geliştirecektir (Gençoğlan ve ark., 2016).

Erken dönemde, bebek ile bakım veren kişi arasında kurulan bağ, ergenlik döneminde akranlara, yetişkinlik döneminde ise duygusal ilişki kurulan eşe yöneltilmektedir. Yaşamın ilk yıllarında kurulan bağlanma örüntüleri, ilerleyen zamanda süreklilik göstermektedir ve değişime karşı dirençlidir. Bu bağlanma örüntüleri, kişinin kişisel ve sosyal hayatı, profesyonel ilişkileri, stres kontrolü, fiziksel ve psikolojik sağlığı ve kognitif gelişimi gibi birçok alana etki etmektedir. Erken dönemlerde güvenli bağlanma örüntüsü geliştirmiş bireyler ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde, diğer insanlarla sağlıklı ilişkiler kurabilirken; güvensiz bağlanma örüntüsü geliştirmiş bireyler diğer kişilerle olan ilişkilerinde daha çok problem yaşarlar ve problemlerle başa çıkmakta zorlanmaktadırlar. Ayrıca, güvensiz bağlanma, ergenlik ve erişkinlik dönemlerinde pek çok patolojinin oluşmasında rol oynamaktadır (Uytun ve ark., 2013).

1.2.3. Bağlanma Stilleri

Bağlanma teriminin kuramlaştırılması, neo-analitik görüşe sahip kuramcılar tarafından gerçekleştirilmiştir. Margaret Mahler, Heinz Kohut, Karen Horney ve John Bowlby, bu görüşün en önemli temsilcileridir (Tüzün ve Sayar, 2006).

Bowlby (1973) bağlanmayı bireyin kendisi açısından önemli olan kişilere karşı geliştirdiği yoğun emosyonel (duygusal) bağlar olarak tanımlamaktadır. İlk kez Bowlby tarafından tanımlanan bağlanma kuramı, Ainsworth ve arkadaşları (1978) tarafından geliştirilmiştir. Ainsworth ve arkadaşları, laboratuarda çocukları önce annelerinden ayırmış, sonra tekrar anneleriyle buluşturmuştur. Çocukların laboratuvar ortamındaki tepkilerini gözlemleyerek güvenli, kaygılı-ikircikli ve kaçınan olmak üzere üç adet bağlanma örüntüsü tanımlamıştır. Daha sonra, Main ve Solomon tarafından bu bağlanma örüntülerine, dezorganize bağlanma örüntüsü eklenmiştir (Gençoğlan ve ark., 2016). Harlow, bebek ile bakım veren arasındaki bağlanma ilişkisine etki eden faktörleri maymunlar üzerinde gerçekleştirdiği deneyler ile

incelemiştir (Santrock, 2012). Bartholomew ve Horowitz (1991) ise güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma olmak üzere dördü bir model öne sürmüştür.

Bowlby

Bağlanma çalışmaları ilk kez Bowlby ile başlamıştır. Nesne ilişkileri okulunun öğrencisi olan Bowlby, nesne ilişkileri kuramını çok dogmatik bulmuştur ve psikopatolojinin gelişiminde çevresel etkenlerin göz ardı edildiğini savunmuştur (Thompson, 2002). Bowlby bağlanma kuramını geliştirirken, Darwin'den, psikanalizden, organizmik fonksiyonel bir sistem teorisinden, etolojiden ve hayvan psikolojisinden yararlanmıştır (Bowlby, 1979).

Bowlby, 1944 yılında yaptığı çalışmada, çocuk ve ergen hırsızların yaşamlarını incelerken, bu çocukların bebeklik ve erken çocukluk dönemlerinde annelerinden uzun süre ayrı kaldıklarını fark etmiştir (Thompson, 2002). Bowlby, psikoanalitik kuramın savunduğu “çocukların anneleriyle açlık güdülerini doyurdukları için etkileşim kurduğu” tezine karşı çıkararak, çocuk ile annesi arasındaki ilişkileri incelemeye başlamıştır ve bağlanma kuramını geliştirmiştir. Bowlby, yetiştirme kurumunda kalan çocuklar üzerinde yaptığı gözlemlerinde, bu çocukların beslenme ihtiyaçlarının görevliler tarafından doyurulmasına rağmen, aşırı sıkıntılı, kaygılı ve bazı gelişim problemlerine sahip olduğunu saptamıştır (Bowlby, 1971). Bowlby'ye göre bağlanma davranışı içgüdüsel bir eğilimdir ve temel hedefi içgüdüsel ihtiyaçların karşılanmasıdır (Bowlby, 1979).

Bowlby, yaşamın ilk yılında bağlanmanın ve bakım verenin duyarlılığının önemini vurgulamıştır (Santrock, 2012). Bağlanma kuramına göre (Bowlby, 1979) yeni doğan bebekler, yaşamlarını sürdürebilmek için onlara bakım vermeye ve onları korumaya istekli bir yetişkinin varlığına ihtiyaç duymaktadırlar. Bebekler, emme, izleme, gülümseme, ağlama ve dokunma gibi bakım veren ile etkileşimi sağlamaya yardımcı davranışlar ile donanımlı olarak dünyaya gelmektedirler. Bu davranışlar, bakım veren ile düzenli ve tutarlı bir etkileşim sonucu gelişim göstermektedir.

Bowlby, bağlanmanın, tehlike ve tehdit koşulları altında bebekler ve bakım verenler arasındaki yakınlığı korumaktan evrimleştiğini ileri sürmüştür (Ainsworth ve ark., 1978; Schimmenti ve ark., 2013). Bağlanma, bebek ve bakım veren arasında güvenlik hissinin oluşmasına yol açmaktadır (Ainsworth ve ark., 1978). Bowlby'e

göre, tehlikelerden korunma bağlanmanın temel işlevi; bağlanma nesnesi olan bir kişi ile yakınlığı koruma ise bağlanmanın tanımlayıcı özelliğidir (Gençoğlan ve ark., 2016). Böylece bebek, bakıcısıyla kurduğu bağlanma ilişkisinden yola çıkarak, diğerlerine ve dünyaya karşı zihinsel temsiller geliştirmektedir. Bakıcısıyla güvenli bir bağlanma örüntüsü kuran bebek, dünyayı ve diğerlerini "güvenli" olarak algılamak; bakıcısıyla güvensiz bir bağlanma örüntüsü kuran bebek, dünyayı ve diğerlerini "güvensiz" olarak algılamaktadır (Santrock, 2012).

Bowlby'ye göre, bağlanmanın insan hayatı için üç temel işlevi vardır. Bunlar; dünyayı keşfederken geri dönebilecek güvenli bir liman olma, fiziksel gereksinimleri karşılama ve hayata dair bir güvenlik duygusu geliştirebilmedir. Bowlby, bu gereksinimlerin yeterli düzeyde karşılanmaması durumunda, çocukta gelişebilecek kendilik (özbenlik) algısına bağlı olarak patolojiler oluşabileceğini ileri sürmüştür (Kesebir ve ark., 2011; Tüzün ve Sayar, 2006).

Yaşadığı bağlanma deneyimleri sonucu çocuk, kendisine ve dış dünyaya bir anlam vermektedir. Ardından, bunu yeni ilişkilere genelleyerek bütünleştirmekte ve bir içsel çalışma modeli oluşturmaktadır (Kesebir ve ark., 2011; Uytun ve ark., 2013). Çocuğun bakım veren ile kurduğu bağlanma ilişkileri ve bunun sonucunda oluşan güvenlik duygusu çocuğun dünyayı algılayış biçimini belirlemektedir (Tüzün ve Sayar, 2006). Bağlanma figürü tarafından çocuğun rahatlık, güvenlik ve keşfetme gibi gereksinimleri karşılanması durumunda çocuk tamamlayıcı bir içsel çalışma modeli geliştirmektedir. Bu gereksinimlerin karşılanmaması ve çocukların güvenli bağlanma örüntülerinin oluşturulamaması durumunda ise, çocuklar kendilerini değersiz ve yetersiz olarak hissedeceği bir içsel çalışma modeli geliştirmektedirler. Bowlby, çocukluk döneminde geliştirilen bu içsel çalışma modellerinin, sonraki yıllarda bireyin sosyal ilişkilerindeki duygu, düşünce ve davranışlarını etkilediğini belirtmektedir (Bowlby, 1982). Bu şemalar çocuk üzerinde yaşam boyu süren etkiler göstermektedir (Gençoğlan ve ark., 2016).

Bağlanma sürecinde Bowlby'e göre 2 temel aktivite sınıfı vardır. İcracı tepkiler ve işaret tepkileri. İcracı tepkiler, asılma, izleme, emme ve fiziksel yaklaşımdır. Burada asıl aktör bebektir. İşaret tepkileri; gülme, ağlama ve çağırma anne ile çocuğu bir araya getirmekte ve çocuk anneden karşılık beklemektedir (Sayıl, t.y.).

Bowlby, üç yaşından küçük çocuklarda, bağlanma nesnesinden ayrılmanın protesto, umutsuzluk ve kopma (detachment) tepkilerine yol açtığını ifade etmiştir. Protesto döneminde bunaltı, bağlanma nesnesini arama, diğer bakım verenleri reddetme veya bakım verenlere yapışma görülmektedir. Bebek, bakım verenin geri döneceği ile ilgili beklenti duymaktadır. Bu dönem, birkaç saat ile bir hafta arasında sürebilmektedir. Protesto döneminin ardından, umutsuzluk dönemi başlamaktadır. Bu dönemde, protestolar azalmaya başlamaktadır ve bu durum çocuğun giderek umudunuz azaldığını göstermektedir. Bu dönemin sonunda, çocuk bakım verene kavuşamazsa, ilk bakım verenden kopmaktadır. Çocuğun yeni bağlanma nesnelere sıklıkla değişirse veya yineleyici ayrılmalar yaşarsa, çocuk bağlanma geliştirmekten tümüyle vazgeçmekte ve kopma dönemine girmektedir (Öztürk, 2002).

Harlow

Harlow, bebek ile bakım veren arasındaki bağlanma ilişkisine etki eden faktörleri maymunlar üzerinde gerçekleştirdiği deneyler ile incelemiştir. Harlow, annenin bebeklik döneminde, açlık, susuzluk gibi temel gereksinimleri karşılayan kişi olması nedeniyle, anne ile çocuk arasında bir bağ oluştuğunu ileri sürmektedir (Santrock, 2012).

Harlow, 1958 yılında öğrencileriyle birlikte, anne yoksunluğunun bebekler üzerindeki etkilerini incelemek üzere maymun yavruları üzerinde bir araştırma kurgulamıştır. Yapılan deneyde, maymun yavruları araştırmacılar tarafından iki gruba ayrılmıştır. İlk gruptaki maymunlar telden yapılmış bir anne düzeneği tarafından, diğer grup maymunlar ise kumaştan yapılmış bir anne düzeneği tarafından süt verilerek doyurulmuşlardır. Kumaş anne düzeneği tarafından doyurulan maymun yavrularının, tel anne düzeneği tarafından doyurulan maymun yavrularına göre, kumaş anne ile daha uzun süre zaman geçirdikleri gözlenmiştir (Karen, 1998; Tüzün ve Sayar, 2006). Maymun yavrularının hangi anne düzeneği tarafından beslenildiklerine bakmaksızın, kumaş anne ile daha fazla vakit geçirdikleri gözlenmiştir. Maymunlar korkutulduklarında, kumaş anne tarafından büyütülenler annelerine koşup sarılırken; tel anne tarafından büyütülenler annelerine sarılmamışlardır (Santrock, 2012). Yani, anne ile çocuk arasındaki ilişkide beslenme gereksiniminin karşılanmasının yanında, rahatlığın da önemli etkisi olduğu görülmüştür.

Rhesus maymunları ile yapılan bir diğerk araştırmada ise, maymun yavrularının beslenme gereksinimleri karşılanırken, ısıtılmış anne mekanizmasını soğuk anne mekanizmasına tercih ettikleri gözlenmiştir. Bu sonuç ise, anne ile ocuk arasındaki ilişkide annenin sıcaklığının anne ile ocuk arasındaki ilişkiye etki eden önemli bir faktör olduğu görölmüştür (Karen, 1998; Tüzün ve Sayar, 2006).

Sonuç olarak, Harlow yaptığı deneyler sonucunda, anne ile bebek arasındaki bağlanma ilişkisinde, sadece bebeğin fizyolojik gereksinimlerinin karşılanmasının etkili olmadığını, bunun yanı sıra, rahatlık ve sıcaklık gibi faktörlerin de bağlanma ilişkisine etki ettiğini kanıtlamıştır. Ayrıca, Harlow yaptığı gözlemler sonucunda, anneden ve sosyal uyaranlardan yoksun yetişen maymun yavrularının, sonraki yıllarda, sosyal ilişkilerinde yetersiz olduklarını ifade etmiştir. Harlow'a göre, erken dönemde anne ile ocuk arasında oluşan karşılıklı sevgi bağı, ileriki yıllarda diğerk insanlarla ilişkilerde güven duygusunun oluşumuna yol açmaktadır (Karen, 1998; Tüzün ve Sayar, 2006).

Ainsworth

İlk olarak, Bowlby tarafından tanımlanan bağlanma kuramı, Ainsworth ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir (Ainsworth ve ark., 1978). Ainsworth ve arkadaşları, John Hopkins Üniversitesi'nde bebekler üzerinde yaptığı çalışmalarda bağlanma ile ilgili önemli bulgulara ulaşmışlardır. Ainsworth, öğrencileriyle birlikte ev ziyaretleri yapmış ve anne ile ocuk arasındaki ilişkileri incelemiştir. On ikinci haftada anne ile bebeği laboratuara almış ve yabancı durum (strange situation) deneyini gerçekleştirmiştir. Araştırmacılar, deney ortamında bebeği annesinden sekiz dakika boyunca ayrı bırakmış ve bu süreyi bebek bir yabancı ile geçirmiştir. Sekiz dakikanın ardından, anne tekrar deney ortamına sokulmuş ve bebeğin tepkileri gözlemlenmiştir. Deneyin en kritik noktası, bebeğin anneden ayrılma ve anneyle buluşma anlarıdır (Ainsworth ve ark., 1978; Tüzün ve Sayar, 2006).

Deneyde řu koşullar oluşturulmuştur:

İlk olarak, bebek ve anne birlikte odaya girer. Bebek anne odadayken odayı keşfeder. Ardından, odaya yabancı bir kişi girer, anneyle konuşur ve bebeğe yaklaşır. Ardından, anne odadan çıkar ve bebek ile yabancı odada yalnız kalır. Bir süre sonra,

anne odaya geri döner, yabancı odadan çıkar, anne ve bebek yalnız kalır. Daha sonra, anne odadan tekrar çıkar ve bebek yalnız başına odada kalır. Yabancı odaya bebeğin yanına gelir. Son kısımda, anne tekrar odaya döner ve yabancı odadan ayrılır (Sayıl, t.y.).

Ainsworth yabancı ortam deneyinde yaptığı gözlemler sonucunda, güvenli, kaygılı-ikircikli (ambivalent) ve kaçınan olmak üzere üç farklı bağlanma örüntüsü tanımlamıştır. Kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntüleri, güvensiz bağlanma örüntüleri içerisinde değerlendirilmektedir (Ainsworth ve ark., 1978).

Güvenli bağlanan bebekler, annelerinin her zaman yanlarında olup, stres durumlarında kendilerine yardımcı olacaklarından emindirler (Ainsworth ve ark., 1978). Çevreyi keşfetmek için bakım verenlerini güvenlik üssü olarak kullanırlar. Bu bebekler, bakım veren yanlarındayken odayı rahatça araştırmış ve odadaki oyuncakları incelemiştir (Santrock, 2012). Bu bebekler anneleri ayrıldığında tepki göstermişler, ancak anne geri döndüğünde kolaylıkla yatışmışlardır (Ainsworth ve ark., 1978).

Kaygılı kararsız bebekler, annelerinden ayrıldıklarında ağlamaya ve ayrılık kaygısı yaşamaya yatkındırlar (Ainsworth ve ark., 1978). Bu bebeklerin büyük çoğunluğu, anneye kaygılı bir biçimde yapışmış ve odayı keşfetmeye çalışmamışlardır. Anne odadan ayrıldığında şiddetli biçimde ağlama davranışı sergilemişler ve anne geri gelip sakinleştirmeye çalıştığında ise anneyi kendilerinden uzaklaştırmışlardır (Santrock, 2012). Bu bebekler, gereksinim duyduklarında bakım verenin (annenin) bu gereksinimlerini karşılayacağından emin değildirler (Ainsworth ve ark., 1978).

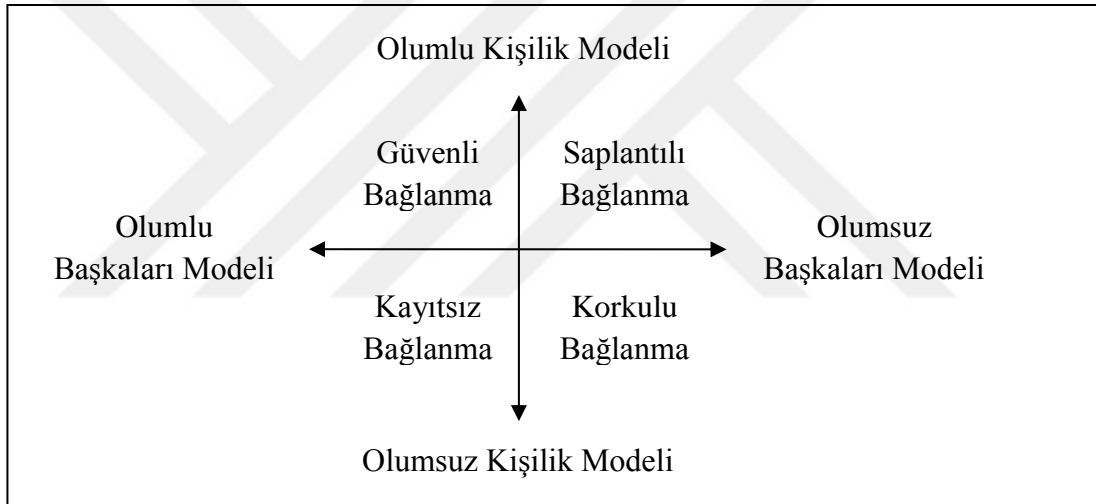
Kaçınan bebekler ise, güvensizliklerini anneden kaçınarak gösterirler. Yabancı Ortam deneyinde bu bebekler anne ile çok az ilişkiye geçmişler ve anne odadan ayrılınca bu durumu hiç yadırgamamışlardır. Anne geri döndüğünde ise, hiç tepki göstermemişlerdir (Santrock, 2012). Bu bebekler, annelerinin reddedici davranışını model almakta ve kendilerini korumak için annelerinden kopmaktadırlar. Kaçınan bağlanan bebekler, hayatlarını annelerinin sevgisi ya da desteği olmadan sürdürmeye çalışmaktadırlar (Ainsworth ve ark., 1978). Bu bağlanma örüntülerine, daha sonraları dağınk (dezorganize/dezoryante) bağlanma adı altında bir üçüncü güvensiz bağlanma

tipi daha eklenmiştir. Dağınık tipte, kaygı denetiminde tutarsızlık hakimdir (Kesebir ve ark., 2011).

Bartholomew ve Horowitz

Bartholomew ve Horowitz (1991), kişinin kendisi ve başkaları hakkındaki içsel çalışma modelinden yola çıkarak güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma biçimlerini içeren dörtlü bir model ortaya koymuşlardır. Benlik ve başkaları modelleri olumlu ve olumsuz olma durumuna göre dört kategoride değerlendirilmektedir (Şekil.1).

Şekil.1 Bartholomew ve Horowitz'in Bağlanma Modeli



Güvenli bağlanma örüntüsüne sahip bireyler, hem kendilerine hem de başkalarına karşı olumlu bilişsel şemalara sahiptirler. Kendilerini değerli; başkalarını ise kabul edici ve destekleyici olarak algılamaktadırlar. Bu kişiler başkalarıyla kolayca yakınlık kurabilirler, özekliklerini koruyabilirler ve gereksinim duyduklarında diğerlerinden destek alabilirler. Korkulu bağlanma örüntüsüne sahip bireyler, hem kendilerine hem de başkalarına karşı olumsuz bilişsel şemalara sahiptirler. Bu kişiler kendilerini değersiz ve sevilmeye değmez olarak algırlar. Ayrıca, bu kişiler başkalarına güvenemezler ve reddedilmekten korktukları başkaları ile yakınlık geliştirmekten korkarlar. Saplantılı bağlanma örüntüsüne sahip bireyler, kendilerine karşı olumsuz, başkalarına karşı olumlu bilişsel şemalara sahiptirler. Bu kişiler kendilerini değersiz hissederler ve kaygılıdırlar. Başkasının onayına ve fikirlerine

bağımlıdırlar. İlişkileri konusunda takıntılı olan saplantılı bağlanan kişiler, ilişkilerinde gerçekçi olmayan beklentilere sahiptirler. Kayıtsız bağlanma örüntüsüne sahip bireyler ise kendilerine karşı olumlu, başkalarına karşı olumsuz bilişsel şemalara sahiptirler. Kayıtsız bağlananlar temelde kaçınmacıdırlar. Olumsuz duyguları baskılamaya çalışırlar ve kaçınma stratejilerini temel başa çıkma stratejileri olarak kullanırlar. Bu kişiler başkalarına karşı reddedici bir tutum sergilerler ve özerkliklerine aşırı derecede önem verirler (Bartholomew ve Horowitz 1991; Sümer ve Güngör, 1999).

1.2.4. Bağlanma ve Psikopatoloji

Bağlanma karakteristikleri ergenlikte psikopatolojiye yol açan en önemli faktörlerden biridir. Brown ve Wright (2003), psikopatolojisi olmayan bireylerin %73,3'ünün; psikopatolojisi olan bireylerin ise sadece %13,3'ünün güvenli bağlanma örüntüleri sergilediğini gözlemlemiştir. Kararsız bağlanma örüntüsü geliştiren ergenlerin sorunlarını abartarak ilgi çekmeye çalıştığı, kaçınan bağlanma stiline sahip ergenlerin ise, sorunlarını görmezden gelme eğiliminde olduğu bulunmuştur (Tüzün ve Sayar, 2006).

Güvensiz bağlanan ergenler, diğerlerine güvenemedikleri için genellikle diğerlerini kontrol altına alma eğiliminde olmaktadır. Bu kişiler, öfkelerini doğrudan ifade edememekte ve kimlik bütünlüğünü sağlamakta sorunlar yaşamaktadırlar. Yapılan çalışmalarda, major depresyon, sosyal kaygı bozukluğu, obsesif-kompulsif bozukluk ve kronik ağrı bozukluklarının güvensiz bağlanma karakteristiği ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca, bu bireylerin duygu düzenleme becerileri yeteri kadar gelişmediği için, bu bireyler dürtü kontrolünde zorluklar yaşamaktadırlar (Gençoğlan ve ark., 2016). Bunun yanında, davranım bozukluğu, madde kötüye kullanımı ve bunlara bağlı olarak, antisosyal kişilik bozukluğu, güvensiz bir bağlanma stili olan kaçınan bağlanma stiline sahip ergenlerde daha sık görülmektedir (Brown ve Wright, 2003). Diğer yandan, araştırmalar genellikle ergenlik döneminde görülen kendine zarar verme davranışı ile güvensiz bağlanma örüntüleri arasında pozitif yönlü ilişki olduğunu göstermektedir (Cuenca, 2013; Rogier ve ark., 2017). Güvensiz bağlanan bireyler, kendilerini tuzağa düşmüş hissetme gibi olumsuz duyguları daha sık yaşamakta ve bu hissedilen olumsuz duygular kendine

zarar verme riskini arttırmaktadır (Cuenca, 2013). Benzer şekilde, anoreksiya nevroza ile güvensiz bağlanma stili arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmaktadır (Ringer ve Crittenden, 2007; Ward ve ark., 2001; Zachrisson ve Kulbotten, 2006). Agrawal ve arkadaşları borderline kişilik bozukluğu ile bağlanma ilişkilerini araştıran 13 makaleyi inceledikleri araştırmalarında, borderline kişilik bozukluğu ile güvensiz bağlanma stilleri arasında güçlü ilişkiler olduğunu saptamışlardır. Buna göre, güvensiz bağlanma örüntüleri borderline kişilik bozukluğuna sahip bireylerin kişilerarası ilişkilerde sorunlar yaşamasında merkezi bir rol üstlenmektedir (Agrawal ve ark., 2004).

Bağlanma ile ilgili olumsuz etkilere yol açan birtakım faktörler vardır. Bebeğin aşırı ağlaması ve bebeğin bedensel kusura sahip olması bağlanma ilişkisini olumsuz olarak etkileyen unsurlar arasında sayılabilmektedir. Ebeveynlerin bu durumlarla başa çıkmakta başarısız olması halinde, bebeği reddetmeye yönelik tutum sergileme olasılıkları artmaktadır. Anne ile bebek arasındaki bağlanma ilişkisinde meydana gelen kesilmeler ve aksamalar, bebeğin içinde bulunduğu dönemde ve sonraki dönemlerde birtakım problemler ve patolojiler yaşamasına yol açmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006).

Genel olarak, erken çocukluk döneminde yaşanan ruhsal rahatsızlıklar, bebeklik depresyonu, ayrılma bunalması bozukluğu ve tepkisel bağlanma bozukluğu olmak üzere üç başlık altında toplanmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006).

1.2.5. Bağlanmanın Nöropsikolojik Temelleri

Canlılardaki bakım verme davranışı, bazı nörohormonların etkisiyle gelişmektedir. Bunlardan biri vazopresin hormonudur. Vazopresin, annelik davranışını düzenlemektedir. Annelik, bakım verme, çocuğu koruma ve cinsellik gibi davranışlarda etkili olan bir diğer hormon ise oksitosindir. Oksitosin, babaların çocuklarına karşı daha az saldırgan ve destekleyici olmasını sağlarken, vazopressin ise annenin çocuğunu kötülüklerden korumasına yardımcı olan annelik davranışının saldırgan yanı ile ilişkilidir (Uytun ve ark., 2013). Çeşitli deneylerle anatomik olarak incelenen bağlanmada en önemli beyin bölgelerinin amigdala, septal alan ve singulat korteks olduğu bildirilmiştir. Limbik sistemin evriminde dişilerin beyni bebeğin stresli

çağrılarına daha duyarlı olma, çocuklarla daha yakın ilişki içinde olma ve daha çok oyun oynamak üzere yapılanmıştır (Özbaran, 2006).

1.2.6. Ergenlik Dönemi ve Bağlanma

Ergenlik dönemi biyolojik, zihinsel ve sosyal yönden hızlı değişimin yaşandığı bir dönemdir. Hormonal değişimin etkisiyle, cinsel gelişim ve cinsel ilgide artış meydana gelmekte, bununla birlikte ergenlerin bağlanma karakteristiklerinde de değişimler yaşanmaktadır (Uytun ve ark., 2013).

Ergenlik dönemiyle birlikte, çocuk ebeveynlerle olan bağlanma ilişkilerinden uzaklaşmaya başlamaktadır. Cinsel ilginin ortaya çıkmasıyla birlikte, bağlanma örüntülerinde değişim meydana gelmektedir (Kesebir ve ark., 2011). Ergenin “güvenli üs” olarak gördüğü bağlanma nesnesi, gereksinimlerini karşılayan bakım verenden (genellikle anne), yakın ilişkiler kuracağı arkadaşlarına doğru yönelmektedir (Uytun ve ark., 2013).

Güvenli bağlanma stiline sahip ergen için hedefteki ilişki, genellikle ergenin kendisine cinsel anlamda güvendiği, karşı tarafın onu kabul ettiği ve aynı zamanda kendi cinsel tercihlerini ve duygularını rahatlıkla söyleyebildiği bir ilişki şeklindedir (Uytun ve ark., 2013). Diğer bir deyişle, bu dönemde bağlanma ilişkileri romantik bağlanmaya dönüşmektedir. Ergenlik ve yetişkinlikte bağlanma sistemi, kişileri yakın ve özel ilişkilerinde güvenli bir yapı oluşturma arayışına itmektedir (Bifulco ve Thomas, 2012). Ancak, bu durum ergenlik döneminde çocuk ile ebeveynleri arasındaki ilişkinin daha önemsiz hale geldiğini göstermemektedir. Artık çocuk ebeveynlerine daha az bağımlı olmaktadır. Ergenler bir yandan bağımsızlıklarını sağlamaya çalışırken; diğer yandan gereksinim duyduğunda ebeveynlerinin desteklerini aramaktadırlar. Bağlanma ve güven nesnesinin ebeveynlerden arkadaşlara yönelmesi kritik bir süreçtir ve yetişkin bağlanma biçimlerinin geliştirilmesinde de önemli rol oynamaktadır (Kesebir ve ark., 2011).

Ergenlik dönemi; bağlanma (Bartholomew ve Horowitz, 1991), akran ilişkileri (Bukowski ve Sippola, 2005), emosyonel durum (Steiner ve Hall, 2015) ve bağımlılıklar açısından (Griffiths, 2005) kritik bir dönemdir. Ergenlik döneminde hangi bağlanma stiline geliştirileceğini, bireyin geçmiş dönem bağlanma ilişkileri, sosyal ilişkileri ve kurduğu iletişimler etkilemektedir. (Savcı ve Aysan, 2016).

Ebeveyne karşı güvenli bağlanma örüntüleri geliştiren ergenler, yüksek benlik saygısı, yüksek yaşam kalitesi, olumlu affektif durum, psikolojik iyilik hali, sağlıklı kimlik oluşumu, okula uyum, olumlu akran ilişkileri, düşük agresyon seviyesi ve yüksek stresle başa çıkma becerisi sergilerken (Uytun ve ark., 2013); Güvensiz bağlanma geliştiren ergenler, bu dönemde aile içerisinde problemler yaşamaya başlamaktadırlar. Çünkü genellikle güvensiz bağlanan ergenler, ebeveynleri tarafından bireyselliklerinin ellerinden alındığına dair bir düşünce geliştirirler. Bireyselliğine yönelik bu tehdit algıları ebeveynleri ile çatışma yaşamalarına yol açmaktadır. Güvensiz bağlanan ergenler ebeveynleri ile yaşadıkları problemlerin yanında, sosyal ilişkilerinde de birtakım sıkıntılar yaşamaktadırlar. Kaçınan bağlanan ergenler, genellikle karşılarındaki kişilere güven duymazlar ve bu sebeple çevrelerini kontrol etme eğiliminde olurlar. Bu ergenler öfkelerini rahatça ifade edemezler ve ebeveynleriyle problem yaşadıklarında hızla depresyona girerler. Dezorganize bağlanma geliştirmiş olan ergenler ise kendilerini yalnızlığa itilmiş hissetme, düşük benlik saygısı, stres ile baş etmede organize bir davranış gösterememe, sıklıkla fiziksel şiddet uygulama ve kurallara uymama davranışları gözlenmektedir. Ayrıca bu ergenler, cinsel baş etme mekanizması olarak sık sık mastürbasyona başvurumaktadırlar (Keskin ve Çam, 2009).

Bağlanma karakteristikleri kişilerarası ilişkiler açısından incelendiğinde; Güvenli bağlanma biçimine sahip ergenlerin aile ve arkadaşlarıyla daha fazla uyumlu, kendilerine ve başkalarına daha çok güvenen ve daha az sosyal problemler yaşayan kişiler olduğu; Güvensiz bağlanmaya sahip ergenlerin ise daha az uyuma olduğu ve kendi duygularını düzenleme ve stresle başa çıkmaları becerileri açısından daha başarısız olduğu görülmektedir (Kesebir ve ark., 2011).

1.2.7. Bağlanma ile İnternet Bağımlılığı İlişkisi

Birçok madde ve davranışsal bağımlılıkta olduğu gibi (akt. Keough ve ark., 2018), bireylerin bağlanma karakteristikleri ile internet bağımlılığı düzeyleri yakından ilişkilidir (Chang ve ark., 2015; Jia ve Jia, 2016; Reiner ve ark., 2017; Papacharissi ve Rubin, 2000; Savcı ve Aysan, 2016; Schimmenti ve ark., 2013).

Güvensiz bağlanan bireyler, kişilerarası iletişimlerde ve etkileşimlerde kendilerini rahat ve güvende hissetmezler. Bu sebeple, bu bireyler iletişim kurmak

amacıyla çevrimiçi ortamları kullanma eğiliminde olmaktadır (Papacharissi ve Rubin, 2000). Bireylerin gerçek sosyal ortamlarda karşılaşılabilecekleri utangaçlık, korku, kaygı gibi duygularla çevrimiçi ortamlarda karşılaşma riski daha düşük olması sebebiyle, genellikle düşük benlik saygısına sahip olan bu bireyler daha sıklıkla çevrimiçi ortamları kullanmaktadır (Savcı ve Aysan, 2016).

Bazı çalışmalar, internet bağımlılığının yalnızca kaygılı bağlanma ile ilişkili olduğunu belirtirken; bazı çalışmalar ise, internet bağımlılığının yalnızca kaçınan bağlanma ile ilişkili olduğunu ileri sürmüştür (Jia ve Jia, 2016). Ayrıca, her iki bağlanma stiline internet bağımlılığı ile ilişkili olduğunu savunan çalışmalar da bulunmaktadır (Jia ve Jia, 2016; Schimmenti ve ark., 2013).

Jia tarafından 2016 yılında yapılan çalışmada, ebeveyne kaygılı bağlanmanın internet bağımlılığını anlamlı bir şekilde yordadığı görülürken; kaçınan bağlanma stili ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ayrıca, cinsiyet değişkeni bağlanma ile internet bağımlılığı ilişkisinde moderatör (düzenleyici) rol oynamaktadır. Buna göre, kız olmak, ebeveyne kaygılı bağlanma ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin gücünü arttırırken; erkek olmak, anneye kaygılı bağlanma ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin gücünü arttırmaktadır (Jia ve Jia, 2016).

İnternet bağımlılığı çeşitli psikososyal fonksiyon bozukluklarına yol açabilmektedir. 12 – 18 yaş aralığındaki 2410 ergen ile yapılan çalışmada, internette aşırı oyun oynamanın ve siberseksin erkeklerde güvensiz bağlanma internet bağımlılığı ilişkisinde mediatör (aracı) rol oynadığı görülmüştür. Ayrıca, çalışmada güvensiz akran bağlanması olan ergenlerinin internet bağımlılığı için daha riskli bir grup olduğu ve erkeklerde yaş arttıkça internette oyun oynama ve siberseks süresinin arttığı saptanmıştır (Reiner ve ark., 2017).

1.2.8. Bağlanma ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkileri İnceleyen Bazı Araştırma Özetleri

Bağlanma ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkileri inceleyen son 6 sene içerisinde yapılmış olan bazı çalışmaların bulguları Tablo.3'te sunulmuştur.

Tablo.3 Bağlanma ile İlgili Yapılan Bazı Araştırma Özetleri

Araştırma Bulgusu	Araştırmacı (yıl)
Ergenlerde, düşük ebeveyne (güvenli) bağlanma düzeyi ile internet bağımlılığı, siber zorbalık, sigara içme ve depresyon arasında pozitif korelasyon	Chang ve ark. (2015)
İnternet bağımlılığı ile ebeveynlere kaygılı bağlanma stili ve depresyon puanları arasında pozitif korelasyon	Şenormancı ve ark. (2014)
Yüksek bağlanma kaygısı ile Facebook kullanımı arasında pozitif korelasyon	Oldmeadow ve ark. (2012)
İnternet bağımlılığı ile güvenli bağlanma stili ve öznel iyi olma hali arasında negatif korelasyon; Kayıtsız ve saplantılı bağlanma stilleri ile pozitif korelasyon	Odacı ve Çıkrıkçı (2014)
İnternet bağımlılığı ile ebeveynlerin evlilik çatışmaları arasındaki ilişkide, bağlanmanın aracı rolü	Yang ve ark. (2016)
Güvensiz bağlanma stili (özellikle ambivalans bağlanma) ile internet bağımlılığı arasında pozitif; kişiler arası ilişkiler arasında negatif korelasyon	Eichenberg ve ark. (2017)
Kaygılı ve kaçınan bağlanma stili ile internet bağımlılığı arasında pozitif korelasyon	Morsünbül (2014)
Saplantılı ve kaygılı bağlanma stili ile internet bağımlılığı arasında pozitif korelasyon	Ceritli ve Bal (2017)
Kaygılı bağlanma, erkek olma, fiziksel ve cinsel istismar geçmişi olma ile internet bağımlılığı arasında pozitif korelasyon vardır ve anlamlı şekilde yordamaktadır.	Schimmenti ve ark. (2013)
Bağlanma ve aleksitimi puanları internet bağımlılığını anlamlı şekilde yordamaktadır.	Bolat ve ark. (2018)
Güvensiz bağlanmanın ebeveynler arası çatışma ile internet bağımlılığı ilişkisindeki aracı rolü	Zhou ve ark. (2017)
Güvenli bağlanma stili ile internet, çevrimiçi oyun ve sosyal medya bağımlılığı arasında negatif korelasyon	Monacis ve ark. (2017)

1.3. Zihin Kuramı

1.3.1. Zihin Kuramının Tanımı

İlk kez Premack ve Woodroff tarafından kullanılan Zihin Kuramı terimi, bireyin kendisinin ve diğerlerinin zihinsel durumlarını (emosyonlar, arzular, inançlar) anlama ve davranışlarını açıklama ve yordama becerisini ifade etmektedir (Premack ve Woodruff, 1978). Zihin kuramı becerileri, duyguları ifade etmeyi, duyguları anlamayı,

empati geliştirmeyi, bir kişinin niyetini anlamayı ve farklı insanların farklı bakış açlarına sahip olabileceğini bilmeyi (Girli, 2014), zihinsel durumlardan çıkarsama yapabilmeyi ve zihinsel temsiller oluşturabilmeyi (Brüne ve Brüne-Cohrs, 2006) içermektedir. Diğer bir deyişle, zihin kuramı, diğer insanların zihinsel durumlarından (düşünceler, arzular, niyetler gibi) doğru çıkarımlar yapabilme yeteneğidir (Dziobek ve ark., 2005). Goldman ise Zihin Kuramını, zihinsel durumları kendine ve başkalarına atfetmeye yönelik bilişsel kapasite olarak ifade etmektedir (Goldman, 2012).

Gözlerden Zihin Okuma Testi, Zihin Kuramı yeteneklerini ölçmek için kullanılan bir testtir. Bir kişinin zihinsel durumunu o kişinin göz bölgelerini içeren fotoğraflardan çıkarsama görevlerini içermektedir (Baron-Cohen ve ark., 2001). Çalışmada, gözlerden zihin okuma becerileri, zihin kuramı becerileri ile eř anlamlı olarak kullanılmıştır.

Zihin kuramı, başkalarının inançlarına, arzularına ve isteklerine atıfta bulunarak, onların davranışlarını tahmin etme konusunda önemli bir bileşendir (APA, 2013). Dolayısıyla, insanların sosyal çevreye uyum sağlamalarında kritik rol üstlenmektedir (Brüne ve Brüne-Cohrs, 2006).

Yüz ifadelerini tanıma, bireylerin yüz yüze karşılaşmalar boyunca, karşılarındaki kişilerin yüz ifadelerindeki değişimleri algılamaları açısından gerekli bir sosyal beceridir (Blair, 2003). İnsanlar sosyal birer varlık olarak, doğaları gereği, her gün eşleri ya da arkadaşları ile dikkate değer sayıda etkileşim kurmaktadırlar (Castelli ve ark., 2010). İnsanlar sosyal etkileşimler kurarken, yüz ifadeleri sayesinde karşısındakilere birtakım sinyaller yollarlar ve karşısındakilerden de birtakım sinyaller olarak sosyal davranışlarını bu sinyallere uygun şekilde düzenlerler (Blair, 2003). Örneğin, açık olmayan bir yüz ifadesi takınarak, karşımızdaki kişilere uygun olmayan davranışlarını hemen bırakmaları gerektiği sinyalini verebiliriz. Ancak, etkileşim kurduğumuz kişi, sunmuş olduğumuz bu ipuçlarını anlayamazsa, davranışlarına devam etme eğiliminde olur ve bu durum genellikle kişilerarası çatışmaya yol açar (Chen ve ark., 2017).

Sosyal işlevi en iyi sosyal bilişin yordadığı düşünölmektedir (Pinkham ve ark., 2003). Sosyal biliş, insanların kendilerini ve diğer kişileri anlamasını sağlayan süreçleri içermektedir. Sosyal biliş sayesinde kişiler, diğerlerinin ruhsal ve duygusal

doğru şekilde algılayabilirler. Brüne'e göre (2005), Zihin Kuramı, sosyal bilişi en iyi yordayan sosyal biliş becerisidir.

İki tür Zihin Kuramı'ndan bahsedilmektedir. *Bilişsel Zihin Kuramı*, diğer insanların bilişsel durumları, inançları, düşünceleri ya da niyetleriyle ilgilidir ve iki zihinsel temsil düzeyi bulunmaktadır. Birinci-düzy zihinsel temsiller, kişinin düşüncelerinin, ikincisinin perspektifini benimseyerek elde ettiği temsiller iken; İkinci-düzy zihinsel temsiller, iki bakış açısını aynı anda benimsemeyi gerektirmektedir. *Duygulanımsal Zihin Kuramı* ise, başkalarının duygulanım halleri, duyguları ya da hisleriyle ilgilidir (Atalay, t.y.).

Sosyal etkileşimler sırasında, bireyler sürekli olarak zihinsel durum çıkarsamaları yapmaktadırlar ve bu çoğunlukla bilinçsiz olarak gerçekleşmektedir. Genel olarak, bu süreç, insanlar hakkında "sezgiler"e sahip olma olarak tanımlanmaktadır. Zihin Kuramı yerine, "zihin okuma" veya "sosyal biliş" kavramları da kullanılmaktadır ve bu kavramlar empatinin bilişsel bileşenine işaret etmektedir (Baron-Cohen ve Wheelwright, 2004).

Araştırmacılar, sosyal bilişi doğuştan getirilen yetenekler ile sonradan yaşamakta olduğumuz deneyimlerin bir kombinasyonu olarak ifade etmektedirler. Her iki alanın birbiriyle kesişim halinde olduğu düşünülmektedir (Dziobek ve ark., 2005). Başlangıçta, zihin kuramı gelişimi yoğun olarak çocuklar üzerinde çalışılmakla birlikte; son yıllarda yaşam boyu gelişim perspektifinden konuyu inceleyen çalışmaların arttığı gözlenmektedir (Castelli ve ark., 2010).

1.3.2. Zihin Kuramının Gelişimi

Gelişim sürecinde, bireylerin bilişsel becerilerindeki gelişime bağlı olarak, zihin kuramı becerilerinde de gelişmeler meydana gelmektedir. 0 ile 2 yaş aralığında, bebeklerde ben merkezci düşünce hakimdir. Bebekler, başkalarının duygu ve düşüncelerini önemsememektedirler (Santrock, 2012). 3 yaşından itibaren, çocuklar artık diğer insanların kendilerinden farklı isteklere ve duygulara sahip olabileceklerini kavramaya başlamaktadırlar (Kontaş, 2015). 3 ile 4 yaş aralığındaki dönemde, çocukların hesaplama kaynaklarının artması ve inançlar, istekler gibi niyet ile ilgili durumları temsil edebilmeye başlaması zihin kuramı becerileri açısından oldukça önemli bir gelişimdir. Bu dönem, zihin kuramı için dönüm noktası kabul edilmektedir

(Doherty, 2009). Çocukların 6 yaşından önce 1. düzey; 7 yaşlarından sonra ise 2. düzey zihin kuramı becerilerini kazanmış olduğu kabul edilmektedir (Baron-Cohen ve ark., 1999).

1.3.3. Zihin Kuramı Teorileri

Literatürde, zihin kuramı ile ilgili üç farklı teoriden bahsedilmektedir.

1.3.3.1. Teori Teorisi

Teori teorisine göre; çocuklar çevrelerini keşfetme ve şemalar oluşturma sırasında, bir bilim insanı gibi teoriler geliştirmektedirler. Bilişsel gelişim ve olgunlaşmayla birlikte, 18. aydan itibaren çocuklar çevrelerindeki nesne ve olaylarla ilgili teoriler geliştirmeye başlamaktadırlar. 18. aydan itibaren başlayan bu süreç, bilişsel gelişime paralel olarak aşamalı şekilde gelişim göstermektedir (Doherty, 2009).

1.3.3.2. Modüler Teori

Modüler teoriye göre, zihin teorisiyle ilgili beyinde özgül nöral yapılar bulunmaktadır. Zihin kuramı süreçlerinin nöral yapılarla açıklanması, teoriyi somutlaştırmaktadır. Bu teoriye göre, zihin kuramı yetenekleri uygun nöral olgunlaşma ve uygun çevresel deneyimler sonucunda ortaya çıkmaktadır. Otizme odaklanan çalışmalarda genellikle, modüler teori temel alınmaktadır. Buna göre, otizmlili kişilerin zihin kuramı becerilerindeki düşüşün, nöral yapılarıdaki hasardan kaynaklandığı ifade edilmektedir (Doherty, 2009).

1.3.3.3. Simülasyon Teorisi

Simülasyon teorisi, zihin teorisi gelişimini çevresel faktörlerle açıklamaktadır. Modüler teorinin aksine, bu teori, zihin kuramı becerilerinin doğuştan getirilmediğini; bu becerilerin tamamen çevre ile etkileşim sonucu edinildiğini savunmaktadır. Bu teoriye göre, bireyin zihni diğer insanların zihinlerini model alarak çalışmaktadır (Doherty, 2009).

1.3.4. Zihin Kuramının Nöropsikolojik Temelleri

Zihin kuramının ve empatinin nöral yapılarını anlamaya yönelik yapılan çalışmalar genellikle, otizm, şizofreni hastaları gibi belirli bir beyin bölgesinde işlev sorunu olan bireyler ile çalışılmıştır. Zihin kuramı, superior temporal sulkusun posterior ucunu, komşu temporo-parietal bağlantıyı, temporal kutubu, medial prefrontal korteksi ve komşu parasingulat korteksi içeren sınırlı bir nöral ağ üzerinde yer almaktadır (Castelli ve ark., 2010).

1.3.5. Zihin Kuramı ile Bağımlılık İlişkisi

Bireylerin zihin kuramı becerileri ile bağımlılık düzeyleri arasında negatif yönlü ilişki bulunmaktadır. Bağımlılardaki emosyonel algı eksikliği, direkt olarak kişilerarası ilişkilerde problemlere yol açmaktadır. Bağımlı bireyler, sosyal algı zorlukları yaşamalarından dolayı, sosyal bağlamda bazı yanlış anlamalar yaşamaktadırlar ve bu durum, bağımlı birey üzerinde stres, incinebilirlik (savunmasızlık) ve/veya nüksetme etkilerini ortaya çıkartmaktadır (Uekermann ve Daum, 2008).

Örneğin, alkol bağımlısı hastalarda sözel olmayan emosyonel sinyalleri tanıma becerisi bozulmaktadır. Sözel olmayan emosyonel sinyalleri tanımanın bozulması, yüzlerdeki, seslerdeki ve postürlerdeki emosyonu tanımadaki eksikliği içermektedir. Emosyonları tanıma konusundaki eksiklik, kişilerarası problemler ve emosyonel empati eksikliği ile de ilişkilidir. Bu eksiklik, diğer bağımlılık türlerine sahip bireylerde de görülebilmektedir (Kornreich ve ark., 2016).

Kornreich ve arkadaşları tarafından yapılan patolojik kumar bağımlısı bireylerle yapılan bir çalışmada (2016), katılımcılara müzikten, sestem ve yüz ifadesinden emosyon tanıma görevleri olmak üzere 3 tip görev verilmiştir. Patolojik kumar bağımlılarının emosyon (duygu) tanıma görevlerinde, akranlarından daha başarısız olduğu gözlenmiştir (Kornreich ve ark., 2016).

1.3.6. Zihin Kuramı ile İnternet Bağımlılığı İlişkisi

Bireyler, yüz ifadeleri (göz, ağız ve burun kaslarının aktivitesi) sayesinde, çeşitli emosyonel (duygusal) durumları iletirler. Yüz ifadeleri hem açık bir emosyonel

davranış, hem de emosyonları meydana getiren bir mekanizmadır. Bu sebeple, yüz ifadeleri, emosyon araştırmaları için objektif bir göstergedir (Ge ve ark., 2017).

Chen ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada (2017), özgül bir sosyal beceri problemi olan iğrenme yüz ifadelerini tanıma eksikliği ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna göre, iğrenme yüz ifadelerini tanımakta akranlarına göre daha fazla güçlük çeken bireyler, internet bağımlılığına daha yatkın olmaktadır. Bu bireyler, diğerlerinin yüz ifadeleriyle örtük şekilde göstermiş olduğu iğrenme ifadesi ipuçlarının zaman zaman fark edememekte ve bu durum, kişilerarası çatışmalara zemin hazırlamaktadır (Chen ve ark., 2017).

Ge ve arkadaşları (2017), 14 yaşındaki internet bağımlısı olan ve internet bağımlısı olmayan Çinli ergenlerin yüz ifadelerini tanımadaki performanslarını incelemiştir. Çalışmada, katılımcılara mutlak tanıma ve görelî tanıma gerektiren görevler sunulmuştur. Araştırma sonucunda, internet bağımlısı bireylerin yüz ifadelerinden emosyon okuma ve işleme görevlerinde daha başarısız oldukları görülmüştür (Ge ve ark., 2017). Diğer yandan, internet bağımlısı katılımcıların göz hareketi özellikleri, yüz ifadelerini tanımakta yetersiz kalmaktadır (Zheng ve Shen, 2009).

İnternet bağımlılığı ile ilgili literatürde dikkat çeken önemli bir nokta, internet kullanımının olumsuz sonuçlarından yakınan bireylerin, özellikle internetin kişilerarası kullanım alanlarından tükenmiş olmasıdır (Caplan, 2002, 2005).

İnternet bağımlısı bireylerin gözlerden zihin okuma becerileri akranlarından zayıf olması sebebiyle, sosyal becerilerinin düşük olduğu görülmektedir. Sosyal beceri eksikliği genel olarak, “diğer insanlarla uygun ve etkili yoldan etkileşim kurma becerisi” olarak tanımlanmaktadır. Segrin (1990), sosyal beceri eksikliğinin, kişinin çevresi tarafından cezalandırılma riskini arttırdığını belirtmektedir. Bu cezalara, kişilerarası ret, utanç duyma ve ilişkilerde başarısızlık örnek olarak verilebilir. Düşük kendini sunma becerilerine sahip olduğunu düşünen bireyler, çevrimiçi sosyal etkileşimleri akranlarına oranla daha çok tercih etmektedirler. Çünkü, bu bireyler, çevrimiçi ortamdaki sosyal etkileşimlerde kendini sunma becerilerini, yüz yüze etkileşimlere göre daha iyi olarak algılamaktadırlar. Bunun nedeni, yüzyüze etkileşime kıyasla, çevrimiçi etkileşimde anonimliğin ve kendini sunma ve bilgi paylaşma

konusundaki kontrolün daha fazla ve sosyal riskin ise daha düşük olarak algılanmasıdır (Caplan, 2005).

Morahan-Martin ve Schumacher (2000), internet bağımlısı kullanıcıların internet bağımlısı olmayan kullanıcılara göre, interneti daha sıklıkla yeni insanlarla tanışma, emosyonel destek arama ve sosyal etkileşimli oyunlar oynama için kullandığını belirtmektedir. Benzer şekilde, Young 1998 yılında gerçekleştirdiği çalışmasında, problematik olmayan internet kullanıcılarının çevrimiçi zamanlarının çoğunu e-posta ve arama motorlarında geçirdiğini; problematik internet kullanıcılarının ise çevrimiçi zamanlarının çoğunu eşzamanlı kişilerarası ilişki gerektiren uygulamalarda (sohbet odaları ve etkileşimli çoklu oyunlar gibi) geçirdiklerini gözlemlemiştir.

Caplan'a göre (2003), internet bağımlılığının en önemli bilişsel semptomlarından birisi, kişilerin çevrimiçi sosyal etkileşimi, yüz yüze sosyal etkileşime tercih etmesidir. Caplan, çevrimiçi sosyal etkileşimi tercih eden bireylerin, çevrimiçi sosyal etkileşimi yüz yüze etkileşime göre daha güvenli, etkili, tehlikesiz ve kullanışlı olarak gördüğünü ifade etmektedir.

İnternet bağımlıları, çevrimiçi ortamda sosyal açıdan daha fazla güven hissetmektedirler ve çevrimiçi ortamda arkadaşlarıyla daha açık, arkadaşça ve kendileri gibi iletişim kurmakta, arkadaşlarıyla daha fazla sırlarını paylaşmakta ve bu iletişimden daha fazla keyif aldıklarını ifade etmektedirler (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000).

1.3.7. Zihin Kuramı ile İlgili Yapılan Bazı Araştırma Özetleri

Zihin Kuramı ile ilgili son 5 sene içerisinde yapılmış olan bazı çalışmaların bulguları Tablo.4'te sunulmuştur.

Tablo.4 Zihin Kuramı İle İlgili Yapılan Bazı Araştırma Özetleri

Bulgular	Araştırmacı (yıl)
Şizofreni ile negatif korelasyon	Ay ve ark. (2016); Barbato ve ark. (2015); Bora ve ark. (2016); Eşsizoğlu ve ark. (2017)
Otizm ile negatif korelasyon	Cheng ve ark. (2015); Karakelle ve Ertuğrul (2012)
Özel öğrenme güçlüğü ile negatif korelasyon	Özen (2015)
Uyaran kısa süreli sunulduğunda (fotoğraf), psikopati ile negatif korelasyon	Nentjes ve ark. (2015)
Alkol bağımlılığı ile negatif korelasyon	Maurage ve ark. (2015); Nandrino ve ark. (2014)
Sosyal beceriler (dil becerileri, utangaçlık, duygu anlama) ile pozitif korelasyon	Rosnay ve ark. (2014)
Hafif zihinsel engeli olan bireylerin zihin teorisi becerilerinde azalma	Biçer ve Sarı (2017)
Şizofreni hastalarındaki bilişsel esneklikteki azalma, zihin kuramı becerilerini anlamlı şekilde yordamaktadır.	Eşsizoğlu ve ark. (2017)
Dil becerileri ile pozitif korelasyon	Kaysılı (2014); Peterson ve ark. (2016); Rosnay ve ark. (2014); Scheeren ve ark. (2013)
Güvensiz bağlanma zihin kuramı becerilerini anlamlı şekilde yordamaktadır.	Korver-Nieberg ve ark. (2013)
Bilingual kişiler zihin kuramı görevlerinde daha başarılı	Nguyen ve Astington (2014)
Zihin kuramı ile yaş, dilsel yetenekler ve akıl yürütme becerileri arasında pozitif korelasyon	Scheeren ve ark. (2013)

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Örneklem

Araştırmanın örneklem grubunu, İstanbul ilindeki Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı eğitim kurumlarında öğrenim gören 14 ile 16 yaşları arasındaki ergenler oluşturmaktadır. Ergenlik dönemi, 10'lu yaşların başlarından 20'li yaşlara kadar devam etmekle birlikte (Santrock, 2014), kullanılan ölçeklerin uygunluğu ve İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden alınan izinler göz önünde bulundurularak, çalışma 14 – 16 yaş aralığındaki ergenler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Örneklem grubu için belirlenen yaş aralığı, 8., 9. ve 10. sınıfta öğrenim gören öğrencilere denk gelmektedir.

İstanbul ilindeki eğitim kurumlarının 8., 9. ve 10. sınıflarında öğrenim gören 593479 öğrenci bulunmaktadır (MEB, 2018). Türkiye genelinde ise bu sayının 3 ile 3 buçuk milyon arası olduğu görülmektedir. Örneklem grubu evrenden, seçkisiz tabakalı örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Araştırmanın ölçek ve envanterlerinin uygulandığı okullar, İstanbul ilinde yer alan ortaokul ve liselerden seçkisiz yöntemle seçilmiştir ve seçilen okullardan araştırmaya katılacak öğrenciler ise gönüllülük esasına dayalı olarak seçkisiz tabakalı örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir.

Araştırma, 900 kişilik bir örneklem grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ancak, 13 katılımcı çalışmayı yarıda bırakmak istemiş; 14 katılımcı ise yapılan normallik testlerinde sapkın değerler oluşturdukları için veri setinden çıkartılmıştır ve analizler 873 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Örneklem grubunun %56,9'u kız öğrencilerden (n=497), %43,1'i ise erkek öğrencilerden (n=376) oluşmaktadır.

Araştırmanın örneklem büyüklüğünün belirlenmesinde, Green (1991) iki farklı formül sunmaktadır. Yeterli örneklem büyüklüğünün belirlenmesinde, $\alpha=.05$ anlamlılık düzeyinde, çoklu korelasyon testi için " $N \geq 50 + 8m$ " formülünü, bireysel yordayıcıların testi için ise " $N \geq 104 + m$ " (m: bağımsız değişken sayısı) formülünü

önermiştir. Bu formüller dikkate alındığında, araştırmanın örneklem grubu yeterli büyüklüktedir.

Asıl araştırma öncesi yapılan ön çalışmanın örneklem grubu ise, 20'si kız (%50), 20'si erkek öğrenci olmak üzere, toplam 40 katılımcıdan oluşmaktadır.

2.2. Bilgi Toplama Araçları

2.2.1. Demografik Bilgi Formu

Yaş, cinsiyet, okul türü, sınıfı, anne-babanın sağ olup olmama durumu, anne-babanın eğitim durumu, kardeş sayısı, anne-babanın mesleği, ailenin ekonomik durumu, kronik bir hastalığa sahip olup olmama durumu, psikiyatrik tedavi alma veya psikoterapi alıp almama durumu, aile bireylerinin psikiyatrik tedavi alıp almama durumu, internet kullanım süresi, internet kullanım amacı, internete erişim sağlanan cihazlar, internetin sık kullanıldığı alanlar hakkında katılımcılardan bilgi almak için araştırmacı tarafından hazırlanmış bir formdur.

2.2.2. Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu

Bireylerin internet bağımlılığını düzeylerini ölçmek için kullanılan Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT_KF), Young (1998) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 20 maddeden oluşmaktadır ve 6'lı Likert tipi derecelendirme içermektedir. Daha sonra, Pawlikowski ve arkadaşları (2013), ölçeğin 12 maddeden oluşan ve 5'li Likert tipi derecelendirme içeren kısa formunu geliştirmiştir. "Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu"nun Türkçe geçerlilik güvenilirlik çalışması Kutlu ve arkadaşları (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 17-35 yaş aralığındaki üniversite öğrencileri ve 14-17 yaş aralığındaki ergen grubu üzerinde uygulanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa değeri üniversite öğrencilerinde .91, ergenlerde .86 olarak bulunmuştur.

2.2.3. Gözlerden Zihin Okuma Testi Çocuk Formu

Zihin Teorisi yeteneklerini ölçmek için kullanılan Gözlerden Zihin Okuma Testi (kısa adıyla Gözler Testi) (GZOT_ÇF) ilk kez 1997 yılında Baron-Cohen ve

arkadaşları tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin ilk hali 25 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılara 25 adet siyah-beyaz göz resmi gösterilmekte, katılımcılardan gösterilen iki resim arasından belirtilen duygu veya düşüncüyü yansıtan resmi seçmesi istenmektedir. 2001 yılında Baron-Cohen ve arkadaşları ölçeği revize etmiş; ölçeğin 36 maddelik yetişkin formunu ve 28 maddelik çocuk formunu geliştirmiştir. Ölçeğin revize edilmiş formunda, katılımcılara her madde için 4 siyah beyaz-resim sunulmaktadır ve katılımcılardan bu resimler içerisinde, belirtilen duygu veya düşüncüyü yansıtan hedef resmi seçmesi istenmiştir. Diğer üç resim ise yanıltıcı resimlerden oluşmaktadır. Ölçeğin güncel formunda, zihin teorisi yeteneklerinin yanı sıra, duyguları belirlemeye yönelik maddeler de bulunmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Girli (2014) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yetişkin formu 18-60 yaş aralığındaki bireylere uygulanmış ve Cronbach alfa değeri .71 olarak bulunmuştur. Çocuk formu ise 6-16 yaş aralığındaki bireylere uygulanmış ve Cronbach alfa değeri .72 olarak bulunmuştur.

2.2.4. Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Kısa Formu

Anne-baba ve arkadaşlara bağlanmayı ölçmek için kullanılan “Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri” 1987 yılında Armsden ve Greenberg tarafından geliştirilmiştir. Orijinal çalışma 28 maddeden oluşmaktadır. “Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Kısa Formu (EABE)” ise Raja ve arkadaşları (1992) tarafından geliştirilmiştir. EABE’nin Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması ise Günaydın ve arkadaşları(2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek 12 maddeden oluşmaktadır ve 7’li Likert tipi derecelendirme içermektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması tek faktörden oluşmaktadır. Katılımcılar anne ve baba formlarını ayrı ayrı değerlendirmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa değerleri anne formu için .88, baba formu için ise .90 olarak bulunmuştur.

2.2.5. Güçler ve Güçlükler Anketi

Çocuk ve gençlerde ruhsal sorunları ölçmek için Goodman tarafından geliştirilen GGA, 3’lü Likert tipi derecelendirme içermektedir (Goodman, 1997). Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Güvenir ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilmiştir (Güvenir ve ark., 2008). GGA, dikkat eksikliği ve hiperaktivite,

davranış sorunları, duygusal sorunlar, akran sorunları ve sosyal davranışlar olmak üzere 5 alt ölçekten oluşmaktadır. GGA'nın ebeveyn formu ve özbildirime dayalı formu bulunmaktadır. Araştırmamızda özbildirime dayalı form kullanılmıştır.

2.3. İşlem

Araştırmada, 14 - 16 yaş aralığındaki ergenlerin bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve ruhsal sorunları ile internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek için, "Demografik Bilgi Formu" (EK.1), "Gözlerden Zihin Okuma Testi Çocuk Formu (Gözler Testi) (GZOT_ÇF)" (EK.2), "Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT_KF)" (EK.3), "Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Anne Formu (EABE_A) ve Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Baba Formu (EABE_B)" (EK.4), "Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA)" (EK.5) kullanılmıştır.

Öncelikle, araştırmada belirlenen ölçek ve envanterlerin kullanılabilmesi için ölçek sahiplerinden e-posta yoluyla gerekli izinler alınmıştır. Ardından, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Etik Kurulu'na araştırmada kullanılan ölçekler ve ölçeklerin ne amaçla kullanılacağını içeren tez önerisi sunulmuştur ve Ondokuz Mayıs Üniversitesi Etik Kurulu'ndan gerekli etik kurul izni alınmıştır. Daha sonra, araştırmanın İstanbul ilindeki eğitim kurumlarında uygulanacak olması sebebiyle, İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden ve İstanbul Valiliği'nden İstanbul ilindeki ortaokul ve liselerde uygulama yapmak için gerekli izinler alınmıştır. Gerekli izinlerin alınmasının ardından, uygulama yapılacak olan okullar İstanbul ilindeki çeşitli ilçelerden seçkisiz olarak seçilmiştir. Daha sonra, belirlenen okullara gidilerek okul müdürlerinden uygulama yapmak için gerekli izinler alınmıştır. Araştırma örneklem grubunun 14 ile 16 yaş aralığındaki öğrencilerden oluşması gerekmektedir. Bu sebeple, çalışma 8., 9. ve 10. Sınıf öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Okul müdürlerinden alınan izinlerin ardından, ilgili kademe müdür yardımcıları ve rehber öğretmenleri ile görüşülerek seçkisiz olarak belirlenen sınıflarda uygulama yapabilmek için uygun saat dilimleri belirlenmiştir ve bir uygulama programı oluşturulmuştur. Uygulamalar bu programa uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Uygulama yapılacak sınıflarda akıllı tahta ya da projeksiyon cihazı bulunması gerekliliği dışında, herhangi bir ekipman gereksinimi bulunmamaktadır.

Uygulama yapılacak sınıflarda, 14-16 yaş aralığında olmayan veya araştırmaya gönüllü olarak katılmak istemeyen öğrenciler örneklem grubunun dışında bırakılmıştır.

Asıl çalışmaya geçilmeden önce, 40 kişilik bir örneklem grubu üzerinde bir ön çalışma gerçekleştirilmiştir. Ön çalışmada, test ve ölçeklerin sunum sırasının uygunluğunu, yönergelerin anlaşılır olup olmadığını, test ve ölçeklerin yazı puntolarının yazı biçiminin uygunluğunu, test ve ölçeklerin yaklaşık tamamlanma süresini ve çalışma öncesi öngörülemeyen aksaklıkları belirlemek için bilgi toplanmıştır. Ön çalışmadan elde edilen bilgiler neticesinde, gerekli düzenlemeler yapılmıştır ve ölçek ve testlerin uygulanması ile ilgili süreçlere son hali verilmiştir.

Asıl çalışmada, katılımcılara öncelikle bilgilendirici onam formu (EK.6) sunulmuştur. Bilgilendirici onam formunda, çalışmanın amaçlarına dair ve katılımcıların araştırmaya katılmış olmaktan dolayı sahip olduğu haklara (gizlilik, gönüllülük, çalışmayı istediği anda bırakabilme gibi) dair bilgiler yer almaktadır. Ayrıca, formda araştırmacıya ait iletişim adresi yer almaktadır. Katılımcılara, belirtilen iletişim adresinden araştırmacı ile iletişime geçilmesi durumunda, araştırmanın sonuçları hakkında bilgilendirilecekleri aktarılmıştır.

Bilgilendirilmiş onam formunun ardından, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden katılımcılara, Demografik Bilgi Formu, Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT_KF), Gözlerden Zihin Okuma Testi Çocuk Formu (Gözler Testi) (GZOT_F), Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Anne Formu (EABE_A), Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Baba Formu (EABE_B), Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA) sunulmuştur. Katılımcılara test ve ölçekleri doldurmaları için süre sınırı belirtilmemiştir. Ancak, katılımcıların tüm ölçek ve envanterleri maksimum 40 dakika içerisinde tamamladıkları gözlenmiştir.

Tüm ölçek ve envanterler, katılımcılara A4 boyutundaki kağıtlara basılı olarak sunulmuştur. Yalnızca, GZOT_F'nin uygulanmasında bir farklılık söz konusudur. GZOT_F'nin cevap formu katılımcılara A4 boyutundaki kağıda basılı olarak sunulmakla birlikte, testin maddeleri Powerpoint programı vasıtasıyla tahtaya yansıtılarak öğrencilere sunulmuştur. GZOT_F 28 maddeden oluşan bir testtir ve her madde için 4 şık bulunmaktadır. Öğrencilerden uygun buldukları şıkkı kendilerine sunulan cevap formuna işaretlemeleri istenmiştir. GZOT_F maddelerinin sunumu

araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Öncelikle, katılımcılara bir alıştırma maddesi sunulmuştur ve ardından, testte yer alan 28 maddenin sunumu ardı sıra gerçekleştirilmiştir.

Örnekleme grubu İstanbul'un farklı sosyoekonomik seviyelerine sahip ilçelerdeki 9 farklı okulda gerçekleştirilmiştir. Bu okulların 4 tanesi özel okul, 5 tanesi ise devlet okuludur. Örnekleme grubu seçkisiz tabakalı örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Araştırma verileri, 2018 yılı Şubat ve Mart aylarında toplanmıştır.

2.4. Analiz

Test ve ölçeklerin uygulaması tamamlandıktan sonra, veriler IBM SPSS 20 istatistik programı ile analiz edilmiştir.

Öncelikle, uygulamaya katılan 900 öğrenciye ait veriler IBM SPSS 20 istatistik programına girilmiştir. Ancak, 13 katılımcı çalışmayı yarıda bırakmak istemiştir ve bu sebeple bu katılımcıların verileri veri setinden çıkarılmıştır.

Analiz sürecine başlamadan önce, veri setinde yer alan ölçek maddelerinde ters madde olarak kodlanmış olan maddeler tekrar kodlanarak normal hale çevrilmiştir. Ardından, araştırmada kullanılan tüm ölçek maddelerine ilişkin kayıp verileri belirlemek için kayıp veri miktarını ve madde ortalamalarını gösteren frekans tabloları alınmıştır. Her madde için kayıp veriler incelenmiş, %10'un üzerinde kayıp veriye sahip madde bulunmadığı görülmüştür. Bir maddedeki kayıp veri sayısı maksimum %4,4 (EABE_B: madde 10) olarak bulunmuştur.

Kayıp verinin kaynağı hakkında bir şey bilinmediğinde, kayıp verileri en iyi madde ortalama puanları yordamaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2015). Bu sebeple, kayıp veriler, her madde için madde ortalama puanı ile doldurulmuştur.

Kayıp verilerin ortalama ile doldurulmasının ardından, "Gözlerden Zihin Okuma Testi Çocuk Formu (GZOT_ÇF)", "Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT_KF)", "Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağılanma Envanteri Anne Formu (EABE_A)", "Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağılanma Envanteri Baba Formu (EABE_B)", "Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA)" ilgili maddeleri toplanarak, GZOT_ÇF_toplam, YİBT_KF_toplam, EABE_A_toplam, EABE_B_toplam ve GGA_toplam değişkenleri oluşturulmuştur. Ayrıca, GGA'ya ait dikkat eksikliği ve hiperaktivite,

davranış sorunları, duygusal sorunlar, akran sorunları ve sosyal davranışlar alt ölçek puanları da oluşturulmuştur. Ek olarak, ‘Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu’nun orijinal makalesinde yer alan 36 kesme puanı dikkate alınarak, YİBT toplam puanı 36 ve üzeri olanlar için 1 (internet bağımlılığı var), 36 puanın altında olanlar için 0 (internet bağımlılığı yok) şeklinde kodlanan YİBT_kategorik değişkeni oluşturulmuştur.

Ölçek toplam puanlarının oluşturulmasının ardından, ölçeklere ait toplam puanların normal dağılım özellikleri gösterip göstermediğini belirlemek için, YİBT_toplam, GZOT_ÇF_toplam, EABE_A_toplam, EABE_B_toplam ve GGA_toplam değişkenlerinin aritmetik ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri, standartlaştırılmış Z puanları, saçılım grafikleri, Levene testi sonuçları ve aykırı değerler (outliers) tabloları incelenmiştir. Bir sürekli değişkenin normal dağılım özellikleri gösterdiğini söyleyebilmek için, değişkene ait çarpıklık ve basıklık katsayılarının +1 ile -1 aralığında olması, Z puanlarının +3.29 ile -3,29 puan aralığında yer alması, saçılım grafiğinde verilerin aşırı dağınık şekilde bulunmaması, aykırı değerlerin (outliers) bulunmaması, Levene testinin anlamlı olması ($p>.05$) gerekmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2015). Buna göre, tüm ölçek toplam puan değişkenleri için yapılan normallik analizleri sonucunda, Z puanları +3.29 ile -3,29 puan aralığında yer almayan 14 katılımcı veri setinden çıkarılmıştır (Tablo.5).

Tablo.5 Araştırmada Kullanılan Ölçek Toplam Puandaki Sapkın Verileri Gösteren Z Puanları

Katılımcı	Z puanı			
	GZOT_ÇF	EABE_A	EABE_B	GGA
80		-3.929*		3.688**
277				3.884**
306		-4.086*		
365				3.492**
413	-3.547*			
533	-4.425*			
587	-4.132*			
687				3.296**
769			-3.454*	
845	-5.010*			
846	-3.840*			
876	-4.425*			
891	-4.718*			
892	-4.425*			

* < -3.29; ** > 3.29.

Sapkın değerlerin çıkartılmasının ardından, normallik testleri tekrarlanmıştır ve tüm sürekli ölçek puanları için normal dağılım şartlarının sağlandığı gözlenmiştir.

Sapkın değer özellikleri gösteren 14 katılımcının verilerinin çıkarılmasıyla birlikte, analizler 873 katılımcıya ait veriler üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Öncelikle değişkenler üzerinde betimleyici analizler gerçekleştirilmiştir. Kategorik değişkenler için frekans ve yüzdeler; sürekli değişkenler için ise, frekans, mod, medyan, ortalama, standart sapma, ranj, maksimum-minimum puanlar, varyans değerleri incelenmiştir.

Ardından, araştırmada kullanılan GZOT_ÇF, YİBT_KF, EABE_A, EABE_B ve GGA ölçeklerinin güvenilirlik ve açımlayıcı faktör analizleri yapılmıştır. Güvenirlik, aynı ölçüm aracı kullanılarak, art arda yapılan ölçümlerin sonuçları arasındaki kararlılık ve tutarlılığı belirtmektedir (Can, 2016). Başka bir ifadeyle, ölçeklerin hatalardan arınlık derecesidir. Sürekli değişkenlerin güvenilirlik katsayıları belirlenirken, Cronbach Alpha (α) güvenilirlik katsayısı kullanılmaktadır. Ölçümler arası korelasyonlara dayanan Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı, 0 ile 1 arası değerler almaktadır (Can, 2016). Özdamar'a göre (1999), α güvenilirlik katsayısının 0

ile .40 arasında değer alması ölçeğin güvenilir olmadığına, .40 ile .60 arasında değer alması ölçeğin düşük güvenilirliğe sahip olduğuna, .60 ile .90 arasında değer alması ölçeğin güvenilirliğinin oldukça yeterli olduğuna, .90 ile 1 arasındaki güvenilirlik katsayısı ise ölçeğin güvenilirliğinin yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Açımlayıcı faktör analizi ile ise, araştırmada kullanılan ölçeklerin orijinal kaynaklarındaki faktör yapılarının araştırma veri seti benzerlik gösterip göstermediği incelenmiştir. Açımlayıcı faktör analizi, varlığı bilinen (zeka gibi), ancak farklı bileşenlerden oluştuğu için faktör yapısı tam olarak bilinmeyen değişkenlerin faktör yapılarını belirlemek için yapılan bir analizdir. Böylece, veri setindeki çok sayıdaki veriyi, daha az sayıdaki değişken (faktör) üzerinde toplayabiliriz. Açımlayıcı faktör analizi sonuç tablolarında yer alan ve üzerinde çalışılan veri setindeki örneklem büyüklüğünün yeterli olup olmadığını gösteren Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) testinden alınan değerin .50 ve altında olması örneklem büyüklüğünün ilişkiyi belirlemek yetersiz olduğuna, .50 ile .70 arasında olması örneklem büyüklüğünün ilişkiyi belirlemek yeterli olduğuna, .70 ve üzeri olması örneklem büyüklüğünün ilişkiyi belirlemek için iyi seviyede olduğuna işaret etmektedir (Can, 2016).

Araştırmada, kategorik değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesinde ki kare (kay kare; χ^2) analizi uygulanmıştır. Ki kare analizi, iki kategorik değişken arasındaki ilişkileri analiz etmek için kullanılmaktadır. İki yönlü ki kare analizinin yapılabilmesi için birtakım koşullar bulunmaktadır. Bunlar; verilerin birbirinden bağımsız olması, değişkenlerin nitel olması ve hücrelerin %80'inde beklenen değerlerin 5 ve üzerinde olmasıdır (Can, 2016).

Sonrasında, 2 farklı gruba ait ortalamaların karşılaştırılmasında bağımsız gruplar t testi analizi kullanılmıştır. Parametrik bir analiz yöntemi olan bağımsız örneklem t testinin uygulanabilmesi için birtakım koşullar bulunmaktadır. Bunlar; ortalamaları kıyaslanacak olan verilerin en az eşit aralıklı olması, ortalaması kıyaslanacak olan verilerin normal dağılım göstermesi, grup varyanslarının homojen olması ve verilerin birbirinden bağımsız olmasıdır (Can, 2016). Analiz sonunda hesaplanan etki büyüklüğünün (*d*) 0 (sıfır) olması ortalamaların eşit olduğuna, .2 civarı bir değer alması etkinin düşük olduğuna, .5 civarı bir değer alması etkinin orta düzeyde olduğuna ve .8 civarı bir değer alması etkinin yüksek olduğuna işaret etmektedir (Green ve Salkind, 2005).

İkiden fazla gruba ait ortalamaların karşılaştırılmasında, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizinin güvenilir sonuçlar verebilmesi için birtakım koşulların sağlanmış olması gerekmektedir. Bunlar; ortalaması kıyaslanacak verilerin en az eşit aralıklı olması, ortalaması kıyaslanacak verilerin her grup için normal dağılım özellikleri göstermesi, ortalaması kıyaslanacak grupların varyanslarının homojen olması ve her bir verinin diğerinden bağımsız olmasıdır (Can, 2016). Analiz sonunda hesaplanan etki büyüklüğünün (η^2) .01 civarı değer alması küçük, .06 civarı değer alması orta, .14 civarı değer alması etkinin yüksek olduğuna işaret etmektedir (Green ve Salkind, 2005).

Araştırmada kullanılan ölçeklere ait toplam puanları ve alt ölçek puanları arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi ile incelenmiştir. Basit doğrusal korelasyon analizinin güvenilir sonuçlar verebilmesi için birtakım koşulların sağlanmış olması gerekmektedir. Bunlar; ilişkileri incelenecek olan değişkenlerin lineer olması, normal dağılım göstermeleri ve en az eşit aralıklı olmalarıdır (Can, 2016). Korelasyon katsayıları +1 ile -1 arasında değer almaktadır. Değişkenler arası pozitif yönlü eğitimin olması ilişkilerin aynı yönlü; negatif yönlü eğitimin olması ise ters yönlü ilişkiye işaret etmektedir. Değişkenler arası korelasyon değerlerinin ± 1 'e yaklaşması ilişkinin güçlü olduğunu gösterirken; korelasyon değerlerinin 0'a yaklaşması ilişkinin zayıf olduğunu göstermektedir (Aron ve ark., 2013). Cohen'e göre, korelasyon katsayısının .1 civarı bir değer alması düşük düzeyli ilişkiye, .3 civarı bir değer alması orta düzeyli bir ilişkiye, .5 civarı ve üzerinde değer alması ise yüksek düzeyli bir ilişkiye işaret etmektedir (Cohen, 1988).

Son olarak, ergenlerin anne bağlanma özelliklerinin, baba bağlanma özelliklerinin ve gözlerden zihin okuma becerilerinin internet bağımlılığı ile ilişkilerini incelemek için İkili (Binary) Lojistik Regresyon Analizi yapılmıştır.

İkili lojistik regresyon analizinin güvenilir sonuçlar verebilmesi için birtakım koşulların sağlanmış olması gerekmektedir. Bunlar; verilerin birbirinden bağımsız olması, en az eşit aralıklı olan yordayıcı değişkenler ile yordanan değişkenin logit dönüşümü arasında doğrusal ilişki olması, yordayıcı değişkenler arasında çoklu doğrusallık olmaması ($r < .9$), denklemi etkileyen aşırı sapkın değerlerin olmaması ve verilerin birbirinden bağımsız olmasıdır (Can, 2016).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. Katılımcıların Demografik Özelliklerinin İncelenmesi

Örnekleme grubunu oluşturan katılımcıların %56.9'u kız öğrencilerden (n=497), %43.1'i erkek öğrencilerden (n=376) oluşmaktadır. Katılımcıların %42.2'si 14 (n=368), %36.2'si 15 (n=316), %21.6'sı ise 16 (n=189) yaşındadır (Tablo.6).

Tablo.6 Katılımcıların Cinsiyete ve Yaşa Göre Dağılımları

Gruplar	n	%
Cinsiyet		
Kız	497	56.9
Erkek	376	43.1
Yaş		
14	368	42.2
15	316	36.2
16	189	21.6
Toplam	873	100.0

Örnekleme grubunu oluşturan ergenlerin %61.7'si Anadolu Lisesi'nde (n=539), %7.2'si Meslek Lisesi'nde (n=63), %31'i ise ortaokulda (n=271) öğrenim görmektedir. Bu öğrencilerin %31'i 8. sınıfta (n=271), %40.5'i 9. sınıfta (n=354), %28.4'ü ise 10. sınıfta öğrenim görmektedir (Tablo.7).

Tablo.7 Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Okul Türüne ve Sınıfa Göre Dağılımları

Gruplar	n	%
Okul türü		
Anadolu Lisesi	539	61.7
Meslek Lisesi	63	7.2
Ortaokul	271	31.0
Sınıf		
8. Sınıf	271	31.0
9. Sınıf	354	40.5
10. Sınıf	248	28.4
Toplam	873	100.0

Katılımcıların anne-babalarının %90.7'sinin sağ ve birlikte yaşadıkları (n=792), %6.9'unun sağ ve ayrı yaşadıkları (n=60), %1.6'sının sadece annelerinin sağ olduğu (n=14) ve %0.3'ünün sadece babalarının sağ olduğu (n=3) gözlenmiştir.

Katılımcıların %14.4'ünün kardeşi bulunmazken (n=126); %49.3'ü bir kardeşe (n=430), %21.3'ü iki kardeşe (n=186), %14.6'sın üç veya daha fazla kardeşe (n=127) sahiptir (Tablo.8).

Tablo.8 Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Dağılımları

Gruplar	n	%
Kardeş sayısı		
kardeşi yok	126	14.4
1 kardeşi var	430	49.3
2 kardeşi var	186	21.3
3 ve üstü kardeşi var	127	14.6
Kayıp veri	4	.5
Toplam	873	100.0

Katılımcıların anne-babalarının eğitim durumları incelendiğinde; annelerinin %21.9'unun ilkokul (n=191), %17.9'unun ortaokul (n=156), %34.2'sinin lise (n=299), %1.3'ünün yüksek okul (n=11), %19.9'unun üniversite (n=174) ve %3.1'inin yüksek lisans veya doktora (n=27) mezunu olduğu gözlenirken; babalarının %14.2'sinin ilkokul (n=124), %18.8'inin ortaokul (n=164), %35.4'ünün lise (n=309), %0.9'unun

yüksek okul (n=8), %23.7'sinin üniversite (n=207) ve %5.2'sinin yüksek lisans veya doktora (n=45) mezunu olduğu gözlenmiştir (Tablo.9).

Tablo.9 Katılımcıların Anne-Baba Eğitim Durumlarına Göre Dağılımları

Gruplar	n	%
Anne Eğitim Durumu		
İlkokul	191	21.9
Ortaokul	156	17.9
Lise	299	34.2
Yüksek Okul	11	1.3
Üniversite	174	19.9
Y. Lisans/ Doktora	27	3.1
Kayıp veri	15	1.7
Baba Eğitim Durumu		
İlkokul	124	14.2
Ortaokul	164	18.8
Lise	309	35.4
Yüksek Okul	8	.9
Üniversite	207	23.7
Y. Lisans/ Doktora	45	5.2
Kayıp veri	16	1.8
Toplam	873	100.0

Katılımcıların ailelerinin (anne, baba ve kardeşler) aylık ortalama gelir düzeyleri incelendiğinde; %11.9'unun aylık 2000 TL ve altı (n=104), %35.1'inin 2001 TL – 4000 TL arası (n=306), %20.2'sinin 4001 TL – 6000 TL arası (n=176), %8.4'ünün 6001 TL – 8000 TL arası (n=73), %9.9'unun 8000 TL üstü aylık ortalama gelire sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların %14.7'si ise (n=128) bu maddeyi cevaplandırmamıştır (Tablo.10).

Tablo.10 Katılımcıların Aile Ortalama Aylık Gelir Durumlarına Göre Dağılımları

Gruplar	n	%
Aile aylık ortalama gelir		
2000 TL ve altı	104	11.9
2001 TL - 4000 TL arası	306	35.1
4001 TL - 6000 TL arası	176	20.2
6001 TL - 8000 TL arası	73	8.4
8000 TL üstü	86	9.9
Kayıp veri	128	14.7
Toplam	873	100.0

3.2. Katılımcıların İnternet Kullanımı ile İlgili Bilgilerinin İncelenmesi

Katılımcıların ortalama internette zaman geçirme süreleri, internette geçirdikleri süre ile ilgili aileleri ile belirledikleri bir süre sınırının olup olmadığı, internete girdikleri cihazda aile güvenlik sistemi bulunup bulunmadığı, çevrimiçi olma amaçları, internete hangi cihaz vasıtasıyla girdikleri, internete girmek için kendilerine ait bilgisayara/tablete ve akıllı telefona sahip olup olmadıkları, internete girdikleri mekanlar ile ilgili bilgiler analiz edilmiştir.

Katılımcıların günde ortalama internette geçirdikleri zaman incelendiğinde; %31.4'ü günde 0-2 saat arası (n=274), %39.9'u günde 2-4 saat arası (n=348), %17.1'i günde 4-6 saat arası (n=149), %6.3'ü günde 6-8 saat arası (n=55), %4.2'si ise günde 8 saatten fazla (n=37) zaman geçirmektedir. Ergenlerin %31', internette geçirdikleri süre ile ilgili aileleri ile belirledikleri bir süre sınırı olduğunu belirtirlerken (n=271); %68.2'si aileleri ile belirledikleri bir süre sınırı olmadığını belirtmişlerdir (n=595). Ergenlerin %29.4'ünün internete girdiği cihazda aile güvenlik sistemi bulunurken (n=257); %68'inin internete girdiği cihazda aile güvenlik sistemi bulunmamaktadır (n=594) (Tablo.11) Aile güvenlik sistemi, çocukların internette zararlı olabilecek sitelere ve kişilere erişmesini engelleyerek güvenli bir internet erişimi sağlamaktadır. Bu uygulama ile, ebeveynleri çocuklarının eriştikleri siteleri içeriklerine göre filtreleme ve internette geçirilen süre ile ilgili sınır koyma fırsatı yakalamaktadır.

Tablo.11 Katılımcıların Günlük İnternette Geçirdikleri Süreye, İnternet Kullanımı ile İlgili Süre Sınırlarının Olup Olmadığına ve İnternete Girdikleri Cihazda Aile Güvenlik Sistemi Bulunma Durumuna Göre Dağılımları

Gruplar	n	%
Günlük İnternette Harcanan Süre		
0 - 2 saat arası	274	31.4
2 - 4 saat arası	348	39.9
4 - 6 saat arası	149	17.1
6 - 8 saat arası	55	6.3
8 saatten fazla	37	4.2
İnternet Süre Sınırı		
Evet	271	31.0
Hayır	595	68.2
Kayıp veri	7	.8
Aile Güvenlik Sistemi		
Evet	257	29.4
Hayır	594	68.0
Kayıp veri	22	2.5
Toplam	873	100.0

Katılımcılar, en sık akıllı telefon aracılığıyla (%75.1; n=656) internete eriştiklerini belirtmişlerdir. Akıllı telefonu, bilgisayar/tablet (%18.8; n=164) takip etmiştir. Katılımcıların %80.5'i (n=703) kendilerine ait bir bilgisayara/tablete sahip olduklarını belirtmişlerdir. Ayrıca, katılımcıların %94.2'si (n=822) akıllı telefona sahiptir (Tablo.12).

Tablo.12 Katılımcıların İnternete Eriştikleri Cihaza, Bilgisayar/Tablete Sahip Olma ve Akıllı Telefona Sahip Olma Durumuna Göre Dağılımları

Gruplar	n	%
İnternete erişilen cihaz		
Bilgisayar/Tablet	164	18.8
Akıllı telefon	656	75.1
Diğer	13	1.5
Kayıp veri	40	4.6
Toplam	873	100.0
Bilgisayar/Tablet sahiplik		
Evet	703	80.5
Hayır	166	19.0
Kayıp veri	4	.5
Akıllı telefon sahiplik		
Evet	822	94.2
Hayır	45	5.2
Kayıp veri	6	.7
Toplam	873	100.0

Katılımcıların %94.2'si (n=822) en sık olarak evlerinde internete girdiklerini belirtmişlerdir. Ergenlerin evde en sık internete girilen oda ergenlerin kendi odaları (%67; n=585) olurken, bunu salon (%15; n=131) ve oturma odası (%10.2; n=89) takip etmiştir (Tablo.13).

Tablo.13 Katılımcıların İnternete Girdikleri Mekanlara Göre Dağılımları

Gruplar	n	%
En sık internete girilen mekan		
Ev	822	94.2
Okul	2	.2
İnternet Kafe	3	.3
Sokak, cadde, park	8	.9
Diğer	12	1.4
Kayıp veri	26	3.0
En sık internete girilen ev bölümü		
Kendi odası	585	67.0
Salon	131	15.0
Oturma Odası	89	10.2
Diğer	22	2.6
Kayıp veri	46	5.3
Toplam	873	100.0

Katılımcıların hangi amaç için çevrimiçi oldukları incelendiğinde; ergenlerin %5.5'inin eğitim/araştırma (n=48), %34'ünün sosyal medya/sohbet (n=297), %11.2'sinin oyun (n=98), %7.7'sinin video izleme (n=67), %4.7'sinin müzik dinleme (n=41), %34.2'sinin ise birden fazla amaç için (n=299) çevrimiçi olduğu görülmüştür (Tablo.14).

Tablo.14 Katılımcıların Çevrimiçi Olma Amaçlarına Göre Dağılımları

Gruplar	n	%
Çevrimiçi Olma Amacı		
Eğitim/Araştırma	48	5.5
Sosyal Medya/Sohbet	297	34.0
Oyun	98	11.2
Video izleme	67	7.7
Müzik dinleme	41	4.7
Diğer	23	2.6
Birden fazla amaç	299	34.2
Toplam	873	100.0

3.3. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistiklerin İncelenmesi

Araştırmada kullanılan YİBT_KF, GZOT_ÇF, EABE_A, EABE_B ve GGA ölçeklerinin toplam puanlarına ve GGA alt ölçek puanlarına ilişkin betimleyici istatistikler (n sayısı, ortalama, standart sapma, standart hata) incelenmiştir (Tablo.15).

Tablo.15 Ölçeklere İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişkenler	n	\bar{x}	SS	Sh
YİBT_KF_Toplam	873	26.898	8.510	.288
GZOT_ÇF_Toplam	873	19.267	3.115	.105
EABE_Anne_Toplam	873	66.153	12.478	.422
EABE_Baba_Toplam	873	63.104	14.610	.494
GGA_Toplam	873	12.214	5.330	.180
GGA_DEHB	873	4.171	2.000	.067
GGA_Duygulanım	873	3.020	2.320	.079
GGA_Davranım_Sorunları	873	2.442	1.685	.057
GGA_Akran_İlişkileri	873	2.580	1.737	.059
GGA_Sosyal_Davranışlar	873	7.922	2.049	.069

3.4. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Cronbach Alpha (α) Güvenirlik Katsayılarının İncelenmesi

Araştırmada kullanılan YİBT_KF, GZOT_ÇF, EABE_A, EABE_B ve GGA ölçeklerinin güvenilirlikleri belirlemeye yönelik Cronbach Alpha (α) güvenilirlik analizi ile incelenmiştir (Tablo.16).

Tablo.16 Ölçeklere İlişkin Cronbach Alpha Güvenirlik Katsayıları

Ölçek	Madde Sayısı	Cronbach α Güvenirlik Katsayısı
YİBT_KF	12	.842
GZOT_ÇF	28	.504
EABE_A	12	.827
EABE_B	12	.865
GGA	25	.608

Tablo.4.11 incelendiğinde, YİBT_KF ($\alpha=.842$), EABE_A ($\alpha=.827$), EABE_B ($\alpha=.865$) ve GGA ($\alpha=.608$) ölçeklerinin oldukça güvenilir oldukları; GZOT_ÇF ölçeğinin ise düşük derecede güvenilir olduğu görülmektedir.

3.5. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Faktör Yapılarının İncelenmesi

Araştırmada kullanılan YİBT_KF, GZOT_ÇF, EABE_A, EABE_B ve GGA ölçeklerinin veri setimiz üzerindeki faktör yüklerini belirlemeye yönelik Açımlayıcı Faktör Analizi gerçekleştirilmiştir (Tablo.17).

Tablo.17 Ölçeklere İlişkin Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	faktör	KMO	Bartlett Sphericity Test X^2
YİBT_KF	1	.903	2633.948*
GZOT_ÇF	1	.629	947.223*
EABE_A	1	.890	2922.37*
EABE_B	1	.917	3972.438*
GGA	5	.828	3830.966*

* $p<.01$

Tablo.17 incelendiğinde; YİBT_KF (KMO=.903), EABE_A (KMO=.89), EABE_B (KMO=.917) ve GGA (KMO=.828) ölçeklerinin örneklem büyüklüklerinin iyi seviyede; GZOT_ÇF (KMO=.629) ölçeğinin örneklem büyüklüğünün ise yeterli seviyede olduğu görülmektedir. Araştırma veri setindeki ölçek madde puanlarının faktör yapılarının, ölçeklerin orijinal hallerinin faktör yapıları ile benzerlik gösterdiği gözlenmiştir. Ayrıca, Bartlett Testi sonuçları ise, maddeler arasındaki ilişkilerin olduğu birim matrisinin, ilişkilerin olmadığı birim matrisinden anlamlı derecede farklılaştığını göstermektedir ($p<.001$).

3.6. İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumuna Göre Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Yapılan frekans analizi sonucunda, örneklem grubunu oluşturan 14-16 yaş aralığındaki ergenlerin %12.7'sinin ($n=111$) internet bağımlısı olduğu gözlenmiştir (Tablo.18).

Tablo.18 İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumuna Göre Dağılımları

Gruplar	n	%
İnternet bağımlılığı yok	762	87.3
İnternet bağımlılığı var	111	12.7
Toplam	873	100.0

Örneklem grubunu oluşturan ergenlerin demografik özelliklerinin internet bağımlılığına etki edip etmediğini belirlemek için iki yönlü ki kare (kay kare; χ^2) analizleri gerçekleştirilmiştir (Tablo.19). Öncelikle, iki yönlü ki kare analizinin yapılabilmesi için gerekli koşullar incelenmiştir ve veri setinin tüm koşulları sağladığı gözlenmiştir.

Tablo.19 İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumuna Göre Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin İki Yönlü Ki Kare Analizi

Gruplar		İnternet Bağımlılığı		Toplam	X ²	Sd	p
		Yok	Var				
Cinsiyet	Kız	432	65	497	.138	1	.711
	Erkek	330	46	376			
Yaş	14	319	49	368	.577	2	.749
	15	275	41	316			
	16	168	21	189			
Okul türü	Anadolu Lisesi	476	63	539	2.005	2	.367
	Meslek Lisesi	52	11	63			
	Ortaokul	234	37	271			
Sınıf	8	234	37	271	.454	2	.797
	9	312	42	354			
	10	216	32	248			
Anne-baba yaşam durumu	İkisi de sağ, birlikte	691	101	792	3.306	3	.347
	İkisi de sağ, ayrı	50	10	60			
	Sadece anne sağ	14	0	14			
	Sadece baba sağ	3	0	3			
Anne eğitim durumu	İlkokul	156	35	191	8.879	5	.114
	Ortaokul	142	14	156			
	Lise	267	32	299			
	Yüksekokul	9	2	11			
	Üniversite	151	23	174			
	Lisansüstü	24	3	27			
Baba eğitim durumu	İlkokul	103	21	124	2.574	5	.765
	Ortaokul	144	20	164			
	Lise	271	38	309			
	Yüksekokul	7	1	8			
	Üniversite	184	23	207			
	Lisansüstü	39	6	45			
Aile aylık geliri	2000 TL ve altı	91	13	104	.1	4	1
	2001 TL - 4000 TL	268	38	306			
	4001 TL - 6000 TL	154	22	176			
	6001 TL - 8000 TL	64	9	73			
	8000 TL üstü	75	11	86			
Toplam		762	111	873			

Tablo.19 incelendiğinde;

Katılımcıların cinsiyetlerine göre, internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($\chi^2_{(1)}=.138$, $p>.05$).

Katılımcıların yaşlarına göre, internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($\chi^2_{(2)}=.557$, $p>.05$).

Katılımcıların okul türlerine göre, internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($\chi^2_{(2)}=2.005$, $p>.05$).

Katılımcıların sınıflarına göre, internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($\chi^2_{(2)}=.454$, $p>.05$).

Katılımcıların anne-babanın sağ ve birlikte olma durumlarına göre, internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($\chi^2_{(3)}=3.306$, $p>.05$).

Katılımcıların anne eğitim durumuna göre, internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($\chi^2_{(5)}=8.879$, $p>.05$).

Katılımcıların baba eğitim durumuna göre, internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($\chi^2_{(5)}=2.574$, $p>.05$).

Katılımcıların aile aylık ortalama gelir düzeyine göre, internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($\chi^2_{(4)}=.1$, $p>.05$).

3.7. İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumuna Göre İnternet Kullanımı ile İlgili Bilgileri İçeren Değişkenler Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Örnekleme grubunu oluşturan ergenlerin internet kullanımı ile ilgili özelliklerinin internet bağımlılığına etki edip etmediğini belirlemek için iki yönlü ki kare (kay kare; χ^2) analizleri gerçekleştirilmiştir (Tablo.20). Öncelikle, iki yönlü ki kare analizinin yapılabilmesi için gerekli koşullar incelenmiştir ve veri setinin tüm koşulları sağladığı gözlenmiştir.

Tablo.20 İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumuna Göre Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin İki Yönlü Ki Kare Analizi

Gruplar		İnternet Bağımlılığı		Toplam	X ²	Sd	p
		Yok	Var				
Günlük internette vakit geçirme süresi	0 - 2 saat arası	264	10	274	82.442	4	<.001
	2 - 4 saat arası	316	32	348			
	4 - 6 saat arası	114	35	149			
	6 - 8 saat arası	38	17	55			
	8 saat ve üzeri	22	15	37			
Günlük internet süre sınırı	Evet	250	21	271	8.726	1	.003
	Hayır	506	89	595			
İnternette aile güvenlik sistemi	Evet	233	24	257	3.97	1	.46
	Hayır	509	85	594			
Çevrimiçi olma amacı	Eğitim/araştırma	48	0	48	13.064	6	.042
	Sosyal medya	259	38	297			
	Oyun	78	20	98			
	Video izleme	59	8	67			
	Müzik dinleme	37	4	41			
	Diğer	19	4	23			
	Birden fazla	262	37	299			
İnternete En Sık Girilen Cihaz	Bilgisayar/tablet	140	24	164	.787	2	.675
	Akıllı telefon	576	80	656			
	Diğer	11	2	13			
Kendisine ait bilgisayar/tablet sahiplik	Evet	618	85	703	1.538	1	.215
	Hayır	140	26	166			
Kendisine ait akıllı telefon sahiplik	Evet	718	104	822	.322	1	.57
	Hayır	38	7	45			
En sık internete girilen mekan	Ev	715	107	822	3.725	4	.445
	Okul	2	0	2			
	İnternet kafe	3	0	3			
	Sokak, cadde, park	8	0	8			
	Diğer	12	0	12			
En sık internete girilen ev içi mekan	Kendi odası	503	82	585	3.911	4	.418
	Salon	117	14	131			
	Oturma odası	81	8	89			
	Mutfak	4	0	4			
	Diğer	17	1	18			
Toplam		762	111	873			

Tablo.20 incelendiğinde;

Katılımcıların aileleri ile belirledikleri internet kullanımına ilişkin süre sınırı bulunması durumu ile internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($\chi^2_{(1)}=8.726$, $p<.01$). Buna göre, aileleri ile birlikte internet kullanımı ile ilgili süre sınırı belirlemiş olan ergenlerin, internet bağımlısı olma oranı, süre sınırı olmayan ergenlere göre anlamlı derecede düşüktür.

Katılımcıların çevrimiçi olma amaçları ile internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($\chi^2_{(6)}=13.064$, $p<.05$). Farklılığın kaynağına yönelik analizler, 3.10. başlığı altında tek yönlü ANOVA analizi ile incelenmiştir.

Katılımcıların internete girdikleri cihazda aile güvenlik sistemi bulunması ile internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($\chi^2_{(1)}=3.97$, $p>.05$).

Katılımcıların internete en sık girdikleri cihaz ile internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($\chi^2_{(2)}=.787$, $p>.05$).

Katılımcıların kendilerine ait bir bilgisayara/tablete ($\chi^2_{(1)}=1.538$) ve bir akıllık telefona ($\chi^2_{(1)}=.322$) sahip olma durumları ile internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($p>.05$).

Katılımcıların internete en sık girdikleri mekan ile internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($\chi^2_{(4)}=3.725$, $p>.05$).

Katılımcıların internete en sık girdikleri ev bölümü ile internet bağımlılığına sahip olma durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($\chi^2_{(4)}=3.911$, $p>.05$).

3.8. Katılımcıların YİBT_KF, GZOT_ÇF, EABE_A, EABE_B, GGA Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Araştırmada kullanılan Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu'ndan (YİBT_KF), Gözlerden Zihin Okuma Testi Çocuk Formu'ndan (GZOT_ÇF), Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Anne Formu'ndan (EABE_A), Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Baba Formu'ndan (EABE_B), Güçler ve Güçlükler

Anketi'nden (GGA) katılımcıların aldığı puanların cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için Bağımsız Gruplar T Testi analizi uygulanmıştır (Tablo.21). Öncelikle, bağımsız gruplar t testinin uygulanabilmesi için gerekli olan koşullar incelenmiştir ve tüm analize sokulan değişkenler için gerekli koşulların sağlandığı gözlenmiştir.

Tablo.21 Katılımcıların Ölçeklerden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığının Bağımsız Gruplar T Testi ile Analizi

Puan	Gruplar	n	\bar{x}	SS	t Testi		
					t	Sd	p
GZOT_ÇF_Toplam	Kız	497	19.940	2.919	7.569	871	<.001
	Erkek	376	18.378	3.147			
YİBT_KF_Toplam	Kız	497	27.043	8.830	0.581	871	.561
	Erkek	376	26.705	8.075			
EABE_Anne_Toplam	Kız	497	65.970	13.312	-0.509	871	.611
	Erkek	376	66.395	11.295			
EABE_Baba_Toplam	Kız	497	62.293	15.202	-1.915	871	.056
	Erkek	376	64.176	13.735			
GGA_Toplam	Kız	497	12.623	5.335	2.614	871	.009
	Erkek	376	11.673	5,283			
GGA_Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite	Kız	497	4.208	1.997	0.639	871	.523
	Erkek	376	4.121	2.005			
GGA_Duygulanım	Kız	497	3.458	2.397	6.694	871	<.001
	Erkek	376	2.441	2.080			
GGA_Davranım Sorunları	Kız	497	2.380	1.619	-1.259	871	.209
	Erkek	376	2.525	1.767			
GGA_Akran İlişkileri	Kız	497	2.576	1.726	-0.083	871	.934
	Erkek	376	2.586	1.753			
GGA_Sosyal Davranışlar	Kız	497	8.098	2.050	2.942	871	.003
	Erkek	376	7.688	2.026			

Tablo.21 incelendiğinde;

Katılımcıların GZOT_ÇF puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($t_{(871)}=7.569$, $p<.001$). Buna göre, kız öğrencilerin GZOT_ÇF puan ortalamaları ($\bar{x}=19.94\pm 2.919$), erkek öğrencilerden ($\bar{x}=18.378\pm 3.147$) anlamlı derecede yüksektir. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($d=.517$), farkın orta derecede olduğunu göstermektedir.

Benzer şekilde, katılımcıların GGA toplam puanlarının, GGA duygulanım alt ölçek puanlarının ve GGA sosyal davranışlar alt ölçek puanlarının cinsiyete göre

anlamli bir Şekilde farklılaştığı görülmektedir (sırasıyla; $t_{(871)}= 2.614$, $t_{(871)}= 6.694$, $t_{(871)}= 2.942$; $p<.001$). Buna göre; kız ğrencilerin GGA toplam puanları ($\bar{x}=12.623\pm5.335$), GGA duygulanım alt ölçek puanları ($\bar{x}=3.458\pm2.397$) ve GGA sosyal davranışlar alt ölçek puanları ($\bar{x}=8.098\pm2.050$); erkeklerin GGA toplam puanlarından ($\bar{x}=11.673\pm5.283$), GGA duygulanım alt ölçek puanlarından ($\bar{x}=2.441\pm2.080$) ve GGA sosyal davranışlar alt ölçek puanlarından ($\bar{x}=7.688\pm2.026$) anlamli derecede yüksektir. Bu farklılaŐmaların etki büyükleri ise, sırasıyla, $d=.179$, $d=.458$ ve $d=.458$ olarak bulunmuştur.

YİBT_KF, EABE_A, EABE_B toplam puanlarının ve GGA dikkat eksikliği ve hiperaktivite, GGA davranış sorunları, GGA akran ilişkileri alt ölçek puanlarının, cinsiyete göre anlamli derecede farklılaşmadığı gözlenmiştir ($p>.05$).

3.9. Katılımcıların GZOT_F, EABE_A, EABE_B, GGA leklerinden Aldıkları Puanların İnternet Bağımlılığına Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığının İncelenmesi

Araştırmada kullanılan Gözlerden Zihin Okuma Testi ocuk Formu'ndan (GZOT_F), Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Anne Formu'ndan (EABE_A), Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Baba Formu'ndan (EABE_B), Güçler ve Güçlükler Anketi'nden (GGA) katılımcıların aldığı puanların internet bağımlılığına göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için Bağımsız Gruplar T Testi analizi uygulanmıştır (Tablo.22). Öncelikle, bağımsız gruplar t testinin uygulanabilmesi için gerekli olan koşullar incelenmiştir ve tüm analize sokulan değişkenler için gerekli koşulların sağlandığı gözlenmiştir.

Tablo.22 Katılımcıların Ölçeklerden Aldıkları Puanların İnternet Bağımlılığına Göre Farklılaşp Farklılaşmadığının Bağımsız Gruplar T Testi ile Analizi

Puan	Gruplar	n	\bar{X}	SS	t Testi		
					t	Sd	P
GZOT_ÇF_Toplam	Yok	762	19.387	3.059	3.002	871	.003
	Var	111	18.441	3.376			
EABE_Anne_Toplam	Yok	762	67.399	12.028	8.006	871	<.001
	Var	111	57.599	12.199			
EABE_Baba_Toplam	Yok	762	64.346	14.045	6.748	871	<.001
	Var	111	54.576	15.602			
GGA_Toplam	Yok	762	11.553	5.035	-10.138	871	<.001
	Var	111	16.748	5.107			
GGA_Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite	Yok	762	4.022	1.972	-5.890	871	<.001
	Var	111	5.196	1.894			
GGA_Duygulanım	Yok	762	2.804	2.211	-7.426	871	<.001
	Var	111	4.502	2.514			
GGA_Davranım Sorunları	Yok	762	2.246	1.586	-9.465	871	<.001
	Var	111	3.790	1.734			
GGA_Akran İlişkileri	Yok	762	2.481	1.694	-4.463	871	<.001
	Var	111	3.260	1.877			
GGA_Sosyal Davranışlar	Yok	762	8.100	1.923	5.772	871	<.001
	Var	111	6.701	2.444			

Tablo.22 incelendiğinde;

Araştırmada kullanılan tüm ölçek puanlarının katılımcıların internet bağımlılığı durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı gözlenmiştir ($p<.01$).

GZOT_ÇF toplam puanlarının katılımcıların internet bağımlılığı durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($t_{(871)}=3.002$, $p<.01$). Buna göre, internet bağımlısı ergenlerin GZOT_ÇF puan ortalamaları ($\bar{x}=18.441\pm 3.376$), internet bağımlısı olmayan ergenlerden ($\bar{x}=19.387\pm 3.059$) anlamlı derecede düşüktür. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($d=.205$), farkın orta derecede olduğunu göstermektedir.

EABE_A toplam puanlarının katılımcıların internet bağımlılığı durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($t_{(871)}= 8.006$, $p<.001$). Buna göre, internet bağımlısı ergenlerin EABE_A puan ortalamaları ($\bar{x}=57.599\pm 11.199$), internet

bağımlısı olmayan ergenlerden ($\bar{x}=67.399\pm 12.028$) anlamlı derecede düşüktür. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($d=.547$), farkın orta derecede olduğunu göstermektedir.

EABE_B toplam puanlarının katılımcıların internet bağımlılığı durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($t_{(871)}= 6.748$, $p<.001$). Buna göre, internet bağımlısı ergenlerin EABE_B puan ortalamaları ($\bar{x}=54.576\pm 15.602$), internet bağımlısı olmayan ergenlerden ($\bar{x}=64.346\pm 14.045$) anlamlı derecede düşüktür. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($d=.461$), farkın orta derecede olduğunu göstermektedir.

GGA toplam puanlarının katılımcıların internet bağımlılığı durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($t_{(871)}= -10.138$, $p<.001$). Buna göre, internet bağımlısı ergenlerin GGA puan ortalamaları ($\bar{x}=16.748\pm 5.107$), internet bağımlısı olmayan ergenlerden ($\bar{x}=11.553\pm 5.035$) anlamlı derecede yüksektir. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($d=.531$), farkın orta derecede olduğunu göstermektedir.

3.10. Katılımcıların Çevrimiçi Olma Amaçlarına Göre YİBT_KF Puanlarının İncelenmesi

Katılımcıların YİBT_KF toplam puanlarının, çevrimiçi olma amaçlarına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır (Tablo.23). Öncelikle, verilerin tek yönlü varyans analizinin güvenilir sonuçlar verebilmesi gerekli olan koşulları sağlayıp sağlamadığı incelenmiştir ve koşulların sağlandığı gözlenmiştir.

Tablo.23 Katılımcıların Çevrimiçi Olma Amaçlarına Göre YİBT_KF Puanlarının Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

n, \bar{x} ve SS Değerleri					ANOVA Sonuçları				
Puan	Grup	n	\bar{x}	SS	Var. K.	KT	Sd	KO	F
YİBT_KF	Araştırma/Eğitim	48	18.542	4.499	G.Arası	4194.386	6	699.064	10.27*
	Sosyal medya	297	27.433	8.459	G.İçi	58950.172	866	68.072	
	Oyun	98	29.176	8.557	Toplam	63144.558	872		
	Video	67	25.968	8.357					
	Müzik	41	25.214	7.501					
	Diğer	23	27.826	9.223					
	Birden fazla	299	27.328	8.392					
Toplam	873	26.898	8.51						

* $p<.01$.

Tablo.23 incelendiğinde;

Ergenlerin internet bağımlılığı düzeylerinin, ergenlerin çevrimiçi olma amaçlarına göre anlamlı derecede farklılaştığı görülmektedir, $F_{(6, 872)}= 4194.386$, $p<.001$.

Farklılığın kaynağını belirlemek için yapılan Post Hoc (Scheffe) İkili Karşılaştırmalar Analizi sonucunda, farklılığın eğitim/araştırma amacıyla çevrimiçi olan ergenlerden kaynaklandığı görülmüştür ($p<.001$). Buna göre; Eğitim/araştırma amacıyla çevrimiçi olan ergenlerin YİBT_KF toplam puan ortalamalarının ($\bar{x}=18.542\pm4.499$), sosyal medya/sohbet ($\bar{x}=27.433\pm4.459$), oyun oynama ($\bar{x}=29.176\pm8.557$), video izleme ($\bar{x}=25.968\pm8.357$), müzik dinleme ($\bar{x}=25.214\pm47.501$), diğer ($\bar{x}=27.826\pm9.223$) amaçlarıyla ve birden fazla amaç ($\bar{x}=27.328\pm8.391$) için çevrimiçi olan ergenlerden anlamlı derecede düşük olduğu bulunmuştur ($p<.001$). Analiz sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=.066$), farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir.

3.11. Araştırmada Kullanılan Ölçek Puanları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Araştırmada kullanılan Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu toplam puanı (YİBT_KF_Toplam), Gözlerden Zihin Okuma Testi Çocuk Formu toplam puanı (GZOT_ÇF_Toplam), Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Anne Formu toplam puanı (EABE_A_Toplam), Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Baba Formu toplam puanı (EABE_B_Toplam), Güçler ve Güçlükler Anketi toplam puanı (GGA_Toplam) ve Güçler ve Güçlükler Anketi Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite (GGA_DEBH), Duygulanım (GGA_Duygulanım), Davranım Sorunları (GGA_Davranım_Sorunları), Akran İlişkileri (GGA_Akran_İlişkileri), Sosyal Davranış (GGA_Sosyal_Davranış alt ölçek puanları arasındaki ilişkiler, Pearson Basit Doğrusal Korelasyon Analizi ile incelenmiştir (Tablo.24). Öncelikle, basit doğrusal korelasyon analizinin yapılabilmesi için gerekli olan koşullar incelenmiştir ve gerekli tüm koşulların sağlandığı gözlenmiştir.

Tablo.24 Araştırmada Kullanılan Ölçek Puanlarına İlişkin Pearson Basit Doğrusal Korelasyon Analizi

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.GZOT_ÇF Toplam	1									
2.EABE_A Toplam	.082**	1								
3.EABE_B Toplam	.049	.608*	1							
4.YİBT_KF Toplam	-.106*	-.398*	-.313*	1						
5.GGA DEBH	-.083**	-.283*	-.292*	.331*	1					
6.GGA Duygulanım	.029	-.341*	-.375*	.289*	.313*	1				
7.GGA Davranım_Sorunları	-.156*	-.383*	-.325*	.374*	.322*	.295*	1			
8.GGA Akran İlişkileri	-.175*	-.287*	-.306*	.189*	.159*	.350*	.320*	1		
9.GGA Sosyal Davranışlar	.113*	.319*	.265*	-.313*	-.186*	-.125*	-.470*	-.276**	1	
10.GGA Toplam	-.125*	-.469*	-.476*	.430*	.665*	.760*	.669**	.639*	-.363	1

*p<.01 **p<.05.

Tablo.24 incelendiğinde;

GZOT_ÇF_Toplam ile EABE_A_Toplam ($r=.082$) arasında pozitif yönlü düşük düzeyli; GZOT_ÇF_Toplam ile YİBT_KF_Toplam ($r=-.106$) arasında negatif yönlü düşük düzeyli; GZOT_ÇF_Toplam ile GGA_Toplam ($r=-.125$) arasında ise negatif yönlü düşük düzeyli bir ilişki olduğu gözlenmektedir ($p<.05$).

EABE_A_Toplam ile EABE_B_Toplam ($r=.608$) arasında pozitif yönlü yüksek düzeyli; EABE_A_Toplam ile YİBT_KF_Toplam ($r=-.398$) arasında negatif yönlü orta düzeyli; EABE_A_Toplam ile GGA_Toplam ($r=-.469$) arasında ise negatif yönlü yüksek düzeyli bir ilişki olduğu gözlenmektedir ($p<.05$).

EABE_B_Toplam ile YİBT_KF_Toplam ($r=-.313$) arasında negatif yönlü orta düzeyli; EABE_B_Toplam ile GGA_Toplam ($r=-.476$) arasında ise negatif yönlü yüksek düzeyli bir ilişki vardır ($p<.05$).

YİBT_KF_Toplam ile GGA_Toplam arasında ise, pozitif yönlü yüksek düzeyli bir ilişki bulunmaktadır ($r=.430$, $p<.01$).

3.12. Katılımcıların İnternet Bağımlısı Olup Olmama Durumunu Yordayan Faktörlerin İncelenmesi

Ergenlerin internet bağımlılığı ihtimalleri üzerinde etkili olduğu düşünülen anneye bağlanma karakteristiklerini ölçen EABE_A, babaya bağlanma karakteristiklerini ölçen EABE_B ve gözlerden zihin okuma becerini ölçen GZOT_ÇF puanlarının, bu ihtimal üzerindeki etkilerini incelemek için yapılan İkili (Binary) Lojistik Regresyon Analizi sonucunda, ortaya çıkan regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu gözlenmiştir ($\chi^2_{(3)}=67.769$, $p<.001$) (Tablo.25).

Tablo.25 Ergenlerin İnternet Bağımlılığı Olup Olmama Durumunu Yordayan Faktörlerin Belirlenmesine Yönelik Yapılan İkili Lojistik Regresyon Analizi

	B	Sh	Wald	Sd	p	Exp(B)	Exp(B) İçin %95	
							Düşük	Yüksek
EABE_A	-.043	.009	21.293	1	<.001	.958	.941	.976
EABE_B	-.022	.008	7.382	1	.007	.979	.963	.994
GZOT_ÇF	-.082	.033	6.330	1	.012	.921	.864	.982
Sabit	3.590	.800	20.371	1	<.001	36.242		

Nagelkerke $R^2= .140$; Omnibus $X^2_{(3)}= 67,769$ ($p<.001$); Hosmer ve Lemeshow= $p=.071$ ($p>.05$)

EABE_A, EABE_B ve GZOT_ÇF yordayıcı değişkenlerinden oluşan modelin katılımcıları internet bağımlısı olup olmama durumuna göre doğru olarak sınıflandırma yüzdesinin %86.369 olduğu gözlenmiştir.

EABE_A, EABE_B ve GZOT_ÇF yordayıcı değişkenlerinden oluşan model, Nagelkerke R^2 katsayısı ile internet bağımlısı olma durumu üzerindeki değişimin %14'ünü anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Yordayıcı değişkenler olan EABE_A, EABE_B ve GZOT_ÇF anlamlı yordayıcılardır (sırasıyla, $p<.001$, $p<.05$, $p<.05$).

EABE_A değişkenindeki bir birimlik artış, “internet bağımlılığı var” kategorisinde yer alma olasılığını .958 kat; EABE_B değişkenindeki bir birimlik artış, “internet bağımlılığı var” kategorisinde yer alma olasılığını .979 kat; GZOT_ÇF değişkenindeki bir birimlik artış, “internet bağımlılığı var” kategorisinde yer alma olasılığını .921 kat azaltmaktadır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu bölümde öncelikle, araştırma bulguları bölümler halinde literatür çerçevesinde tartışılacaktır.

4.1. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığına İlişkin Bulguların Tartışması ve Yorumu

İnternet ortaya çıkışından itibaren hızla gelişim göstermiştir (Davis, 2001) ve henüz icadının üzerinden yarım yüzyıl geçmeden dünya nüfusunun yaklaşık yarısı internet kullanıcısı olmuştur (Xin ve ark., 2018). İnternetin bu denli hızlı şekilde gelişmesi ve yaygınlaşması, internet bağımlılığı probleminin ortaya çıkmasına yol açmıştır (Spada, 2014).

Ülkemizde 2017 yılında yapılan araştırmada, 16-74 yaş aralığındaki bireylerin %66.8'inin internet kullanıcısı olduğu gözlenmiştir (TÜİK, 2017). 2013 yılında yapılan araştırmada ise, 06-15 yaş aralığındaki çocuklarda internet kullanım oranının %50.8 olduğu saptanmıştır (TÜİK, 2013). İnternet bağımlılığına ilişkin araştırmalar incelendiğinde ise, 2011 yılında ABD'de yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı oranının %6 ile %11 arasında (Tsitsika ve ark., 2011); 2017'de ergenlerle yapılan diğer bir çalışmada ise bu oranın %12,7 ile %19,4 arasında değiştiği gözlenmiştir (Reiner ve ark., 2017). 2011 yılında yapılan bir araştırmada, Türkiye'de internet bağımlılığının yaygınlığı %20 olarak rapor edilmiştir (Üneri ve Tamdır, 2011).

Çalışmamızda, 14-16 yaş aralığındaki ergenlerde internet bağımlılığı oranı %12.7 olarak bulunmuştur. Genel itibariyle, internet bağımlılığının yaygınlığı ile ilgili bulgunun literatürle uyumlu olduğu görülmektedir. Holfeld ve Sukhawathanakul (2017), internet bağımlılığı oranının her geçen yıl arttığına dikkat çekmektedirler.

4.2. Katılımcıların Demografik Bilgilerinin İnternet Bağımlılığı Açısından Tartışması ve Yorumu

İnternet bağımlılığı, diğer bağımlılıklarda da olduğu gibi, bağımlılık riskini arttıran ve azaltan bir takım faktörlere sahiptir. İnternet bağımlılığı ile ilişkili olan faktörlerin belirlenmesi, internet bağımlılığının önlenmesine yönelik programların geliştirilmesi açısından oldukça önemlidir. Bu sebeple, katılımcılardan demografik bilgi formu aracılığıyla, internet bağımlılığı için risk faktörü olabileceği düşünülen birtakım bilgiler alınmıştır. Demografik bilgi formunun ilk kısmında, yaş, cinsiyet, sınıf, okul türü, anne-babanın eğitim durumu, ailenin aylık ortalama geliri gibi konularda katılımcılardan bilgiler alınmıştır.

Literatürde, erkeklerde internet bağımlılığı oranının daha yüksek olduğunu, yani cinsiyetin internet bağımlılığı üzerinde risk faktörü olduğunu ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Xin ve ark., 2018; Schimmenti ve ark., 2013; Tsai ve ark., 2009). Ancak, çalışmamızda ergenlerin internet bağımlısı olma durumlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır.

Yaş grupları açısından incelendiğinde, ergenler ve genç yetişkinler, internet bağımlılığı için en büyük risk grubunu oluşturmaktadır (Gao ve Chen, 2006; Ge ve ark., 2017; Reiner ve ark., 2017). Bu anlamda, çalışmamızın örneklem grubu, internet bağımlılığı için en önemli risk grubunu olan yaş aralığı içerisinde yer almaktadır. Ancak, 14, 15 ve 16 yaşları arasında internet bağımlılığı açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Araştırmamızın bulguları, ergenlerin internet bağımlılığı oranlarının, okul türü, eğitim görülen sınıf (8.-10. Sınıf arası), anne-babanın hayatta olup olmadığı ve birlikte olup olmadığı, anne-babanın eğitim durumları ve sosyoekonomik düzey açısından farklılaşmadığını göstermektedir. İnternet bağımlılığı açısından belirli bir okul türünün, sosyoekonomik düzeyin ya da ebeveynlerin eğitim durumunun daha riskli bir grubu oluşturmuyor olması, internet bağımlılığının genel bir problem olduğunu ve önleyici programlar geliştirirken, tüm ergenleri kapsayıcı düzeyde programlar geliştirilmesinin daha yararlı olacağını düşündürmektedir.

4.3. Katılımcıların İnternet Kullanımı ile İlgili Bilgilerinin İnternet Bağımlılığı Açısından Tartışması ve Yorumu

Demografik bilgi formunun ikinci kısmından elde edilen bilgiler doğrultusunda, katılımcıların internette günlük ortalama vakit geçirme süreleri, internete erişim ile ilgili ebeveynleri ile birlikte belirlenmiş süre sınırının olup olmadığı, internete girilen cihazda aile güvenlik sisteminin bulunup bulunmadığı, çevrimiçi olma amaçları, internete girilen cihazlar, akıllı telefon ve/veya bilgisayar/tablet sahibi olup olmama, internete en sık girilen mekanlar ile ilgili bulgulara ulaşılmıştır.

Buna bağlı olarak, ergenlerin günlük internette geçirdikleri sürelerin kontrollü olmasının internet bağımlılığı oranlarını azaltacağı düşünülmektedir. Bu konuda, ebeveynlere de önemli bir görev düşmektedir. Çünkü ergenler, yüksek yenilik arayışları, düşük benlik kontrolleri ve akran etkisine yüksek duyarlılıkları nedeniyle, internet bağımlılığına yatkındırlar (Ding ve ark., 2017). Ebeveynleri ile birlikte, günlük ortalama internette vakit geçirme ile ilgili süre sınırı belirlemiş olan ergenlerin, internet bağımlılığı oranları akranlarından daha düşük bulunmuştur. Bu bağlamda, ebeveynlerinin ergenin internet kullanımını yasaklaması yerine, ergenin de fikirleri alınarak günlük bir çalışma ve boş zamanlarını değerlendirme programı hazırlamalarının, hem ergenin internet bağımlılığı riskini azaltacağı hem de çalışma ve boş zamanlarını değerlendirme konusundaki verimini arttıracacağı düşünülmektedir.

Ergenlerin büyük çoğunluğu kendilerine ait bir bilgisayara/tablete (%80.5) ve/veya akıllı telefona (%94.2) sahiptirler. Ayrıca, ergenlerin büyük çoğunluğu internete erişim aracı olarak akıllı telefonu (%75.1) tercih etmektedirler. Bu durum, internete her yerde ve her istedikleri anda ulaşabilme imkanı sağlamaktadır. Ulaşılabilirliğin kolaylaşması ve ebeveyn kontrolünün daha güç hale gelmesiyle birlikte, ergenlerde internet bağımlılığı oranlarının artabileceği düşünülmektedir.

Diğer bir önemli konu ise, ergenlerin hangi amaçla çevrimiçi olduklarıdır. Çalışmamızda, ergenlerin en sık sosyal medya/sohbet amacıyla çevrimiçi oldukları görülmüştür. Bunu sırasıyla, oyun, video izleme, eğitim/araştırma ve müzik dinleme takip etmiştir. Bu konudaki en dikkat çekici bulgu ise, eğitim/araştırma amacıyla çevrimiçi olan ergenlerde internet bağımlılığı oranlarının akranlarından oldukça düşük olmasıdır. Caplan (2002), internet bağımlılığı için interneti kullanım amacının oldukça önemli bir faktör olduğunu ifade etmektedir. Caplan'a göre, örneğin, bir öğrenci

projesinde başarılı olmak için aşırı miktarda internette zaman geçirse bile, bu durumda büyük olasılıkla bağımlılık meydana gelmeyecektir.

Türkiye İstatistik Kurumu tarafından 2013 yılında yapılan araştırmada, 6-15 yaş aralığındaki çocuklar en çok ödev/öğrenme (%84,8) amacıyla internete girdiklerini belirtmişlerdir ve bunu sırasıyla, oyun (%79,5), bilgi arama (%56,7) ve sosyal medya (53,5) takip etmiştir (TÜİK, 2013). TÜİK'in araştırması ile çalışma bulgularımız arasında olan farklılığın, TÜİK'in araştırmasındaki örneklem grubunun 6-15 yaş gibi geniş bir aralığı kapsamamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Yapılan farklı araştırmalar ise, ergenlerin en çok sosyal medya kullanımı için çevrimiçi olduklarını kanıtlamaktadır (Reiner ve ark., 2017; Rose ve Tynes, 2015; Xin ve ark., 2018).

Ergenlik dönemindeki internet bağımlılığı ile ilgili risk faktörlerinin belirlenmesinin, önleme ve müdahale programlarının geliştirilmesi için oldukça önemli olduğu düşünülmektedir (Ding ve ark., 2017).

4.4. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Güvenirlik Katsayıları ve Faktör Yapılarına İlişkin Bulguların Tartışması ve Yorumu

Güvenirlik, aynı ölçüm aracı kullanılarak, art arda yapılan ölçümlerin sonuçları arasındaki kararlılık ve tutarlılığı belirtmektedir (Can, 2016). Araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilirlik katsayılarının yeterli seviyede olması, bulguların geçerliği ve güvenilirliği açısından oldukça önemlidir.

Araştırmamızda, kullanılan ölçeklerin güvenilirlik katsayılarının uyarlama çalışmaları ile benzerlik gösterdiği görülmektedir. Kullanılan tüm ölçeklerin güvenilirlik katsayılarının yeterli düzeyde olduğu, yalnızca GZO_ÇF güvenilirlik katsayısının uyarlama çalışmasından düşük olduğu görülmektedir. GZO_ÇF uygulanması Powerpoint sunumu gerektirmesi sebebiyle, projeksiyon cihazı veya akıllı tahtanın kontrast ve renk ayarları gibi teknik detaylardan kaynaklanan faktörlerin güvenilirlik üzerinde etki edebileceği düşünülmektedir. Ancak, GZO_ÇF'nin zihin kuramı becerilerini ölçümlerken bir tavan etkisinin bulunmaması ve sağlıklı bireylerde yapılan ölçümler için %65 ile %70 oranında isabet gücünün olması, bu testi zihin kuramı becerilerini ölçümlemede avantajlı kılması sebebiyle, tercih sebebi olmaktadır (Baron-Cohen ve ark., 2001; Dziobek ve ark., 2005).

Araştırmamızda kullanılan ölçeklerin faktör yapıları açılımlayıcı faktör analizi ile incelendiğinde; YİBT_KF, EABE_A, EABE_B ve GGA ölçeklerinin örneklem büyüklüklerinin iyi seviyede; GZO_ÇF ölçeğinin örneklem büyüklüğünün ise yeterli seviyede olduğu görülmektedir. Araştırma veri setindeki ölçek madde puanlarının faktör yapılarının, ölçeklerin orijinal (Türkçe uyarlamaları) hallerinin faktör yapıları ile benzerlik gösterdiği gözlenmiştir. Buna göre, YİBT_KF, EABE_A, EABE_B ve GZO_ÇF tek faktörden oluşmaktadır. GGA ise, dikkat eksikliği ve hiperaktivite, davranış sorunları, duygusal sorunlar, akran sorunları ve sosyal davranışlar olmak üzere 5 faktörden oluşmaktadır.

4.5. Katılımcıların Yaşadıkları Ruhsal Sorunlar ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulguların Tartışması ve Yorumu

Ergenlerin internet bağımlılığı ile ruhsal problemleri arasında çift yönlü bir ilişki olduğunu söylemek mümkündür. Bir yandan bireylerin yaşadığı ruhsal problemler internet bağımlılığı için risk faktörü oluştururken; diğer yandan, internet bağımlılığı ruhsal problem yaşama riskini arttırmaktadır.

Yapılan pek çok araştırma, internet bağımlılığının diğer psikiyatrik bozukluklara eşlik ettiğini (komorbidite) göstermektedir (Fayazi ve Hasani, 2017). İnternet bağımlılığına eşlik eden problemler arasında, sosyal fobi, major depresyon, anksiyete bozuklukları, kişilik bozuklukları, madde kullanımı gibi problemler yer almaktadır (Arısoy, 2009; Ding ve ark., 2017; Salmela-Aro ve ark., 2017; Şenormancı ve ark., 2010). İnternet bağımlısı bireyler, interneti stresli durumlarda, bir başa çıkma mekanizması olarak ve gerçeklerden kaçmak için kullanılmaktadırlar (Robertson ve ark., 2018). Ayrıca, internet bağımlılığı psikososyal problemlere yol açmaktadır (Caplan 2002, 2005; Fayazi ve Hasani, 2017). Ergenler, internette özsaygılarını yükseltici geribildirimler (pozitif onaylanma ihtiyacı gibi) aramaktadırlar. Ancak, çevrimiçi ortamda olumsuz geri bildirimler almaları, ergenlerin özgüvenlerini düşürücü etki yaratmakta ve psikolojik problemlerinin artmasına yol açabilmektedir. (Holfeld ve Sukhawathanakul, 2017).

Araştırmamızın bulguları incelendiğinde, internet bağımlısı ergenlerin dikkat eksikliği ve hiperaktivite, duygulanım sorunları, davranım sorunları, akran ilişkileri sorunları ve ruhsal sorunlar toplam puanları akranlarından anlamlı derecede yüksek

olduğu gözlenmiştir. Ayrıca, internet bağımlısı ergenlerin sosyal davranış problemlerini akranlarından daha fazla yaşadıkları bulunmuştur. Ergenlerin internet bağımlılığı düzeyi arttıkça, bu ergenlerin yaşadığı dikkat eksikliği ve hiperaktivite sorunları, davranım sorunları, duygulanım sorunları ve arkadaş ilişkileri sorunları artış; sosyal davranışlarda ise azalma gözlenmektedir.

Araştırmamızın bulguları, literatürde konuya ilişkin araştırmalarla benzerlik göstermektedir.

4.6. Katılımcıların Gözlerden Zihin Okuma Becerilerinin ve Bağlanma Stilllerinin İnternet Bağımlılığı ile İlişkilerine İlişkin Bulguların Tartışması ve Yorumu

Ergenlerin ebeveynlerine karşı geliştirdikleri bağlanma örüntüleri, internet bağımlılığına önemli derecede etki etmektedir. Ergenlerin internet bağımlılığının başlamasında ve yoğunlaşmasında güvensiz bağlanma ilişkileri önemli bir rol üstlenmektedir (Chang ve ark., 2015; Schimmenti ve ark., 2013). Literatürde, güvensiz bağlanma karakteristiklerinin bireylerin internet bağımlılığı ile ilişkili olduğunu gösteren pek çok çalışma bulunmaktadır (Bolat ve ark., 2017; Ceritli ve Bal, 2017; Chang ve ark., 2015; Eichenberg ve ark., 2017; Odacı ve Çıkrıkçı, 2014; Oldmeadow ve ark., 2013; Monacis ve ark., 2017; Morsünbül, 2014; Şenormancı ve ark., 2014).

Araştırmamızın bulguları, literatürdeki bilgileri destekler niteliktedir. Buna göre; ergenlerin ebeveynleri ile geliştirdikleri bağlanma örüntülerinin kalitesi arttıkça, internet bağımlılığı düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Ayrıca, internet bağımlısı ergenlerin ebeveynlerine bağlanma kaliteleri, akranlarından anlamlı derecede düşüktür.

Ebeveynlerine karşı güvensiz bağlanma örüntüleri geliştirmiş olan ergenler, ebeveynlerinin internet kullanımlarıyla ilgili yapmış olduğu müdahaleleri özerkliklerine karşı ciddi bir saldırı olarak algılayabilmektedirler. Güvenli bağlanan ergenlerde ise, bu durum gözlenmemektedir.

Güvensiz bağlanan bireyler, daha düşük özgüvene sahip, üst düzey emosyonları düzenleme konusunda problem yaşayan, daha az sosyal destek arayan ve genellikle etkili olmayan, uyumsuz başa çıkma becerilerine sahip bireyler olarak ifade edilmektedirler (akt. Keough ve ark., 2018). Bu bireyler, kişilerarası iletişimlerde ve etkileşimlerde kendilerini rahat ve güvende hissetmezler (Papacharissi ve Rubin,

2000). Ayrıca, sosyal ortamlarda dışlanma korkusu yaşamaktadırlar. Kendilerinin beğenilmeyeceğini, çekici bulunmayacaklarını düşünölmektedir. Sosyal beceri eksikliği olan bu ergenler, sosyal ortamlardaki reddedilme ve dışlanma riskinden kaçınmak için sosyal ortamlara daha az girmektedirler ve çevrimiçi etkileşimleri daha fazla tercih etmektedirler. Böylece, çevrimiçi ortamlarda kontrolü daha rahat sağlayacaklarını düşünmektedirler (Papacharissi ve Rubin, 2000; Segrin, 1990). Yani, bireyler kendilerine olan güvensizlikleri ve yaşadıkları tehdit algısı nedeniyle, sosyal ortamlarda karşılaşılabilecekleri utangaçlık, korku, kaygı gibi duygulardan korunmak için daha sıklıkla çevrimiçi aktiviteleri ve ortamları tercih etmektedirler (Savcı ve Aysan, 2016).

Diğer yandan, güvensiz bağlanma sonucu depresif belirtiler sergileyen ergenler, internetteki oyun, sosyal medya gibi çevrimiçi aktiviteleri, eğlenceli vakit geçirerek yaşamakta oldukları hayattan keyif alamama durumundan kurtulmak için kullanabilmektedirler. Güvensiz bağlanma sonucu depresif belirtiler sergileyen bu ergenler, çevrimiçi ortamlardan geri kaldıklarında, hayattan, gündemden geri kalacaklarını, işlerini, sağlıklarını ve sosyalliklerini kaybedeceklerini düşünmektedirler. Bu durumu, bağlanma ilişkileri sebebiyle oluşan kaygı bozukluğuyla ilişkilendirmek mümkündür.

İnternet bağımlılığı ile ilgili bir diğer önemli etken ise bireylerin gözlerden zihin okuma (zihin kuramı) becerileridir. Zihin kuramı, başkalarının inançlarına, arzularına ve isteklerine atıfta bulunarak, onların davranışlarını tahmin etme konusunda önemli bir bileşendir (APA, 2013). Gözlerden zihin okuma becerileri, bireyin karşısındaki kişinin emosyonlarını okuyabilme becerisidir. Bu durumla bağlantılı olarak, bilişsel süreçlere de atıfta bulunmaktadır. Dolayısıyla, insanların sosyal çevreye uyum sağlamalarında gözlerden zihin okuma becerileri kritik rol oynamaktadır (Brune ve Brüne-Cohrs, 2006).

Yüz ifadelerini tanıma, bireylerin yüz yüze karşılaşmalar boyunca, karşısındaki kişilerin yüz ifadelerindeki değişimleri algılamaları açısından gerekli bir sosyal beceridir (Blair, 2003). Bireyin zihin kuramı becerileri düşük olduğunda, sosyal ortamdaki sinyalleri doğru şekilde anlamamakta ve bu durum kişilerarası ilişkilerde problemler yaşamasına yol açmaktadır.

Örneğin, bir ergenin gözlerden zihin okuma becerilerinin düşük olduğunu düşünelim. Bu durumda, ergenin akranlarının vermiş olduğu duygusal yanıtları anlama becerisi kısıtlı olacaktır. Gözlerden zihin okuma becerileri düşük olan ergen, akranlarının üzüldüğü, kızdığı, keyifli olduğu durumları anlayamayabilecek veya yanlış şekilde yorumlayabilecektir. Bu durumda, ergenin vereceği uyumsuz sosyal yanıtlar, ergenin dışlanmasına veya yalnız kalmasına yol açabilecektir. Sosyal yönden dışarıda kalan ergen, sosyal medya ve interneti daha fazla arkadaş kazanmanın ve sosyal etkileşimin bir aracı olarak düşünecektir ve internette daha fazla vakit geçirecektir.

Araştırmamızın bulguları incelendiğinde, internet bağımlısı olan ergenlerin gözlerden zihin okuma (zihin kuramı) becerilerinin akranlarından daha düşük olduğu görülmektedir.

Yapılan araştırmalarda, internet bağımlılığı ile kişilerin yüz ifadelerini tanıma arasında negatif yönde bir ilişki olduğu gözlenmektedir (Chen ve ark., 2017; Ge ve ark., 2017). Segrin'e göre (1990), sosyal beceri eksikliği olan bireyler, çevrimiçi sosyal etkileşimleri akranlarına oranla daha çok tercih etmektedirler. Çünkü bu bireyler, çevrimiçi ortamdaki sosyal etkileşimlerde kendini sunma becerilerini, yüz yüze etkileşimlere göre daha iyi olarak algılamaktadırlar (Caplan, 2005). Bu anlamda, araştırmamızın bulgularının literatürdeki bilgilerle tutarlılık gösterdiği görülmektedir.

Diğer yandan, gözlerden zihin okuma becerileri, çocukluktan itibaren dürtü kontrolünün gelişiminde oldukça önemlidir. Çocuklar agresif dürtülerini, ebeveynlerinden aldıkları uygun tepkiler sonucu sosyalleştirirler. Ebeveynlerinin verdiği duygusal yanıtları yanlış yorumlayacak bir çocuk, dürtü kontrolü konusunda sorunlar yaşayabilecektir.

Dürtü kontrol sorunları, ergenlik döneminde internet kullanımının süresinin sınırlandırılmasında sorun yaşamaya yol açabilmektedir. Dürtüsel kişilik özellikleri, bireylerin internet kullanım sürelerini kısıtlama ve planlama konusunda sorunlara yol açmaktadır. Bu durum, çalışmamızdaki gözlerden zihin okuma bozukluğu olan bireylerin internet bağımlılık oranlarının daha yüksek olmasını açıklayabilir. Gençoğlan ve arkadaşları (2016), internet bağımlısı bireylerin duygu düzenleme becerileri yeteri kadar gelişmediği için, bu bireylerin dürtü kontrolünde zorluklar yaşadığını ifade etmişlerdir.

Gözlerden zihin okuma becerilerinin düşük olması, dışarıdaki insanların kişiye verdikleri değerin kişi tarafından yanlış anlaşılmasına yol açabilecektir. Ayrıca, kişi diğerlerinin vermiş olduğu sinyalleri doğru şekilde anlayamadığı için, bu durum kişinin diğerlerinden kendisine tehlike geleceğine dair kaygılar duymasına yol açacaktır. Bu değersizlik problemi ve tehdit algısı, kişinin depresyon ve kaygı bozuklukları yaşamasına yol açabilecektir. Yüksek depresyon ve kaygı düzeyi, kişiyi yaşamış olduğu olumsuz duygulardan kaçmak ve haz almak amacıyla daha fazla internet kullanmaya yönlendirecektir. Bu bireyler, olumsuz duygulardan kaçmak için sosyal medya kullanımı, oyun oynama, dizi izleme gibi çevrimiçi eğlence içeriklerine erişme eğiliminde olacaktır.

Sonuç olarak, gözlerden zihin okuma becerilerinin düşük olmasının psikososyal ve kişilerarası ilişkilerde bozulmalara yol açtığını ve bu durumun da internet bağımlılığı oranını arttırdığını göstermektedir. Bu bağlamda, bireylerin bağlanma stillerinin de kişinin gözlerden zihin okuma becerilerini, ruhsal durumlarını ve internet bağımlılığı düzeylerini etkilediği düşünüldüğünde, ergenlerin anne ve babaya bağlanma karakteristikleri ve gözlerden zihin okuma becerilerinin internet bağımlılığını anlamlı bir şekilde yordayacağı düşünülmüştür. Yapılan regresyon analizi sonuçları, hipotezimizi doğrulamıştır. Buna göre, ergenlerin annelerine bağlanma karakteristikleri, babalarına bağlanma karakteristikleri ve gözlerden zihin okuma becerileri, ergenlerin internet bağımlısı olup olmama durumlarını anlamlı bir şekilde yordamaktadır.

SONUÇLAR

Son yıllarda teknolojinin hızla gelişim göstermiştir. Teknolojinin gelişmesi ile birlikte, internet kullanımı hızla artmıştır. Bu durum, internet bağımlılığı sorununu beraberinde getirmiştir. İnternet bağımlılığı için en önemli risk grubu ise ergenlerdir. Buradan yola çıkarak, çalışmada, ergenlerin ebeveynlerine bağlanma stilleri, gözlerden zihin okuma becerileri ve ruhsal sorunları ile internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Araştırmada ergenlerin internet bağımlılığı oranı %12.7 olarak bulunmuştur.

Ergenlerin internet bağımlılığı oranlarının cinsiyete, yaşa, okul türüne, öğrenim gördüğü sınıfa, ebeveynlerinin eğitim düzeylerine, sosyoekonomik düzeye göre farklılaşmadığı gözlenmiştir. Bu sonuçlar, 2. hipotezin destek görmediğini göstermektedir.

Araştırmanın sonuçları, günlük internette vakit geçirme süresine göre internet bağımlılığı oranının farklılaştığını göstermektedir. Beklentilerimize uygun şekilde, günlük internete girme süresi düşük olan katılımcıların internet bağımlısı olma olasılıkları daha düşüktür. Ayrıca, ebeveynleri ile birlikte günlük internet kullanımı ile ilgili süre sınırı belirlenmesi durumunda ergenlerin internet bağımlısı olma olasılığı azalmaktadır. Diğer yandan, ergenlerin çevrimiçi olma amaçlarına göre, internet bağımlılığı oranlarının farklılaştığı görülmektedir. Eğitim/araştırma amacıyla internete giren ergenlerin internet bağımlılığı düzeyleri sosyal medya, oyun, video, müzik amacıyla çevrimiçi olan ergenlerin internet bağımlılığı düzeylerinden anlamlı derecede düşük bulunmuştur. Bu sonuçlar, 3. Hipotezin kısmen destek gördüğünü göstermektedir.

Gözlerden zihin okuma becerileri ve ruhsal sorunlar toplam puanları kızlarda daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlar, 4. ve 6. hipotezlerin destek gördüğünü göstermektedir. Ergenlerin ebeveynlerine bağlanma stilleri puanlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Bu sonuç, 5. hipotezin destek görmediğini göstermektedir.

Ergenlerin gözlerden zihin okuma becerilerinin, bağlanma karakteristiklerinin ve yaşadıkları ruhsal sorunların internet bağımlısı olup olmama durumuna göre anlamlı derece farklılaştığı görülmüştür. Buna göre; internet bağımlısı ergenlerin

gözlerden zihin okuma becerileri internet bağımlısı olmayan akranlarından daha düşük bulunurken; ergenlerin yaşadıkları ruhsal puanlara ilişkin puanlar internet bağımlısı olmayan akranlarından daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlar, 7., 8. ve 9. hipotezlerin destek gördüğünü göstermektedir.

Ergenlerin internet bağımlılığı düzeyleri ile gözlerden zihin okuma becerileri arasında negatif yönlü; bağlanma karakteristikleri arasında negatif yönlü ve ruhsal sorunları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu gözlenmiştir. Ayrıca, ergenlerin gözlerden zihin okuma becerileri ile bağlanma karakteristikleri arasında pozitif yönlü; yaşadıkları ruhsal sorunlar arasında negatif yönlü ilişki gözlenmiştir. Ergenlerin bağlanma karakteristikleri ile yaşadıkları ruhsal sorunlar arasında ise negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Bu sonuçlar, 1. hipotezin destek gördüğünü göstermektedir.

Ergenlerin anne ve babaya bağlanma karakteristikleri ve gözlerden zihin okuma becerilerinden oluşan modelin internet bağımlılığı olup olmama durumlarını anlamlı şekilde yordadığı gözlenmiştir. Modelin ergenlerin internet bağımlısı olup olmama durumlarını doğru şekilde sınıflandırma yüzdesi %86.369 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, 10. hipotezin destek gördüğünü göstermektedir.

Ergenlik dönemindeki internet bağımlılığı ile ilgili risk faktörlerinin belirlenmesi, önleme ve müdahale programlarının geliştirilmesi açısından oldukça önemlidir. Günümüzde, internet bağımlılığı nedeniyle ruh sağlığı birimlerine başvuran ergen sayısında artış meydana gelmiştir. Bulgular ışığında, ergenlerin ebeveynleri ile ilişkilerinin, zihin kuramı becerilerinin değerlendirilmesinin ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite, emosyon ve davranım problemlerinin belirlenmesinin terapötik müdahalenin başarısını arttıracacağı düşünülmektedir.

ÖNERİLER

Araştırma konusu ile ilgili boylamsal bir çalışma yapılması, daha belirgin nedensel çıkarımlar yapılabilmesi için yararlı olacaktır.

Araştırma, Türkiye’de öğrenim gören ergenlerle gerçekleştirilmiştir. Farklı ülkelerde ve kültürlerde çalışmanın tekrarlanması, araştırma bulgularının diğer kültürlerdeki geçerliğini test etmede yararlı olacaktır.

Klinik alanda, ergen-ebeveyn ilişkilerinin geliştirilmesine yönelik çalışmaların yapılmasının, internet bağımlılığı probleminin çözümü için fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Klinik alanda, internet bağımlısı bireylerle emosyon okuma becerilerini güçlendirmeye yönelik müdahalelerde bulunulması ve ergenin uyumsuz inançlarını anlama ve değiştirmeye yönelik çalışmaların yapılması, internet bağımlılığı sorununun çözümüne katkıda bulunacaktır.

Hem ebeveynle hem de internet bağımlısı ergenle empati becerilerini geliştirmeye yönelik çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Ergenlerde her geçen yıl internet bağımlılığı oranların artması, bu konuda gerekli önleme ve tedavi programlarının oluşturulmasını zorunlu kılmaktadır. Bu bağlamda, bireylerin gözlerden zihin okuma becerilerinin geliştirilmesine, sosyal becerilerinin güçlendirilmesine ve ebeveynlerle bağlanma ilişkilerinden kaynaklanan problemlerin çözülmesine yönelik programların oluşturulmasının, internet bağımlılığı oranlarının azalmasına destek olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Agrawal, H. R., Gunderson, J., Holmes, B. M., and Lyons-Ruth, K. (2004). Attachment Studies With Borderline Patients: A Review. *Harvard Review of Psychiatry*, 12(2), 94-104.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C. and Waters, E. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of The Strange Situation*, 18.
- Ainsworth, M. S. and Bowlby, J. (1991). *An Ethological Approach to Personality Development*. American Psychologist. Vol. 46 (4). 333–341.
- APA (American Psychiatric Association) (2013) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*, (5th Edition). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1).
- Armsden, G. C. and Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual Differences and Their Relationship to Psychological Well-Being in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16, 427-451.
- Aron, A., Coups, E.J. and Aron E.N. (2013). *Statistics for Psychology*. (6th Edition). New Jersey: Pearson.
- Atalay, H. (Tarih Yok.). *Zihin Kuramı ve Nöropsikanaliz*. Yeditepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri ABD Ders Notu.
- Ay, R., Böke, Ö., Pazvantoğlu, O., Şahin, A. R., Sarısoy, G., Arık, A. C. ve Güz, H. (2016). Şizofreni Hastaları ve Birinci Derece Yakınlarında Zihin Kuramı ve Duygu Tanımanın Değerlendirilmesi. *Nöro-Psikiyatri Arşivi*, 53(4), 338-343.
- Barbato, M., Liu, L., Cadenhead, K. S., Cannon, T. D., Cornblatt, B. A., Mcglashan, T. H., ... and Woods, S. W. (2015). Theory of Mind, Emotion Recognition and Social Perception in Individuals at Clinical High Risk for Psychosis: Findings From The NAPLS-2 Cohort. *Schizophrenia Research: Cognition*, 2(3), 133-139.
- Baron-Cohen, S., Jolliffe, T., Mortimore, C. and Robertson, M. (1997). A Further Advanced Test of Theory of Mind: Evidence From Very High Functioning Adults with Autism or Asperger Syndrome. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38, 813-822.
- Baron-Cohen, S., O'riordan, M., Stone, V., Jones, R. and Plaisted, K. (1999). Recognition of Faux Pas by Normally Developing Children and Children with Asperger Syndrome or High-Functioning Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 29(5), 407-418.
- Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Hill, J., Raste, Y. and Plumb, I. (2001). The "Reading The Mind in The Eyes" Test Revised Version: A Study with Normal Adults, and Adults with Asperger Syndrome or High-Functioning Autism. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42, 241-251.
- Baron-Cohen, S. and Wheelwright, S. (2004). The Empathy Quotient: An Investigation of Adults with Asperger Syndrome or High Functioning Autism,

- and Normal Sex Differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 34(2), 163-175.
- Bartholomew, K. and Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of A Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226.
- Batıgün, A. D. ve Hasta, D. (2010). İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından Bir Değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 213-219.
- Biçer, E. ve Sarı, O. T. (2017). Normal Gelişim Gösteren ve Hafif Düzeyde Zihinsel Engelli Öğrencilerin Zihin Kuramı ve Yürütücü İşlev Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama Articles /Makaleler Journal of Theory and Practice in Education*, 13(2), 261-276.
- Blair, R.J. (2003). Facial Expressions, Their Communicatory Functions and Neuro-Cognitive Substrates. *Philos. Trans. R. Soc. Lond. B. Biol. Sci.* 358 (1431), 561-572.
- Bolat, N., Yavuz, M., Eliaçık, K. and Zorlu, A. (2018). The Relationships Between Problematic İnternet Use, Alexithymia Levels and Attachment Characteristics in A Sample of Adolescents in A High School, Turkey. *Psychology, Health & Medicine*, 23(5), 604-611.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss, Vol. II: Separation* (Vol. 2). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). Attachment and Loss: Retrospect and Prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.
- Bowlby, J. (1979). On Knowing What You Are Not Supposed to Know and Feeling What You Are Not Supposed to Feel. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 24(5), 403-408.
- Brown, L. S. and Wright, J. (2003). The Relationship Between Attachment Strategies and Psychopathology in Adolescence. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 76(4), 351-367.
- Brüne, M. (2005). "Theory of Mind" in Schizophrenia: A Review of The Literature. *Schizophrenia Bulletin*, 31(1), 21-42.
- Brüne, M. and Brüne-Cohrs, U. (2006). Theory of Mind—Evolution, Ontogeny, Brain Mechanisms and Psychopathology. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 30(4), 437-455.
- Bukowski, W. M. and Sippola, L. K. (2005). Friendship and Development: Putting The Most Human Relationship in Its Place. *New Directions For Child And Adolescent Development*, 2005(109), 91-98.
- Can, A. (2016). *SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi* (4. Baskı), Ankara: Pegem Akademi.
- Cao, F. and Su, L. (2007). İnternet Addiction Among Chinese Adolescents: Prevalence and Psychological Features. *Child: Care, Health And Development*, 33(3), 275-281.

- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being: Development of A Theorybased Cognitive-Behavioral Measurement Instrument. *Computers in Human Behavior*, 18, 553–575.
- Caplan, S. E. (2003). Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use And Psychosocial Well-Being. *Communication Research*, 30, 625–648.
- Caplan, S. E. (2005). A Social Skill Account of Problematic Internet Use. *Journal of Communication*, 55(4), 721-736.
- Castelli, I., Baglio, F., Blasi, V., Alberoni, M., Falini, A., Liverta-Sempio, O., ... and Marchetti, A. (2010). Effects of Aging on Mindreading Ability Through The Eyes: An Fmri Study. *Neuropsychologia*, 48(9), 2586-2594.
- Ceritli, U. ve Nedim Bal, P. (2017). Lise Öğrencilerinde Bağlanma Stillerinin Problemlı İnternet Kullanımına Etkisi. *Journal of International Social Research*, 10(50).
- Chang, F. C., Chiu, C. H., Miao, N. F., Chen, P. H., Lee, C. M., Chiang, J. T. and Pan, Y. C. (2015). The Relationship Between Parental Mediation and Internet Addiction Among Adolescents, and The Association With Cyberbullying and Depression. *Comprehensive Psychiatry*, 57, 21-28.
- Chen, Z., Poon, K. T. and Cheng, C. (2017). Deficits in Recognizing Disgust Facial Expressions and Internet Addiction: Perceived Stress as A Mediator. *Psychiatry Research*, 254, 211-217.
- Cheng, W., Rolls, E. T., Gu, H., Zhang, J. and Feng, J. (2015). Autism: Reduced Connectivity Between Cortical Areas Involved in Face Expression, Theory of Mind, and The Sense of Self. *Brain*, 138(5), 1382-1393.
- Chou, C., Condron, L. and Belland, J. C. (2005). A Review of The Research on Internet Addiction. *Educational Psychology Review*, 17(4), 363-388.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Cuenca, J. (2013). *Self-Harm in Relation to Attachment Theory and The Cry of Pain Model: Attachment Insecurities And Feelings Of Entrapment As Vulnerability Factors*. (Phd Thesis). University Of Nottingham, United Kingdom.
- Davis, R. A. (2001). A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195.
- De Rosnay, M. A. R. C., Fink, E., Begeer, S., Slaughter, V. and Peterson, C. (2014). Talking Theory of Mind Talk: Young School-Aged Children's Everyday Conversation and Understanding of Mind and Emotion. *Journal of Child Language*, 41(5), 1179-1193.
- D'Hondt, F. and Maurage, P. (2017). Electrophysiological Studies in Internet Addiction: A Review Within The Dual-Process Framework. *Addictive Behaviors*, 64, 321-327.
- Ding, Q., Li, D., Zhou, Y., Dong, H. and Luo, J. (2017). Perceived Parental Monitoring and Adolescent Internet Addiction: A Moderated Mediation Model. *Addictive Behaviors*, 74, 48-54.

- Doherty, M. (2009). *Theory of mind: How children understand others' thoughts and feelings*. New York, NY US: Psychology Press.
- Dziobek, I., Rogers, K., Fleck, S., Hassenstab, J., Gold, S., Wolf, O. T. and Convit, A. (2005). In Search of "Master Mindreaders": Are Psychics Superior in Reading The Language of The Eyes?. *Brain and Cognition*, 58(2), 240-244.
- Egger, O. and Rauterberg, M. (1996). *Internet Behavior and Addiction*. (Semester Thesis). Swiss Federal Institute of Technology, Zurich.
- Eichenberg, C., Schott, M., Decker, O. and Sindelar, B. (2017). Attachment Style and Internet Addiction: An Online Survey. *Journal of Medical Internet Research*, 19(5).
- Esen, E. ve Siyez, D. M. (2011). Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 127-136.
- Eşsizoglu, A., Köşger, F., Akarsu, F. Ö., Özaydin, Ö. ve Güleç, G. (2017). Şizofreni Hastalarında Seçici Dikkat, Yanıt İnhibisyonu, Bilişsel Esneklik ve Zihin Kuramı. *Noro-Psikyatri Arsivi*, 54(2), 162.
- Fayazi, M. Ve Hasani, J. (2017). Structural Relations Between Brain-Behavioral Systems, Social Anxiety, Depression and Internet Addiction: With Regard to Revised Reinforcement Sensitivity Theory (R-RST). *Computers in Human Behavior*, 72, 441-448.
- Gámez-Guadix, M., Orue, I., Smith, P. K. and Calvete, E. (2013). Longitudinal and Reciprocal Relations of Cyberbullying with Depression, Substance Use, and Problematic İnternet Use Among Adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 53(4), 446-452.
- Gao, W. and Chen, Z. (2006). A Study on Psychopathology and Psychotherapy of İnternet Addiction. *Advances in Psychological Science*, 14, 596-603.
- Ge, Y., Zhong, X. and Luo, W. (2017). Recognition of Facial Expressions by Urban İnternet-Addicted Left-Behind Children in China: An Eye-Movement Study. *Psychological Reports*, 120(3), 391-407.
- Gençoğlan, S., Erkan, M., Akgüç, L., Keten, H. S., Özatalay, E. ve Fettahoğlu, E. Ç. (2016). Ergenlerde ve Ebeveynlerinde Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Bulunmasının Ergenlerin Bağlanma Örüntüleri Üzerine Etkisi. *Ankara Medical Journal*, 16(1).
- Girli, A. (2014). Psychometric Properties of The Turkish Child and Adult Form of "Reading The Mind in The Eyes Test". *Psychology*, 5(11), 1321.
- Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A Research Note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38(5), 581-586.
- Goldman, A. I. (2012). Theory of Mind. *The Oxford Handbook of Philosophy of Cognitive Science*, 402-424.
- Green, S. B. (1991). How Many Subjects Does It Take to Do A Regression Analysis? *Multivariate Behavioral Research*, 26, 449-510.
- Green, S.B. and Salkind, N.J. (2005). *Using SPSS for Windows and Macintosh: Analyzing and Understanding Data* (4th Edition). New Jersey: Pearson.

- Griffiths, M. (2005). A 'Components' Model of Addiction Within A Biopsychosocial Framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197.
- Günaydın, G., Selçuk, E., Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Kısa Formu'nun Psikometrik Açından Değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 13-23.
- Günüç, S. Ve Doğan, A. (2013). The Relationships Between Turkish Adolescents' Internet Addiction, Their Perceived Social Support and Family Activities. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2197-2207.
- Güvenir, T., Özbek, A., Baykara, B., Arkar, H., Şentürk, B. ve İncekaş, S. (2008). Güçler ve Güçlükler Anketi'nin (Gga) Türkçe Uyarlamasının Psikometrik Özellikleri. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15, 65-74.
- Ha, J. H., Kim, S. Y., Bae, S. C., Bae, S., Kim, H., Sim, M., ... and Cho, S. C. (2007). Depression and Internet Addiction in Adolescents. *Psychopathology*, 40(6), 424-430.
- Ho, R.C., Zhang, M.W., Tsang, T.Y., Toh, A.H., Pan, F., Lu, Y., Cheng, C., Yip, P.S., Lam, L.T., Lai, C.M., Watanabe, H. and Mak, K.K. (2014). The Association Between Internet Addiction and Psychiatric Co-Morbidity: A Meta-Analysis. *BMC Psychiatry* 14, 183.
- Holfeld, B. and Sukhawathanakul, P. (2017). Associations Between Internet Attachment, Cyber Victimization, and Internalizing Symptoms Among Adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*, 20(2), 91-96.
- Jia, R. and Jia, H. H. (2016). Maybe You Should Blame Your Parents: Parental Attachment, Gender, and Problematic Internet Use. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(3), 524-528.
- Karakelle, S. ve Ertugrul, Z. (2012). Zihin Kuramı ile Çalışma Belleği, Dil Becerisi ve Yönetici İşlevler Arasındaki Bağlantılar Küçük (36-48 Ay) ve Büyük (53-72 Ay) Çocuklarda Farklılık Gösterebilir Mi? *Türk Psikoloji Dergisi*, 27(70), 1.
- Karen R. (1998). *Becoming Attached*, New York: Oxford University Press, 6-107.
- Kaysılı, B. K. (2014). Zihin Kuramı ve Dil Arasındaki İlişki: Bir Derleme. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 15(2), 081-093.
- Keough, M. T., Penniston, T. L., Vilhena-Churchill, N., Bagby, R. M. and Quilty, L. C. (2018). Depression Symptoms and Reasons for Gambling Sequentially Mediate The Associations Between Insecure Attachment Styles and Problem Gambling. *Addictive Behaviors*, 78, 166-172.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö. ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2).
- Keskin, G. ve Çam, O. (2009). Ergenlik ve Bağlanma Süreci: Ruh Sağlığı Açısından Literatürün Gözden Geçirilmesi. *Yeni Symposium*, 47 (2).
- Kontaş T. (2015). *5-11 Yaş Arası Çocukların Zihin Teorisi ve Yaratıcılık Yetenekleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Koo, H. J. and Kwon, J.-H. (2014). Risk and Protective Factors of Internet Addiction: A Meta-Analysis of Empirical Studies in Korea. *Yonsei Medical Journal*, 55(6), 1691.

- Kornreich, C., Saeremans, M., Delwarte, J., Noël, X., Campanella, S., Verbanck, P., Ermer, E. and Brevers, D. (2016). Impaired Non-Verbal Emotion Processing in Pathological Gamblers. *Psychiatry Research*, 236, 125-129.
- Korver-Nieberg, N., Fett, A. K. J., Meijer, C. J., Koeter, M. W., Shergill, S. S., De Haan, L. and Krabbendam, L. (2013). Theory of Mind, Insecure Attachment and Paranoia in Adolescents with Early Psychosis and Healthy Controls. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 47(8), 737-745.
- Kutlu, M., Savcı, M., Demir, Y. and Aysan, F. (2016). Turkish Adaptation of Young's Internet Addiction Test-Short Form: A Reliability and Validity Study on University Students and Adolescents. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 17, 69-76.
- Lam, L. T., Peng, Z. W., Mai, J. C. and Jing, J. (2009). Factors Associated with Internet Addiction Among Adolescents. *Cyberpsychology & Behavior*, 12(5), 551-555.
- Lam, L. T. (2014). Risk Factors of Internet Addiction and The Health Effect of Internet Addiction on Adolescents: A Systematic Review of Longitudinal and Prospective Studies. *Current Psychiatry Reports*, 16, 1-9.
- Maurage, F., Timary, P., Tecco, J. M., Lechantre, S. and Samson, D. (2015). Theory of Mind Difficulties in Patients with Alcohol Dependence: Beyond The Prefrontal Cortex Dysfunction Hypothesis. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 39(6), 980-988.
- MEB (2018). *İstanbul İli 2018-2019 Eğitim Öğretim Yılı Öğrenim Gören Öğrenci İstatistikleri*. İstanbul: İl Milli Eğitim Müdürlüğü, Strateji Geliştirme Şube Müdürlüğü.
- Monacis, L., De Palo, V., Griffiths, M. D. and Sinatra, M. (2017). Exploring Individual Differences in Online Addictions: The Role of Identity and Attachment. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 15(4), 853-868.
- Morahan-Martin, J. and Schumacher, P. (2000). Incidence and Correlates of Pathological Internet Use Among College Students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13-29.
- Morsünbül, Ü. (2014). İnternet Bağımlılığının Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri, Yalnızlık ve Yaşam Doyumu ile İlişkisi. *International Journal of Human Sciences*, 11(1), 357-372.
- Müller, K. W., Dreier, M., Beutel, M. E., Duvén, E., Giralt, S. and Wolfig, K. (2016). A Hidden Type of İnternet Addiction? Intense and Addictive Use Of Social Networking Sites in Adolescents. *Computers in Human Behavior*, 55, 172-177.
- Nandrino, J. L., Gandolphe, M. C., Alexandre, C., Kmiecik, E., Yguel, J. and Urso, L. (2014). Cognitive and Affective Theory of Mind Abilities in Alcohol-Dependent Patients: The Role of Autobiographical Memory. *Drug & Alcohol Dependence*, 143, 65-73.
- Nentjes, L., Bernstein, D., Arntz, A., Van Breukelen, G. and Slaats, M. (2015). Examining The Influence of Psychopathy, Hostility Biases, and Automatic Processing on Criminal Offenders' Theory of Mind. *International Journal of Law and Psychiatry*, 38, 92-99.

- Ng, B. D. and Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to The İnternet and Online Gaming. *Cyberpsychology & Behavior*, 8(2), 110-113.
- Nguyen, T. K. and Astington, J. W. (2014). Reassessing The Bilingual Advantage in Theory of Mind and Its Cognitive Underpinnings. *Bilingualism: Language and Cognition*, 17(2), 396-409.
- Odacı, H. and Çıkırıkçı, Ö. (2014). Problematic İnternet Use in Terms of Gender, Attachment Styles and Subjective Well-Being in University Students. *Computers in Human Behavior*, 32, 61-66.
- Oldmeadow, J. A., Quinn, S. and Kowert, R. (2013). Attachment Style, Social Skills, and Facebook Use Amongst Adults. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1142-1149.
- Özbaran, B. (2006). Bağlanmanın Nörobiyolojisi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 13(3), 137-142.
- Özdamar, K. (1999). *İstatistik Paket Programlarıyla Veri Analizi 1*, Eskişehir: Kaan.
- Özdemir, Y., Kuzucu, Y. and Ak, Ş. (2014). Depression, Loneliness and Internet Addiction: How İmportant is Low Self-Control? *Computers in Human Behavior*, 34, 284-290.
- Özen, K. (2015). Özel Öğrenme Güçlüğü Tanısı Almış 7-9 Yaş Çocukların Geliştirdikleri Zihin Kuramı Yeteneklerinin Sağlıklı Gelişim Gösteren Grup ile Karşılaştırılması. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*.
- Öztürk M. Ö. (2002). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları*, Ankara: Nobel, 566-570.
- Papacharissi, Z. and Rubin, A. M. (2000). Predictors of Internet Use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 44(2), 175-196.
- Pawlikowski, M., Altstötter-Gleich, C. and Brand, M. (2013). Validation and Psychometric Properties of A Short Version of Young's Internet Addiction Test. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1212-1223.
- Peterson, C., Slaughter, V., Moore, C. and Wellman, H. M. (2016). Peer Social Skills and Theory of Mind in Children with Autism, Deafness, or Typical Development. *Developmental Psychology*, 52(1), 46.
- Pinkham, A. E., Penn, D. L., Perkins, D. O. and Lieberman, J. (2003). Implications for The Neural Basis of Social Cognition for The Study of Schizophrenia. *American Journal of Psychiatry*, 160(5), 815-824.
- Premack, D. and Woodruff, G. (1978). Does The Chimpanzee Have A Theory of Mind?. *Behavioral and Brain Sciences*, 1(4), 515-526.
- Raja, S. N., Mcgee, R. and Stanton, W. R. (1992). Perceived Attachments to Parents and Peers and Psychological Well-Being in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21, 471-485.
- Reiner, I., Tibubos, A. N., Hardt, J., Müller, K., Wölfling, K. and Beutel, M. E. (2017). Peer Attachment, Specific Patterns of Internet Use and Problematic İnternet Use İn Male And Female Adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 26(10), 1257-1268.

- Ringer, F. and Crittenden, P. M. (2007). Eating Disorders and Attachment: The Effects of Hidden Family Processes on Eating Disorders. *European Eating Disorders Review*, 15(2), 119-130.
- Robertson, T. W., Yan, Z. and Rapoza, K. A. (2018). Is Resilience A Protective Factor of Internet Addiction?. *Computers in Human Behavior*, 78, 255-260.
- Rogier, G., Petrocchi, C., D'aguanno, M. and Velotti, P. (2017). Self-Harm and Attachment in Adolescents: What Is The Role of Emotion Dysregulation? *European Psychiatry*, 41, 222.
- Rose C.A. and Tynes B.M. (2015). Longitudinal Associations Between Cybervictimization and Mental Health Among U.S. Adolescents. *Journal Of Adolescent Health*, 57, 1–8.
- Salmela-Aro, K., Upadyaya, K., Hakkarainen, K., Lonka, K. and Alho, K. (2017). The Dark Side of Internet Use: Two Longitudinal Studies of Excessive Internet Use, Depressive Symptoms, School Burnout and Engagement Among Finnish Early and Late Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(2), 343-357.
- Santrock, J. (2012). *Lifespan Developmental Psychology*. Galip Yüksel (Çev.), 13, Ankara: Nobel.
- Santrock, J. (2014). *Adolescence*. Diğdem Müge Siyez (Çev.), 14, Ankara: Nobel.
- Savcı, M. ve Aysan, F. (2016). Bağlanma Stilleri, Akran İlişkileri ve Duyguların İnternet Bağımlılığını Yordamadaki Katkıları. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(3), 401-432.
- Sayıl, M. (Tarih Yok.). *Gelişim Psikolojisi Ders Notu*. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Scheeren, A. M., De Rosnay, M., Koot, H. M. and Begeer, S. (2013). Rethinking Theory of Mind in High-Functioning Autism Spectrum Disorder. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 54(6), 628-635.
- Schimmenti, A., Passanisi, A., Gervasi, A. M., Manzella, S. and Famà, F. I. (2013). Insecure Attachment Attitudes in The Onset of Problematic Internet Use Among Late Adolescents. *Child Psychiatry & Human Development, Online First*.
- Segrin, C. (1990). A Meta-Analytic Review of Social Skill Deficits in Depression. *Communication Monographs*, 57, 292–308.
- Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E. ve Şenol, S. (2005). Bebeklik Dönemindeki Bağlanma Sürecine Genel Bir Bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8, 88-99.
- Spada, M. M. (2014). An Overview of Problematic Internet Use. *Addictive Behaviors*, 39, 3–6.
- Steiner, H. and Hall, R. E. (2015). *Treating Adolescents*. John Wiley & Sons.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.
- Şenormancı, Ö., Konkan, R. ve Sungur, M. Z. (2010). İnternet Bağımlılığı ve Bilişsel Davranışçı Terapisi. *Psychiatry*, 11, 261-268.
- Şenormancı, Ö., Şenormancı, G., Güçlü, O. and Konkan, R. (2014). Attachment and Family Functioning in Patients with İnternet Addiction. *General Hospital Psychiatry*, 36(2), 203-207.

- Tabachnik, B. G. ve Fidell, L. S. (2015). Çok Değişkenli İstatistiklerin Kullanımı, 6. Basım, Mustafa Baloğlu (Çeviri Ed.). Ankara: Nobel.
- Thomas, G. and Bifulco, A. (2012). *Understanding Adult Attachment in Family Relationships: Research, Assessment and Intervention*. Routledge.
- Tsai, H. F., Cheng, S. H., Yeh, T. L., Shih, C. C., Chen, K. C., Yang, Y. C. and Yang, Y. K. (2009). The Risk Factors of Internet Addiction—A Survey of University Freshmen. *Psychiatry Research*, 167(3), 294-299.
- Tsitsika, A., Critselis, E., Louizou, A., Janikian, M., Freskou, A., Marangou, E., Kormas, G. and Kafetzisd. (2011). Determinants of Internet Addiction Among Adolescents: A Case-Control Study. *Scientific World Journal*, 11, 866–874.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2013). 06-15 Yaş Grubu Çocuklarda Bilişim Teknolojileri Kullanımı ve Medya. *Haber Bülteni*, Sayı 15866.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2017). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. *Haber Bülteni*, Sayı 24862.
- Tüzün, O. Ve Sayar, K. (2006). Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Uekermann, J. and Daum, I. (2008). Social Cognition in Alcoholism A Link to Prefrontal Cortex Dysfunction? *Addiction*, 103, 726–735.
- Uytun, M. Ç., Öztop, D. B. ve Eşel, E. (2013). Ergenlik ve Erişkinlikte Bağlanma Davranışının Değerlendirilmesi. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 26, 2.
- Van Rooij, A.J. and Prause, N. (2014). A Critical Review of “Internet Addiction” Criteria with Suggestions for The Future. *Journal of Behavioral Addictions*, 3, 203–213.
- Ward, A., Ramsay, R., Turnbull, S., Steele, M., Steele, H. and Treasure, J. (2001). Attachment in Anorexia Nervosa: A Transgenerational Perspective. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 74(4), 497-505.
- Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, L., Mengcheng, W. and Hong, Z. (2018). Online Activities, Prevalence of Internet Addiction and Risk Factors Related to Family and School Among Adolescents in China. *Addictive Behaviors Reports*, 7, 14-18.
- Yang, X., Zhu, L., Chen, Q., Song, P. and Wang, Z. (2016). Parent Marital Conflict and Internet Addiction Among Chinese College Students: The Mediating Role of Father-Child, Mother-Child, and Peer Attachment. *Computers In Human Behavior*, 59, 221-229.
- Yellowlees, P. M. and Marks, S. (2007). Problematic Internet Use or Internet Addiction? *Computers In Human Behavior*, 23(3), 1447-1453.
- Young, K. S. (1996). Psychology of Computer Use: XL. Addictive Use of The Internet: A Case That Breaks The Stereotype. *Psychological Reports*, 79(3), 899-902.
- Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.

- Young, K. S. and Rogers, R. C. (1998). The Relationship Between Depression and Internet Addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(1), 25-28.
- Young, K. S. (2004). Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402-415.
- Young, K. (2009). Internet Addiction: Diagnosis and Treatment Considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 241-246.
- Zachrisson, H. D. and Kulbotten, G. R. (2006). Attachment In Anorexia Nervosa: An Exploration of Associations with Eating Disorder Psychopathology and Psychiatric Symptoms. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 11(4), 163-170.
- Zheng, X. and Shen, J. (2009). *Psychological Study on Internet Addiction: Cognition and Emotion Processing*. Guangzhou, China: Jinan University Press.
- Zhou, Y., Li, D., Li, X., Wang, Y. and Zhao, L. (2017). Big Five Personality and Adolescent Internet Addiction: The Mediating Role of Coping Style. *Addictive Behaviors*, 64, 42-48.

EKLER

EK.1. Demografik Bilgi Formu

- 1- Cinsiyetiniz: Kız Erkek
- 2- Yaşınız: 14 15 16
- 3- Okul Türünüz: Anadolu Lisesi Meslek Lisesi Temel Lise
 Ortaokul
- 4- Sınıfınız: 8. Sınıf 9. Sınıf 10. Sınıf
 11. Sınıf
- 5- Anne-babanızın durumu:
 İkisi de sağ, birlikte
 İkisi de sağ, ayrı
 Sadece anne sağ
 Sadece baba sağ
- 6- Annenizin eğitim durumu:
 İlkokul
 Ortaokul
 Lise
 Yüksek Okul
 Üniversite
 Y. Lisans/ Doktora
- 7- Babanızın eğitim durumu:
 İlkokul
 Ortaokul
 Lise
 Yüksek Okul
 Üniversite
 Y. Lisans/ Doktora
- 8- Kaç kardeşiniz var?
 0
 1
 2
 3
 4 ve üstü.
- 9- Annenizin mesleği nedir?
- 10- Babanızın mesleği nedir?
- 11- Ailenizin (Anne-baba ve kardeşler) aylık geliri ortalama kaç tl?
 2000 TL ve altı.
 2000 TL – 4000 TL
 4000 TL – 6000 TL
 6000 TL – 8000 TL
 8000 TL ve üstü.
- 12- Ailenizde kronik ya da ağır hastalığı olan biri var mı?
 Evet
(Evet ise, hastalığı belirtiniz.)
- Hayır

- 13- Daha önce psikiyatrik bir tedavi ya da psikoterapi desteği aldınız mı?
- Evet
 Hayır
- 14- Ailenizde psikiyatrik tedavi gören biri var mı?
- Evet
 Hayır
- 15- Günde ortalama kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz?
- 0 dakika – 2 saat
 2 saat – 4 saat
 4 saat – 6 saat
 6 saat – 8 saat
 8 saatten fazla
- 16- İnternette geçireceğiniz süreyle ilgili ailenizle belirlediğiniz süre sınırı var mı?
- Evet
 Hayır
- 17- İnternete girdiğiniz cihazda aile güvenlik sistemi var mı?
- Evet
 Hayır
- 18- En çok hangi amaçla internette vakit geçiriyorsunuz?
- Eğitim/araştırma
 Sosyal medya(Instagram, Twitter, Facebook, vs.)/Sohbet
 Oyun
 E-posta
 Alışveriş
 Video izleme
 Müzik dinleme
 Diğer
- 19- En sık hangi araç vasıtasıyla internete giriyorsunuz?
- Bilgisayar/Tablet
 Akıllı telefon
 Diğer
- 20- İnternete girebileceğiniz, kendinize ait bir bilgisayarınız veya tabletiniz var mı?
- Evet
 Hayır
- 21- İnternete girebileceğiniz, kendinize ait bir akıllı telefonunuz var mı?
- Evet
 Hayır
- 22- En sık hangi mekanda internete giriyorsunuz?
- Ev
 Okul
 İnternet Kafe
 Sokak, cadde, park
 Diğer
- 23- Evin en çok hangi odasında internete giriyorsunuz?
- Kendi odamda
 Salonda
 Oturma Odasında
 Mutfakta
 Diğer

EK.2. Gözlerden Zihin Okuma Testi Çocuk Formu Cevap Anahtarı

Katılımcı no:.....

Puan:.....

Yaş:.....

Sınıf:.....

Cinsiyet: (K) (E)

E	A	kıskanmış	korkmuş	rahatlamış	nefret ediyor
K	1	nefret ediyor	şaşırmış	nazik	öfkeli
K	2	kaba	öfkeli	şaşırmış	üzgün
E	3	arkadaşça	üzgün	şaşırmış	endişeli
E	4	rahatlamış	canı sıkkın	şaşırmış	heyecanlı
E	5	yaptığı şey için üzgün hissediyor	birine bir şey yaptırıyor	şaka yapıyor	rahatlamış
E	6	nefret ediyor	kaba	endişeli	sıkılmış
E	7	yaptığı şey için üzgün hissediyor	sıkılmış	bir şey ilgisini çekmiş	şaka yapıyor
E	8	bir şeyi hatırlıyor	mutlu	arkadaşça	kızgın
K	9	rahatsız olmuş	nefret ediyor	şaşırmış	bir şey düşünüyor
E	10	nazik	utangaç	inanmıyor	üzgün
E	11	emrediyor	umut ediyor	kızgın	iğrenmiş
E	12	aklı karışmış	şaka yapıyor	üzgün	ciddi
K	13	bir şey düşünüyor	canı sıkkın	heyecanlı	mutlu
E	14	mutlu	bir şey düşünüyor	heyecanlı	nazik
K	15	inanmıyor	arkadaşça	oynamak istiyor	rahatlamış
K	16	kararını vermiş	şaka yapıyor	şaşırmış	sıkılmış
K	17	kızgın	arkadaşça	kaba	biraz endişeli
E	18	üzücü bir şey hakkında düşünüyor	kızgın	emrediyor	arkadaşça
K	19	kızgın	hayal kuruyor	üzgün	bir şey ilgisini çekmiş
E	20	nazik	şaşırmış	memnun değil	heyecanlı
K	21	bir şey ilgisini çekmiş	şaka yapıyor	rahatlamış	mutlu
K	22	şen	nazik	şaşırmış	bir şey düşünüyor
K	23	şaşırmış	bir şey hakkında emin	şaka yapıyor	mutlu
E	24	ciddi	yaptığından utanmış	kafası karışmış	şaşırmış
E	25	utangaç	suçlu	hayal kuruyor	endişeli
K	26	şaka yapıyor	rahatlamış	sinirli	pişman
E	27	yaptığından utanmış	heyecanlı	inanmıyor	memnun
E	28	iğrenmiş	nefret ediyor	mutlu	sıkılmış

EK.3. Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu

YOUNG İNTERNET BAĞIMLILIĞI TESTİ - KISA FORMU (YİBT-KF)					
AÇIKLAMA: Lütfen aşağıdaki ifadelerde belirtilen durumları ne sıklıkta yaşadığınızı belirtiniz. Lütfen her ifade için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız. “1” Hiçbir zaman; “2” Nadiren; “3” Bazen; “4” Sıklıkla; “5” Her zaman					
1. Hangi sıklıkta planladığınızdan daha fazla internette kalırsınız?	1	2	3	4	5
2. Hangi sıklıkta ailenizle ilgili işleri ihmal ederek internette daha fazla zaman harcarsınız?	1	2	3	4	5
3. Okul veya ders ile ilgili çalışmalarınız hangi sıklıkta internette harcadığınız süre yüzünden zarar görmektedir?	1	2	3	4	5
4. Birileri internette ne yaptığınızı sorduğunda hangi sıklıkta sır gibi saklar veya savunmaya geçersiniz?	1	2	3	4	5
5. Birileri siz internette iken canınızı sıkarsa hangi sıklıkta onları tersler, onlara bağırır ve öfkeli davranırsınız?	1	2	3	4	5
6. Hangi sıklıkta gece internette harcadığınız süre yüzünden uykusuz kalırsınız?	1	2	3	4	5
7. İnternete bağlı değilken hangi sıklıkta internetle avunur veya internete bağlı olduğunuz hayalini kurarsınız?	1	2	3	4	5
8. İnternette iken hangi sıklıkta kendinizi ‘’birkaç dakika daha’’ derken bulursunuz?	1	2	3	4	5
9. Hangi sıklıkta internette harcadığınız zamanı azaltmak için uğraşırsınız ve başarısız olursunuz?	1	2	3	4	5
10. Ne kadar süre internette olduğunuzu hangi sıklıkta saklamaya çalışırsınız?	1	2	3	4	5
11. Hangi sıklıkta başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman harcamayı tercih edersiniz?	1	2	3	4	5
12. İnternete bağlanamadığınızda hangi sıklıkta kendinizi bunalımda, karamsar ve sinirli hissedip, internete bağlandığınızda bu şikâyetlerinizin hemen geçtiğini görürsünüz?	1	2	3	4	5

EK.4. Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri

EBEVEYN VE ARKADAŞLARA BAĞLANMA ENVANTERİ KISA FORMU(EABE-KF)								
AÇIKLAMA: Lütfen aşağıdaki ifadelerde belirtilen durumları ne sıklıkta yaşadığınızı belirtiniz. Lütfen her ifade için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir ifadeyi boş bırakmayınız. “1” Hiçbir Zaman; “2” Nadiren; “3” Fırsat Buldukça; “4” Bazen; “5” Sıklıkla; “6” Genellikle; “7” Her zaman								
Anne Formu								
1.	Annem duygularıma saygı gösterir.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Annem başka biri olsun isterdim.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Annem beni olduğum gibi kabul eder.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Sorunlarım hakkında annemle konuştuğumda kendimden utanırım ya da kendimi kötü hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Evde kolayca keyfim kaçar.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Annemin kendi problemleri olduğundan, onu bir de kendiminkilerle sıklıkla istemem.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Kim olduğumu daha iyi anlamamda annem bana yol gösterir.	1	2	3	4	5	6	7
8.	Bir sorunum olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu anneme anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Anneme kızgınlık duyuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Annemden pek ilgi görmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
11.	Kızgın olduğumda annem anlayışlı olmaya çalışır.	1	2	3	4	5	6	7
12.	Annem bir şeyin beni rahatsız ettiğini hissederse, bana nedenini sorar.	1	2	3	4	5	6	7
Baba Formu								
1.	Babam duygularıma saygı gösterir.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Babam başka biri olsun isterdim.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Babam beni olduğum gibi kabul eder.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Sorunlarım hakkında babamla konuştuğumda kendimden utanırım ya da kendimi kötü hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Evde kolayca keyfim kaçar.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Babamın kendi problemleri olduğundan, onu bir de kendiminkilerle sıklıkla istemem.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Kim olduğumu daha iyi anlamamda babam bana yol gösterir.	1	2	3	4	5	6	7
8.	Bir sorunum olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu babama anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
9.	Babama kızgınlık duyuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Babamdan pek ilgi görmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
11.	Kızgın olduğumda babam anlayışlı olmaya çalışır.	1	2	3	4	5	6	7
12.	Babam bir şeyin beni rahatsız ettiğini hissederse, bana nedenini sorar.	1	2	3	4	5	6	7

EK.5. Güçler ve Güçlükler Anketi

Güçler ve Güçlükler Anketi (SDQ-Tur)

AÇIKLAMA: Her cümle için Doğru Değil, Kısmen Doğru, Tamamen Doğru kutularından birini işaretleyiniz. Kesinlikle emin olamasanız ya da size anlamsız görünse de elinizden geldiğince tüm cümleleri yanıtlamanız bize yardımcı olacaktır. Lütfen yanıtlarınızı son 6 ay içindeki durumunuzu göz önüne alarak veriniz.

Cinsiyet: Kız Erkek

Doğum Tarihi:

	Doğru Değil	Kısmen Doğru	Kesinlikle Doğru
İnsanlara karşı iyi davranmaya çalışırım. Onların duygularını önemserim.			
Uzun süre kıpırdamadan oturamam, huzursuz olurum.			
Çok fazla baş ağrım, karın ağrım ya da bulantım olur.			
Genellikle başkalarıyla paylaşırım.(Örn; Yiyeceklerimi,oyunlarımı,kalemimi v.s)			
Çok öfkelenirim ve sıkça kontrolümü kaybederim.			
Genellikle kendi başımayım. Genelde yalnız oynarım ya da başkalarıyla birlikte olmaktan kaçınırım.			
Genellikle bana söyleneni yaparım.			
Çok endişelenirim.			
Eğer birisi incinmiş, morali bozulmuş ya da kendini kötü hissediyor ise ona yardım ederim.			
Sürekli, ellerim ve ayaklarım kıpır kıpırdır ya da oturduğum yerde kıpırdanıp dururum.			
En az bir yakın arkadaşım var.			
Çok kavga ederim. Diğer insanlara istediğimi yaptırabilirim.			
Sıkça mutsuz, kederli ya da ağlamaklıyım.			
Yaşlıtlarım genelde beni sever.			
Dikkatim kolayca dağılır, dikkatimi toplamakta güçlük çekerim.			
Yeni ortamlarda gerginim. Kendime güvenimi kolayca kaybederim.			
Kendimden küçüklere iyi davranırım			
Sıkça hile yapmak ya da yalan söylemekle suçlanırım.			
Diğer çocuklar ya da gençler bana takarlar ya da benimle alay ederler.			
Sıkça başkalarına(anne baba,öğretmen,çocuklar)yardım etmeye istekli olurum.			
Bir şeyi yapmadan önce düşünürüm.			
Ev,okul ya da başka bir yerden benim olmayan şeyleri alırım.			
Erişkinlerle yaşlıtlarımdan daha iyi geçinirim.			
Pek çok korkum var. Kolayca ürkerim.			
Yaptığım işleri bitiririm. Dikkatim iyidir.			

EK.6. Bilgilendirici Onam Formu

Değerli Öğrenci,

Son yıllarda, ülkemizde internet ağlarının yaygınlaşması ve internet kullanımının artmasına bağlı olarak, internet bağımlılığı oranlarında artış meydana gelmiştir. Bu durum, özellikle lise öğrencisi gençlerde psikososyal ve akademik açıdan olumsuz sonuçlar doğurmaktadır.

Gençler arasında yıldan yıla artış gösteren internet bağımlılığı oranları, bizlerde bu konuya dair bir araştırma yapma düşüncesini doğurmuştur.

Bu bağlamda, ülkemizdeki 14-16 yaş aralığındaki gençlerin bağlanma stilleri, zihin teorisi becerileri ve ruhsal sorunları ile internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma yapmaktayız.

Araştırmamız boyunca, sizin açık kimliğini belirlemeye yönelik sorunların bulunmayacağını (T.C. kimlik numarası, adı soyadı gibi) taahhüt ederiz. Sizden alınan bilgiler sadece yukarıda belirtilen araştırma için kullanılacaktır ve asla 3. şahıslarla paylaşılmayacaktır.

Dilediğiniz anda, çalışmayı yarım bırakma hakkınız bulunmaktadır. Ancak, çalışmayı eksiksiz olarak tamamlamanızın araştırmamız için büyük önem arz etmektedir.

Çalışmaya katılım gönüllülük esasına göre gerçekleşmektedir.

Araştırma ile ilgili her türlü sorunuzu aşağıda belirtilen iletişim adresine yönlendirebilirsiniz.

Bilgilerinize saygılarımla sunarım.

Burak AKDENİZ

Araştırmacı

Araştırmacı İletişim Bilgileri:

E-posta: burakakdeniz@windowslive.com

Öğrenci Kod İsim:

“Bilgilendirilmiş Onam Formu’nu okudum. Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.”

Evet

Hayır

ÖZGEÇMİŞ

Burak AKDENİZ 25.03.1992 tarihinde İstanbul'da doğdu. Gaziosmanpaşa Plevne Lisesi'ni bitirdikten sonra Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü'nden 2015 yılında mezun oldu. 2018 yılında OMÜSBE Genel Psikoloji Yüksek Lisans programını bitirdi. 2017 yılından bu yana İstanbul Aydın Üniversitesi'nde araştırma görevlisi olarak görev yapan Burak, iyi derecede İngilizce, SPSS İstatistik programı ve Microsoft Ofis programlarını bilmektedir. Temel ilgi alanları, klinik psikoloji, gelişim psikolojisi ve eğitim psikolojisidir.

İletişim Bilgileri:

E mail : burakakdeniz@windowslive.com

Telefon : 0555 553 34 95

Kazanılan Ödüller, Teşvikler ve Burslar:

İstanbul Aydın Üniversitesi Yüksek Onur Öğrencisi, 2013.

Ege Üniversitesi Yüksek Onur Öğrencisi, 2015.

Bildiriler / Yayınlar:

Uluslararası hakemli dergilerde yayınlanan makaleler (SCI, SSCI, Arts and Humanities)

Uzal, G., Yavuz, M., Akdeniz, B., Çallı, S. ve Bolat, N. (2018). İstanbul İlinde Öğrenim Gören Lise Öğrencilerinde Aleksitimi Karakter Özellikleri ile Üst Biliş Özellikleri ve Ruhsal Sorunlar Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19.

Ulusal bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitabında basılan bildiriler

Kolburan, Ş. G., Eker, E. ve Akdeniz, B. (2018). Bilişsel Esneklik ve Mizah Kullanım Becerileri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. *III. Ulusal Şiddeti Anlamak Kongresi*. MEF Üniversitesi: İstanbul.

Akdeniz, B., Çallı, S. ve Yavuz, M. (2018). Ergenlerde Bağlanma Özellikleri, Gözlerden Zihin Okuma Becerileri ve Ruhsal Sorunlar ile İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Arasındaki İlişki. *28. Ulusal Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Kongresi*. Hilton Kozyatağı: İstanbul.

