

**T.C.  
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
UYGULAMALI PSİKOLOJİ**

**KİŞİLERİN SOSYAL AÇIDAN KENDİLİK ALGISI VE  
PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ İLE İNTERNET  
BAĞIMLILIĞI İLİŞKİSİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Hazırlayan  
Müjgan Selvin CEYLAN**

**Danışmanı  
Doç. Dr. Meral ÇULHA**

**İstanbul – 2015**

**T.C.  
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ  
UYGULAMALI PSİKOLOJİ**

**KİŞİLERDE İNTERNET BAĞIMLILIĞININ KENDİLİK  
ALGISI VE PROBLEM ÇÖZME BECERİSİYLE  
İLİŞKİSİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Hazırlayan  
Müjgan Selvin CEYLAN**

**Danışmanı  
Doç. Dr. Meral ÇULHA**

**İstanbul – 2015**

T.C.  
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Psikoloji.....Anabilim/Anasanat Dalı Vezirhanne Psikoloji  
öğrencisi Müjgan Selvin Ceylan tarafından hazırlanan  
"Kızilerin Sosyal Anadın Kendilik Algısı ve Problem Çözme  
Becerileri ile İnternet Bağımlılığı İlişkisi....."

adlı bu çalışma jürimizce Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Sınav Tarihi : 08/06/2015

( Jüri Üyesinin Ünvanı, Adı, Soyadı ve Kurumu ) :

İmzası :

Jüri Üyesi: Doç. Dr. Meral Gülhan

Danışman: Halic Üniv. ....ASD/ABD Öğr.Üyesi

Jüri Üyesi: Prof. Dr. Özkan Pektaş

Halic Üniv. .... ASD/ ABD Öğr. Üyesi

Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. Muhammet Mehtar

İst. Bilim Üniv. .... ASD/ ABD Öğr. Üyesi

Jüri Üyesi: .....

.....Üniv. .... ASD/ ABD Öğr. Üyesi (Yedek)

Jüri Üyesi: .....

.....Üniv. .... ASD/ ABD Öğr. Üyesi (Yedek)

Meral Gülhan

Özkan Pektaş

Muhammet Mehtar

## ÖNSÖZ

Günümüzde giderek gelişen teknolojiyle birlikte internet kullanım oranları da giderek artmaktadır. Bu giderek artan internet kullanım oranları ile birlikte doğan ve insanların hayatlarını giderek ele geçiren bağımlılık derecesinde internet kullanımı her geçen gün daha büyük bir sorun haline gelmektedir. Yapılan çalışmada kişilerin problem çözme becerileri ve kendilerini sosyal yönden nasıl algıladıkları ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki baz alınmıştır. Sosyal medya araçlarının kullanımlarını da baz alan bu çalışmanın, internet bağımlılığı ve sosyal medya kullanımını inceleyecek diğer araştırmacılara ışık tutması umulmaktadır.

Araştırmanın her aşamasında desteğini esirgemeyen ve her zaman güler yüzlü tavrıyla insana huzur veren değerli hocam Doç. Dr. Meral Çulha'ya en içten teşekkürlerimi sunarım.

Tez yazım sürecim boyunca hep yanımda olan, bana sürekli desteğini sunan annem Şadıman Ceylan'a en içten teşekkürlerimi sunarım.

Veri toplama sürecinde bana sürekli destek olan ve 600 veriye ulaşmamda büyük katkısı bulunan Yıldız Teknik Üniversitesi fizik öğretmenliği bölümü öğrencisi Betül Karahan'a en içten teşekkürlerimi sunarım.

Tezimin pilot çalışmasında desteğini sunan ve pilot çalışma örneklemini elde etmemi sağlayan Doç. Dr. Yeşim Güçdemir'e en içten teşekkürlerimi sunarım.

Her zaman yanımda olan, tez yazım sürecimde dahil olmak üzere her sürecimde desteklerini esirgemeyen en yakın arkadaşlarım Seren Kamar, Damla Bilgin ve Gökçe Demir'e en içten teşekkürlerimi sunarım.

Selvin CEYLAN

# İÇİNDEKİLER

	Sayfa No.
KISALTMALAR LİSTESİ.....	IX
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	X
TABLOLAR LİSTESİ .....	XI
ÖZET .....	XII
ABSTRACT .....	XIII
1. GİRİŞ.....	1
2.İNTERNET BAĞIMLILIĞI .....	3
2.1. İnternet Nedir? .....	3
2.2. İnternet Bağımlılığı Nedir? .....	3
2.3. İnternet Bağımlılığının Yaygınlık Derecesi .....	4
3. SOSYAL MEDYA .....	5
3.1. Günümüzde Sosyal Medya Kullanımı .....	8
3.1.1. Yaygınlık Derecesi .....	11
3.1.1. Faydaları.....	13
3.1.1. Zararları.....	13
3.2. Sık Kullanılan Medya Araçları .....	14
3.2.1. Facebook.....	15
3.2.2. Twitter .....	17
3.2.3. Whatsapp.....	19
3.2.4. Instagram .....	19
3.2.5. Skype.....	20
3.2.6. Foursquare .....	20
3.2.7. Snapchat .....	20
4. İNTERNET BAĞIMLILIĞINDA PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ VE SOSYAL KENDİLİK ALGISI .....	22
4.1. Problem Çözme Becerisi .....	22
4.1.1. Problemin Tanımı.....	25

4.1.2. Problemin Türleri.....	27
4.1.2.1. Bulmaca Problemler .....	27
4.1.2.2. İyi Yapılandırılmış ( <i>Well Structured</i> ) Problem.....	28
4.1.2.3. Kötü Yapılandırılmış ( <i>Ill Structured</i> ) Problem.....	28
4.1.3. Problem Çözme Üzerine Oluşan Algılar.....	30
4.1.3.1. Bir Amaç Olarak Problem Çözme .....	30
4.1.3.2. Bir Yöntem Olarak Problem Çözme .....	32
4.1.3.3. Bir Beceri Olarak Problem Çözme.....	33
4.1.4. Problem Çözme Süreci .....	34
4.1.4.1. Probleme Yönelme .....	34
4.1.4.2. Problem Tanımı ve Formülasyonu .....	35
4.1.4.3. Alternatif Üretimi .....	36
4.1.4.4. Karar Verme .....	36
4.1.4.5. Doğrulama .....	38
4.1.5. Problem Çözmeyi Etkileyen Faktörler .....	38
4.1.5.1. Çevresel Faktörler .....	40
4.1.5.2. Uzmanlık.....	41
4.1.5.3. Motivasyon .....	42
4.1.6. Problem Çözme Becerisi ve İnternet Bağımlılığı .....	43
4.2. Sosyal Kendilik Algısı.....	45
4.2.1. Kendilik Kavramı .....	45
4.2.2. Kendilik Algısı.....	47
4.2.3. Kendilik Algısı Kuramları .....	48
4.2.4. Kendilik Algısı ve İlişkili Kavramlar .....	51
4.2.4.1. Kendilik Algısı ve Kontrol Odağı.....	51
4.2.4.2. Kendilik Algısı ve Benlik .....	53
4.2.4.3. Kendilik Algısı ve Benlik Saygısı .....	53
4.2.5. Kendilik Algısına Etki Eden Kişilerarası Etkenler .....	54
4.2.6. Kendilik Algısı ve İnternet Bağımlılığı.....	56
5. YÖNTEM .....	58
5.1. Hipotezler .....	58
5.2. Örneklem.....	58
5.3. Veri Toplama .....	59
5.3.1. Kişisel Bilgiler Formu.....	59
5.3.2. İnternet Bağımlılığı.....	59
5.3.3. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği .....	59
5.3.4. Problem Çözme Envanteri.....	60

<b>6. BULGULAR</b> .....	61
<b>6.1. Demografik Bilgiler</b> .....	61
<b>6.2. İlişki Analizleri</b> .....	63
<b>6.2.1. Cinsiyet ve İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişki</b> .....	64
<b>6.2.2. Yaşın İnternet Bağımlılığı, Kendilik Algısı ve Problem Çözme ile İlişkisi</b> .....	64
<b>6.2.3. Gelir Durumunun İnternet Bağımlılığı, Kendilik Algısı ve Problem Çözme ile İlişkisi</b> .....	64
<b>6.2.4. İnternet Bağımlılığı, Kendilik Algısı ve Problem Çözme Becerisi Arasındaki İlişki</b> ..	65
<b>6.3. Varyans Analizleri</b> .....	65
<b>6.3.1. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisi Üzerine Etkisi</b> .....	65
<b>6.3.2. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerilerinden Aceleci Yaklaşım Üzerine Etkisi</b> .....	66
<b>6.3.3. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisinde Kullanılan Düşünen Yaklaşım Üzerine Etkisi</b> .....	67
<b>6.3.4. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisinde Kullanılan Kaçınan Yaklaşım Üzerine Etkisi</b> .....	68
<b>6.3.5. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisinde Kullanılan Değerlendirici Yaklaşım Üzerine Etkisi</b> .....	68
<b>6.3.6. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisinde Kullanılan Kendine Güvenli Yaklaşım Üzerine Etkisi</b> .....	69
<b>6.3.7. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisinde Kullanılan Planlı Yaklaşım Üzerine Etkisi</b> .....	69
<b>6.3.8. Demografik Bilgilerin Kendilik Algısı Üzerine Etkisi</b> .....	70
<b>6.3.9. Demografik Bilgilerin İnternet Bağımlılığı Üzerine Etkisi</b> .....	71
<b>6.4. Haftalık Facebook Kullanımı ile Yaş ve Gelir Durumunun İlişkilendirilmesi</b> .....	73
<b>6.5. Haftalık Whatsapp Kullanımı ile Yaş ve Gelir Durumunun İlişkilendirilmesi</b> .....	73
<b>6.6. Haftalık Snapchat Kullanımı ile Yaş ve Gelir Durumunun İlişkilendirilmesi</b> .....	73
<b>6.7. Haftalık Skype Kullanımı ile Yaş ve Gelir Durumunun İlişkilendirilmesi</b> .....	73
<b>6.8. Haftalık Foursquare, Instagram ve Twitter Kullanımı ile Yaş ve Gelir Durumunun İlişkilendirilmesi</b> .....	74
<b>7.TARTIŞMA VE SONUÇ</b> .....	75
<b>7.1.Sınırlılıklar Ve Öneriler</b> .....	77
<b>6. KAYNAKLAR</b> .....	78
<b>7. EKLER</b> .....	91

## KISALTMALAR

TCP/IP	: (Transmission Control Protocol/Internet Protocol)
IP	: Internet Protocol
ARPAnet Ajansı	: Amerika Birleşik Devletleri Güvenlik Bakanlığı İleri Araştırmalar
t.y.	: Tarih Yok
Usenet	: User's Network
Ör.	: Örneğin
Vb.	: Ve benzeri
yy.	: Yüzyıl
sf.	: Sayfa
Ort.	: Ortalama
TL.	: Türk Lirası
SS.	: Standart Sapma
bkz.	:Bakınız



## TABLO LİSTESİ

	<b>Sayfa No.</b>
<b>Tablo 6.1 : Gelir Durumuna Ait Frekanslar ve Yüzdeler .....</b>	<b>61</b>
<b>Tablo 6.2 : Bireylerin Kimlerle Yaşadığına Dair Frekanslar ve Yüzdeler.....</b>	<b>62</b>
<b>Tablo 6.3 : Kişilerin En Sık Hangi Amaçla İnternete Girdiğine Dair Frekanslar ve Yüzdeler...62</b>	<b>62</b>
<b>Tablo 6.4 : Kişilerin En Sık Hangi Araçla İnternete Girdiğine Dair Frekanslar ve Yüzdeler.....</b>	<b>62</b>
<b>Tablo 6.5 : Kişilerin Arkadaşlarıyla Sosyalleşirken En Çok Hangi Yolu Seçtiğine Dair Frekanslar ve Yüzdeler .....</b>	<b>62</b>
<b>Tablo 6.6 : Ölçekler ve Alt-ölçeklere Ait Anlamlılık Oranları ve Korelasyon Katsayıları.....</b>	<b>63</b>
<b>Tablo 6.7 : Kişilerin İnterneti Sıklıkla Kullanma Amaçlarına Dair Ortalamalar ve Standart Sapmalar (Problem Çözme Becerisi).....</b>	<b>66</b>
<b>Tablo 6.8 : Kişilerin İnterneti Sıklıkla Kullanma Amaçlarına Dair Ortalamalar ve Standart Sapmalar (Düşünen Yaklaşım) .....</b>	<b>68</b>
<b>Tablo 6.9 : Kişilerin İnterneti Sıklıkla Kullanma Amaçlarına Dair Ortalamalar ve Standart Sapmalar (Kendilik Algısı).....</b>	<b>71</b>
<b>Tablo 6.10 : Kişilerin İnterneti Sıklıkla Kullanma Amaçlarına Dair Ortalamalar ve Standart Sapmalar (İnternet Bağımlılığı).....</b>	<b>72</b>
<b>Tablo 6.11: Kişilerin Arkadaşlarıyla Sosyalleşirken Kullandığı Yöntemlere İlişkin Ortalamalar ve Standart Sapmalar .....</b>	<b>72</b>

## ŞEKİL LİSTESİ

	<b>Sayfa No.</b>
<b>Şekil 2.1</b> : Kullanıcıların sosyal ağları kullanma nedenleri.....	9
<b>Şekil 2.2</b> : Sosyal Ağ Siteleri Kullanıcı Grupları .....	10
<b>Şekil 2.3</b> : Sosyal ağ sitelerinde kullanıcı başına geçirilen aylık süreler .....	12

# KİŞİLERİN SOSYAL AÇIDAN KENDİLİK ALGISI VE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLİŞKİSİ

## ÖZET

Dünya'nın gelişen teknolojisi internet hayatımızın her alanına sokmuştur. Kişilerin en büyük iletişim araçlarından biri olarak kullandığı internet bugün pek çok "sosyal medya" aracılığıyla insanların internet üzerinden birbirlerine iletiler ve mesajlar göndermesini sağlamaktadır. Ancak, bu artan kullanım oranı internet bağımlılığı diye adlandırılan bir başka psiko-sosyal bozukluğun da ortaya çıkmasına neden olmuştur. İnternet bağımlılığının kişilerin bilişsel ve duygusal süreçleri üzerine etkisi literatürce desteklenen bir durumdur. Buradan yola çıkarak bu çalışmada da internet bağımlılığının bilişsel düzeyde problem çözme becerisine, sosyal düzeyde ise kendilik algısına etkisi incelenmiştir.

Çalışmaya Yıldız Teknik Üniversitesinden 18 ile 30 yaş arasında 600 öğrenci katılmıştır. İnternet bağımlılığını ölçmek adına BAPİNT, kendilik algısını ölçmek adına "Sosyal Karşılaştırma Ölçeği" ve problem çözme becerisini ölçmek adına "Problem Çözme Envanteri" kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar SPSS programı aracılığıyla t-test, korelasyon ve ANOVA testleriyle analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular çerçevesinde internet bağımlılığının kendilik algısı ve problem çözme becerisi üzerindeki olumsuz etkisi olduğu bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** İnternet Bağımlılığı, Kendilik Algısı, Problem Çözme.

# EFFECTS OF INTERNET ADDICTION ON SOCIALLY SELF-PERCEPTION AND PROBLEM SOLVING SKILL OF PEOPLE

## ABSTRACT

Developments on technology bring the internet in every part of our life. Today internet is used as one of the major tool of communication among people. This situation caused the development of “social media” which helps people to get information from around the world and their environment immediately. On the other hand, misuse of internet is increasing as much as internet becomes a part of our life. Due to excessive use of internet, psychosocial disorders are now acquire currency, nowadays. In the same line with this situation, this study examines the problem solving skills and self-perceptions of people in relation with internet addiction.

Study was conducted with 600 students from Yıldız Technical University in Istanbul. “BAPINT” scale was used for assessment of internet addiction. “Reader Self-Perception Scale” was used for assessment of self-perception, and “Problem Solving Inventory” was used for assessment problem solving skills of students. Data were analyzed with SPSS statistical program trough t-test, correlation tests and ANOVA test. It is found that, internet addiction has a negative effect on both self-perception and problem solving skills.

**Keywords:** Internet Addiction, Self-Perception, Problem Solving Skills.

## 1. GİRİŞ

Günümüzde internet kullanımı insan hayatının her köşesinde kendini göstermektedir. Akademi, eğlence, bilim ve iletişim gibi pek çok amaçla kullanılan internet kişiler arası iletişim aracı olarak da üst sıralarda yerini almaktadır. Geçmişte kullandığımız mektup, kartpostal gibi iletişim araçlarının yerini alan internetin, yalnızca bilgisayarlarda değil, mobil telefon, cep bilgisayarı, tablet bilgisayarlar gibi pek çok elektronik cihaz aracılığıyla kullanılabilir olması ise insanların her an internete erişebilir olmalarını sağlamıştır. Bu da kişilerin her an birbirleriyle bilgi alış verişi yapmalarını oldukça kolaylaştıran bir durumdur.

İnternetin bu kadar kolay erişilebilir olması ve insanların interneti hem eğlence hem de birbirleriyle iletişim aracı olarak kullanmaya başlamaları “sosyal medya” kavramının da doğmasını sağlamıştır. Sosyal medya insanların her dakika dünyadan ve çevreden haber almalarını sağlayan en önemli ve en kolay erişilebilir araç haline gelmiştir. Bu da Facebook, Instagram ve Twitter gibi kişilerin hem yazılı hem de görsel bilgileri birbirleriyle paylaşabilmelerine yardımcı olmuştur. Bu uygulamalar sayesinde kişiler birbirleriyle fotoğraf, video ve hatta kişinin nerede olduğunu bildiren konu bilgilerini de paylaşabilmektedirler. Dahası Skype gibi programlar aracılığıyla eş zamanlı görüntülü video konuşmaları da gerçekleştirebilmektedirler.

İnternetin bu kadar kolay erişilebilir olması ve kişilerin hayatına bir eğlence ve dahası iletişim aracı olarak girmesi internet kullanım yaygınlığının artmasına ve internet başında geçen sürelerin uzamasına yol açmıştır. Ancak bu durum beraberinde bazı psikolojik ve sosyal davranış bozukluklarını da getirmiştir. Günümüzde çok uzun saatlerini bilgisayar ve internet başında geçiren bireylerin madde veya alkol bağımlılığında olduğu gibi yoksunluk belirtileri göstermeye başladığı görülmüştür. Bu da psikoloji literatüründe “internet bağımlılığı” olarak giren yeni bir hastalığın doğmasına neden olmuştur. İnternet bağımlılığının zararlı psikolojik ve sosyal etkileri ise günümüzün en çok tartışılan ve araştırılan

konularından biri haline gelmiştir. Bu bağlamda, yapılan çalışmada da kişilerin internet bağımlılığı gösterip göstermediği ve bunun kişilerin bilişsel fonksiyonlarından problem çözme becerilerine ve psiko-sosyal düzeyde kendilik algılarına bir etkisi olup olmadığı araştırılmıştır.

## **2. İNTERNET BAĞIMLILIĞI**

### **2.1. İnternet Nedir?**

İnternet, global çapta bilgisayarlar arası kurulan ağ şebekesidir. İnsanların birbirlerine posta göndermesine benzer şekilde internet de bilgisayarların birbirleri arasında veri alım ve gönderimi yapmasını sağlamaktadır. Bunun içinse, bilgisayarlar arası kullanılan TCP/IP (Transmission Control Protocol/Internet Protocol) olarak adlandırılan ortak bir dil kullanılır. Bu sayede internete bağlı olduğunuz süreçte bir IP adresine sahip olursunuz (WebWise Team, 2012).

İnternet ilk olarak 1969 yılında ARPAnet adında Amerika Birleşik Devletleri Güvenlik Bakanlığı İleri Araştırmalar Ajansı tarafından geliştirilmiştir. İlk geliştirilen internet ağının amacı, üniversiteler arası bilgisayarlar aracılığıyla iletişimin sağlanması olmuştur. Ancak, mesajların birden fazla yönde dağılabildiğini, gönderim ve geri-gönderim yapılabildiğini anladıklarında farklı amaçlarla da kullanılabilirdiği ortaya çıkmış ve o günden bu yana gelişen teknoloji sayesinde günümüzdeki halini almıştır (Rouse, t.y.).

### **2.2. İnternet Bağımlılığı Nedir?**

İnternet bağımlılığı, internetin kullanım süresiyle ilgili olarak insanların internetin başında fazla zaman geçirmeleri ve bu zaman içerisinde dış dünyadan soyutlanmaları çerçevesinde gerçekleşmektedir. Bu nedenle genel olarak internet bağımlılığı bilgisayar ve internetle gereğinden fazla süre harcama olarak değerlendirilmektedir (Young, 1996). İnternet başında geçirilen sürenin bir hastalık kapsamında bağımlılık olarak değerlendirilmesinin en önemli nedeni ise nede olduğu psikolojik ve fizyolojik bozukluklardır. Buna göre internet ve bilgisayarla çok fazla zaman geçiren bireylerin, depresyon, yalnızlık veya saldırganlık gibi psikolojik ve sosyal

davranışbozuklukları gösterebildikleri araştırmalar sonucunda ortaya konmuştur (Kerber, 2005).

### **2.3. İnternet Bağımlılığının Yaygınlık Derecesi Nedir?**

Pek çok ÷lkede yapılan araştırmalarda internet bağımlılığının yaygınlığının oldukça yüksek olduğu gr÷lmektedir. Bu çalışmaların sonuçlarına göre g÷n÷m÷zde üniversite ğrencilerinin %8-10'u internet bağımlılığı semptomları göstermektedir (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000). Yıllara göre elde edilen verilerde ise 2002 yılından bu yana d÷nyanın çeşitli yerlerinde internet bağımlılığının giderek arttığı gr÷lmektedir. 1997 verilerine göre Kuzey Amerika'da internet kullanım yaygınlığı %13 (Schere, 1997), 2000 verilerine göre Amerika'nın genelinde internet yaygınlığı %8.1 (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000), 2001 verilerine göre ise %9.8'dir (Anderson, 2001). T÷rkiye'de yapılan çalışmalarda ise kişilerin çoğunlukla kısmi patolojik bağımlılık semptomları gösterdikleri, tam olarak bağımlı kişilerin ise daha az bir oranda oldukları gr÷lmüşt÷r. Buna göre kısmi patoloji gösterenlerin oranı %10 iken, patolojik kriterlere tam olarak uyanların oranının ise %1,2'dir (2014).



### 3. SOSYAL MEDYA

Çağımızda iletişim araçlarında yaşanan hızlı gelişmeler sayesinde farklılaşan ve gelenekselden farklı olan medyaya “yeni medya” denilmektedir. Bu farklılaşma medyanın farklı isimlerle anılması ve farklı anlamlarla bağdaştırılmasına yok açmıştır. İlk başlarda geleneksel medya ve yeni medya denilen bu farklı ortamlar daha sonra daha başka isimlerle de anılmıştır. Şu an gelinen noktada geleneksel medyanın yanında online medya, sosyal medya, offline medya ve interaktif medya şeklinde adlandırılan fakat birbirlerinden kesin çizgilerle ayrılamayan sınıflandırılmalar yapılmaktadır (Fırlar, 2010).

Toplumca kabul görmüş bir tanım sosyal medya için belirlenmemiştir. Sanal ve içeriği kullanıcı temelli oluşturulan topluluklar (Kim ve ark., 2010), sosyalleşme amaçlı bir medya (Safko, 2010), içeriği olan ve kullanıcılar tarafından oluşturulan gruplar (Comm ve Burge, 2009), bireylerin kendi paylaşımlarını yapabildikleri ve kendi düşüncelerini yansıtabildikleri online uygulamalar (Gürsoy, 2009), insanların karşılıklı olarak görüş paylaşımı yapabildiği ve iletişim kurabildiği yapı (Borges, 2009), bilgi ve paylaşımın her geçen gün arttığı, karşılıklı etkileşim ve iş birliği yapmaya kolaylık sağlayan ve içerik paylaşımını mümkün kılan bir platform (Palmer ve Lewis, 2009) ve fotoğraf, video, haber ve podcastlerin kullanıcılar tarafından tercih edilerek web siteleri aracılığı ile sunulan (Evans, 2008) çevirim içi medya gibi tanımlar yapılmaktadır. Ayrıca, web siteleri aracılığı ile ortaklaşa yürütülen iş birliği merkezli çalışmaların web 2.0 temelli teknolojiler ile kurulmuş ve derin sosyal etkileşimin yaşandığı yapılar olarak tanımlanmıştır (Akar, 2010). Diğer bir bakış açısı ise, söz konusu sosyal içerikli web sitelerini; iletişim sağlama, fikir ve yorum paylaşmak suretiyle gruplara dahil olma ve paylaşım yapma ve çevirim içi ortamda kişilerin kendi düşüncelerini rahatlıkla ifade edebildikleri platformlar olarak tanımlamaktadır.

Sosyal medyanın ilk ortaya çıkışı 1979 yılında Jim Ellis ve Tom Truscott'nin kurduğu Usenet ile başlamaktadır. Usenet; internet kullanıcılarına mesaj atma olanağı sunan bir tartışma platformudur. Günümüzdeki anlamıyla ortaya çıkışı ise 1989 yılında Bruce ve Susan Abelson'ın kurduğu ve çevrimiçi günlük yazan kişileri bir araya toplayan Open Diary Web sitesidir. İnternet hızının artması ve geniş bant servislerinin çoğalması sonucunda MySpace (2003) ve Facebook (2004) gibi yeni sosyal ağ siteleri kurulmuş ve sosyal medyanın yaygınlaşma dönemi böylece başlamıştır (Kaplan ve Haenlein, 2009).

Sosyal medya yazın üretimi, yayınlama ve ulaştırma konusundaki fikirleri yerle bir etmiştir. Geleneksel medya araçları (ör. televizyon, gazete, radyo vb.) tek yönlü ve statik yayın teknolojilerine sahipken, yeni web teknolojileri kullanıcılar tarafından kolay bir şekilde içerik oluşturulması ve bu içeriğin yayılması ve dağıtılmasına yardım etmektedir. Böylece, kullanıcılar sosyal ve iki yönlü medya araçları ve iletişim platformlarına kavuşmuştur.

Sosyal medya kuruluşundan bu yana birçok farklı kanal geliştirmiştir; video ve resim paylaşım siteleri, Bloglar, sosyal ağlar, wikiler, microbloglar, podcastler ve e-mailing. Kullanıcıların çekilmesive medya şirketlerinin avantajlı kalması amacıyla, maliyet içermeyen etkinlikler yapılması, kullanıcıların fikir ve önerilerinin göz önüne alınması önemlidir.

İnternetin sağladığı avantajlar ve özellikler, geleneksel medyadan farklıdır. Bu farklar sadece teknolojik temelli değildir, kullanıcı ve kurumlar arasında bire bir sosyal içerikli iletişim kurma fırsatından temel alır (Sohn, 2005). Fakat sosyal medya geleneksel medya yerine kullanılmak yerine onun desteği ve tamamlayıcısı olarak görülmelidir, zira sosyal medya kullanıcıları kendi içeriklerini hazırlarken, yorumlarını katarken ve kendi bakış açılarını okuyucuya aktarırken geleneksel medyadan etkilenmektedir. (Evans, 2008)

Ortak tercihi olan insanları bir araya getiren, değişik amaçları ve yöntemleri olan dünya çapında yaklaşık 40 tane farklı çeşitte sosyal içerikli web sitesi vardır. Bunlar arasında bulunan sosyal ağlar, microbloglar, video ve fotoğraf paylaşım siteleri, film ve müzik siteleri gibi zengin çeşitlilikteki sosyal sitelerin ortak özellikleri şu başlıklara indirgenebilir (Kim ve ark., 2010):

- a. Kişisel Profil: Sosyal paylaşımı amaçlayan web sitelerinde web site sahiplerinin, site üyelerinin kişisel bilgilerini girmesini isteyerek, gerek üyeleri tanımak gerekse üyelerin başka üyeler tarafından tanınmasını sağlamak amacıyla oluşturduğu kişisel bilgiler bölümüdür.
- b. Online Bağlantı Kurma: Sosyal içerikli siteler sizin daha önceden iletişim halinde bulunduğunuz arkadaşlarınızla sosyal ortamda, internet üzerinden de iletişime geçmeniz için sizi uyarmakta ve sizi buna teşvik etmektedir.
- c. Online Gruplara Katılma: Facebook, MySpace ve LinkedIn benzeri sosyal paylaşım sitelerinde kişiler gruplar oluşturabilmekte ve bu gruplar online gruplar olarak adlandırılmaktadır. Kişiler birbirlerine gruba katılma isteği ya da davetiye göndererek gruplara üye olabilir, online gruplara katılabilir.
- d. Online Bağlantılarla İletişim Kurma: Birçok sosyal içerikli web sitesi, üyelerine tanıdıkları ya da tanımadıkları kişilerle e-posta, yazılı ve görsel mesaj bırakma gibi olanaklar sunarak iletişime geçmesini sağlamaktadır. Hatta bazıları üyelerine sesli ve görüntülü konuşmalar yapma fırsatı dahi vermektedir.
- e. Kullanıcıların Oluşturduğu İçeriği Paylaşma: Sosyal paylaşım sitelerinin birçoğu, kendi üzerinde bulunan müzik, resim, video, çeşitli yazılar vb. ürünleri kullanıcılarının çevresindeki kişilerle paylaşarak daha çok kişiye ulaşmasına imkan verirler.
- f. Fikir ve Yorumda Bulunma: Birçok sosyal paylaşım sitesi, üyelerinin paylaştığı resim, müzik, video, yazılar vb. ürünlerin diğer kullanıcılar tarafından yorumlanmasına, yani diğer kullanıcıların paylaşılan ürünler hakkında kendi fikirlerini beyan edebilmelerine olanak sağlar.
- g. Bilgi Edinme: Sosyal medya sitelerinin çoğu, aranan bilgi ve içeriği paylaşmak için sizin çevrimiçi olmanızı tercih etse de bazı siteler size bilgi sağlamak için çevrimiçi olmanız şartı koşmazlar. Çevrimdışı aramalarına “Twitter” izin verirken, LinkedIn sizden anahtar kelime isteyerek bilgi paylaşımı yapmaktadır.
- h. Kullanıcıları Sitede Tutma: Sosyal Medya Sitelerinin çoğu sizi kaybetmemek adına sitede tutabilmek için ve belirli bir süre giriş yapmadığınızda sizi geri kazanabilmek için çeşitli yenilikler ve özellikler geliştirmektedir (Köksal ve Özdemir, 2013).

Sosyal medya araçları dokuza ayrılır; bloglar, mikroblogging, sosyal işaretleme siteleri, sosyal medya paylaşım siteleri, sosyal ağlar, wikiler, podcasting, sanal dünyalar ve çevrimiçi topluluklar. (Akar, 2010)

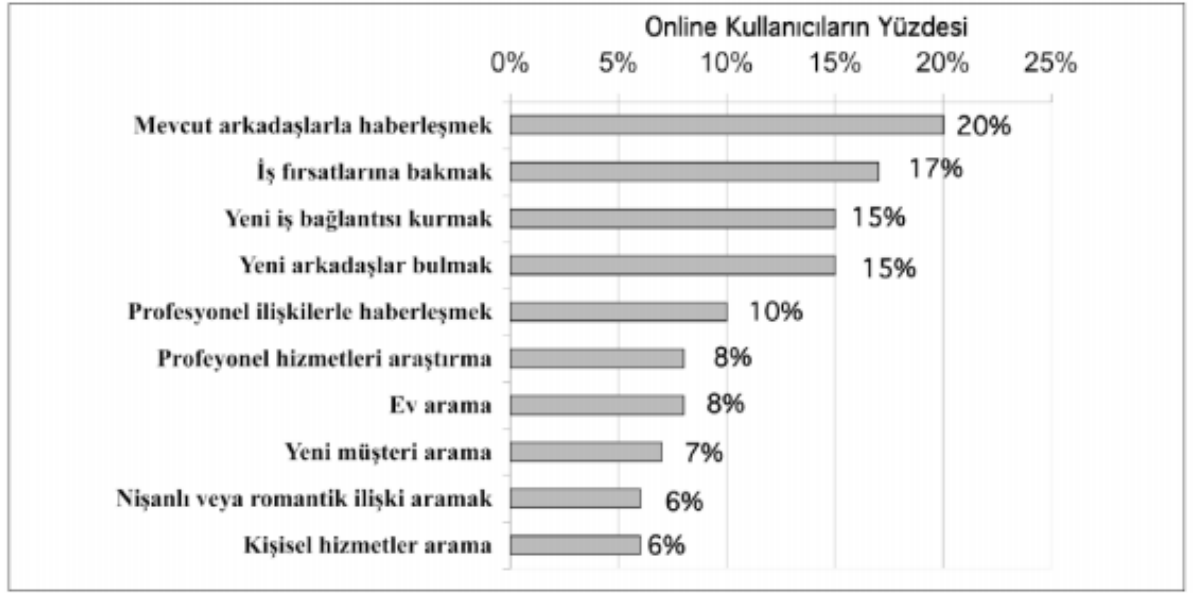
Sosyal ağ ya da “social network” denilen kavram, 1930’larda grup dinamikleri ve sosyometri çalışmalarında ilk kez kullanılmıştır (Vural ve Bat, 2010) ve işletme literatüründe daha çok örgütsel davranış ve örgütsel yapı başlıklarına bağlantılı olarak incelenmiştir (Cross ve Parker, 2004). Sosyal ağ teorisi ağ kullanıcılarının birbirleriyle olan ilişkisi ile ilgilidir (Kenan ve Shiri, 2009). Akar (2010) sosyal ağı “bireyler arasındaki ilişkiyi tanımlayan yapı” olarak tanımlamaktadır. Sosyal ağ siteleri bu ağların Web ortamında kurulduğu ve kullanıldığı yapılardır. Webde hizmet veren sosyal ağ siteleri bilgi, birikim, içerik gibi farklı özellikleri paylaşan ağ kullanıcılarını sosyal anlamlar içeren sanal bir ağ sistemi ile birbirlerine bağlamaktadır. Sosyal ağ siteleri kullanıcıların;

- a. sınırlandırılmış bir sistem içinde herkese açık veya yarı açık bir profil sahibi olmasına,
- b. bağlantı paylaşacakları diğer kullanıcıları kullanıcıya açıkça belirtmesine,
- c. diğer kullanıcıların ve kendisinin listesini görmesine ve listesini düzenlemesine izin veren bir (Boyd ve Ellison, 2008).

Bir başka bakış açısına göre sosyal ağ siteleri; kullanıcıların internette veya internet haricinde tanıdıkları kişilerle iletişim kurmasını sağlayan Web siteleridir (Zarella, 2010). Sosyal ağlar insanların aynı ilgi alanını veya aktiviteyi paylaştıkları çevrimiçi topluluklardır (Redbridge, 2008).

### **3.1. Günümüzde Sosyal Medya Kullanımı**

Kullanıcıların sosyal ağ sitelerini kullanmasının birçok sebebi vardır. Bunlardan en önde geleni mevcut arkadaşları ile haberleşmek ve yeni arkadaşlar edinmek olsa da, yine de sosyal ağları daha farklı amaçlar için kullanabilmektedirler.



Şekil 2.1: Kullanıcıların sosyal ağları kullanma nedenleri (*Kaynak: İyiler, 2009*)

Sosyal medya temelde; ilişki kurma, diğer insanlara ulaşma ve onlarla bağlantılı kalma, güven inşa etmede iletişim ve bilişim teknolojilerinin kullanılması ile ilgilidir (Safko, 2010). 2009 yılında yapılmış olan bir araştırmada kullanıcıların sosyal ve iş ağlarını kullanma nedenleri ortaya konulmuştur. (İyiler, 2009)

2012 yılında 62 ülkede 41,738 internet kullanıcısı ile yapılan 6. Universal Mccan Wave araştırması dünya çapında sosyal medya kullanım yoğunluğunu haritalamaktadır. Araştırmanın raporuna göre (İşlek, 2012);

- Sosyal ağ sitelerin günlük ziyaret sayısı dünya çapında 1.5 milyardır,
- Kullanıcıların % 81'i arkadaşlarının sosyal ağ profillerini ziyaret etmektedir,
- Kullanıcıların % 88'i çevrimiçi video ağlarını ziyaret etmektedir,
- Kullanıcıların % 77'i en az bir sosyal ağ sitesinde profil sahibidirler,
- Kullanıcıların % 49'u video paylaşım ağlarına video yüklemektedirler,
- Haftada ortalama 13 saat internette geçirilmekte, bunun 8 saati sosyal ağlarda geçirilmektedir,
- Kullanıcıların % 42,9'u microblogging (Twitter) kullanmaktadır,
- Kullanıcıların % 30'u sosyal medya araçlarına ulaşım için mobil cihazlarından yararlanmaktadır,

- i. Kullanıcıların internet ve sosyal medya kullanımında akıllı telefon ve tabletlerin kullanımı artsa da, kişisel bilgisayarlar hala daha fazla kullanılmaktadır.

	Kullanım Şekli	Cinsiyet	Yaş	Sosyo-Ekonomik Grup	Genelde Ziyaret Edilen Site	Kullanıcı Sayısı
Sosyalleştiriciler	Yeni İnsanlarla Tanışma	Genelde Erkek	25 altı	C1, C2, D	Bebo, Myspace, Hi5	Azınlık
Dikkat Çekiciler	Başkalarından Yorum almak İçin Resim Paylaşma	Genelde Kadın	15 ile 35+ arasında (Özellikle anneler)	C1, C2, D	Bebo, Myspace, ICQ	Biraz
Takipçiler	Arkadaşları ile iletişimde olmak	Erkek & Kadın	Hepsi	A, B, C1, C2, D	Bebo, Myspace, Hi5, Facebook, ICQ	Çok
Bağlılar	Eski arkadaşlarını bulma	Erkek & Kadın	20 üstü	A, B, C1	Facebook	Çok
Görevini Yapanlar	İlgi alanları ve hobilerinin peşinden gitme	Genelde Erkek	20 üstü	A, B, C1, C2, D	Facebook, Myspace, Bebo	Azınlık

Şekil 2.2: Sosyal Ağ Siteleri Kullanıcı Grupları (**Kaynak:** Ofcom, 2008)

Sosyal ağ sitesi kullanıcıları farklı özellikte kullanım alanlarına yoğunlaşmaktadır. Kullanıcıların farklı demografik özelliklerinin ortaya koyduğu kullanım farkları Ofcom'un 2008'de yapmış olduğu araştırma ile ortaya konulmaktadır. Sosyal ağ siteleri kullanıcılarını sosyalleştiriciler, takipçiler, dikkat çekiciler, görevini yapanlar ve bağlılar olarak sınıflandırmak mümkündür ve bu sınıflarda görülen genel kullanım şekilleri cinsiyeti, yaşı, sosyoekonomik grubu, çoklukla ziyaret ettikleri sosyal siteleri ve kullanıcı sayıları Şekil 2.2'de de görüldüğü gibi tespit edilmiştir (Ofcom, 2008).

Sosyal ağlar kişiler arasındaki bağları ve bu bağların gücünü temsil eder (Onat ve Alikılıç, 2008). Sosyal ağlarda profiline ekli olan tanıdıklar bir çeşit sosyal güç kaynağıdır ve bu güç sayıyla paralel olarak artıp azalmaktadır. Bu durum sosyal sermaye kavramıyla oldukça ilişkilidir. Sosyal sermaye; insanların kurdukları sosyal etkileşimler sonucu elde ettikleri kaynaklar olarak tanımlanmaktadır. Geniş ve çeşitli özellikte ağ bağlantılarına sahip bireyler küçük ve daha az çeşitte bağlantıya sahip kişilere göre daha güçlü sosyal sermayeye sahiptir. (Köseoğlu, 2012) Sosyal ağlardaki bu sermaye yeni ilişkilerin kurulması ve mevcut ilişkilerin bitirilmesi sonucunda zamanla değişir ve sosyal ağlardaki mühim değişiklikler kullanıcıların sosyal sermayelerini etkileyebilir. (Ellison ve ark., 2007)

Sosyal ağ siteleri, sadece kişilerin yabancılarla tanışma imkanı kazanmalarını sağlaması açısından değil; kendi sosyal ağlarını görünür kılmaları ve düşüncelerini açıkça ifade edebilmelerini sağlamasından dolayı da önemlidir. Correa ve arkadaşları (2010), 959 kişilik bir denek ile gerçekleştirmiş oldukları çalışmada, sosyal medya kullanımı ile deneyimlere açıklık ve dışadönüklük arasında pozitif, duygusal denge ile arasında ise negatif bir korelasyon olduğunu tespit etmiştir.

Sadece sosyal ağ sitelerinde gerçekleştirilen ilişkiler, sıklıkla sosyal ağlar dışında gerçekleştirilmeyen ve “saklı kalmış bağlar” (latent ties) şeklinde olmaktadır. Kullanıcılar sosyal ağ sitelerinin büyük bir çoğunluğunda yeni insanlar ile pek görüşmemekte, öncelikli olarak kendi sosyal ağlarının bir parçası olan ve zaten tanıdıkları insanlarla iletişim kurmaktadır. (Boyd and Ellison, 2008)

### **3.1.1. Yaygınlık Derecesi**

Kullanıcılar sosyal ağ sitelerinde artık daha fazla vakit geçirmektedir ve bu dünyanın her tarafı için geçerlidir. comScore tarafından 2011 yılında yapılan araştırma da bunu desteklemektedir. Şekilde 2.3’te kullanıcıların ülkelere göre sosyal ağ sitelerinde geçirdikleri aylık ortalama zaman görülmektedir. Bu çalışmaya göre; İsrail aylık 10,7 saatle ilk sırayı alırken ve Rusya aylık 10,3 saatle ikinci olmuştur. Çalışma, Türkiye’nin de sosyal ağ siteleri kullanımı listesinde üst sıralarda, beşinci olarak yer aldığını tespit etmesi açısından dikkat çekicidir. Sonuçlara göre, Türkiye’de ortalama bir internet kullanıcısı ayda 7,8 saatini sosyal ağlarda geçirmektedir. (comScore, 2011)



Şekil 2.3: Sosyal ağ sitelerinde kullanıcı başına geçirilen aylık süreler (*Kaynak:* comScore, 2011)

We Are Social Sosyal Medya Ajansı'nın 2014 yılında yayımladığı "Global Digital Statistics 2014" raporunda, günümüzde dünya genelinde internet kullanıcı sayısı 2,485 milyar ve aktif sosyal ağ sitesi kullanıcı sayısı 1,856 milyar kişi olarak tespit edilmiştir. Rapora göre, Facebook kullanıcı sayısı 1,184 milyar, Q Zone 632 milyon, QQ 816 milyon, Whatsapp 400 milyon, Wechat 272 milyon, Google+ 300 milyon, LinkedIn 359 milyon, Tumblr 230 milyon, Twitter 232 milyon, Tencent Weibo 220 milyon olarak belirtilmiştir.

Raporda dünya genelindeki kullanıcıların sosyal ağ sitelerinde ortalama günde 2 saat kaldıklarını belirtilmiştir. Sosyal ağ sitelerinde en çok vakir geçiren ülke günde 4.3 saat ile Arjantin, en az zaman geçiren ülke ise günde 0.8 saatle Japonya olarak belirtilmiştir. Türkiye, günde 2,5 saatlik bir ortalama ile dünya ortalamasının biraz üzerinde yer almıştır. E-Marketer'ın "Dünya Genelinde Sosyal Medya Kullanıcıları 2013 Tahminleri ve Karşılaştırmalı Beklentiler" adlı raporunda ise 2017 yılı itibariyle sosyal ağ sitelerinin dünya genelinde kullanıcı sayısının 2.55 milyar rakamına ulaşacağı tahmin edilmiştir.



### **3.1.2. Faydaları**

İnternetin sayesinde kullanıcılar artık sadece içerik üreticisi ya da sadece takipçi değildirler, aynı zamanda bu ağlarda bulunan diğer kullanıcılar ile tanışıp, bilgi paylaşımında ve etkileşimde bulunabilecek bir ortama sahip birer üyedirler. (Polat, 2009). Sosyal medyanın, bireylere kendisini ifade etme ve tercihlerini ortaya koyma fırsatını online ortamda sağlaması onu farklı ve popüler kılmaktadır (Evans, 2008) ve sosyal medyanın geleceğin pazarlamasında da kilit rol oynayacağı ön görülmektedir (Harris ve Rae, 2009).

Kullanıcı tarafından oluşturulan içerik kavramı insanların bilgiyi arama, bulma, okuma, toplama, paylaşma, geliştirme ve tüketme davranışlarını oldukça değiştirmiş ve gelecekte de değiştirmeye devam edecektir (Ye ve ark., 2011). Çünkü internet; kişilerin kendi bilgi ve düşünceleri doğrultusunda içerik yaratmasına ve daha da önemlisi bu içeriği yayınlanarak dağıtılmasına izin vermektedir (Dellarocas, 2003) ve bu durum kullanıcının toplumsal hayatta ulaşıp iletişime geçebileceğinden çok daha fazla sayıda kişiye ulaşma potansiyeli taşımaktadır.

Yeni medya araçları, dijital özelliği sayesinde aşırı miktarda bilgiyi aynı anda aktarabilmekte ve kullanıcının anında geri bildirimde bulunabilmesini sağlamaktadır. Dijitallik, çok sayıda içerik oluşturma, verilere çok hızlı bir şekilde ulaşma ve bu verilerin kolayca değiştirilebilmesi gibi faydalar sunar (Lister ve ark., 2009). Analogtan dijital içeriğe geçiş ile, iletim ve çoğaltımın niteliğini değiştirmiş ve bilgi alışverişi ile bilgiye ulaşmada devrimsel bir gelişim yaşanmıştır. (Akar, 2010)

### **3.1.3. Zararları**

Kullanıcı tabanlı içerik her ne kadar önemli olsa da, kullanıcı tarafından oluşturulan içeriğin kaynağının belli olmaması sebebiyle geleneksel medyanın ve ağızdan ağza iletişimin ona göre daha güvenilir olduğu da savunulmaktadır (Dellarocas, 2003; Smith, Menon ve Sivakumar, 2005). Sosyal medya katılımcıları geleneksel medyadan etkilenmekle birlikte, olaylara yorumlarını katabilmekte, kendi bakış

açılarını yansıtabilmektedirler. (Evans, 2008) Bu durum objektif bir bilgi kaynağı olarak sosyal medyanın kullanılmasını sakıncalı kılmakta, geleneksel medya kaynaklarından alınan bilgilerle desteklenmesini gerektirmektedir.

Günümüzde sosyal medyanın aktif olarak kullanılmasıyla birlikte, artış gösteren bazı rahatsızlıklar (ör. karpal tünel, RSI) bulunmaktadır. Bunlara sosyal medya hastalıkları adı verilmektedir.

İnsanların yanlarından ayırmadıkları cep telefonu, tablet gibi mobil cihazlar bu hastalıklardaki ani artışın önemli etkenlerindedir. Bunların yanında görülen sosyal medya bağımlılığı, kişilerin işini, ailesini, sağlığını ve hatta yeme içmesini ihmal edecek düzeyde sosyal medya kullanımına bağlanmasıyla görülür ve görece yeni bir kavramdır. (Hazar, 2011) Kimi uzmanlar bu kavramı henüz kabul etmemiş olsalar da bu konuda yapılan çalışmalar devam etmektedir.

### **3.2. Sık Kullanılan Sosyal Medya Araçları**

Sosyal medya araçları kimi özellikleri ile birbirlerinden farklı gruplara ayrılmaktadır. Kullanıcı tabanlı içerik paylaşımı mantığına sahip olan sosyal medya araçları; bloglar, sosyal ağlar, medya paylaşım siteleri gibi farklı özellikler göstere oluşumlar olarak ortaya çıkmakta ve kimi zaman bu özelliklerden birden fazlasını göstermektedirler.

Sosyal ağlar sosyal bir çevre oluşturan, büyük grupların birbirleriyle iletişime ve etkileşime geçebildikleri sanal ortamlardır. Sosyal ağlar, kullanıcıların kendilerine ait bir ortam oluşturarak ağdaki diğer kullanıcılarla bir araya gelme ve dijital ortamda paylaşılacak her çeşit materyali (fotoğraf, haber vb.) paylaşma imkanı sağlayan elektronik ortamlar olarak tanımlanabilir. (Kara ve Coşkun, 2012)

Sosyal ağ siteleri iş ve meslek temelli olabileceği gibi (ör., LinkedIn.com), politika, resim, romantik ilişkiler, müzik (ör., Deviantart.com, Myspace.com) gibi kullanıcıların ortak ilgi alanlarını da hedef alabilir. (Köseoğlu, 2012) Blog oluşturma, wiki yayımlama, içerik etiketleme, video paylaşımı ya da bir sanal dünyaya katılım

uygulamalarının hepsi; sosyal ağ kullanımında iletişim kurma ve topluluk oluşturma eylemlerinin birbirinden farklı türlerine örnektir. Sosyal medya siteleri şöyle örneklenebilir: (Dawley, 2009:)

- a. Sosyal Siteler: Facebook, Foursquare, MySpace, Twitter, Skype, Whatsapp
- b. Fotoğraf Paylaşım Siteleri: Flickr, Instagram, PhotoBucket, Snapchat,
- c. Video Paylaşımı: Youtube
- d. Profesyonel Ağ Siteleri: LinkedIn, Ning
- e. Wikiler: PBWiki, Wetpaint
- f. Bloglar: Blogger.com, Wordpress
- g. İçerik Etiketleme: MERLOT, SLoog
- h. Sanal Dünyalar: Active Worlds, Club Penguin, HiPiHi, There, Whyville, SL.

### **3.2.1. Facebook**

Sosyal ağların en önemli örneği 'Facebook'tur. Facebook, kullanıcıların arkadaşlarıyla iletişim kurması ve bilgi alış verişinde bulunması amacını taşıyan bir sosyal ağ sitesidir. Harvard Üniversitesi öğrencisi Mark Zuckerberg tarafından Harvard öğrencileri için 2004 yılında kurulmuştur. Daha sonra Boston civarındaki okullara yayılmış, iki ay içinde Ivy Ligi okullarına, ilk sene içindeyse Amerika Birleşik Devletleri'ndeki tüm okullara yayılmıştır. İlk kurulduğunda üye olmak için sadece okulun resmi e-posta adresi (.edu, .ac.uk, vb.) kullanılabilirdi 2006 yılından itibaren tüm e-posta adreslerine -bazı yaş kısıtlamalarıyla- açılmıştır. Site gelirini reklamlardan ve sponsorlardan aldığından kullanıcılara ücretsizdir.

Facebook kullanıcıları fotoğraf, kişisel bilgi, ilgi alanı ve arkadaş gruplarını seçebilmekte ve istediği gizlilik ayarında işlemlerini devam ettirebilmektedir; bilgilerin gösterimi sadece arkadaşlara görünecek şekilde, gizli ya da belli kriterler dışındakilere açık olmayacak şekilde ayarlanabilmektedir. (facebooktr.com). Alexa araştırma verilerine göre Facebook dünya çapında en çok ziyaret edilen ikinci sitedir (alexa.com, 2011).

Facebook'a da YouTube'da olduğu gibi video yüklenebilmesinin yanında, Flickr'da olduğu gibi resim yüklenebilmekte, blog yazar gibi not yazılabilmekte ya da sosyal

işaretleme sitelerindeki gibi beğenilen linkler paylaşılabilir. Fakat Facebook'un bir sosyal ağ sitesi olarak temel amacı ve kullanıcılarına sunduğu asıl hizmet kullanıcılarına bir arkadaş ağı sunuyor olmasıdır. Facebook'a kayıtlı olan bir kullanıcının Facebook tecrübesi, sahip olduğu arkadaş sayısı ile kendisinin ve arkadaşlarının yapmış olduğu paylaşımlara göre değişmektedir. Bu farklılık, her bir kullanıcıya değişik ve eşsiz bir Facebook kullanım deneyimi yaşatmaktadır. Bu da her kullanıcının Facebook'u kullanımını kendi tercihi olan kişiler ve ilişkiler ile sahip olduğu bağlantılar açısından yorumlamasına yol açmaktadır.

Gosling ve arkadaşlarının (2011) Texas Üniversitesinde 133 denekler gerçekleştirmiş olduğu araştırmada, katılımcıların Facebook sayfalarında paylaştıkları bilgiler ve Facebook'u kullanım sıklıkları ile beş temel kişilik özelliği arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Araştırmacılar profilde kişiyi tanımlamak için kullanılan bilgi ile Dışa Dönüklük arasında anlamlı ilişki bulmuşlardır. Öte yandan paylaşılan resim ve eklenen resim sayısı ile Deneyimlere Açıklık skorları arasında da pozitif yönlü bir ilişki olduğu tespit etmişlerdir.

Ortigosa ve arkadaşları (2013) Facebook kullanım bilgilerinden yola çıkarak (arkadaş sayısı, paylaşılan fotoğraf sayısı vs) bireylerin kişilik özelliklerini tahmin etmeye ilişkin araştırmaları sonucunda, Facebook kullanımıyla bağlantılı kişilik tahmini yapması amacıyla geliştirmiş oldukları tekniğin büyük bir doğruluk payıyla çalıştığını tespit etmişlerdir.

Hughes ve arkadaşları (2012), Avrupa, Kuzey Amerika ve Asya kökenli Facebook ve Twitter kullanıcıları arasından 300 kişilik denek grubuyla yaptıkları çalışmada sosyal ağ tercihini Facebook'tan yana kullanan katılımcıların Dışadönüklük ve Duygusal Denge faktörü itibarıyla anlamlı olarak daha yüksek skorlara sahip olduğunu ortaya koymuşlardır. Öte yandan Twitter kullanıcılarının ise Facebook kullanıcılarına göre deneyime daha açık oldukları anlaşılmıştır.

### 3.2.2. Twitter

Twitter 2006'da kurulmuş ve ilk olarak şirket içi anlık mesajlaşma ve bağlantıda kalma amaçlarıyla kullanılmıştır (Comm, 2009). 2007'de South by Southwest Interactive konferansında tanıtımı yapılan Web sitesi, diğer kullanıcıların kullanımına açılmıştır (Zarella, 2010).

Twitter'da kısa iletiler paylaşan kullanıcılar o an ne yaptıklarından sahip oldukları evcil hayvanın fotoğrafına kadar çeşitli içerikler oluşturmaktadırlar. Diğer kullanıcıların kişinin sayfasına abone olarak onu takip etmesi ile bir kullanıcının paylaştığı ileti diğer kullanıcıların sayfasında görüntülenmektedir (Barnes ve Böhringer, 2011)

Alexa araştırma verilerine göre, Twitter tüm dünyada en çok ziyaret edilen 9. sitedir (alexa.com/topsites, 2011). Twitter; mikrobloglar arasından en popüler olan sosyal medya aracıdır ve kendi terminolojisine sahiptir (Gunelius, 2011):

- a. Tweet: En fazla 140 karakterden oluşan ve kullanıcının Twitter profilinde yayımlanan iletiye verilen isimdir.
- b. Zaman Akışı: Kullanıcının paylaşmış olduğu tüm tweetlerin en yeniden en eskiye ters kronolojik sırayla sıralandığı arşivdir. Twitter'ın ana sayfasında yer alan zaman akışında ise kullanıcının kendi ve takip ettiği kullanıcıların paylaştığı tweetler en yeniden en eskiye ters kronolojik sırayla görülmektedir.
- c. Takip etme: Bir Twitter kullanıcısının tweetlerini almak için o kişiyi kişisel ağa eklemektir. Twitter'da bir kullanıcı takip edildiği zaman, o kullanıcının tweetleri takip edenin Twitter ana sayfasındaki zaman akışında görülmektedir.
- d. Retweet: Bir kullanıcı tarafından yayımlanan bir tweet kullanıcıyı takip edenlerin sayfasında görünür. Takip edenler, Twitter'ın Retweet düğmesine basarak bu tweetin aynısını kendileri de paylaşabilirler. Retweet özelliği ilk başlarda olmayıp kullanıcıların kullanım alışkanlıklarına bağlı olarak sonradan ortaya çıkmış bir özelliktir (Zarella, 2010).
- e. @Bahsedenler: Tweet'e eklenmek istenen kullanıcının isminin tweette yer alması için @ işareti kullanılır.

- f. Mesajlar: Kullanıcılar kendilerini takip eden ya da kendilerinin takip ettikleri kullanıcılara özel mesaj atarak onlarla iletişime geçebilir.
- g. #Hashtag: kullanıcıların belirli bir konuyu ve bu konuyla ilgili bir kelimeyi kolayca bulmaları sağlanmak için o kelimenin başına koymak suretiyle # sembolü kullanılır.

Twitter'ın kullanıcılara retweet, reply gibi özellikleri kullanarak karşılıklı konuşma olanağı sunması iletişimin iki yönlü olmasına imkan tanıyan önemli özelliklerindedir. Twitter'ın önemli başka bir özelliği ise kullanıcıların arkadaşlık yoluyla değil takip etme yoluyla birbirlerine bağlanmasıdır. Böylece Twitter'da kayıtlı olan bir kullanıcı başka bir kullanıcıyı takip etmeye başladığında, takip edilmeye başlanan kullanıcının takip edenin tweetlerini görmesi için karşılık olarak takip etmesine gerek yoktur, takip edilen kişi sayısı ile o kullanıcıyı takip eden kişi sayısı birbirine eşit olmak zorunda değildir. (Hsu, Liu, ve Lee, 2010)

Pear Analytics tarafından 2009 yılında yapılan araştırmaya göre Twitter kullanıcılarının % 55'i kadın iken, % 43'ü 18-34 yaş aralığındadır. Aynı yıl Gizmodo tarafından yapılan bir başka araştırmada da açık olan Twitter hesaplarının % 20'sinin kullanılmadığı ve hesapların % 5'nin atılan tweetlerin % 75'ini ürettiğini ortaya koymuştur (Ryan, 2009). Araştırmada tespit edilen diğer bulgular ise şu şekildedir (Ryan, 2009);

- a. Kullanıcıların dörtte biri her gün birkaç kez Twitter'a giriş yaparak takip ettikleri diğer kullanıcıların tweetlerini kontrol etmektedir,
- b. Twitter kullanıcılarının % 72'sinin tweetleri, tecrübe, ilgi duydukları alan veya yaptıkları aktiviteler ile ilgilidir,
- c. Twitter kullanıcılarının % 62'sinin paylaşımları işleri ile ilgilidir,
- d. Kullanıcıların % 55'i haber linki paylaşmaktadır,
- e. Twitter kullanıcılarının retweet özelliğini kullanma oranı % 53'tür,
- f. Twitter'ın mesajlaşma servisinden faydalanan kullanıcıların oranı % 52'dir,
- g. Twitter'da kullanıcıların resim paylaşım oranı % 40'ı bulurken, video paylaşımı oranı % 28'dir,
- h. Twitter kullanıcılarından tweetlerinde konumlarını (lokasyon) paylaşanların oranı % 24'tür.

Quercia ve arkadaşları (2011) 355 Twitter kullanıcısı arasından çok kişiyi takip eden ve çok kişi tarafından takip edilen, tweetleri çok okunan ve etkileyici bir kullanıcı profiline sahip olduğunu tespit ettikleri kişileri beş temel kişilik özellikleri açısından değerlendirmişler, etkileyici kullanıcı profiline sahip kullanıcıların diğer kullanıcılara göre daha dışa dönük ve duygusal açıdan daha dengeli bir kişiliğe sahip olduklarını ortaya koymuşlardır. Bunun yanında yine aynı çalışmada fazla takipçi sayısına sahip kullanıcıların göreceli olarak daha dışadönük oldukları tespit edilmiştir

### **3.2.3. Whatsapp**

Whatsapp akıllı telefonlar ve tabletler gibi mobil cihazlar tarafından kullanılan bir sosyal ağ uygulamasıdır. Whatsapp, internet üzerinden anında mesajlaşma, video ve ses kaydı yollama, resim yollama gibi özellikler sunar. Whatsapp'ı diğer mesajlaşma uygulamalarından ayıran özelliği ise arkadaş listeniz yerine telefon rehberinizi kullanıyor olmasıdır. Sürekli açık olması Whatsapp'ın farklı özelliklerinden başka biridir. İnternet ulaşımı kapalıysa bile mesajlar sunucuda depolanır ve internete bağlanıldığı an otomatik olarak karşı tarafa iletilir. (Yurtsev, 2014) Facebook'un Whatsapp'ı 19 milyar Amerikan Doları karşılığında almasıyla, artık cep telefonlarındaki Facebook uygulamalarında görüntülü arama ile iletişim olanağı sunmaktadır. (Facebook, 2014)

### **3.2.4. Instagram**

Kevin Systrom ve Mike Krieger tarafından 2010'da kurulmuştur. Instagram ilk olarak Iphone için tasarlanmış olan ücretsiz bir fotoğraf ve video düzenleme ve paylaşım uygulamasıdır. Bu uygulama kullanıcılarına resim ve videolarını dijital olarak filtreleme ve ister Instagram'da ister Facebook, Twitter vb. gibi diğer sosyal ağlarda paylaşma olanağı sağlar. (Frommer, 2010). 2012 yılı itibariyle, açıldıktan sadece 6 ay sonra sahip oldukları 100 milyardan fazla kullanıcı ile hızla popülerite kazanmış olan Instagram (Instagram, 2013, DesMarais, 2013), 2013'te 150 milyar

kullanıcısı olduğunu bildirmiştir (Rusli, 2013). Instagram şuan 27 milyon kullanıcı tarafından kullanılmaktadır. (instagram.com) 2012 yılında Facebook tarafından yaklaşık 1 milyar dolara satın alınması sonucu android platform'lu cihazlarda da kullanılabilmeye başlanmıştır (Facebook, 2013).

### **3.2.5. Skype**

Skype, özellikle uluslar arası iletişim için tasarlanmış olan ve milyonlarca insanın ister internet ister telefon aracılığıyla birbirleriyle görüşmek için kullandığı bir yazılımdır. 2005'te eBay tarafından 2,6 milyar dolara, 2011'de ise Microsoft tarafından 8,5 milyar dolara satın alınmıştır (skype.com).

### **3.2.6. Foursquare**

Foursquare ABD'de 2009 yılında kurulmuş olan konum tabanlı ücretsiz bir sosyal ağ sitesidir ve akıllı telefonlara uygulama olarak yüklenebilmektedir. Kurucuları Dennis Crowley ve Naveen Selvadurai'dir. Kullanıcılar, buldukları mekanlarda "check in" yaparak konumlarını sosyal çevrelerinde paylaşır, puan ve rozetler de kazanırlar (foursquare.com).

### **3.2.7. Snapchat**

Evan Spiegel, Robert Murphy, Daniel Smith, David Kravitz ve Leo Noah Katz tarafından akıllı telefonlar için geliştirilmiş, platformlar arası çalışma özelliğine sahip ücretsiz bir anlık mesajlaşma uygulamasıdır. Uygulamanın ilk sürümü Eylül 2011 tarihinde yayınlanmıştır.

Snapchat kullanıcılarının birbirlerine yazılı metin, resim, ses veya video göndermesini sağlar. Gönderilen dosyalar, göndericinin daha önceden belirlediği



süre boyunca görüntüledikten sonra Snapchat sunucusundan ve kullanıcının cihazından silinmektedir. Kullanıcılarının %70'ini kadınların oluşturduğu uygulama en çok ABD ve İngiltere'de tercih edilmektedir (snapchat.com). Facebook, Snapchat uygulamasını satın almak için 3 milyar \$ teklif etmiş, fakat Snapchat yetkilileri bu teklifi reddetmiştir (The Wall Street Journal, 2013).

## **4. İNTERNET BAĞIMLIĞINDA PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ VE SOSYAL KENDİLİK ALGISI**

### **4.1. Problem Çözme Becerisi**

Altmışlı yıllar problem çözme üzerine yapılan araştırmalar açısından bir devrim yaratmıştır. Önceleri problem çözme, fizik ve matematik teorileri ışığında incelenirken sonraları sosyal bilimlerin de inceleme konusu olmuştur. Arama davranışını modellemek için ilerletilen problem çözme araştırmaları, insanların araç-amaç analizini kullanarak problemlerini çözdüklerini ortaya koymaktadır. Araç-amaç analizinde kişi her adımda alt çözüm aşamalarını uygulayarak problemin asıl çözümüne ulaşmaktadır (Chi vd. , 1981). Bilişsel yaklaşım ise problem çözme sürecini, duylardan alınan ipuçlarının algısal süreçlerle yorumlamasından oluşan bir dizi bilişsel ve düşünsel sürecin ürünü olarak tanımlamaktadır (Slaby ve Guerra, 1988, Akt. Güngör, 2013). Anderson da benzer bir açıklamayla problem çözmenin herhangi bir hedefe yönelik bilişsel işlemler dizisi olduğundan bahsetmektedir (Anderson 1980, Akt. Jonassen,2000). Bu işlemler dizisinin iki özelliği vardır. Bahsedilen ilk özellik problem çözmenin, dış çevreden kaynaklanan problem durumunun zihinsel temsilini gerektirmesidir.

Problem durumuyla başetme, etkili alternatif cevaplar üretebilme ve bu alternatif cevaplardan en uygununun seçilmesinden oluşan bir davranış sürecini ifade etmektedir (Gagne, 1959). Çözüm kavramsal olarak, sorunlu durumlarda pozitif sonuçları artıran, negatif sonuçları ise en aza indiren ve böylelikle birey için durumu değiştiren cevaplardır. Pozitif ve negatif sonuçlar bireyin sorunlu durumlara karşı gösterdiği uzun süreli, kısa süreli, kişisel ve sosyal tepkilerdir. Sorunlu durumlardan kaçınma ya da bu durumu yaratma, keyifli ya da rahatsız edici duygusal tepkiler, pozitif ya da negatif kendilik algısı, sosyal kabul ya da suçlanma bu tepkilere örnek

gösterilebilir. Problem çözme ve davranış değiştirme aynı ve tek bir şeyi amaçlamaktadır; pozitif sonuçları oluşturan davranışı harekete geçirmek ve negatif durumdan kaçınmak (D'zurilla ve Goldfried, 1971). Thorndike hayvanların doğru tepkiyi bulabilmek için hatalı olan cevapları eleyip en aza indirdiklerinden ve deneme-yanılma yöntemini kullandıklarından bahsetmektedir. Köhler ise üzerinde çalıştığı hayvanlardan edindiği izlenimlerle hayvanların sorunları bir bütün olarak ele aldığı, hipotez geliştirdiklerini ve buna bağlı olarak davranışın ortaya çıktığını iddia etmektedir. Hayvanın ani ve süratli davranıştan önceki donma halini problemin ele alınması için geçen süre olarak ifade eder; çözüme ulaştığında ise hayvanın harekete geçtiğini iddia etmektedir (Arkonaç, 2003).

Problem çözme önceden edinilmiş bilgileri yeni duruma adapte etmeyi gerektiren bir öğrenme sürecidir. Dolayısıyla bazı durumlarda insanların etkin olmayan davranışlarda bulunması öğrenme becerisindeki eksiklikten kaynaklandığı gibi problem çözme becerisindeki bozukluktan da kaynaklanmaktadır. Sorunlu durumlarla başa çıkabilmek için problem çözme becerisinin geliştirilmesi bu anlamda önem taşımaktadır. Terapi sürecinde kişi bir ya da daha fazla durum karşısında uygun tepkiler vermeyi öğrendiğinde sonrasında problem çözme becerisi de otomatik olarak gelişecektir. Problem çözme becerisi iradenin bir formu olarak düşünülebilir. Davranışsal öğretilerde, otokontrol kişinin kendi davranışını manipüle edebilmesini ifade eder (Skinner D'zurilla ve Goldfried, 1971), Problem çözme becerisi ve oto-kontrol arasındaki temel fark problem çözme sırasında ortaya çıkan doğru yanıtın uygunluğu önceden bilinemezken oto-kontrol durumunda verilen tepkinin uygunluğu önceden bilinmektedir. Problem çözümede temel konu en etkin cevabı belirleyebilmektir. Oto-kontrol ile ilgili davranış kalıpları uygun cevabın belirlenmesinden sonra ortaya çıkar (D'zurilla ve Goldfried, 1971).

Bir problemi çözmek ve şemalar oluşturmak büyük ölçüde kognitif süreçleri gerektirmektedir. Araç-amaç analizini kullanarak problem çözmeye çalışan kişi problem durumla hedef durum arasındaki farklılığa ve durumla ilişkili davranışa dikkat etmelidir. Burada kullanılan seçici dikkat devresi şema edimi için önemlidir (Sweller, 1988). Şemalar problem çözme becerisinde önemli bir rol oynamaktadır. Mevcut şemalar önceki problemlerin çözümünden elde edilen deneyimlerden oluşur ve problemi çözen kişinin problemle ilgili doğrudan uygulamaya aşamasına geçmesini

sağlar (Gick,1986, Akt. Jonassen, 2000). Bu nedenle uzmanlar iyi birer problem çözücüdür çünkü farklı problem durumlarını tanıyıp ona uygun çözümler bulmaktadırlar (Sweller, 1988). İyi gelişmiş problem şemalarına sahip olmayan kişiler, problemi tanıyamamakta ve genel problem çözme yöntemlerine başvurumaktadırlar (Mayer, 1992, Akt. Jonassen,2000).

Problem çözme sürecini etkileyen belli durumlar vardır. Arkonaç (2003) bu durumları dokuz başlık altında toplamıştır: Problem alanı, genel problem çözme yöntemleri, farkı azaltma, benzerliğin hata olduğu durumlar, sondan başlayarak çalışma, sunuş, işlevsel takılma, zihinsel kurgu, kuluçka etkileri.

**Problem alanı:** Problem alanı problemin zihinsel ya da fiziksel temsillerini ifade etmektedir. Problemin çözümü bu problem alanının manipüle edilmesiyle gerçekleşmektedir. Problem alanı yapısal ve prosedürel bilgi, imajlar ve metaforlar, yürütücü ya da stratejik bilgiyi içeren çok modaliteli zihinsel temsillerden oluşmaktadır. Problem alanının fiziksel temsili ise bilgi ve aktivite arasındaki geribildirim mekanizmasını ifade etmektedir (Jonassen, 2000). Problem alanı ilk durumdan hedef duruma giden aşamaları ifade etmektedir. Problem alanı insanın hedef odaklı bütün aktivitelerinin temel organizasyonu olmaktadır. Problemi çözücü zaman içerisinde pratiklerle, otomatize ya da prosedürel şekilde uygulayabileceği daha zengin problem temsilleri ya da şemalar oluşturmaktadır (Arkonaç, 2003).

**Genel problem çözme yöntemleri:** Newel ve Simon'un (1972) bahsettiği bu yöntemde problem çözümünde işlemlerin hangi sıra ile kullanılacağına karar vermek gerekmektedir. Bunun için iki yöntem vardır: Algoritmeler ve heuristikler. Algoritmeler problemin çözümüne alt hedefler tamamlandıktan sonra ulaştırır fakat çözümün sonucu kesindir. Çarpım işlemi buna örnek verilebilir. Heuristik yöntemde ise bazı ihtimaller gözardı edilerek hedefe en kısa yoldan ulaşılır fakat çözüm kesin olmayabilir (Jonassen, 2000). “Örneğin yabancı kasabaya gelen bir kişi burada yaşayan bir akrabasını bulmak isterse yapması gereken, rehberde kendisiyle aynı soyadı taşıyan kişilerin numarasını bulmak ve aramak olmalıdır. Bu durumda ismini değiştiren ya da evlilik sebebiyle soyadını değiştiren akrabalar gözardı edilir. Fakat rehberdeki bütün isimleri aramaktan daha kısa ve hedefe odaklı bir yöntemdir.” (Arkonaç, 2003).

**Farkı azaltma:** Problemi çözen kişi problem hali ile hedef hal arasındaki farkı azaltarak hedefe en çok benzeyen durumu sağlayan işlemi seçmektedir (Arkonaç, 2003).

**Benzerliğin hata olduğu durumlar:** Bazı problem çözme durumlarında doğru çözüm hedefe benzeyen yolda değil de tam tersi yolda olabilmektedir (Arkonaç, 2003).

**Sondan başlayarak çalışma:** Matematiksel ispatlarda kullanılmaktadır. Bu yöntemde orijinal hedefe ulaşmak için başlangıçtaki hedef alt hedeflere ayrıştırılmaktadır. Böylece kişi problemi çözerken alt hedeflerin çözümü üzerine bağımsızca çalışabilir. Fakat alt hedeflerden birinin çözülemediği durumda orijinal hedefe ulaşmak da zorlaşmaktadır (Arkonaç, 2003).

**Sunuş:** Problemin çözümü problem durumuna ve değişen koşullara bağlı olduğu kadar problemin nasıl sunulduğuyula da ilişkilidir. Bazı durumlarda problemin sunulduğu kişiyi hedefe giden yoldan uzaklaştırabilir (Arkonaç, 2003).

**İşlevsel takılma:** Problemin çözümünde kişinin yeni ve alternatif yollar üretebilmesi önemlidir. Bazı durumlarda bir objenin günlük kullanımının dışında bir amaçla kullanılması problem çözümüne yardımcı olabilmektedir (Arkonaç, 2003).

**Zihinsel kurgu:** Kişinin problem çözerken eski deneyimlerini referans alıp varolan davranışı sürdürmesi zihinsel kurgu olarak ifade edilmektedir. Problemin çözümü için esnek düşünebilme ve davranış değiştirme becerisi gerekmektedir. Zihinsel kurgunun belli durumlarda bunu engellediği bilinmektedir (Arkonaç, 2003).

**Kuluçka etkileri:** Problemin çözüm sürecinde oluşan zihinsel kurgulardan uzaklaşmak kişinin hedef haline yakınlaşmasını sağlamaktadır. Bir problem üzerinde gerçekleştirilen uzun ve başarısız denemelerin sonrasında problemden bir süreliğine uzaklaşıp geri dönmek kişiyi çözüme ulaştırabilmektedir (Arkonaç, 2003).

#### **4.1.1. Problemin Tanımı**

Problem, bir çatışma durumunda kişinin hedefe ulaşmada yaşadığı engellenme duygusunu ifade etmektedir. (Morgan,2004). D’Zurilla ve Goldfred (1971)

problemi, kişinin dış çevresiyle uyum içerisinde olabilmesi için cevap oluşturmaya gereken durum ya da durumlar olarak tanımlanmaktadır. Chi ve Glazer (1985, Senemoğlu, sf.536-542) problemi hedefe yönelik kullanılan amaç ve araçlar olarak tanımlamaktadır.

Jonassen (2000) makalesinde problemin iki özelliğinden bahsetmektedir. İlk olarak problemin bazı durumlarda ortaya çıkan bilinmeyen bir varlık olduğunu söylemektedir. Hedef durum ile şimdiki durum arasındaki farklılıktan kaynakladığına vurgu yapılmaktadır. Bahsi geçen durumlar ise matematiksel problemlerden sosyal problemlere kadar değişkenlik göstermektedir. İkincil olarak çözüme ulaştırılan problem sosyal, kültürel ya da entelektüel değere sahip olmalıdır. Yani problemin birileri tarafından bulunmaya değer görülmesi gerekir. Bilinmeyen şey algılanmaz ya da belirlenmesine ihtiyaç duyulmazsa ortada algılanacak bir problem de olmamaktadır (Jonassen, 2000).

Polya (1980) iki tür problem tanımlamıştır: Rutin ve Rutin olmayan problemler. Rutin problemler dört işlem problemleri olarak bilinen ve ders kitaplarında yer alan problemlerdir. Rutin problemlerin çözümünün öğrenimi sırasında temel problem çözme becerilerinin kazanıldığı belirtilmektedir. Rutin olmayan problemlerin çözümünde temel problem çözme becerileri kullanıldığı gibi “veriler arasındaki ilişkileri tespit edebilme analiz ve sentez yapabilme, soyutlayıcı ve tümevarımcı düşünebilme, problem durumuna farklı açılardan bakabilme gibi zihinsel beceriler” kullanılmaktadır (Altun, 2005, Akt., Bayazit, 2013).

Problemler geleneksel olarak problem alanı, problem türü, problem çözme süreci ve çözüm ile ifade edilmektedir. Problem alanı problem elementini tanımlayan içerikleri (Kuramlar, kavramlar, ilkeler) kapsamaktadır. Problem türü kavram ve kuralların kombinasyonunu ve problemi çözmek için bunların üzerinde etkisi olan prosedürleri ifade etmektedir. Örneğin kimyadaki oksidasyon reaksiyonları benzer şekilde çözülen bir problem türüdür. Problem çözme süreci problemin anlayışına ve problem türünün temsiline bağlı olmaktadır. Problemin çözümü, problemi çözenin hedefini temsil eder. Çözüm ise konverjan (tek çözüm) veya diverjan (kabul edilen birden fazla çözüm) olabilmektedir (Jonassen, 1997).

#### **4.1.2. Problem Türleri**

Problemler sunuluş şekillerine ve temsillerine göre değişiklik göstermektedir. Problemler iyi ya da kötü yapılandırılmış, basit ya da karmaşık, uzun süreli ya da kısa süreli, tanıdık ya da yabancı olabilir (Arlin,1989, Akt. „Jonassen, 1997). Mayer ve Wittrock (1996) problemi iyi yapılandırılmış - kötü yapılandırılmış ve rutin – rutin olmayan şeklinde sınıflandırmaktadır (Akt. Jonassen, 2000). Smith (1991), domain ve karmaşıklık gibi dışsal faktörleri problem çözücünün içsel karakteristiğinden ayırmıştır (Akt. Jonassen 2000). Jonassen (1997) iyi yapılandırılmış problemi kötü yapılandırılmış problemden ayırmış ve herbirinin kognitif süreçler açısından farkını belirtmiştir. Jonassen (1997) problem türlerini üç şekilde kümelemektedir: Bulmaca problemler (puzzles problems), iyi yapılandırılmış (well-structured) ve kötü yapılandırılmış (ill-structured) problemler. Jonassen (2000) daha sonraki makalesinde ise problemi yapısal, karmaşıklık ve soyutluk kavramları çerçevesinde incelemektedir.

##### **4.1.2.1. Bulmaca Problemler**

Çoğu problem çözme araştırmaları mantıksal muhakeme ve düşünme süreçlerini ortaya koymak için tasarlanmış bağlam dışı problemleri incelemektedir. Neutral bulmacalar, anagramlar, Hanoi kulesi problemi, dokuz nokta problemi, misyonerler ve yamyamlar problemi bu sınıfta incelenmektedir. Yamyamlar ve misyonerler probleminde 5 yamyam ve 5 misyoner tek bir sandal kullanarak nehrin karşı kıyısına geçmek istemektedir. Sandal bir seferde en fazla üç kişiyi taşımaktadır. Amaç nehrin herhangi bir kıyısındaki yamyam sayısının hiç bir zaman aynı kıyıdaki misyoner sayısını geçmeden herkesin karşı kıyıya ulaşmasıdır. Optimal çözüm 11 aşamadan oluşmasına rağmen insanlar çoğunlukla 20 ya da daha fazla aşamada problemi çözmektedirler (Jonassen,1997).

Bulmaca problemler tek bir doğru cevaba sahip ve iyi yapılandırılmış problemlerdir. Bu problem türü çözüm için gerekli tüm unsurları bilinen ve mantıklı, algoritmik süreçleri kullanan çözümleri gerektirmektedir (Kitchner, 1983, Akt., Jonassen, 1997). Gerekli prosedürler uygulandığında çözüme kesin olarak ulaşılmaktadır. Geri

kalan tüm prosedürler problemi çözmede yetersiz olduğu için doğru sayılmamaktadır (Jonassen, 1997). Bulmaca problemleri çözmek için arka plan bilgisine ihtiyaç duyulmaz bu özellikleriyle çok karmaşık olmayan problemlerdir (Chi ve Glasser, 1985; Akt. Jonassen, 1997). Bu problemler gerçek hayatı yansıtmayan, günlük pratikte ve eğitim alanında karşılaşılmayan problemlerdir.

#### **4.1.2.2. İyi yapılandırılmış (Well-structured) Problemler**

İyi yapılandırılmış problemler sonlu sayıda kural, kavram ve ilkenin uygulanmasını gerektirmektedir. Bu problem türünde problemler tüm unsurlarıyla ve olası çözümleri iyi yapılandırılmış olarak sunulmaktadır (problemin parametreleri problemde belirtilmektedir). Doğru ve konverjan cevaplar hakimdir. Bu problemler bulmaca problemle kıyaslandığında daha çok alan ve kavram bağımlıdır. Fakat benzer problemlere aktarılabilen bir beceri gerektirmektedir. Çözümleri genellikle sunulan kısıtlı bilgiye bağlıdır. Kapalı uçlu sorulardan oluşan okul ödevleri iyi yapılandırılmış problemlerdir. (Jonassen, 1997). Örneğin üçgen problemi problem alanı kolayca belirtilen iyi yapılandırılmış problemdir (Goel, 2014). Gick (1980) iyi yapılandırılmış problem çözme süreci için bir model geliştirmiştir. Bu modele göre süreçler problemin temsilinin üretimi, problemin uygulanabilen ve test edilebilen olası çözümlerinin araştırılması olmak üzere 2 aşamaya ayrılmaktadır.

#### **4.1.2.3. Kötü yapılandırılmış ( Ill-structured ) Problemler**

Kötü yapılandırılmış problemler genelde bir bağlam içinde ortaya çıkmaktadırlar. Problem alanında problemin bir ya da daha fazla yönü belirtilmemektedir. Problem tanımı net değildir ve iyi tanımlanmamıştır ya da problemi çözmek için gereken bilgi problem durumunda yer almamaktadır. Kötü yapılandırılmış problemler günlük hayatta karşılaştığımız problemler oldukları için genel olarak dilemma (ikilem) olarak ortaya çıkmaktadırlar. Sınıf ortamında belli alanda sınırlandırılmamış, çözümleri tahmin edilemeyen ya da konverjan problemlerdir. Çeşitli içerikteki alanların bütünleştirilmesini gerektirmektedir. Kötü yapılandırılmış olmaları bilinmeyen ya da güvenilir derecede bilinmeyen bir ya da daha fazla problem



unsurunun varlığından kaynaklanmaktadır. Belli belirsiz tanımlanmış ya da belirsiz hedeflere, iyi ifade edilmemiş kısıtlamalara sahiptir. Üzerinde anlaşma birliği sağlanmış çözümleri yoktur. Manipüle edilebilir parametrelere daha az sahiptir. Problemi çözen kişinin problemle ilgili kişisel fikrini ya da inancını belirtmesi gerekmektedir. Problemi çözen kişi problemle ilgili yargıda bulunmalı ve onu savunmalıdır.

Kötü yapılandırılmış problemin spesifik bir örneği öğretim tasarımı problemidir. Çoğu durumda tasarımcı koşullar tarafından kısıtlanmaktadır çünkü her biri, bir diğeri kadar iyi olan bir sürü çözüm bulunmaktadır. Ampirik kanıt olmaksızın, tasarımcı durum hakkında yargıda bulunmalı ve çözümü tayin etmelidir. Politika ve sosyoloji alanlarındaki problemler de bir problem üzerinde anlaşma sağlanan fikirlerin az olması sebebiyle kötü yapılandırılmış problem türü için örnek teşkil etmektedir (Jonassen,1997). Açık uçlu problemler de kötü yapılandırılmış problemlere örnektir. Kohlberg'in kullandığı örnek problemlerden bir tanesi şöyle hazırlanmıştır: "Joe'ya babası, 50 dolar kazandığı takdirde onu kampa götüreceğine söz verir. Fakat daha sonra Joe'nun babası fikrini değiştirir ve Joe'dan kazandığı paranın tamamını kendisine vermesini ister. Bunun üzerine Joe da 50 dolar kazandığı halde 10 dolar kazandığını babasına söyler ve bu 10 doları babasına verir. 40 doları da kampta harcamak üzere kendisine ayırmıştır. Nedendir bilinmez Joe kampa gitmeden önce durumu küçük kardeşi Alex'e anlatır. Alex bu durumu babasına söylemeli midir?" Burada problem bir ikilem olarak karşımıza çıkmakta ve problemin çözümü kişiden kişiye değişmektedir (Senemoğlu, 2005, sf.536-542).

Günlük hayatın içerisinde iyi yapılandırılmış problemlerle de karşılaşmak mümkündür. Kötü yapılandırılmış problemler pratikle birlikte iyi yapılandırılmış problemlere dönüşebilmektedir. Araştırmacılar iyi yapılandırılmış problemlerin çözümüyle ilgili öğrenilmiş bilginin kötü yapılandırılmış problemlerin çözümüne aktarıldığını düşünmektedirler. Bilgi işleme teorileri iyi yapılandırılmış problemlerle kötü yapılandırılmış problemlerin çözümündeki süreçlerin benzer olduğuna inanmaktadırlar. Fakat yapılan son araştırmalar iyi yapılandırılmış problemler ile günlük problemlerin düşünme süreçleri açısından farklılaştığını göstermektedir (Jonassen, 2000).

### **4.1.3. Problem Çözme Üzerine Oluşan Algılar**

Problem çözme ile ilgili literatürde bir anlam karmaşası yaşanmaktadır. Problem çözme kavram olarak yöntem, teknik, strateji, süreç, yaklaşım veya model gibi farklı adlandırmalarla ele alınmaktadır. Bu süreçle ilgili oluşan algılar farklı perspektiflerden incelenen problem çözme yöntemini 3 başlığa ayrılmaktadır. İlki bir amaç olarak; zayıf problem çözme yöntemi, güçlü problem çözme yöntemi, bilgi temelli problem çözme yöntemi ve gerçek hayat problemlerinde, güçlü ve bilgi temelli problem çözme yöntemlerinin kombinasyonu arasındaki farkın ayırt edilmesidir. İkincisinde bir metot olarak problem çözmenin etkin kullanımı tartışılmaktadır. Üçüncü perspektif problem çözme yöntemini bir beceri olarak ele almaktadır. Uzmanlık gelişiminde erken faz olan problem çözmenin faz modelleri arasındaki farkın ayırt edilmesidir (Merrioenber, 2013).

#### **4.1.3.1. Bir Amaç Olarak Problem Çözme**

Problem çözmeye ilişkin birtakım metotlar öğrenme süreçlerinde amaç olarak kullanılmaktadır. Fakat eğitimle ilgili araştırmacılar ve uygulayıcılar problem çözme tanımı konusunda farklılaşmaktadırlar. İlk tanım herhangi bir alanda yeni ve tanıdık olmayan problemlerin çözümünde kullanılan zayıf metot (weak methods) kullanımına atıfta bulunur. Bu yöntemlere örnek olarak tepe tırmanma, araç - amaç analizi, üretme ve test etme, heuristik araştırma, alt hedef analizi, hipotez ve eşleştirme, kısıtlı tatmin ve saf ileri araştırma yöntemleri gösterilebilir (Newell ve simon, 1972). Zayıf metotlardan biri olan tepe tırmanma metodu birden fazla çözümü olan problemler için en iyi çözümün arandığı iyileştirme (optimization) problemleridir. Şimdiki durum hedef duruma taşınır ve alt hedefler belirlenir. Bunun için şimdiki durumla hedef durum arasındaki en büyük fark bulunur, bu farklılığı gidermek için bir uygulama bulunur, bu uygulamadan kaynaklanan durum hedef duruma dönüştürülür. Zayıf metotlar, üzerinde çalışılan bilgi doğruysa etkili olabilmektedir ve maliyetli bir yöntemdir. Problem çözme süreci yavaş ve genellikle başarısızdır, çalışma belleğindeki yük ise çok fazladır. Bilgi bellekten geri getirildiği

sırada yorumlanması ve çalışma belleğinde aktif tutulması gerekmektedir. Bir başka güçlük ise bu metotun doğuştan varolan insanın zihinsel mimarisiyle bağlantılı bir beceri olması ve öğrenmeyle elde edilememesidir.

Problem çözmeye atfedilen ikinci metot ise belirli bir alandaki spesifik bir problemi çözmeye kullanılan güçlü metotlardır (weak methods). Genellikle “eğer-o zaman” kuralıyla işlemekte ve iyi yapılandırılmış problemlerin çözümünde kullanılmaktadırlar. Probleme ilişkin tüm unsurlar problem çözücüyeye sunulmaktadır. Sınırlı kuralların uygulanmasını gerektirir ve bilinebilen karşılaştırılabilen çözümleri vardır (Jonassen, 1997). Birçok standart okul görevi güçlü metotlarla çözülen iyi yapılandırılmış problemlerdir. Aritmetik işlemleri ve formüller gibi. Güçlü metotların çoğu uygun koşullar altında doğru uygulamalar yapıldığında kesin çözümlü algoritmalarıdır. Güçlü metotlar çok hızlı uygulanabilen ve çalışma belleğine olan ihtiyacın az olduğu yöntemlerdir. Esnek değildir çünkü sadece spesifik problemlere uygulanabilirler.

Problem çözmeye üçüncü tanım metot olarak, güçlü ve zayıf metot arasında konumlanmış bilgi temelli metotlara (knowledge based methods) atıf yapmaktadır. Kötü yapılandırılmış problemler için kabul edilebilir bir çözüm bulmaya yardımcı olmaktadır. Kötü yapılandırılmış problemlerde problemin unsurları bilinmemekte ve birden fazla kabul edilebilir çözümü bulunmaktadır. Çözümü değerlendiren birden fazla kriter bulunmaktadır ve problemi çözen kişinin öznel yargısını gerektirmektedir. Eğer problem çözücüy bir alandaki şeylerin nasıl adlandırıldığını ve ilişkilendirildiğini (kavramsal model), bir alandaki şeylerin nasıl çalıştığını ve birbirlerini nasıl etkilediğini (nedensel model), bir alandaki şeylerin nasıl inşa edildiğini ve organizasyonunu (yapısal model) anlarsa, bu genel bilgiyi bir problem durumunda yeniden yapılandırmak üzere kullanabilir. Bilgi temelli metot problemin çözümünün öğrenilmesini sağlayabilir fakat kabul edilebilir bir çözüme ulaştırmayabilir. Yani algoritmikten ziyade heuristik bir yöntemdir. Zayıf yöntemle kıyasla daha etkindir fakat güçlü metotla kıyaslandığında hataya meğilli ve çaba gerektirmektedir. Benzer bilginin farklı kullanımlarını gerektirmektedir.

Dördüncü olarak iyi yapılandırılmış ve kötü yapılandırılmış problemlerin birleşiminden oluşan yaklaşım gerçek hayat temelli problem çözümdür (real-life problem solving). Makale yazma, araştırma yürütme, tıpta hastaların tanısını yapma,

hava trafiği kontrolü, yazılım mühendisliği ve fazlası gerçek-hayat problem çözümünün çeşitleridir. Modern eğitimde özgün eğitim görevleri gerçek hayat görevlerine dayandırılmaktadır (projeler, vaka, çalışmaları, simülasyonlar). Bu metot bilgi ve becerilerin bütünleştirilmesini gerektirir (Merrionber, 2013).

#### **4.1.3.2. Bir Yöntem Olarak Problem Çözme**

Problem çözme eğitiminde bir yöntem olarak kullanılmaktadır fakat çalışma belleği kısıtlılıklarını göz ardı eden bir yöntemdir. Uzun süreli ve kısa süreli bellek arasındaki ilişki süreç kısıtlılıklarından çok daha önemlidir. Yeni olmayan bir bilgi söz konusu olduğunda kısıtlılıktan bahsedilmez, çünkü uzun süreli bellekteki kognitif şemalara başvuru ve problem çözülür. Fakay kognitif şemaların eksikliğinde acemi biri problemi çözmek için zayıf metotlara başvuracaktır. Zayıf metotla hedef durumla verilen durum arasındaki farklılıklara odaklanılır, çözümü bu iki durum arasındaki farklılıkları azaltarak ulaşmaya çalışmaktadır. Zayıf metot kognitif şemaların yokluğunda uygulanan bir yöntemdir fakat maliyetlidir çünkü yüksek düzeyde bir çalışma belleği yüküne neden olmaktadır. Problem çözme öğretiminde üç etkili metot vardır (Merrienboer, 2013) :

- a. Hedef içermeyen sorular (goal free problems): Problem çözücünün hedef durumla problem durum arasındaki farkı bulmasına izin verilmez çünkü zaten hedef yoktur. Problem çözücü problemle karşılaşır ve uygulanabilir bir çözüm adımı bulur, öğrenciye başka bir çözüm adımı bulabileceği yeni bir problem durumu verilir. Bu yöntemle çalışma belleği yükü büyük ölçüde azaltılmakta ve bilişsel şemalar yapılmaktadır.
- b. Çalışan örnekler (worked examples): Çalışan örnekler öğrenen kişinin kognitif şemalar kurmasını ve benzer çözümlü problemlerin kategorizasyonunu sağlamaktadır (Jonassen, 1997). Bu yöntem araç-amaç analizini eler ve bilişsel yükü azaltır.
- c. Tamamlama problemleri (completion problems): Tamamlama problemlerinde bir problem verilir ve problem çözücüyeye çözümle ilgili kısmi bilgi verilir. d.

Problem çözücü kısmi çözümleri kendi tamamlamak zorundadır. Çalışan örnek gibi bilişsel yükü azaltır ama onun aksine kişiyi öğrenmeye zorlamaktadır.

Yeni öğrenenler için oldukça etkili olan bu yöntemler (hedef içermeyen sorular, çalışan örnekler, tamamlama problemleri) tecrübeli öğrenciler için etkinliğini kaybedebilmektedir (Merriënboer, 2013).

#### **4.1.3.3. Bir Beceri Olarak Problem Çözme**

Problem çözümlerinin bir beceri olarak kazanılmasını sağlayan ve aynı zamanda problemin çözümünde acemilikten uzmanlığa geçişi sağlayan iki yaklaşım vardır. Faz ve Sistem1/Sistem2 Modelleri. Uzmanlık gelişimindeki fazları Dreyfus ve Dreyfus (1980) acemilik, yeterlik, ustalık, ekspertiz ve uzmanlık olmak üzere beşe ayırmaktadır. Fitts ve Posner (1967, Akt. Merriënboer, 2013) ise kognitif faz, assosiyatif faz ve otonom faz olmak üzere üçe ayırmaktadır. İlk fazda zayıf metotlarla öğrenilmektedir; ikinci fazda bilginin toplanması ve kontrollü süreçten otomatik sürece geçişi gerçekleşmektedir; üçüncü fazda pratikle birlikte kognitif kurallar artmakta ve problem çözme becerisi tamamen otomatikleşmektedir. Faz modeline göre bir uzman görevini otomatik olarak yapan kişi olarak tanımlanmaktadır. Bir uzman problemini rutin ve rutin olmayan yöntemlerin ikisini de kullanarak çözmektedir. Bunun için bilgi temelli yöntemi kullanmaktadır.

Sistem modeli ise otomatik süreç (Sistem 1) ve kontrollü (Sistem 2) süreç olmak üzere iki süreci ayırt etmektedir. İki sistem birbiriyle paralel çalışmaktadır. Sistem 1 hızlı, bilinçsizce ve esnek olmayan bir süreçtir. Sistem 2 ise yavaş, bilinçli, esnek ve çaba gerektiren bir süreçtir. Acemi ve uzman her iki sistemin kullanımını açısından farklılaşmaktadır. Bilinçli karar verme, muhakame gibi gerçek hayat problemlerinin çözümünde her zaman Sistem 1 ve Sistem 2 birlikte kullanılmaktadır (Merriënboer, 2013).

#### **4.1.4. Problem Çözme Süreci**

Problem çözme çoğu zaman problemle başa çıkma becerilerini ifade etmektedir (Heppner, 1993, Akt., Oğuztürk, 2011). Gerçek hayatta kişinin karşılaştığı problemlerin çözümünde bir dizi bilişsel ve duygusal işlevler rol oynamaktadır. Gestalt kuramcılarına göre problem çözme yaratıcı düşünmenin sonucunda karşılaşılan bir durumdur. Problemlere tümden gelimci yöntemle yaklaşım sırasında harekete geçirilen zihinsel davranış dizisi olarak tanımlanmaktadır (Kazancı,1989, Akt., Aydın, 2009).

Problem çözme sürecinde problemin türüne göre farklılık gösteren bilişsel işlevler algılama, kavrama, odaklanma, tahmin, planlama, alternatif çözüm üretme, karar verme ve değerlendirme olarak ifade edilmektedir (Saygılı ve Atahan, 2014). Problem çözümünün bilişsel yönünün yanı sıra duygusal ve duyuşsal yönlerinin olduğundan da bahsedilmektedir. Problemle ilgili çözüm oluşturmada bilişsel yönden bahsedilirken, probleme karşı gösterilen depresif ya da sabırlı tutumlar duygusal yönü ifade etmektedir. Stres, kaygı, motivasyon gibi duyguların problem çözme süreci üzerine etkileri ise duyuşsal etkenler olarak ifade edilmektedir (Aksan ve Sözer, 2007). Problem çözme ile ilgili D’Zurilla ve Goldfried’in (1971) beş aşamalı modeli alanyazında problem çözme süreçleriyle ilgili karşımıza çıkan ilk model olmaktadır. (genel yönelim, problemi açıklama ve tanımlama, alternatif üretme, karar verme ve uygulama)

##### **4.1.4.1. Probleme Yönelme**

Probleme yönelim kişinin problem karşısında bilişsel ve duyuşsal şemaların da etkisiyle verildiği kişisel tepkinin problem çözme süreci üzerindeki etkisini ifade etmektedir. Problem çözme sürecine olumlu yönelimle ilgili üç davranış paterninden bahsedilmektedir: İlki problem durumunu hayatın bir gerçeği olarak görüp bu durumla başedebilmek için yapıcı davranışlarda bulunmaktır. İkincisi, ortaya çıktığı zaman problemi tanıyabilmek ve son olarak problemle karşılaşıldığında ilk dürtüyle hareket etme ya da problem karşısında hiçbir şey yapmama davranışlarına olan

eğilimi bastırabilmektir. Bu üç süreç probleme olumlu yönelimi açıklamaktadır (D'zurilla ve Goldfried, 1971).

Problemleri bir tehdit olarak algılamak ve rasyonel olmayan düşünceler geliştirmek, problemi çözme becerilerinde hissedilen yetersizlik, problem karşısında ortaya çıkan öfke ve üzüntü hisleri ise probleme olumsuz yönelimin sonucudur (D'Zurilla & Chang, 1995). Bloom ve Broder (1950) tarafından yapılan araştırmalar başarılı problem çözme becerisi düştükçe dürtüsel, sabırsız ve çözüm sürecinin uzunluğu karşısında vazgeçmeyle karakterize davranışlarda artış olduğunu ortaya koymaktadır ( kaynak: D'zurilla ve Goldfried, 1971).

#### **4.1.4.2. Problem Tanımı ve Formülasyonu**

D'zurilla ve Goldfried (1971) problemin tanımını durumun tüm yönleriyle ifade edildiği bir süreç olarak ifade ederken; formülasyonu probleme ilişkin bilgileri ilişkisiz bilgilerden ayırmak, birincil hedefi belirlemek, temel alt problemler, sorunları ve çatışmaları belirtmek olarak ifade etmektedirler. Problem çözme sürecini başarıyla yürüten kişi tanımlama sürecinde problemle ilgili belirsiz, karmaşık ve soyut ifadeler kullanmaktan kaçınma eğilimindedir. Problem çözme sürecinde başarısız olan kişiler ise problemin sahip olduğu belirsiz ve karmaşık ifadeleri kabul ederek problemle ilgili girişimde bulunmaktan kaçınmaktadır. Gagne (1959) problem çözme sürecinde kişinin problem durumunda ilk olarak fiziksel uyarılara cevap vermediğini aracılı ipuçlarının bu uyarıyı temsil ettiğini ifade etmektedir. Yani kişi fiziksel uyarılardan ziyade oluşturduğu kavramlarla uğraşmaktadır. Skinner (1953) ise uyarı ile ilgili yapılan düzenlemelerin, uyarının ve bilginin sınıflandırılmasının ve farklı bakış açılarıyla ele alınmasının problemin çözümüne ulaştıran davranışı belirlediğini ifade etmektedir. Bloom ve Broder (1950) çalışmalarında problem çözme becerisinde başarılı kişilerin başarısız olanlara göre problemin tanımını anlama konusunda daha iyi olduklarını göstermişlerdir (Akt., D'zurilla ve Goldfried, 1971).

#### **4.1.4.3. Alternatif üretimi**

Bu aşamada temel görev mevcut problem için olası uygun çözümler üretmektir. Bu süreç Osborn'un beyin fırtınası yöntemi çerçevesinde tartışılabilir. Bu yöntem grup seansları sırasında fikir bulmayı kolaylaştırmak için geliştirilmiştir. Bu yöntemde :

- a. Eleştiri kural dışıdır. Fikirler için yapılan eleştiriler daha sonraya ertelenmelidir.
- b. Serbest çağrışım özendirilir. Çılgın fikirler daha iyidir.
- c. Nicelik aranmaktadır. Fikirlerin sayısı ne kadar artarsa yararlı bir fikir bulmak da o kadar kolaylaşır.
- d. Kombinasyon ve gelişme aranır. Ortaya atılan fikirlerin birbiriyle birleştirilerek geliştirilmesi gerekir (Sungur,1997, Akt., Aydın,2009).

Beyin fırtınasının düşünce üretiminde iki temel ilkesi bulunmaktadır: yargı erteleme ve miktar kaliteyi doğurur ilkesi. Problem çözümünde kişinin fikirlerin uygunluğunu ve doğruluğunu düşünmeden çözüm listesi oluşturmasının önemine vurgu yapılmaktadır. Beyin fırtınası yöntemi problem çözümünde başarılı alternatif cevapların üretilmesini kolaylaştırmaktadır.

#### **4.1.4.4. Karar Verme**

Karar verme seçenekler arasından bir ya da birden fazla neticesi olan tek seçeneği seçmektir. Tek çözümlü basit kararlar ve seçenek sayısı sınırlı durumlar rasyonel analizlerle çözüme ulaştırılmaktadır. Fakat karar verme çoklu bir süreçtir, şartların değiştiği dinamik çevrede, riskli ve belirsiz durumlar altında problem çözücünün birçok karar alması gerekmektedir (Jonassen, 2000). Mullen ve Roth (1991, Akt., Jonassen,2000) karar vermeyi bir dizi süreçle açıklamaktadır:

- a. Problemi tanıma ve değer analizi: Bir fırsat için kişinin hayatının yönünü değiştirmesini ya da riskten kaçınma davranışından birini seçmesini gerektirmektedir.
- b. Alternatif seçenekler üretmek: Seçeneklerle ilgili bilgi toplama sürecidir.



- c. Seçenekleri değerlendirme: En iyi seçeneği belirlemek (optimum seçenek) ya da artı ve eksileri hesaplanmış, kriterleri sağlayan uygun seçeneği bulmak (tatmin edici seçenek).
- d. Bağlayıcı irade (seçim taahhüdü).
- e. Kaybedilen maliyeti görmezden gelmek (zaten harcanan çaba).

Karar vermeyle ilgili literatür iki şekilde ayrılmaktadır: tanımlayıcı (descriptive) ve normatif (normative) model. Tanımlayıcı model insanların karar verirken tercih ettiği yolları tahmin etmekle uğraşmaktadır. Normatif model kararın uygunluğu için gerekli kuralların geliştirilmesiyle ilgilenmektedir fakat pratikte karar verme sürecinde kişinin ne yaptığıyla ilgilenmemektedir, kararlara odaklanmaktadır (D'zurilla ve Goldfried,1971). Fakat kararlarla uğraşmak her zaman için rasyonel değildir. Karar verme sürecindeki psikolojik engeller, sosyal baskı, stres ve korku durumları, bilişsel uyumsuzluk gibi faktörlerin incelenmesi gerekmektedir (Jonassen, 2000).

Karar verme sürecine duysal girdiler, otonom ve duygusal tepkiler, geçmiş bağlantılar ve gelecek hedeflerinin sentezinden oluşan bilgi çeşitliliği etki etmektedir. Bu girdiler belirsizlik, kar-zarar ilişkisi, zamanlama ve riskle ilgili bilgilerle bütünleştirilmelidir. Bilgilerin bütünleştirilmesinden sonra uygun hareket seçimi uygulanmalıdır. Yapılan çalışmalarla bu karmaşık bilişsel süreç 3 aşamayla sınırlandırılmaktadır: 1-Seçenekler, 2-değerlendirme ve 3- seçim. Seçenekler aşamasında olası seçimler üretilir ve tanımlanır, yeterli sayıda seçeneğe ulaşıldığında bu süreç durdurulur (stopping rules). Değerlendirme aşamasında olası seçimin değeri, kişisel değerlendirmeler, ödül beklentisi, risk, deneyimler gibi faktörler sürece dahil olmaktadır.

Karar verme süreci çoğunlukla riskli durumlardan etkilenmektedir. Sonuç pozitif olduğunda insanlar risk almaktan kaçınmaktadırlar. Sonuç negatif olduğu zaman ise değerlendirme sürecine etki eden önemli bir kavram da değer değerlendirilmesidir. Seçim aşamasında ise verilen değere bağlı olarak bir tepki verilmektedir. Buradaki değer kavramı uyarının uygunluğu olarak düşünülebilir. Problem durumu için en iyi stratejinin seçiminde, stratejinin değeri problem üzerindeki olası etkisine göre değerlendirilir (D'zurilla ve Goldfried,1971). Değer kavramı ekonomide fayda (utility) ve hayvan çalışmalarında takviye (reinforcement) olarak incelenmektedir.

Takviyenin değeri türüne, zamanına, sıklığına ve nesnel boyutuna göre değişmektedir (Shizgal,1997, Akt., Fellows, 2015). İnsanlarda ise seçeneklerin değerinin belirlenmesi karmaşık bir süreçtir. Bu süreçte içsel ve dışsal faktörler rol oynamaktadır. İçsel faktörler örnek olarak sunulan bir yemeğin değeri karnı acıkan bir kişi için daha yüksek iken tok olan kişi için daha düşüktür. Uyarandan önce verilen gecikmenin de değer üzerinde etkisi olabilmektedir. Varolan seçeneklerin bolluğu ise dışsal faktörler olarak değerlendirilmektedir (Fellows, 2015). Seçilen stratejinin değerlendirilme aşamasında ise uygulanan stratejinin etkinliği değer tahminine göre belirlenmektedir (D'zurilla ve Goldfred,1971).

#### **4.1.4.5. Doğrulama**

Problem çözme sürecinin son aşaması olan doğrulama davranışın gerçekleşmesinden sonra devreye girmektedir. Kişinin davranışının geribildirimini sağlamak üzere sonucun değerlendirilmesinde rol oynamaktadır. Bu aşama olmadan kişi hareketiyle ilgili yetersiz tarafları göremeyeceği için hatalı davranışı sürdürmede ısrar edebilmektedir. Problem çözme sürecinin doğrulama aşamasıyla ilgili tanım Miller (1960, Akt., Goldfredler,1971) tarafından yapılmıştır. Kişinin planı ve hareketi arasındaki ilişkinin kavramsallaştırılmasında TOTE (Test-Operate-Test-Exit / test et-işlem yap-test et-çık) testi önerilmiştir. Kişinin hareketinin çıktısının standart ile uyumlu olup olmadığını test etmektedir. Kişi yaptığını “test” eder ya da süreçle eşleştirir; standart ile uyumlu olduğuna karar verir ve bu aktiviteden “çıkır”. Diğer taraftan eşleştirmenin “uygunsuz” olduğuna karar verirse, başarılı uyum sağlanana kadar “işleme” devam eder. TOTE kişiye davranışıyla ilgili geribildirim veren bir döngüdür (D'zurilla ve Goldfred, 1971).

#### **4.1.5. Problem Çözmeyi Etkileyen Faktörler**

Smith (1991, Akt., Jonassen,2000) problem çözme sürecinde içsel ve dışsal faktörler ayrımını yapmaktadır. Dışsal faktörler, problem türü ve problem alanının çeşitliliği olarak açıklanmaktadır. İçsel faktörler problem çözme sürecini etkileyen problem

çözücüyle ilgili değişkenleri ifade etmektedir. Kişisel özellikler problem çözme sürecini etkilediği gibi stres, kaygı, motivasyon durumları da süreci etkilemektedir.

Enç (1982), problemi çözmeyi etkileyen faktörleri beşe ayırmaktadır:

- a. Bireyin gelişimi ve olgunlaşma düzeyi
- b. Bireylerin yetenek düzeylerindeki farklılıklar
- c. Güdülenme
- d. Yetişilen sosyo- kültürel çevre
- e. Alınan eğitim ve öğretim.

Charles ve Lester (1982, Akt., Aydoğdu, 2008) ise problem çözmeyi etkileyen faktörleri üçe ayırmaktadır:

- a. *“Bilişsel faktörler: Problem çözmeyi etkileyen bilişsel faktörler arasında matematik kavramlarının bilgisi, mantıksal düşünme ve akıl yürütme gücü, bazı problemlerde uzaysal akıl yürütme gücü, hafıza, hesaplama becerisi ve tahmin gelir.*
- b. *Duyuşsal faktörler: Problem çözmeye isteklilik, kendine güven, stres ve kaygı, belirsizlik, sabır ve azim, problem çözmeye veya problem durumlarına ilgi, motivasyon, başarı göstermeye arzulu olma, öğretmeni memnun etme arzusu gibi faktörler de duyuşsal faktörler grubunu oluşturur.*
- c. *Tecrübe: Belli konularda problemlerle karşılaşma, belli problem çözme stratejilerini önceden kullanmış olmak ve verilen probleme benzer bir problemi daha önce çözmüş olmak tecrübe faktörünü oluşturur.”*

Bilişsel faktörler problem çözümünde gereklidir fakat kötü yapılandırılmış problemlerin çözümünü anlamada yetersiz kalmaktadırlar. Bu nedenle bilişsel faktörlerin yanında duyuşsal ve uzmanlık faktörleri de problem çözme sürecini anlamak için incelenmesi gerekli faktörlerdir (Jonassen ve Tesmer,1996, Akt., Jonassen, 2000).

Duyuşsal bir faktör olarak duygu durum bozuklukları, yapılan araştırmalarda problem çözme sürecini etkiliyor görünmektedir. Problem çözme sürecinin probleme yönelim aşamasıyla depresyon ve kaygı durumu arasında anlamlı bir ilişki

gösterilmesine rağmen problem çözme sürecinin alternatif üretme ve değerlendirme aşamalarıyla arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Haaga vd.,1995).

#### **4.1.5.1. Çevresel Faktörler**

Thorton (1998, Akt., Aydın, 2009) çevresel faktörlerin kişilerin problem çözme becerisi üzerindeki önemini, ortamdaki zengin bir çevrede yetişen çocukların sorunların çözümünde gözlem ve çözüme dahil olma fırsatına sahip olmalarıyla açıklamaktadır. Cinsiyet ve yaş farklılıkları da problem çözme becerisi üzerindeki etkinin sıkça araştırıldığı konulardan biridir. Alanyazında cinsiyetin yetişkinlerin problem çözme becerileri üzerindeki etkisine yönelik tutarlı sonuçlar yokken, orta yaş grubu erkeklerin genç yaş grubundaki erkeklerle kıyaslandığında rasyonel problem çözme becerilerini daha fazla kullandıklarının belirtilmesi cinsiyet ve yaş arasındaki etkileşimi ortaya koymaktadır. Ayrıca kadınlarda yaşın artmasıyla birlikte olumlu problem çözme yöneliminin de arttığı bilinmektedir (D'Zurilla ve ark. 1998, Akt.: Vatan, 2013). Arı ve Yaban (2012) çalışmalarında 9-11 yaş grubundaki 144 çocukta sosyal problem çözme becerisi üzerinde cinsiyet ve yaş değişkenlerinin etkisini incelemişlerdir. Çalışmanın sonuçları kızların erkeklerle karşılaştırıldığında çözüm üretme sürecinde daha başarılı olduklarını ortaya koymuştur. Yaş değişkeni açısından bakıldığında 10-11 yaş grubundaki çocukların çözüm üretme aşamasında 9 yaşındaki çocuklardan daha başarılı oldukları, 11 yaşındaki çocukların ise yeni ve alternatif stratejilerle çözüme ulaştıkları gösterilmiştir. Bir başka çalışma da yaşla birlikte sosyal problem çözme becerilerinde artışa işaret etmektedir (Rubin ve Krasnor, 1983).

Güngör (2013) ise öğretmen adaylarının problem çözme becerisine ilişkin algılarının sosyoekonomik yapı, aile yapısı ve aile tutumları ile olan ilişkisini incelediği çalışmada anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. İşmen (2001) çalışmasında üniversite öğrencilerinde yaşla birlikte problem çözme becerisinde bir farklılaşma saptamamıştır. Çam ve Tümkaya (2006) yapıcı problem çözme puanları üzerindeki yaş etkisini incelediği çalışmasında 23-30 yaş grubundaki öğrencilerin 18- 20 yaş grubundaki öğrencilere göre daha yüksek puanlara sahip olduğunu göstermektedir.

Oğuztürk (2011) ve Tümkaya (2000) niversite öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeyi değişkeninin problem zme becerileri üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında sınıf düzeyinin (1. ve 4. sınıfta olma) anlamlı etkisine ulaşmaktadır. Taylan (1990) ve Ulupınar (1997)'ın niversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmalarda yaşın artmasıyla birlikte öğrencilerin problem zme konusunda kendilerini daha yeterli buldukları saptanmıştır (Akt., İşmen, 2011).

#### **4.1.5.2. Uzmanlık**

Belli konularda problemlerle karşılaşma, belli problem zme stratejilerini önceden kullanmış olmak ve verilen probleme benzer bir problemi daha önce zmş olmak problem zme sürecini etkileyen tecrübe faktörünü oluşturur (Aydoğdu, 2008). Problem zmede uzmanlar acemilerden farklıdır çünkü uzmanların problem şemaları belirli bir sınıftaki problem durumunu daha iyi tanımayı sağlamaktadır. Acemiler yetersiz problem şemalarına sahiptirler ve problem durumunu iyi tanıyamazlar. Bu nedenle genel problem zme stratejilerini kullanmaktadırlar (Jonassen, 1997).

Uzmanların problem temsilleri problemin ortaya çıktığı durumlar ve çözümleri içermektedir dolayısıyla çözüm için nadiren acemilerin yaptığı gibi problem alanlarını araştırmak zorundadırlar (Gick, 1986, Akt., Jonassen, 1997). Acemilerin şemaları problemler arasındaki yüzeysel benzerliğe dayanırken uzmanların şemaları çözüm ilkelerine dayanmaktadır (Chi, 1981, Akt. Jonassen). Uzmanlar ileriye doğru çalışma (working forward) stratejisini kullanırlar (Sonucu düşünerek işe başlamayı ifade etmektedir). Acemiler ise geriye doğru (Hedeften geriye doğru işe başlamayı ifade etmektedir) alışma stratejisini kullanırlar (Simon ve Simon, 1978, Janossen, 1997). Uzmanların şemaları durumun fiziksel tanımlarını içermektedir. Acemiler ise problemi bir denklem içerisinde tanımlamaktadırlar. Geriye doğru çalışma stratejisi öğrenme için faydalı olurken öğrenme gerçekleştikten sonra strateji yerini ileriye doğru çalışmaya bırakabilmelidir (Jonassen, 1997).

#### 4.1.5.3. Motivasyon

Gösterilen çaba, görevin sürdürülmesi gibi motivasyonel unsurlar öğrenen kişinin problem çözme sürecini etkilemektedir. Mayer (1998) motivasyonu 3 aşamada incelemektedir: İlgi teorisi (interest theory), öz yeterlik teorisi (self efficacy theory) ve tutum teorisi (attributional theory). Bu üç yaklaşım da problem çözücünün problem çözme durumunu nasıl yorumladığına odaklanmaktadır.

İlgi teorisine göre:

- a. Kişi ilgilenmediği konulara kıyasla ilgilendiği konuyla ilgili daha derin düşünmekte ve konuya ilişkin materyali daha iyi işlemektedir.
- b. Sıkıcı bir göreve eklenen ilginç ayrıntılar görevi ilginçleştiremez, ancak göreve ilişkin bir istek varsa ilginçlikten söz edilebilmektedir.
- c. İlgilendikleri konularla ilgili problemler öğrencilerin daha sıkı çalışmasını ve daha başarılı olmasını sağlamaktadır (Mayer, 1998).

Öz yeterlik kişinin birşeyi başarıyla halletme becerisiyle ilgili kendine yönelik algısını ifade etmektedir. Öğrenci öğrenmede ilerleme kaydettiğini algıladığında motivasyonu artmaktadır. Öz yeterlik teorisine göre:

- a. Öğrenci yapabilme becerisiyle ilgili olumlu bir algıya sahip olduğunda daha çok çalışmaktadır. Schunk (1991) aritmetik öğrenimi sırasında bir problem üzerinde çözüm için ısrar etmekle öz-yeterlik arasında pozitif bir korelasyon olduğunu belirtmektedir (Akt: Mayer, 1998).
- b. Öz yeterliğin özellikle bilginin işlenmesi süreciyle yakından bağlantılı olduğu ve bu süreçte aktif rol aldığı belirtilmektedir.
- c. Öz yeterlik teorisinde yüksek öz yeterliğe sahip kişilerin düşük öz yeterliğe sahip kişilere göre bilgi malzemesini anlama becerilerinde daha iyi olduğu ifade edilmektedir.
- d. Öz yeterlik teorisinin öz yeterlikleri gelişen öğrencilerin problem çözmeyi öğrenme becerilerinin de geliyeceğini öngörmektedir.

Atıf teorisine göre kişi başarısızlıklarını kendi becerilerine, çaba konusunda yetersizliklerine, görevin zorluğuna, şansa, görev sırasındaki ruh haline, başkaları tarafından engellenme gibi durumlara atfetme eğilimindedirler. Atıf teorisine göre başarı ve başarısızlıklarını çabaya atfeden kişilerin beceriye atfeden kişilere kıyasla

büyük olasılıkla akademik görevlerde daha çok çalışacakları ifade edilmektedir (Mayer,1998).

Jonassen (2000) motivasyonun problem çözme üzerindeki etkisini “Eğer problem çözücü problem çözme becerisi konusunda kendine inanmazsa yeterli kognitif çabayı göstermeyecek ve başarısız olacaktır.” şeklinde ifade etmektedir. Kendine güven düzeyi problem çözme sürecindeki zihinsel çaba ve azmin düzeyini de belirlemektedir. Greeno (1991), kabiliyetli matematikçilerin bir problem üzerinde genellikle saatler harcadığının bilinmesine rağmen öğrencilerin bir matematik problemini birkaç dakika içerisinde çözemezlerse o problemin çözülemez olduğunu düşündüklerini iddia etmektedir (Akt: Jonassen, 2000). Bu sebeple görev azmi ve çabası problem çözme başarısında önemli belirteçlerdendir. Yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinin sosyal problem çözme düzeylerinin sosyal yetkinlik değişkeniyle olan ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda öz yeterlik algısı ve probleme olumlu yönelimin problem çözme becerisi üzerinde anlamlı etkisinin olduğu gösterilmiştir (Güneş, 2013).

#### **4.1.6. Problem Çözme Becerisi ve İnternet Bağımlılığı**

İnternet kullanımının aşırı olması kişilerin günlük hayatlarını ve ilişkilerini etkilemeye başladığında internet kullanımındaki kontrol edilemez davranış “internet bağımlılığı” ya da “sorunlu (problematic) internet kullanımı” olarak tanımlanmaktadır (Şenormancı, 2014). İnternet bağımlılığının aile işlevi ve bağlanma stilleriyle olan ilişkisini birtakım ölçeklerle inceleyen bir çalışmada, patolojik internet kullanımı gösteren hastalara uygulanan Aile Değerlendirme Ölçeği (Family Assessment Device) ‘nin bir altölçeği olan problem çözme hasta ve kontrol grubu arasında karşılaştırıldığında anlamlı bir sonuç elde edilmiştir. Hasta grubun ailelerinin problem çözme becerilerini kontrol grubuna göre daha düşük değerlendirdiği gösterilmiştir (Senormancı, 2014).

“İnternet bir başka açıdan ise aşırı, kontrol ve amaç dışı kullanılmasına bağlı olarak kişisel becerilerin gelişimini olumsuz yönde etkilediği de düşünülmektedir (Colwell ve Kato, 2003; Kerber, 2005, Akt., Esen ve Siyez, 2011).” İnternetin aşırı kullanımı ile kullanıcılarda görülen psikososyal özellikler arasındaki ilişkiyle ilgili

araştırmaların sonuçları birbiriyle çelişmektedir. Chou ve Hsiao' nun (2000) çalışmasında aşırı internet kullanımının sosyal ilişkilere zarar verdiği ve kişi yalnızlaştırdığı gösterilmektedirken Hamburger ve Ben-Artzi (2003)'nin çalışması tam tersine yalnızlık sonucunda aşırı internet kullanımının arttığını göstermişlerdir (Akt., Esen ve Siyez, 2011). İnternet kullanımı ve psikososyal beceriler arasındaki bu ilişkiyi Young (2007) Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) yöntemiyle incelemiştir. BDT yönteminin danışanların motivasyon, zaman yönetimi, sosyal ilişkiler gelişimi, seksüel işlevler gelişimi, offline aktivite uğraşları, sorunlu uygulamalardan kaçınma becerileri üzerindeki etkisi periyodik olarak değerlendirilmiştir. Analizler çoğu danışanın sekizinci seanstan itibaren şikayet ettikleri durumlarla başedebildiğini ve bu durumun 6 aylık takip boyunca devam ettiğini göstermektedir. BDT'nin problem çözme becerisi ve problemle başetme stratejileri dahil kognitif süreçler üzerindeki olumlu etkileri düşünöldüğünde, internetin aşırı kullanımına ilişkin şikayetlerin azalmasının problem çözme becerisi ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiye işaret ettiği söylenebilir (Young, 2007). Literatürde internet bağımlılığı ve akademik başarı arasında negatif bir korelasyon olduğu görölmektedir. Kişilerin akademik başarısı düştöçce internet kullanımlarında artış görölmektedir (Bayraktar, 2001; Mythily, Qiu ve Winslow, 2008; Young, 1996). Farklı araştırmalarda ayrı ayrı değerlendirmesi yapılan internet bağımlılığı ve problem çözme becerisi değerışkenlerinin arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma bulunmaktadır. 17 – 36 yaş aralığında 371 öğrenciyle yapılan çalışmada problemlili internet kullanımıyla kaçınan ve dürtüsel problem çözme davranışı arasında çok yakın bir ilişki olduğu bulunmuştur (Ekinci, 2014). Yapılan araştırmalar internet bağımlılığı bulunan bireylerin yüksek düzeyde dürtüsellik, problem çözme becerisinde ve başkalarıyla iletişimde eksikliklere eğilimlerinin olduğu gösterilmiştir (Lee ve Known, 2001; Lin ve Tsai, 2002, Akt.,Kwon, 2008).



## 4.2. Sosyal Kendilik Algısı

### 4.2.1. Kendilik Kavramı

Kendilik kişinin kendiyile ilgili zihinsel temsilini ifade etmektedir (Aydın, 1996). Zihinsel temsille ifade edilmesi kendilik kavramına bilişsel bir özellik katmaktadır (Altuntek, 2008). Kişinin kendiyile ilgili düşünceleri, iyi veya kötü yargıları, kendiyile ilgili beklentileri kendilik kavramını oluşturmaktadır (Güler ve Yetim, 2008).

Kendilik kavramı yüzyıllardır üzerine düşünülen ve tanımlanmaya çalışılan bir kavramdır. 17.yy.'da Descartes kendiliği "düşünen madde" olarak tanımlamıştır. 18. yy.'da Kant kendiliği "kendimin bilincinde olmak" şeklinde tanımlamakta ve kendiliği iki başlıkta incelemektedir: Empirik, psikolojik ya da antropolojik kendilik. 'Bir obje olarak ben' ya da 'sezgisel obje' ve aşkın ya da mantıksal özne, 'Özne olarak ben' yani kendiliğin idrakı anlamına gelmektedir. Aşkın özne kavramı tüm kognitif ve zihinsel aktivitelerin ürünü olarak ifade edilmektedir. Kant'ın tanımı 19. yy.'ın kendilik tanımına yön vermiştir. Psikiyatik bozukluklar ve beyin hasarları sonucunda kendilikte gözlenen değişimler kendiliğin nöral süreçlerle ilişkilendirilen kognitif ve afektif bir deneyim olduğu görüşünü sunmaktadır (Kircher ve David, 2003).

Kendilik, bireyin kendini algılamasıyla ilgili bir öz bilinç ya da öz değer boyutudur. Önemli ölçüde öznel ya da kişinin özgül algılama alanıyla eşdeğerdir (Rogers, 1969, Akt.: Topses 2006). Bir kavramın zihnimizde oluşabilmesi için dışardan gelen uyaranlara ve o uyaranlarla ilgili anı parçalarına (izlerine) ihtiyaç vardır. Bower ve Giligan'a (1979) göre kendilik kavramı bellekte düzensiz şekilde bulunan kavramların oluşturduğu çağrışımlardır (Akt., Aydın, 1996). Jonh Locke (1959) da kendiliği epizodik belleğin bir ürünü olarak tanımlamaktadır (Akt., Conway, 2000). Fakat daha sonra amnezi üzerine yapılan çalışmalar bellek kaybına rağmen kavramsal bilgilerin korunduğunu, dolayısıyla kendilikle ilgili duyguların da varlığını sürdürdüğünü göstermektedir (Rathbone vd., 2009).

Kendilik kavramı kişinin kendi deneyimlerinin algı ve organizasyonunu kapsamaktadır. Kişinin kendilik kavramı başkalarıyla empati kurmayı sağlayan

sistematik bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır (Karlı, 2008). Franzoi (1983) kendilik kavramının sosyal çevre içerisinde edinildiğini ve benlik farkındalığının sembolik iletişim kurma yöntemiyle kazanıldığını ifade etmektedir. Bu sebeple Kendilik kavramının sosyal bağlam içerisinde ele alınabileceğini belirtmektedir. Kişinin kendisiyle ilgili oluşturduğu benlik kavramı içeriğe bağlı olarak değişebilmektedir (Aydın, 1996). “İçerik bağımlı benlik kavramı” belirli durumlarda oluşan kişilikle ilgili inancı ifade etmektedir (Fiske ve Taylor, 1991).

Kişinin kendisiyle ilgili genel kanaatini oluşturan, net ve kesin tanımlar kendilik kavramı olarak ifade edilirken, kişiliğin daha bulanık tarafları kendilik şeması olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu şemalar kişinin davranışlarına yön verebilmekte ve algısını etkileyebilmektedir. Ayrıca ötekine ait görüşler kişinin kendilik şemasından referans almaktadır (Lewicki, 1984, Akt. Karlı, 2008).

Kendilik kavramı üç şekilde incelenmektedir: Bireysel benlik, ilişkisel benlik ve kolektif benlik. Bu üç kendilik temsili kişide aynı anda bulunabilir. Bireysel kendilik, kendiliğin ötekiden farklılaşan yönlerini ifade etmektedir. İkişiksel kendilik, kişinin ötekiyle olan ilişkisi içerisinde oluşturduğu kendilik anlamına gelmektedir. Kolektif kendilik ise kişinin bir sosyal grup içerisinde oluşturduğu kendiliktir. Kişi bu sosyal grup içerisinde kendiliğini yeniden inşa etmektedir (Sedikides ve Brewer 1-2; Bock 2001: 364, Akt.:Altuntek, 2008).

Strickland (2001) ise kendilik kavramını bireysel, sosyal ve ideal kendilik olmak üzere üçe ayırmaktadır. Bireysel kendilik kişinin kendisiyle ilgili inançlarını, sosyal kendilik başkasının kişinin kendiliğiyle ilgili inançları, ideal kendilik ise kendiliğin yüceltilmesi olarak ifade edilmektedir (Akt; Koç, 2008).

Sullivan kendilik sistemini, hayatın akışı içinde oluşan kaygıdan kaçınmak yaşantısı olarak açıklamaktadır. İyi – ben ve kötü – ben kavramları bireyin kendiliğini oluşturur. Kendilik sisteminde onaylayan ve yasaklayan ben aynı anda bulunmaktadır (Akt.,Topses, 2006).

Horney ise “gerçek kendilik” kavramını öne sürmüştür. Gerçek kendiliği güçlü, olgun ve doğal kavramlarıyla ifade etmiştir. “Gerçek kendilik güçlü olduğunda, birey

sorumluluk yüklenici kişi olur. Güçsüz olduğunda ise birey kendine yabancılaşır, kendini yönetmek yerine yönetilmek ister.” (Akt., Topses, 2006).

Kendilik kavramını Adler yaratıcılıkla, Erikson kişiliğin bütünleştirici işleviyle, Allport varoluşun vazgeçilmez bir parçası oluşuyla, Maslow varlığının sürdürülmesi için tüm ihtiyaçların seferber edildiği bir alan olarak ifade etmektedirler (Topses, 2006).

#### **4.2.2. Kendilik Algısı**

Kendilik algısı, diğerlerini algılama, davranış ve deneyiminden oluşan yargıların kesin veya çarpıtılmış yansımasıdır (John ve Robbins, 1994).

“Kendilik kavramı kişinin kendisiyle ilgili düşünce, algı ve değerlendirmesini içerir. Kişinin kendilik algısı iyi, kötü ya da ortada olabilir.” (Cüceloğlu, 2013, sf.427-430).

Bem’in kendilik algısı teorisine göre kişi içsel durumuyla ilgili davranışlarını gözlemleyerek kendiyile ilgili bir sonuç çıkarmakta ya da çevreyle etkileşime girerek davranışlarıyla ilgili ipuçları elde etmektedir. Bem kendilik algısıyla ilgili iki önermede bulunmaktadır:

- a. Kişi kendi gözlenebilir davranışlarından ve / veya davranışın hangi durumda ortaya çıktığına bağlı olarak kendi tutumlarını, duygularını ve diğer içsel durumlarını bilebilir.
- b. Kendilik ve kişilerarası algı arasındaki kimlik: İçsel ipuçları zayıf, belirsiz veya yorumlanamazdır. Birey işlevsel olarak dışardan gözlemciyle aynı konumdadır ve o da dışsal ipuçlarını kullanmaktadır. Bireyin içsel durumunu anlamak için gözlemci mutlaka dışsal ipuçlarına güvenmelidir. (Bem, 1972).

Schoeneman (1981) kendilik algısıyla ilgili olarak 3 süreçten bahsetmektedir. İlki kişinin kendiyile ilgili gözlemleri, ikincisi kişinin başkaları tarafından nasıl algılandığı, üçüncüsü kendine ilişkin gözlemlerin başkalarına ilişkin gözlemlerle karşılaştırılmasıyla kişinin kendiliği hakkında çıkarımda bulunmasıdır (Akt., Koç, 2008).

Kendilik algısının başkalarının bakışına göre şekillenmesi durumunu Cooley (1902) ve Mead (1934) “bakılan ayna etkisi” ve “rol alma” kavramlarıyla açıklamaktadır (Akt., Koç, 2008). Kendilik algısının gelişiminde rol oynayan “başkaları” Festinger (1954) tarafından “Sosyal karşılaştırma teorisi” ile açıklanmaya çalışılmıştır. (Koç, Akt., 2008).

Bebeğin bakıcısıyla kurduğu bağın güvenli ya da güvensiz olması kendilik algısını olumlu veya olumsuz olarak değiştirmektedir (Bowlby, 1985, Akt: Koç, 2008). Kişide “olumlu kendilik” ya da “olumsuz kendilik” gelişimi içsel olduğu kadar dışsal faktörlere de bağlıdır. Kötü çevre koşulları, yargılayıcı anne – baba tutumu, sosyal çevrede karşılaşılan olumsuz deneyimler kendilik algısına etki eder. Fakat bazı insanlarda ise kendilik dışsal faktörlerden etkilenmemektedir. “Kendilik hem iç hem de dış çevrenin karşılıklı etkileşimi ve ilişkisiyle yapılır.” (Topses, 2006)

Erich Fromm kendiliğin gelişiminin toplumsal durumlardan etkilendiğini, özgürlüğü kısıtlayıcı yapıların kendilik gelişimine engel olduğunu, olgunlaşmamış kendilik gelişiminin dışardan yönetilme ihtiyacını artırdığını ve dıştan denetim odaklı özelliklerin baskınlığına yol açtığını ifade etmektedir (Topses, 2006).

#### **4.2.3. Kendilik Algısı Kuramları**

Kendilik kavramsal olarak farklı alanlardaki düşünürler tarafından ele alınmıştır. Fakat bu kavramı kuramının ana kavramı yapan ilk kuramcı Carl Rogers olmuştur. Rogers davranışlarımızın altında yatan motivasyonun olayları algılayışımızla ilgili olduğunu, insanların dünyayı kendi bakış açılarına göre algıladıklarını ifade etmektedir. Dışarıdaki objektif gerçeklik yerine içsel gerçeklik kişinin davranışlarını belirlemektedir. Bu yüzden kendilik en önemli yapısal kavram olmaktadır (Atkinson, 2002, sf: 333-339). Kişinin kendilikle ilgili algısı her zaman gerçeği yansıtmayabilir. Kişinin kendiliği ile davranışları arasındaki uyumsuzluk ne kadar fazlaysa yaşanan çatışmanın boyutu da o kadar büyük olacaktır. Bu tutarsızlık şiddetli anksiyete ya da duygusal bozuklukla sonuçlanmaktadır (Atkinson, 2002, sf: 333-339). Rogers kuramında ideal kendilik kavramından da bahsetmektedir. İdeal kendilik kişilerin

kendi potansiyelini taşımak istediği bir yapı olarak yaşantılanır. Fakat ideal kendilik ile kendilik arasındaki uyumsuzluk arttıkça mutsuzluk da artmaktadır. İdeal kendilik gerçek kendiliğe yaklaştıkça kişi mutlu ve uyumlu olabilmektedir (Atkinson, 2002, sf.333-339).

Kohut'un kendilik psikolojisi kuramı kendiliğin sürekliliği ve bozulmasıyla ilgilenmektedir. Kendilik psikolojisine göre kendilik içsel yaşantılarımızı organize eden psikososyal yapıdır. Kendilikle ilgili ilk farkındalık "ayna evresi"nde yaşanmaktadır. "Çocuğun davranışı sonucunda annenin gözlerinin parlaması çocuk için ayna işlevi görmektedir. Bu sayede çocuk kendiliğinin gelişimini sağlamaktadır. Annenin çocuğa verdiği olumlu yanıt, çocuğun olumlanması, parçalanmış kendilikten birleşmiş kendiliğe ( kendilik çekirdeğinin zamanda sürekliliği olan fiziksel ve zihinsel bir birim olarak gelişmesi) gelişimi desteklemektedir. Kendiliğe sağlam bir yatırım olması için eşduyumla onaylayan ve kabul eden bir ebeveynin varlığı ön koşuldur."(Kohut, 2004). Kohut terapi sürecinde danışanın terapistte geliştirdiği iki aktarımdan bahsetmektedir. Bunlardan ilki ayna aktarımı, danışan terapistten koşulsuz olumlu kabul alma ihtiyacı duyar. Bu ihtiyaç çocuklukta anneden karşılanamayan ihtiyacın aynısıdır. anneden onay alabilmek için çocuğun gösterdiği performans gibi terapide danışanın olumlu kabul için terapistte gösterdiği performans da ayna aktarımı olarak ifade edilmektedir. İkincisi idealleştirme aktarımı, kendiliğin gelişimi için çocuklukta annenin idealleştirilme ihtiyacının bu sefer terapistte yöneltilmesidir.

Kohut'un kendilik psikolojisi kuramındaki önemli kavramlardan biri de kendilik nesnesidir. Kendilik nesnesi kendiliği sürdürmemize yardımcı olan ve çevremizdekiler tarafından almaya ihtiyacımız olan olumlu tepkileri ifade etmektedir. Kendilik nesnesi kişinin yaşına uygun olarak değişmektedir. Bu bir ergen için kıyafet, müzik ve idoller olabilirken yetişkin için sanat, şiir, edebiyat olabilmektedir. Terapi sürecinde aktarım olarak bahsedilen kavramlar sağlıklı kendiliğin oluşumunda kendilik nesnesi olarak açıklanmaktadır. 3 çeşit kendilik nesnesi bulunmaktadır.

- a. Aynalayan kendilik nesnesi, çocuğun büyürken yaptıklarının karşıdaki tarafından görülmesi, onaylanması, algılanmasıdır, çocuklukta genellikle nesne anne veya anneye ait davranışlar olmaktadır.
- b. 2- İdealleştirilmiş kendilik nesnesi, çocuk kendilik gelişimi sürecinde ötekini yüceltme ve güçlü görme ihtiyacı duymaktadır. Çocuklukta bu genellikle baba veya babaya ait davranışlardır.
- c. 3-İkiz kendilik nesnesi, büyüme sürecinde çocuğun ötekilere benzeme ihtiyacı vardır (Geçtan, 2002, sf. 113-116) Kohut kendilik nesnelerini “İnsan tıpkı fizyolojik olarak hayatta kalması için çevresinde oksijene gereksinim duyduğu gibi psikolojik olarak hayatta kalması için de kendilik nesnelere gereksinim duyar.” olarak ifade etmektedir (Kohut, 2004).

Sullivan “iyi anne” ve “kötü anne” kavramlarının oluşumuyla ortaya çıkan “iyi ben” ve “kötü ben” kavramlarından bahsettiği kuramında, bireyin kendini ve dünyayı daha iyi anlamasını sağlayan zihinsel imgelerin olduğunu söylemekte ve bunu personifikasyon terimiyle ifade etmektedir. Çocuk ihtiyaçları karşılandığı zaman “iyi anne” personifikasyonu geliştirmektedir. Anne olumsuz tutumlar gösterdiği zaman çocukta “kötü anne” personifikasyonu gelişmektedir. “İyi ben” annenin çocuğun kabul ettiği taraflarıyla oluşmaktayken, “kötü ben” anne tarafından kabul edilmeyen davranışlardan oluşmaktadır. Sullivan’ın kuramında kendilik sistemi bir yandan kişiyi anksiyeteden korurken öte yandan diğer insanlarla sağlıklı ilişkiler kurabilmesine engel olmaktadır. Kendilik sistemi, anksiyete sonucu ortaya çıkan dinamizmdir (Geçtan, 2004, sf. 253-270).

Kendilik algısı kuramını, Skinner’ın radikal davranışçı analizinde organizmanın içsel süreçlerine odaklanmasından yola çıkarak oluşturan Bem (1972) kendilik algısını kişinin bu içsel gözlemlerine dayandırmaktadır. Kendilik algısının oluşumunda kişinin birtakım ipuçlarından yararlandığını söylemektedir. Bu ipuçları kişinin bulunduğu fiziksel ve sosyal koşullardan sağlandığı gibi sözel yönergelerden de sağlanabilmektedir. Kuramın fikri kişinin duygusal, davranışsal durumları hakkında kendi davranışlarından yola çıkarak fikir sahibi olmasıdır. Fakat kişiyle ilgili içsel ipuçları zayıf, belirsiz ve yorumlanamaz olabilir. Ayrıca kişi kendine hep aynı pozisyondan bakmaktadır. Bu sebeple dışarıdan bir gözlemciye ihtiyaç olmaktadır.

Gözlemci için ipucu kişinin davranışlarıdır. Birinin nasıl hissettiğini anlamak için onun davranışlarına bakarız. Dolayısıyla Bem'in kuramında kendilik algısı bir davranış ve gözlem analizi sonucunda oluşmaktadır (Bem, 1972).

Kendilik algısında şemaların önemini vurgulayan Beck kişilerarası ilişkilerimizde çevreye ait bilgilerin işleme sürecinde ilk işlem için temel şemaları kullanmakta olduğumuzu ifade etmektedir. Buna göre kişinin kendine , dünyaya ve öteki insanlara ait şemaları bulunmaktadır. Bu şemalar kendiliğin gelişim sürecinde kişinin kendilik nesnesinin (anne) davranışlarıyla oluşmaktadır. Dolayısıyla bu şemalar çok gerçekçi olmayabilir ve yetişkin yaşamda sorun çıkartabilir. İlevsel olmayan davranışlar kişinin oluşturmuş olduğu bu şemalardan kaynaklanmaktadır.

#### **4.2.4. Kendilik Algısı ve İlişkili Kavramlar**

##### **4.2.4.1. Kendilik Algısı ve Kontrol Odağı**

Kontrol odağı kendilik algısının karar verme üzerindeki etkisi olarak tanımlanmaktadır (Loosemore ve Lam, 2004). Kontrol odağı kişilerin pekiştireçlere ilişkin atıflarından oluşmaktadır. Rotter dış uyarıcılar ve pekiştiricilerin insanların davranışını etkilediğini ifade etmektedir. Kişi davranışları ve pekiştireçler arasında bir bağlantı kurabilir, pekiştireçleri kendi davranışına bağlayabilir ya da pekiştireçlerle davranışları arasında bir ilişki kurmaz ve pekiştireçlerin dış güçler tarafından kontrol edildiğini düşünebilir. Bir pekiştireç kişi tarafından şans eseri, kaderin sonucu, başkalarının kontrolü altında olan bir faktör olarak algılanırsa bu kişinin kendi davranışları üzerinde bir kontrolünün olmadığı inancına sahip olduğunu göstermektedir. Bu algıyı Rotter dışsal kontrol olarak ifade etmektedir. Eğer kişi bir olayı kendi davranışına bağlı olarak ya da karakteristik özellikleriyle ilişkili olarak algılayırsa içsel kontrol odağı olarak ifade edilmektedir. (Rotter, 1996) Karşılaşılan bir sorun karşısında insanlar iki tutum sergilerler. Birinde problemin kaynağı dışarıya atfedilir ve genellikle bir şikayet olarak kendini göstermektedir (Dış kontrol odağı)

Diğer tutum ise problemin içsel kaynaklarına yönelmektir. Bu tutum içebakış yöntemini gerektirmektedir (İç kontrol odağı).

“Dış kontrol odağına sahip insanlar, hayatlarını etkileyen olayları oldukça az etkileyebildiklerine inanırken, iç kontrol odağına sahip olanlar bu olayları etkilemek konusunda kendilerine büyük iş düştüğüne inanmaktadırlar.” (Baltaş ve Baltaş, 2006, sf.46-47).

İç kontrol odağına sahip insanlar çevrelerinde olup biten olaylara ve kendi davranışlarına karşı daha hassas ve dikkatli davranmaktadırlar. Kişilik gelişimi açısından bakıldığında iç kontrol odaklı olmanın kişiye dış kontrol odaklı olmaktan daha çok fayda sağladığı yapılan araştırmalarla belirtilmektedir (Loosemore ve Lam, 2004).

Dış kontrol odağına sahip bireylerle yapılan çalışmalar özgüvenlerinin düşük olduğunu (Loosemore ve Lam, 2004), anksiyete, stres ve depresyon seviyelerinin daha yüksek olduğunu (Ashby ve ark., 2002, Baydoğan ve Dağ, 2008, Yağışan ve ark., 2007) göstermektedir.

Strickland (1989), iç kontrol odaklı bireylerin, olumsuz yaşam olaylarını değiştirmede şans ya da kader gibi kendi dışındaki güçlere bağlamaya eğilimli dış kontrol odaklı bireylere göre daha ısrarcı ve mücadeleci olduklarını belirtmektedir (Akt., Küçükkaragöz, 1998).

Kontrol odağı başarıyla ilgili araştırmaların önemli bir değişkenidir. Başarı ve başarısızlığın sebeplerini yorumlama şekli kişilerin başarısını belirleyen faktörlerden biridir. İç kontrol odaklı insanlar zihinsel güç ve enerjilerini dışarıya vermek yerine kendi kontrol edebilecekleri durumlar üzerine çabaladıkları için dış kontrol odaklı insanlara göre başarı olasılığı daha yüksek olmaktadır. Yeme bozukluğu ve sigara bağımlılığı gibi problem yaşayanların da genellikle dış kontrol odağına sahip kişiler olduğu belirtilmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2006,sf.46-47).

Yağışan (2007) ‘ın müzik bölümü öğrencileriyle yürüttüğü çalışmasında benlik algısı ve denetim odağı arasındaki ilişkiyi incelemiş ve içsel denetimli öğrencilerin daha olumlu bir kendilik algısına sahip olduğu, buna karşın dışsal denetimlilerin ise benlik algısının bazı boyutlarında sorunlar yaşadığını göstermektedir. Yapılan başka



çalışmalarda içsel kontrol odaklı kişilerin yüksek kendilik algısına sahip olduğu gösterilmiştir (Loosemore ve Lam, 2004; Silvester ve ark. 2002). şahin ve arkadaşları çalışmalarında kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarıyla, kişilerin kendilik algısı ve kontrol odağı arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Sonuçlar kendilik algısı ve iç kontrol odaklılık arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, kendilik algıları olumlu ve iç kontrol odaklı kişilerin çatışma çözme konusunda olumlu yaklaşım besledikleri gösterilmiştir. İç kontrol odaklıların dış kontrol odaklılara göre duygularını daha açık ifade edebilmesi olumlu kendilik algısıyla açıklanmıştır (şahin ve ark., 2009).

#### **4.2.4.2. Kendilik Algısı ve Benlik**

Benlik kavramı kişinin kendiyile ilgili kanaatlerini içermektedir. Kişinin fiziksel özellikleri, kişiliği, istekleri gibi kişiliğin öznel yanları kendiliği oluşturmaktadır. Kişi kendiyile ilgili tanımlayıcı cümlelere “ben” sözcüğüyle başlar ve kendine ilişkin değerlendirmelerde ve yorumlamalarda bulunur. Kişinin “ben”ine atıf yaparak konuştuğu şeyler kişinin kendilik algısını oluşturmaktadır. Kişinin kendiliği hakkında fikir sahibi olmak için kendini tanımlama şekillerine bakmamız gerekmektedir. “Ben” bir farkındalık halidir. Kişinin beni hakkındaki farkındalığı bilinç durumuyla ilgili bize bilgi vermektedir. Kişinin varsayalım arzuya ilişkin tanımı benliği oluştururken, arzularını gerçekteşirmek için ortaya koyduğu davranışlar kendiliğini oluşturmaktadır. Benlik öznel düşünceler ve duygulardan oluşurken benlik algısı bu duyguların algılanması ve yorumlanmasıdır (Tutar, 2009; Topses, 2006)

#### **4.2.4.3. Kendilik Algısı ve Benlik Saygısı**

Benlik saygısı kişinin tamamen sübjektif olarak kendi değerleriyle ilgili bulundurduğu duygusal değerlendirmedir. Bu değerlendirmeler pozitif ya da negatif olabilmektedir. Benlik saygısı kişinin kendiyile ilgili inançlarını ve kendine dair utanç, gurur, zafer

gibi duyguları kapsamaktadır (Hewitt, 2009). Kendilik saygısı kişinin kendini değerlendirme ve yargılaması sonucu oluşmaktadır (Özkan, 1994). Benlik saygısı yüksek kişiler çevrelerinde enerjisi yüksek kişiler ve kendine güvenli olarak bilinmektedir. Zayıf benlik saygısına sahip olan kişilerin ise kendileriyle ilgili olumsuz yargıları vardır. Benlik saygısının gelişmesinde üç faktör etkilidir; “1- Başkalarının saygısı, 2- Yeterlik, 3- İki kaynağın değerlendirilmesi (Kendilik)” (Cotton, 1985, Akt. Özkan, 1994). Benlik saygısı anne – çocuk arasındaki olumlu ilişkiye bağlı olarak gelişmektedir. Benlik saygısı kişinin kendiyile ilgili idealler ve başkalarının düşüncelerini kapsamaktadır (Rosenberg, 1979, Akt., Özkan, 1994). Kendiliğe yönelik eleştiriler benlik saygısının azalmasına yol açmaktadır (Howard, 1972). Benlik saygısı dönemsel olarak değişebilmekte, ve kendilikle ilgili olumlu deneyimler benlik saygısının artmasını sağlamaktadır (Erikson, 1959, Akt., Özkan, 1994). Yapılan araştırmalar ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde benlik saygısının arttığını göstermektedir (Chubb vd., 1997, Akt., Tutar, 2009). Eğitim, gelir düzeyi ve aile tutumu ile benlik saygısı arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Yüksek gelir ve eğitim düzeyinin benlik saygısını olumlu etkilediği, aynı zamanda aileden görülen ilginin de benlik saygısını olumlu etkilediği gösterilmiştir (Özkan, 1994). Depresyonlu kişilerde benlik saygısının düşük olduğu, yüksek benlik duygusuna sahip olanların ise ruhsal olarak kendini iyi hissedilen kişiler olduğu yapılan çalışmalarla gösterilmiştir (Baumeister ve ark., 2003, Comer ve ark., 1986, Hay ve ark., 1998, Keefe ve Berndt 1996, Neuringer ve Wandke 1966, Akt., Şahin, 2009). Tutar (2009) bireysel özellikler ile kendilik algısı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada kendilik algısı ile benlik saygısı arasında pozitif bir korelasyon bulmuş, kendilik algısı yükseldikçe benlik saygısında yükseldiğini ve buna bağlı olarak kişilerde arkadaşlık isteğinin de arttığını göstermiştir.

#### **4.2.5. Kendilik Algısına Etki Eden Kişilerarası Etkenler**

Psikanaliz ekolü obje konusunu dürtü kuramı çerçevesinde ele almıştır fakat daha sonra Sullivan (1953) kendilik nesnesinin kişilerarası ilişkiler içerisinde incelenmesi gerektiğini öne sürmüştür. Kişilerarası ilişkilerin zihinsel sağlığın temelini

oluşturduğunu ifade etmektedir (Akt., Koç, 2008). Kişilerarası ilişkiler bireyin başkalarıyla olan ilişkisinde nasıl düşündüğü, nelere uygulandığını ve hangi davranış modelini benimsediğini ifade etmektedir (Saymaz, 2003, Akt., Karşlı, 2008). Bireylerin kişilikleri başkalarıyla olan ilişkilerini etkilemektedir. Sullivan'a göre kişilik insanlararası ilişkilerin ürünüdür. Kişiliğe ait davranışların amacı ihtiyaçları doyurmaya yönelik olduğundan, ilişki ihtiyaçları bireyin aradığı davranışları hangi kişilerde bulabileceğine göre belirlenmektedir.

Safran (1990) şema kavramını genişleterek kişilerarası şema kavramından bahsetmiştir. Kişilerarası şema kişilerarası ilişkinin sürdürülmesine ilişkin bilgiyi içeren, önceki kişilerarası deneyimlere dayanan genel bilgidir. Kişilerarası şema kişilerarası olayların bilişsel temsillerini ifade etmektedir. Kişi farklı hayatında farklı rol oynayan farklı kişilerarası şemalara sahip olabilir (Safran, 1990). Kişilerarası ilişkileri devam ettirmeye yönelik bilgi taşıyan kişilerarası şemalar, genel bilişsel temsil şemalarıyla kendilik algısının bir bileşeni olan kendilik değeri şeması arasındaki bağlantıyla ilgili fikir vermektedir (Karşlı, 2008). Başkalarıyla ilişkinin sürdürülmesi kendilik değerine ihtiyaç duymaktadır. Kişinin oluşturduğu olumlu kendilik değeri, kendilik nesnelereyle kurduğu ilişkilere göre belirlenmektedir. Kişilerarası şema kavramı kişinin kendi ve başkaları algısını açıklamaya ve ayırt etmeye yaramaktadır. Kişilerarası kurama göre uyumsuz davranışlar başkalarının algı ve beklentilerine göre oluşmaktadır (Safran ve Segal, 1990, Akt., Karşlı, 2008).

Kişilerarası çatışma çözme yaklaşımının kendilik algısının bir bileşeni olan kontrol odağı ile ilişkisinin incelendiği bir çalışmada iç kontrol odaklı kişilerin kişilerarası çatışma durumunda yüzleşmeye daha açık olduğunu, çatışmaya daha açık olduklarını, duygularını daha açık ifade ettiklerini göstermektedir. Bu araştırmada cinsiyet de yordayıcı bir değişken olmakta ve kadınların çatışma çözmeye ilişkin davranışları erkeklere göre daha çok benimsediğini göstermektedir. Kendilik algısıyla iç kontrol odaklılık arasındaki pozitif korelasyon düşünüldüğünde kişilerarası çatışma durumlarında kendilik algısı yüksek olanların çatışmayı çözmek için gerekli davranışları sergileme eğiliminde olduğu söylenebilmektedir (Basım ve ark., 2009).

Karslı (2008) zihin-beden etkileşimini incelemek üzere psikosomatik bozukluğu olan kişilerin kişilerarası ilişki tarzı, kendilik algısı ve öfke değişkenleriyle olan ilişkisini çalışmıştır. Psikosomatik bozukluğu olan kişiler, olmayan kişiler ile karşılaştırıldıklarında, psikosomatik hastalığı olan grubun kişilerarası ilişki tarzlarının daha olumsuz, kendilik algılarının daha düşük, öfke tepkilerinin ve genel psikolojik belirtilerinin ise daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Çalışmada kendilik algısının kişilerarası ilişkilerdeki bozulmayla korelasyon gösterdiği bireyin kendini algılayışının kullandığı iletişim tarzını ve öfke duygusunu ifade edişini etkilediğini, tüm bu değişkenlerin birbiriyle etkileşim içerisinde olduğunu göstermektedir (Karslı, 2008). Aynı şekilde Koç (2008) depresyonlu kişilerde kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfke ilişkisini incelemiş ve olumsuz kendilik algısının, olumsuz kişilerarası tarzların ve öfkenin depresyon ile ilişkili olduğunu, kendilik algısının kişilerarası tarzla doğrusal bir ilişkisinin olduğunu göstermiştir.

#### **4.2.6. Kendilik Algısı ve İnternet Bağımlılığı**

“Problemlili internet kullanımı, internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın önemini yitirmesi, yoksun kalındığında aşırı sinirlilik hali ve saldırganlık olması ve kişinin iş, sosyal ve aile hayatının giderek bozulması olarak kullanılmaktadır” (Arısoy, 2009, Akt., Odacı ve Çelik, 2011).

Kişinin kendini nasıl gördüğü ve algıladığına bağlı olarak kişinin internet kullanım düzeyi değişebilir. Olumlu kendilik algısına sahip bireyler problemler karşısında sağlıklı tavırlar alabilir ve sağlıklı kişilerarası ilişkiler kurabilirken, olumsuz kendilik algısına sahip bireyler için bu o kadar kolay olmayabilir. İnternet ortamı olumsuz kendilik algısı olan bireyler için ulaşımı kolay ve çatışmasız bir ortam olması nedeniyle tercih sebebi olabilmektedir (Odacı ve Çelik, 2011).

İngiltere’de 371 öğrenciyle yapılan çalışmada aşırı internet kullanımıyla benlik saygısı düzeyi arasındaki ilişki incelenmiştir. Analizler öğrencilerin %18.3’ünün

patolojik internet kullanıcısı olduğunu ve internet kullanım düzeyi patolojik olmayanlara kıyasla daha düşük benlik saygısına sahip oldukları ve sosyal olarak daha fazla engellendiklerini ortaya koymaktadır (Niemz ve ark., 2005). Bir başka çalışmada internet kullanımının parçalanmış benlik saygısıyla ( düşük – açık ve yüksek - örtük benlik saygısı) ilişkili olduğu gösterilmiştir (Stieger ve Burger, 2010).

Odacı ve Çelik (2011) çalışmasında problemlili internet kullanımı ile kendilik algısı arasındaki ilişkiyi incelemiş ve aralarında negatif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Öğrencilerin problemlili internet kullanım düzeyi arttıkça buna bağlı olarak olumsuz kendilik algısı gelişmektedir. Yapılan bir çalışmada içe dönük ve olumsuz kendilik algısına sahip kişilerin internet ortamında isimsiz sosyal aktiviteleri daha çok kullandıkları gösterilmiştir (Koch ve Pratarelli, 2004). Tayvan’da bir okulda 236 internet bağımlısı (okul nüfusunun % 13.8’i) yapılan çalışmada bağımlı, çekingen, depresif ve düşük benlik saygısına sahip olanların bağımlılığa yüksek şekilde meğilli oldukları gösterilmiştir (Yang ve Tung, 2007).

Armstrong (2000) çalışmalarında benlik saygısı düzeyi düştükçe, problem çözme becerisinin düştüğünü, düşük benlik saygısına sahip olanların internette daha fazla zaman geçirdiklerini dolayısıyla benlik saygısının internet bağımlılığında belirleyici bir risk faktörü olduğunu ifade etmişlerdir.

İnternette oyun oynama davranışını Baumeister’in kendinden kaçış teorisiyle incelemek isteyen Kwon (2008) çalışmasında ergenlerin kendilerinden ve gerçeklikten kaçma girişimi olarak internet oyunlarına bağımlı hale geldiklerini göstermektedir (Kwon, 2008).

## **5. YÖNTEM**

### **5.1. Hipotezler**

Çalışmanın literatür araştırması kapsamında elde edilen bilgiler ışında bir dizi hipotez belirlenmiştir. Bunlar şu şekilde sıralanabilir:

- Kişilerin kendilik algısı olumlu oldukça problem çözme becerisi algıları da yükselmektedir.
- Kişilerin internet bağımlılık dereceleri arttıkça problem çözme becerisi algıları düşmektedir.
- Kişilerin internet bağımlılıkları arttıkça kendilik algıları olumsuz yönde gelişmektedir.
- Kişilerin interneti sıklıkla kullanma alt amaçları ile internet bağımlılığı dereceleri arasında anlamlı farklar bulunmaktadır.

### **5.2.Örnekleme**

Yapılan çalışmaya 18-30 yaş arası üniversite öğrencilerinden 600 kişi katılmıştır. Çalışmaya katılan bireyler rastlantısallık ilkesine bağlı olarak seçilmiştir.

### **5.3. Veri Toplama**

#### **5.3.1. Kişisel Bilgiler Formu**

Araştırma kapsamında kişilerden sosyo-demografik bilgileri ve internet kullanma alışkanlıklarına dair bazı bilgiler alınmıştır. Buna göre kişilerden yaş, cinsiyet, medeni durum, gelir düzeyi, kiminle yaşadıkları, internet erişimlerinin olup olmadığı, interneti sıklıkla hangi amaçla kullandıkları, interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yararlandıkları ve arkadaşlarıyla sosyalleşmek için sıklıkla hangi yöntemi seçtikleri bilgisi alınmıştır.

#### **5.3.2. İnternet Bağımlılığı**

Katılımcıların internet bağımlılık düzeyleri bilgisayar ve internet bağımlılığını ölçmek adına hazırlanmış olan BAPİNT (Bağımlılık Profil İndeksi İnternet Formu) ölçeğine göre hesaplanmıştır. Ölçek 18 maddeden oluşup 5li likert tipindedir. Ölçekten alınan toplam puanın yüksek olması kişinin internet bağımlılık düzeyinin de yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkiye örneklemindeki geçerlik güvenirlik çalışmalarında Cronbach Alpha değeri lise öğrencileri arasında .88, üniversite öğrencileri arasında .90 olarak bulunmuştur (Ögel, Karadağ, Satgan, 2012).

#### **5.3.3. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği**

Kişilerin kendilik algılarını ölçmek adına Şahin, Durak ve Şahin (1993) tarafından geliştirilen “Sosyal Karşılaştırma Ölçeği” kullanılmıştır. Kendilik algısı kişinin kendisini, diğerleriyle karşılaştırdığında çeşitli boyutlarda nasıl algıladığını ölçmesiyle oluşur. Bu bağlamda Sosyal Karşılaştırma Ölçeğinde iki kutuplu toplam

18 madde bulunmaktadır. Bu zıt kutupların puanlanması 1 ile 6 arasında değişen 5li likert tipine verilen cevaplara göre yapılır. Kişinin ölçekten aldığı yüksek puan kendisini daha olumlu algıladığını gösterirken, aldığı düşük puanlar kendini daha olumsuz algıladığını göstermektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarında bu değerlerin yüksek çıktığı görülmüştür. Ölçeğin güvenirlik katsayısı .87 olarak bulunmuştur.

#### **5.3.4. Problem Çözme Envanteri**

Kişilerin problem çözme becerilerini ölçmek adına Heppner ve Peterson (1982) tarafından geliştirilen “Problem Çözme Envanteri” kullanılmıştır. Envanter 35 maddeden oluşmaktadır. Envanterin Türkçe uyarlaması, Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılmıştır. Envanter. “aceleci yaklaşım”, “düşünen yaklaşım”, “değerlendirici yaklaşım”, “kaçıngan yaklaşım”, “değerlendirici yaklaşım”, “kendine güvenli yaklaşım” ve “planlı yaklaşım” alt faktörlerinden oluşmaktadır. Aceleci yaklaşım, kişinin problem çözerken düşünmeden, aklına ilk gelen çözüme göre hareket ettiğini göstermektedir. Düşünen yaklaşım, bunun tam tersine, çözüme karar vermeden önce detaylı düşünme ver her bir çözümün sonucunu düşünerek karar verme anlamına gelmektedir. Kaçıngan yaklaşım, kişinin problemi çözerken ayrıntılı düşünmeme, verdiği çözüm kararının sonucunda başarısızlığa uğradığında üzerinde düşünmeme gibi davranışları temsil eder. Değerlendirici yaklaşım, verilen çözüm kararının sonuçlarını değerlendirmeyi ifade eder. Kendine güvenli yaklaşım, kişinin verdiği çözüm kararında kendine duyduğu güveni temsil eder. Planlı yaklaşım kişinin problemi çözme davranışı sırasında planlı hareket edip etmediğini değerlendirir (Erdoğan, 2004). Envanter 6’lı likert tipindedir ve 1 (tamamen katılıyorum) ile 6 (hiç katılmıyorum) arasında derecelenmektedir. Bu envanterde alınan toplam puanın yüksekliği, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini yetersiz hissettiğini göstermektedir. Envanterin geçerlik güvenirlik çalışmasında Cronbach Alpha değerinin güvenirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur.



## 6. BULGULAR

### 6.1. Demografik Bilgiler

Çalışmaya 18 ile 30 yaş aralığındaki bireyler katılmıştır ( $Ort. = 21,35$ ,  $SS = 2,08$ ). Çalışmaya 600 kişi katılmıştır. Bunlardan 421'i kadın, 179'u ise erkektir. Bireylerin çoğunluğunun gelir durumu 1200TL'nin üzerindedir. Ayrıca katılımcılardan çoğunluğu ailesiyle yaşadığını belirtirken ( $n = 380$ ), yurttan kalan ( $n = 105$ ), arkadaşlarıyla ( $n = 90$ ), akrabalarıyla ( $n = 6$ ) veya yalnız ( $n = 19$ ) yaşadığını belirten bireyler de bulunmaktadır. Katılımcılardan 534'ünün internete erişimi varken, 66'sının ise "internet erişimim yok" şeklinde cevap verdiği görülmüştür. Bununla birlikte, kişilerin interneti kullanırken en çok cep telefonlarından yararlandıkları ( $n = 403$ ) ve interneti sıklıkla ödev ( $n = 152$ ) veya sohbet ( $n = 159$ ) için kullandıkları görülmüştür. Bireylere arkadaşlarıyla sosyalleşmek için sıklıkla hangi yöntemleri kullandıkları sorulduğunda ise genellikle yüz yüze görüşmeyi tercih ettiklerini belirtmişlerdir ( $n = 329$ ).

Tablo 6.1: Gelir Durumuna Ait Frekanslar ve Yüzdeler

Gelir Durumu	Frekans	%
400 TL ve altı	35	5.8
400 TL üstü - 800 TL altı	87	14.5
800 TL üstü - 1200 TL altı	88	14.7
1200 TL altı - 2000 TL altı	141	23.5
2000 TL üstü - 3000 TL altı	142	23.7
3000 TL üstü - 5500 TL altı	70	11.7
5500 TL üstü	37	6.2

Tablo 6.2: Bireylerin Kimlerle Yaşadığına Dair Frekanslar ve Yüzdeler

Kimlerle Yaşadığı	Frekans	%
Ailemle	380	63.3
Yalnız	19	3.2
Yurtta Kalıyorum	105	17.5
Akrabalarım ile Kalıyorum	6	1
Arkadaşım veya Arkadaşlarımla Kalıyorum	90	15.0

Tablo 6.3: Kişilerin En Sık Hangi Amaçla İnternete Girdiğine Dair Frekanslar ve Yüzdeler

Hangi Amaçla Girildiği	Frekans	%
Ödev	152	25.3
Araştırma	69	11.5
Sohbet	159	26.5
Oyun	68	11.3
Sosyal Medya	99	16.5
Dizi - Film	30	5
Alışveriş	6	1
Haber	17	2.8

Tablo 6.4: Kişilerin En Sık Hangi Araçla İnternete Girdiğine Dair Frekanslar ve Yüzdeler

İnternete En Sık Hangi Araçla Girildiği	Frekans	%
Kendi bilgisayarım ile /tabletimle girerim	195	32.5
Cep telefonumla girerim	403	67.2
İnternet kafeden girerim	2	0.3

Tablo 6.5: Kişilerin Arkadaşlarıyla Sosyalleşirken En Çok Hangi Yolu Seçtiğine Dair Frekanslar ve Yüzdeler

Arkadaşlarıyla Sosyalleşirken En Çok Hangi Yolu Seçtiği	Frekans	%
Yüz yüze görüşürüm	329	54.8
telefonla konuşurum	80	13.3
Sosyal medya üzerinden mesajlaşarak ve/veya benzeri yollarla haberleşirim	191	31.8

## 6.2. İlişki Analizleri

Tablo 6.6: Ölçekler ve Alt-ölçeklere Ait Anlamlılık Oranları ve Korelasyon Katsayıları

	Yaş	Problem Çözme Becerisi	Aceleci Yaklaşım	Düşünen Yaklaşım	Kaçıngan Yaklaşım	Değerlendirici Yaklaşım	Kendine Güvenli Yaklaşım	Planlı Yaklaşım	Kendilik Algısı	İnternet Bağımlılığı	Gelir Durumu	
Yaş	Pearson Correlation	1										
	Sig. (2-tailed)											
Problem Çözme Becerisi	Pearson Correlation	-.029	1									
	Sig. (2-tailed)	.484										
Aceleci Yaklaşım	Pearson Correlation	-.006	-.607**	1								
	Sig. (2-tailed)	.882	.000									
Düşünen Yaklaşım	Pearson Correlation	-.042	.786**	-.198**	1							
	Sig. (2-tailed)	.303	.000	.000								
Kaçıngan Yaklaşım	Pearson Correlation	-.008	-.593**	.427**	-.248**	1						
	Sig. (2-tailed)	.842	.000	.000	.000							
Değerlendirici Yaklaşım	Pearson Correlation	.024	.576**	-.009	.561**	.622**	1					
	Sig. (2-tailed)	.565	.000	.830	.000	.000						
Kendine Güvenli Yaklaşım	Pearson Correlation	-.058	.622**	.013	.700**	.553**	.696**	1				
	Sig. (2-tailed)	.155	.000	.757	.000	.000	.000					
Planlı Yaklaşım	Pearson Correlation	-.062	.768**	-.161	.733**	-.055	-.058	-.068	1			
	Sig. (2-tailed)	.131	.000	.000	.000	.372	.343	.267				
Kendilik Algısı	Pearson Correlation	.043	-.260**	.147**	-.170**	.034	.082	.072	.638**	1		
	Sig. (2-tailed)	.293	.000	.000	.000	.577	.183	.241	.000			
İnternet Bağımlılığı	Pearson Correlation	-.069	.202**	-.151**	.126**	.089	.056	.036	.542**	.677**	1	
	Sig. (2-tailed)	.094	.000	.000	.002	.150	.366	.561	.000	.000		
Gelir Durumu	Pearson Correlation	-.009	-.060	.026	-.098*	.137*	.094	.115	.533**	.648**	.764**	1
	Sig. (2-tailed)	.822	.143	.531	.017	.025	.128	.061	.000	.000	.000	

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### 6.2.1. Cinsiyet ve İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişki

Cinsiyetin internet bağımlılığı üzerindeki etkisine bakmak amacıyla bağımsız gruplarda için t-testi uygulanmıştır. Testin sonuçları internet bağımlılığı toplam

puanı ve problem çözme alt ölçeklerinden değerlendirici yaklaşım puanı ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki olduğunu göstermiştir,  $t(598) = -2.90$ ,  $p = .00$  ve  $t(598) = -2.15$ ,  $p = .03$ . Buna göre erkekler ( $Ort. = 28.75$ ,  $SS = 12.30$ ) kadınlardan ( $Ort. = 25.73$ ,  $SS = 11.46$ ) daha fazla internet bağımlılığı göstermektedir. Bununla birlikte erkekler ( $Ort. = 8.43$ ,  $SS = 3.21$ ) problem çözme yöntemlerinden değerlendirici yaklaşımı kadınlara ( $Ort. = 7.80$ ,  $SS = 3.30$ ) göre daha fazla kullanmaktadır.

### **6.2.2. Yaşın İnternet Bağımlılığı, Kendilik Algısı ve Problem Çözme ile İlişkisi**

Yapılan Pearson korelasyon testlerinde yaşın internet bağımlılığı, kendilik algısı puanları ile problem çözme becerisi toplam ve alt puanlarıyla herhangi bir ilişkisi olmadığı bulunmuştur (bkz. Tablo 6.6)

### **6.2.3. Gelir Durumunun İnternet Bağımlılığı, Kendilik Algısı ve Problem Çözme ile İlişkisi**

Yapılan Pearson korelasyon testlerinde gelir durumunun problem çözme becerisi alt ölçeklerinden düşünen yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım, kaçınan yaklaşım ve internet bağımlılığı ile bir ilişkisi olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 6.6) Buna göre gelir durumu arttıkça kişiler düşük olanlara göre problem çözme becerilerinden düşünen yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve kaçınan yaklaşımı daha az kullanmaktadır. Bununla birlikte gelir durumuyla doğru orantılı olarak internet bağımlılığının da arttığı görülmektedir.

#### **6.2.4. İnternet Bağımlılığı, Kendilik Algısı ve Problem Çözme Becerisi Arasındaki İlişki**

Pearson korelasyon testleri sonucunda kendilik algısının problem çözme becerisinin tüm alt ölçekleriyle anlamlı derecede ilişkili olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 6.6). Buna göre kişilerde kendilik algısı artarken problem çözme becerileri yönünden kendilerini daha yeterli olarak algıladıkları görülmüştür. Ayrıca, kendilik algısı artarken problem çözme becerilerinden düşünen, değerlendirici, kendine güvenli ve planlı yaklaşımı kullanma oranı azalmaktadır. Bunun tam tersi olarak ise kendilik algısı artarken aceleci yaklaşım ve kaçınan yaklaşımı kullanma oranının arttığı görülmektedir.

Yapılan Pearson korelasyon testlerinde ayrıca, internet bağımlılığı ve problem çözme becerisi ile tüm alt ölçekleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (bkz. Tablo 6.6). Bu durum, internet bağımlılığı arttıkça kişilerin kendilerini problem çözme becerisi açısından yetersiz hissettiklerini göstermektedir. Bununla birlikte, internet bağımlılığı arttıkça problem çözme becerilerinden aceleci yaklaşım ve kaçınan yaklaşım daha az kullanılırken, düşünen yaklaşım, değerlendirici yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşım kullanımı artmaktadır.

Son olarak Pearson korelasyon testleri sonucunda internet bağımlılığı ile kendilik algısı arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 6.6). Buna göre, internet bağımlılığı arttıkça kişilerin kendilik algısı azalmaktadır.

### **6.3. Analizleri**

#### **6.3.1. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisi Üzerine Etkisi**

Araştırmanın demografik bilgiler kısmında sorulan ve kişilerin kimlerle yaşadığı, interneti sıklıkla hangi amaçla kullandıkları, interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yaralandıkları, arkadaşlarıyla sosyalleşirken en çok hangi yöntemi tercih ettikleri ve internet erişimlerinin varlığıyla ilgili elde edilen bilgilerin problem çözme becerisine etkisi, tek yönlü varyans analizleri ile test edilmiştir. Analiz sonucunda kişilerin interneti hangi amaçla kullandıklarının ve interneti kullanırken sıklıkla

hangi araçtan yararlandıklarının problem çözme becerisi üzerinde anlamlı ana etkisi bulunmuştur  $F(7, 473) = 2.88, p = .01$ ;  $F(1,473) = 5.24, p = .02$ . Kişilerin interneti hangi amaçla kullandıkları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin kuvveti eta kare ile ölçülmüş ( $\eta^2$ ) ve orta dereceli olduğu bulunmuştur. Buna göre kişilerin problem çözme becerilerini algılama şekillerinin kişilerin interneti kullanım amaçları ile açıklanma oranı %41'dir.

Takip eden Post-Hoc Tukey analizlerinde ikili grupların ortalama farklarına bakılmış ve interneti ödev amaçlı kullananlar ile oyun amaçlı kullananlar arasında anlamlı fark olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 6.6). Buna göre interneti oyun amaçlı kullananlar kendilerini ödev amaçlı internet kullananlara göre problem çözmeye daha yetersiz bulmaktadırlar.

Tablo 6.7: Kişilerin İnterneti Sıklıkla Kullanma Amaçlarına Dair Ortalamalar ve Standart Sapmalar (Problem Çözme Becerisi)

İnterneti Sıklıkla Kullanma Amacı	Ort.	SS
Ödev	87.22	2.46
Sohbet	90.58	2.54
Sosyal Medya	94.38	2.62
Oyun	93.53	3.12
Araştırma	91.97	3.26

### 6.3.2. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerilerinden Aceleci Yaklaşım Üzerine Etkisi

Araştırmanın demografik bilgiler kısmında sorulan ve kişilerin kimlerle yaşadığı, interneti sıklıkla hangi amaçla kullandıkları, interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yararlandıkları, arkadaşlarıyla sosyalleşirken en çok hangi yöntemi tercih ettikleri ve internet erişimlerinin varlığıyla ilgili elde edilen bilgilerin problem çözme becerisinde kullanılan aceleci yaklaşım üzerinde etkisi, tek yönlü varyans analizleri ile test edilmiştir. Analiz sonucunda kişilerin interneti hangi amaçla kullandıklarının problem çözme becerisinde kullanılan aceleci yaklaşım üzerinde anlamlı ana etkisi bulunmuştur  $F(7, 473) = 2.37, p = .02$ . Kişilerin interneti hangi amaçla kullandıkları ile problem çözme becerisinde kullandıkları aceleci yaklaşım arasındaki ilişkinin kuvveti eta kare ile ölçülmüş ( $\eta^2$ ) ve orta dereceli olduğu bulunmuştur. Buna göre

kişilerin problem çözme becerisinde aceleci yaklaşımı kullanmalarının, kişilerin interneti kullanım amaçları ile açıklanma oranı %34'tür. Ancak takip eden Post-Hoc Tukey analizlerinde ikili grupların ortalama farklarına bakılmış ve herhangi bir anlamlı sonuç bulunamamıştır. Bunun nedeninin Levene's testi sonucunda görülen, gruplar arası homojen dağılımın olmamasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

### **6.3.3. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisinde Kullanılan Düşünen Yaklaşım Üzerine Etkisi**

Araştırmanın demografik bilgiler kısmında sorulan ve kişilerin kimlerle yaşadığı, interneti sıklıkla hangi amaçla kullandıkları, interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yaralandıkları, arkadaşlarıyla sosyalleşirken en çok hangi yöntemi tercih ettikleri ve internet erişimlerinin varlığıyla ilgili elde edilen bilgilerin problem çözme becerisinde kullanılan düşünen yaklaşım üzerinde etkisi, tek yönlü varyans analizleri ile test edilmiştir. Analiz sonucunda kişilerin interneti hangi amaçla kullandıklarının problem çözme becerisinde kullanılan düşünen yaklaşım üzerinde anlamlı ana etkisi bulunmuştur  $F(7, 473) = 4.39, p = .00$ . Kişilerin interneti hangi amaçla kullandıkları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin kuvveti yine eta kare ile ölçülmüş ( $\eta^2$ ) ve yüksek dereceli olduğu bulunmuştur. Buna göre kişilerin problem çözme becerisinde düşünen yaklaşımı kullanmalarının, kişilerin interneti kullanım amaçları ile açıklanma oranı %61'dir.

Takip eden Post-Hoc Tukey analizlerinde ikili grupların ortalama farklarına bakılmış, interneti ödev amaçlı kullananlar ile oyun amaçlı kullananlar arasında ve oyun amaçlı kullananlar ile araştırma amaçlı kullananlar arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 6.8). Buna göre interneti ödev amaçlı kullananlar oyun amaçlı internet kullananlara göre problem çözmeye daha fazla düşünen yaklaşımı tercih etmektedirler. Aynı zamanda interneti oyun amaçlı kullananların araştırma amaçlı internet kullananlara göre problem çözmeye daha fazla düşünen yaklaşımı tercih ettikleri görülmektedir.

Tablo 6.8: Kişilerin İnterneti Sıklıkla Kullanma Amaçlarına Dair Ortalamalar ve Standart Sapmalar (Düşünen Yaklaşım)

İnterneti Sıklıkla Kullama Amacı	Ort.	SS
Ödev	33.47	0.59
Sohbet	13.23	0.60
Sosyal Medya	14.28	0.62
Oyun	13.23	0.74
Araştırma	12.74	0.77

#### **6.3.4. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisinde Kullanılan Kaçınan Yaklaşım Üzerine Etkisi**

Araştırmanın demografik bilgiler kısmında sorulan ve kişilerin kimlerle yaşadığı, interneti sıklıkla hangi amaçla kullandıkları, interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yaralandıkları, arkadaşlarıyla sosyalleşirken en çok hangi yöntemi tercih ettikleri ve internet erişimlerinin varlığıyla ilgili elde edilen bilgilerin problem çözme becerisinde kullanılan kaçınan yaklaşım üzerinde etkisi, tek yönlü varyans analizleri ile test edilmiştir. Analiz sonucunda herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanamamıştır.

#### **6.3.5. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisinde Kullanılan Değerlendirici Yaklaşım Üzerine Etkisi**

Araştırmanın demografik bilgiler kısmında sorulan ve kişilerin kimlerle yaşadığı, interneti sıklıkla hangi amaçla kullandıkları, interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yaralandıkları, arkadaşlarıyla sosyalleşirken en çok hangi yöntemi tercih ettikleri ve internet erişimlerinin varlığıyla ilgili elde edilen bilgilerin problem çözme becerisinde kullanılan değerlendirici yaklaşım üzerinde etkisi, tek yönlü varyans analizleri ile test edilmiştir. Analiz sonucunda herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanamamıştır.



### **6.3.6. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisinde Kullanılan Kendine Güvenli Yaklaşım Üzerine Etkisi**

Araştırmanın demografik bilgiler kısmında sorulan ve kişilerin kimlerle yaşadığı, interneti sıklıkla hangi amaçla kullandıkları, interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yararlandıkları, arkadaşlarıyla sosyalleşirken en çok hangi yöntemi tercih ettikleri ve internet erişimlerinin varlığıyla ilgili elde edilen bilgilerin problem çözme becerisinde kullanılan kendine güvenli yaklaşım üzerinde etkisi, tek yönlü varyans analizleri ile test edilmiştir. Analiz sonucunda herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanamamıştır.

### **6.3.7. Demografik Bilgilerin Problem Çözme Becerisinde Kullanılan Planlı Yaklaşım Üzerine Etkisi**

Araştırmanın demografik bilgiler kısmında sorulan ve kişilerin kimlerle yaşadığı, interneti sıklıkla hangi amaçla kullandıkları, interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yararlandıkları, arkadaşlarıyla sosyalleşirken en çok hangi yöntemi tercih ettikleri ve internet erişimlerinin varlığıyla ilgili elde edilen bilgilerin problem çözme becerisinde kullanılan planlı yaklaşım üzerinde etkisi, tek yönlü varyans analizleri ile test edilmiştir. Analiz sonucunda kişilerin interneti hangi amaçla kullandıklarının ve interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yararlandıklarının problem çözme becerisinde kullanılan planlı yaklaşım üzerinde anlamlı ana etkisi bulunmuştur  $F(7, 473) = 2.65, p = .01$ ;  $F(1, 473) = 4.65, p = .03$ . Kişilerin interneti kullanırken sahip oldukları amaç ile problem çözme becerisinde planlı yaklaşım kullanmaları arasındaki ilişkinin gücü eta kare ile ölçülmüş ( $\eta^2$ ) ve orta dereceli olduğu bulunmuştur. Buna göre kişilerin problem çözme becerisinde planlı yaklaşımı kullanmalarının, kişilerin interneti kullanım amaçları ile açıklanma oranı %38'dir. Ayrıca, kişilerin interneti hangi araçlarla kullandıkları ile problem çözme becerisinde planlı yaklaşım kullanmaları arasındaki ilişkinin kuvveti yine eta kare ile ölçülmüş ( $\eta^2$ ) ve düşük dereceli olduğu bulunmuştur. Buna göre kişilerin problem çözme becerisinde düşünen yaklaşımı kullanmalarının, kişilerin interneti kullanım amaçları

ile açıklanma oranı %10'dur. Ancak takip eden Post-Hoc Tukey analizlerinde ikili grupların ortalama farklarına bakılmış ve herhangi bir anlamlı sonuç bulunamamıştır. Bunun nedeninin Levene's testi sonucunda görülen, gruplar arası homojen dağılımın olmamasından kaynaklı olduğu düşünülmektedir.

### **6.3.8. Demografik Bilgilerin Kendilik Algısı Üzerine Etkisi**

Araştırmanın demografik bilgiler kısmında sorulan ve kişilerin kimlerle yaşadığı, interneti sıklıkla hangi amaçla kullandıkları, interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yaralandıkları, arkadaşlarıyla sosyalleşirken en çok hangi yöntemi tercih ettikleri ve internet erişimlerinin varlığıyla ilgili elde edilen bilgilerin kendilik algısı üzerindeki etkisi, tek yönlü varyans analizleri ile test edilmiştir. Analiz sonucunda kişilerin interneti hangi amaçla kullandıklarının, arkadaşlarıyla, sosyalleşmede hangi yöntemi tercih ettiklerinin ve internet erişimlerinin olup olmasının kendilik algısı üzerinde anlamlı ana etkisi bulunmuştur  $F(7, 473) = 2.65, p = .01$ ;  $F(2, 473) = 3.95, p = .02$ ;  $F(1, 473) = 14.59, p = .00$ . Kişilerin interneti kullanırken sahip oldukları amaç ile kendilik algısı arasındaki ilişkinin gücü eta kare ile ölçülmüş ( $\eta^2$ ) ve orta dereceli olduğu bulunmuştur. Buna göre kişilerin olumlu bir kendilik algıları olması, kişilerin interneti kullanım amaçları ile açıklanma oranı %38'dir. Ayrıca, kişilerin arkadaşları ile sosyalleşirken hangi yönetimi kullandıkları ile kendilik algıları arasındaki ilişkinin kuvveti yine eta kare ile ölçülmüş ( $\eta^2$ ) ve orta dereceli olduğu bulunmuştur. Buna göre kişilerin kendilik algılarının olumlu olmasının, kişilerin arkadaşlarıyla sosyalleşirken tercih ettikleri yöntemler ile açıklanma oranı %16'dır. Son olarak, internet erişimlerinin olup olmaması ile kendilik algıları arasındaki ilişkinin kuvveti yine eta kare ile ölçülmüş ( $\eta^2$ ) ve orta dereceli olduğu bulunmuştur. Buna göre kişilerin kendilik algılarının olumlu olmasının, kişilerin internet erişimleri olup olmaması ile açıklanma oranı %30'dur.

Takip eden Post-Hoc Tukey analizlerinde ikili grupların ortalama farklarına bakılmış, interneti ödev amaçlı kullananlar ile araştırma amaçlı kullananlar arasında ve ödev amaçlı kullananlar ile sosyal medya amaçlı kullananlar arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 6.9). Buna göre interneti ödev amaçlı kullananlar araştırma amaçlı internet kullananlara göre daha olumlu kendilik algısına

sahiptir. Aynı zamanda interneti ödev amaçlı kullananların sosyal medya amaçlı internet kullananlara daha olumlu bir kendilik algısına sahip oldukları ettikleri görülmektedir.

Tablo 6.9: Kişilerin İnterneti Sıklıkla Kullanma Amaçlarına Dair Ortalamalar ve Standart Sapmalar (Kendilik Algısı)

İnterneti Sıklıkla Kullanma Amacı	Ort.	SS
Ödev	85.33	1.69
Sohbet	79.92	1.74
Sosyal Medya	80.02	1.80
Oyun	81.35	2.14
Araştırma	76.01	2.32

### 6.3.9. Demografik Bilgilerin İnternet Bağımlılığı Üzerine Etkisi

Araştırmanın demografik bilgiler kısmında sorulan ve kişilerin kimlerle yaşadığı, interneti sıklıkla hangi amaçla kullandıkları, interneti kullanırken sıklıkla hangi araçtan yaralandıkları, arkadaşlarıyla sosyalleşirken en çok hangi yöntemi tercih ettikleri ve internet erişimlerinin varlığıyla ilgili elde edilen bilgilerin internet bağımlılığı üzerindeki etkisi, tek yönlü varyans analizleri ile test edilmiştir. Analiz sonucunda kişilerin interneti hangi amaçla kullandıklarının ve arkadaşlarıyla sosyalleşmede hangi yöntemi tercih ettiklerinin internet bağımlılığı üzerinde anlamlı ana etkisi bulunmuştur  $F(7, 473) = 4.27, p = .00$ ;  $F(2, 473) = 11.53$ . Kişilerin interneti kullanırken sahip oldukları amaç ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin gücü eta kare ile ölçülmüş ( $\eta^2$ ) ve orta dereceli olduğu bulunmuştur. Buna göre kişilerin olumlu bir internet bağımlısı olması, kişilerin interneti kullanım amaçları ile açıklanma oranı %59'dur. Ayrıca, kişilerin arkadaşları ile sosyalleşirken hangi yönetimi kullandıkları ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin kuvveti yine eta kare ile ölçülmüş ( $\eta^2$ ) ve orta dereceli olduğu bulunmuştur. Buna göre kişilerin internet bağımlısı olmasının, kişilerin arkadaşlarıyla sosyalleşirken tercih ettikleri yöntemler ile açıklanma oranı %46'dır.

Takip eden Post-Hoc Tukey analizlerinde ikili grupların ortalama farklarına bakılmış, interneti ödev amaçlı kullananlar ile sohbet amaçlı kullananlar arasında, oyun amaçlı kullananlar ile ödev amaçlı kullananlar arasında, ödev amaçlı

kullananlar ile sosyal medya amaçlı kullananlar arasında, araştırma amaçlı kullananlar ile oyun amaçlı kullananlar arasında, araştırma amaçlı kullananlar ile sosyal medya amaçlı kullananlar arasında ve sohbet amaçlı kullananlar ile oyun amaçlı kullananlar arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 6.10). Buna göre sohbet amaçlı, oyun amaçlı ve sosyal medya amaçlı kullananların ödev amaçlı kullananlara oranla daha fazla internet bağımlılığı geliştirdiği ve yine oyun ve sosyal medya amaçlı kullananların araştırma amaçlı kullananlara oranla daha fazla internet bağımlılığı geliştirdiği görülmüştür.

Tablo 6.10: Kişilerin İnterneti Sıklıkla Kullanma Amaçlarına Dair Ortalamalar ve Standart Sapmalar (İnternet Bağımlılığı)

İnterneti Sıklıkla Kullanma Amacı	Ort.	SS
Ödev	21.87	1.30
Sohbet	26.69	1.34
Sosyal Medya	31.74	1.38
Oyun	33.74	1.65
Araştırma	26.59	1.72

Ayrıca, yine takip eden Post-Hoc Tukey analizlerinde ikili gurupların ortalama farklarına bakılmış, arkadaşlarıyla sosyalleşme yöntemlerinden yüz yüze konuşmayı tercih edenler ile sosyal medya üzerinden haberleşmeyi tercih edenler arasında ve telefon ile görüşmeyi tercih edenler ile ödev sosyal medya üzerinden haberleşmeyi tercih edenler arasında anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur (bkz. Tablo 6.11). Bu durumda, arkadaşlarıyla görüşmek için sosyal medya kullananların yüz yüze ve telefonla görüşenlere göre daha fazla internet bağımlılığı geliştirdikleri görülmüştür.

Tablo 6.11: Kişilerin Arkadaşlarıyla Sosyalleşirken Kullandığı Yöntemlere İlişkin Ortalamalar ve Standart Sapmalar

Arkadaşlarıyla Sosyalleşirken Kullandığı Yöntem	Ort.	SS
Yüz yüze görüşmek	24.76	0.88
Telefonla konuşmak	26.25	1.35
Sosyal medya üzerinden haberleşmek	31.18	1.03

#### **6.4. Haftalık Facebook Kullanımı ile Yaş ve Gelir Durumunun İlişkilendirilmesi**

Yapılan Pearson korelasyon testlerinde haftalık Facebook kullanımı ile yaş ( $r = .105$ ) ve gelir durumu ( $r = -.099$ ) arasında anlamlı ilişki bulunmuştur  $p < .05$ . Buna göre yaş arttıkça haftalık Facebook kullanımı da artmaktadır. Ayrıca gelir durumu ile Facebook kullanımı arasındaki ilişki ters orantılıdır. Sonuç olarak gelir durumu düştükçe Facebook kullanımı artmaktadır.

#### **6.5. Haftalık Whatsapp Kullanımı ile Yaş ve Gelir Durumunun İlişkilendirilmesi**

Yapılan Pearson korelasyonu testlerinde haftalık Whatsapp kullanımı ile gelir durumu ( $r = .086$ ) arasında anlamlı ilişki bulunmuştur  $p < .05$ . Bunun yanında yaş ile haftalık Whatsapp kullanımı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu sonuçlara göre gelir durumu arttıkça Whatsapp kullanımı artmaktadır. Bu durum gelir durumu azaldıkça Whatsapp kullanımının düştüğü bilgisini de desteklemektedir.

#### **6.6. Haftalık Snapchat Kullanımı ile Yaş ve Gelir Durumunun İlişkilendirilmesi**

Pearson korelasyonu sonucu haftalık Snapchat kullanımı ile yaş ( $r = -.135$ ) arasında negatif bir ilişki vardır  $p < .01$ . Diğer taraftan kişilerin gelir durumları ile haftalık Snapchat kullanımı arasında herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır  $p > .05$ . Buna göre yaş arttıkça haftalık Snapchat kullanımı düşmektedir.

#### **6.7. Haftalık Skype Kullanımı ile Yaş ve Gelir Durumunun İlişkilendirilmesi**

Pearson korelasyon analizi sonucuna göre haftalık Skype kullanımı ile yaş ( $r = .087$ ) arasında anlamlı bir ilişki vardır  $p < .05$ . Elde edilen analiz sonuçlarına göre gelir durumu ile haftalık Skype kullanımı arasında anlamlı bir ilişki yoktur  $p > .05$ . Bu sonuca göre haftalık Skype kullanımı yaş arttıkça artmaktadır.

## **6.8. Haftalık Foursquare, Instagram ve Twitter Kullanımı ile Yaş ve Gelir Durumunun İlişkilendirilmesi**

Yapılan Pearson korelasyon analizler sonucunda yaş ve gelir durumu ile haftalık Instagram, Twitter ve Foursquare kullanımı arasında herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır  $p > .05$ . Anlamlı ilişkiye rastlanmaması kişilerden toplanan verilerin söz konusu sosyal paylaşım uygulamalarının birbirinden farklı varyanslarda temsil edilmiş olmasından kaynaklanabilir.

## 7. TARTIŞMA VE SONUÇ

Genel olarak ele alındığında, çalışmanın hipotezlerinin desteklendiği görülmektedir. Kişilerin kendilik algısı olumlu oldukça problem çözme becerisi algıları da yükselmektedir hipotezinin Pearson korelasyon testleri sonucunda kendilik algısının problem çözme becerisinin tüm alt ölçekleriyle anlamlı derece de ilişkili bulunmasıyla birlikte doğrulanabilir olduğu görülmüştür. Bununla birlikte ilgili literatürde, kişilerin kendilik algıları olumlu oldukça, problem çözerken daha doğru kararlar verebilme olasılığının yükseleceğini ve buna bağlı olarak problem çözme becerisi algısının olumlu yönde gelişeceğini belirten çalışmalar bulunmaktadır (Odacı ve Çelik, 2011). Kişilerin internet bağımlılık dereceleri arttıkça problem çözme becerisi algıları düşmektedir hipotezinin Pearson korelasyon testleri sonucunda internet bağımlılığı ve problem çözme becerisi ile tüm alt ölçekleri arasında anlamlı ilişki bulunmasıyla birlikte doğrulanabilir olduğu görülmüştür. Bununla birlikte internet bağımlılığı ve problem çözme arasındaki ilişkiyi inceleyen, literatürde bulunan diğer çalışmalarda internet bağımlılığının problem çözme becerisindeki algıyı bozduğuna dair çalışmalar bulunmaktadır (Lee ve Known, 2001; Lin ve Tsai, 2002; Akt., Known, 2008). Kişilerin internet bağımlılıkları arttıkça kendilik algıları olumsuz yönde gelişmektedir hipotezinin Pearson korelasyon testleri sonucunda internet bağımlılığı ile kendilik algısı arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmasıyla birlikte doğrulanabilir olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, ilgili literatürde Odacı ve Çelik (2011) tarafından yapılan çalışmada problemleri internet kullanımı ile kendilik algısı arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu gösterilmiştir. Çalışmanın ileride yapılacak internet bağımlılığının olumsuz etkilerini ve problem çözme becerisi ve kendilik algısını incelemek isteyen çalışmalara yol göstermesi bakımından önemli bir etkiye sahip olacağı düşünülmektedir

## 7.1. Sınırlılıklar ve Öneriler

Araştırma bazı sınırlılıklar taşımaktadır. Bu sınırlılıklar çerçevesinde ileride yapılacak çalışmalarda şu noktalara dikkat edilmelidir:

- a. Çalışmanın yalnızca üniversite öğrencileri ile yapılması sonuçların genellenebilmesi adına yetersiz kalmasına neden olmaktadır. Bu bağlamda ileride çeşitli yaş guruplarıyla yapılacak çalışmalar daha verimli olacaktır.
- b. Bireylerin internetin güvenli ve doğru kullanımına ilişkin bilinçlendirilmesi oluşacak zararlı internet alışkanlıklarının giderilmesi ve internet bağımlılığının önüne geçilmesi adına önemlidir. Özellikle günümüzün artan internet kullanımı ortamında toplumu bilinçlendirme çabalarına daha fazla önem verilmelidir.
- c. Özellikle Türkiye’de psikolojik danışmanlıkların internet alışkanlıklarının belirlenmesi ve yönlendirilmesiyle ilgili olarak daha fazla çalışma yapmasına ihtiyaç vardır. Bu bağlamda yapılacak çalışmalar ülkenin bilinçlendirilmesi adına önemli bilgiler sunacaktır.



## KAYNAKLAR

- Adalı, S. ve Jennifer G. (2012). *Predicting Personality With Social Behavior*. IEEE/ACM International Conference on Advances in Social Networks Analysis and Mining, 8, Istanbul, Turkey.
- Akar, E. (2010). *Sosyal Medya Pazarlaması: Sosyal Webde Pazarlama Stratejleri*. Efil Yayınevi, Ankara.
- Aksan, N. ve Sözer, M.A. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Epistemolojik İnançları ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkiler. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1).
- Altuntek, N.S. (2008). Benlik ve Kültür: Namus Kavramına Simgesel-Bilişsel Bir Yaklaşım. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 25(2).
- Anderson, K.J. (2001). Internet Dependency and Psychosocial Maturity Among College Students, *Journal Am College Health*, 50, 21-26.
- Arkonaç, S.A. (1993). *Psikoloji: Zihin Süreçleri Bilimi*. Alfa.
- Arı, M. ve Yaban, E. H. (2012). 9-11 Yaşındaki Çocukların Sosyal Problem Çözme Becerilerinde Cinsiyet ve Yaş Farklılıkları. *Education*, 37, 164.
- Armstrong, L., Phillips, J. G. ve Saling, L. L. (2000). Potential Determinants of Heavier İnternet Usage. *International Journal of Human-Computer Studies*, 53(4), 537-550.
- Aydoğdu, M. ve Ayaz, M.F. (2008). Matematikte Öğrencilere Problem Çözme Yeteneğinin Kazandırılması. *e-Journal of New World Sciences Academy (NWSA)*, 3(4).

Aydın, B. (1996). Benlik Kavramı ve Ben Şemaları. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8, 41-47.

Aydın, M. (2009). *Sorun Çözme Becerisi ile Yaratıcılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilimdalı, Yüksek Lisans Tezi.

Ashby J.S., Kottman T., Draper, K. ve ark. (2002) Social Interest and Locus of Control: Relationship and Implications. *J Individual Psychol*, 58(1): 52-61.

Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., Smith, E.E., Bem, D.J., ve Hoeksema, S.N. (1996). *Psikolojiye Giriş*. Arkadaş Yay, Ankara.

Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (2002). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. Remzi Kitabevi.

Barnes, S. J. ve Böhringer, M. (2011). Modeling Use Continuance Behaviour in Microblogging Services: The Case of Twitter. *Journal of Computer Information Systems*, 51(4), 1-10.

Basım, H.N., Çetin, F. ve Meydan, C.H. (2008). Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımlarında Kontrol Odağının Rolü. *Selcuk University Social Sciences Institute Journal*, 21, 57-69.

Bayazit, İ. (2013). İlköğretim 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Gerçek-Yaşam Problemlerini Çözerken Sergiledikleri Yaklaşımlar ve Kullandıkları Strateji ve Modellerin İncelenmesi.

*Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri • Educational Sciences: Theory & Practice* - 13(3), 1903-1927.

Baydoğan, M. ve Dağ, İ. (2008). Hemodiyaliz Hastalarındaki Depresiflik Düzeyinin Yordanmasında Kontrol Odağı, Öğrenilmiş Güçlülük ve Sosyotropi-Otonomi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(1), 19-28.

Bem, D.J. (1972). Self-Perception Theory. *Advances in Experimental Social Psychology*, 6, 1-

62.

Borges, B. (2009). *Marketing 2.0 Bridging the Gap Between Seller and Buyer Through Social Media Marketing*. Wheatmark.

Boyd, D.M. ve Ellison N.B. (2008). Social Network Site: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer- Mediated Communication*, 13, 210-230

Chi, M.T., Glaser, R. ve Rees, E. (1981). *Expertise in Problem Solving. Advances in the Psychology of Human Intelligence*, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Comm, J. ve Burge, K. (2009). *Twitter Power, How to Dominate Your Market One Tweet at a Time*, Published by John Wiley & Sons Inc., New Jersey.

Conway, M.A., Pleydell-Pearce C.W. (2000). The Construction of Autobiographical Memories in the Self-Memory System. *Psychol Rev*, 107(2), 261-88.

Correa, T., Hinsley, A.W. ve Gil de Zúñiga, H. (2010). Who Interacts on the Web?: The Intersection of Users "Personality and Social Media Use". *Computers in Human Behavior*, 26, 247-253.

Cross, R., ve Parker, A. (2004). *Sosyal Şebekelerin Saklı Gücü*. Çeviren A. Kardam. Türk Henkel Yayınları, İstanbul.

Cüceloğlu, D. (2006). *İnsan ve Davranışı: Psikolojinin Temel Kavramları*. Remzi Kitabevi.

Çam, S. ve Tümkaya. S. (2008). Kişilerarası Problem Çözme Envanteri Lise Öğrencileri Formu'nun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5, 1-17.

ODACI, H., & ÇELİK, Ç. B. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Problemlerini İnternet Kullanımlarının Akademik Öz - Yeterlik, Akademik Erteleme ve Yeme Tutumları İle İlişkisi. *NWSA: Education Sciences*, 7(1), 389-403.

Dal, N.E. ve Dal V. (2014) Kişilik Özellikleri Ve Sosyal Ağ Sitesi Kullanım Alışkanlıkları: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11, 144-162.

Dawley, L. (2009). Social Network Knowledge Construction: Emerging Virtual World Pedagogy. *On The Horizon*, (17)2, 109-121.

Dellarocas, C. (2003). The Digitization of Word-of-Mouth: Promise and Challenges of 152 Online Feedback Mechanism. *Management Science*, (49)10, 1407-1424.

DesMarais, C. (2013). *Facebook's Instagram Says It Has 90 Million Monthly Active Users*. PC World.

D'Zurilla, T.J. ve Goldfried, M.R. (1971). Problem Solving and Behavior Modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78(1), 107-126.

Dreyfus, S.E., ve Dreyfus, H.L. (1980). *A Five-Stage Model of the Mental Activities Involved in Directed Skill Acquisition (Technical report ORC-80-2)*. Berkeley, CA: Operations Research Center, University of California.

Ekinci, B. (2014). The Relationship Between Problematic Internet Entertainment Use and Problem Solving Skills Among University Students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12(5), 607-617.

Enç , M. (1982). *Eğitim Ruhbilimi*. İstanbul: Aka Kitabevi.

Erdoğan N., (2004). İlköğretim Yöneticilerinin Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Esen, E. ve Siyez, D.M. (2011). Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 127-138.

Evans, D. (2008). *Social Media Marketing An Hour A Day*. Wiley Publishing Inc, Indiana.

Facebook (2014). Facebook Acquires WhatsApp (Press Release) February 19, 2014

Fellows, L. K. (2004). The Cognitive Neuroscience of Human Decision Making: A Review and Conceptual Framework. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 3(3), 159-172.

Fırlar, G.B. (2010). *Dijital Geleceğe Hazılanmak: Bilgi ve Yenilik Yaratma*. Teknolojinin Pazarlama İletişime Etkileri içinde. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

Fiske, S. ve Taylor, S.E. (1991). *Social Cognition*. New York: McGraw-Hill.

Franzoi, S.L. (1983). Self-Concept Differences as a Function of Private Self-Consciousness and Social Anxiety. *Journal of Research in Personality*, 17(3), 275-287.

Frommer, D. (2010). Here's How To Use Instagram. Business Insider.

Gagne, R.M. (1959). Problem Solving and Thinking. *Annual Review of Psychology*, 10(1), 147-172.

Geçtan, E. (2002). *Psikanaliz ve sonrası*. Metis Yayınları.

Gosling, S.D., Augustine, A.A., Vazire, S., Holtzman, N. ve Gaddis, S. (2011). Manifestations of Personality in Online Social Network: Self-Reported Facebook-Related Behaviors and Observable Profile Information”, *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*, 14, 9.

Gunelius, S. (2011). *30 Minute Social Media Marketing*. McGraw Hill, New York.

Güler, M. ve Yetim, Ü. (2008). Ebeveyn Rolüne İlişkin Kendilik Algısı Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 11(22), 34-43.

Gülsoy, T. (2009). *Değişen İletişim Ortamında Etkileşimli Pazarlama*. Etkileşimli Medya ve Pazarlama Terimler Sözlüğü içinde. Doğan Kitap, İstanbul.

Güngör, M. (2013). Öğretmen Adaylarının Problem Çözme Becerisinin Sosyo-Ekonomik Yapı, Aile Tipi ve Aile Tutumları ile İlişkisinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(3), 1071-1088.

Haaga, D.A., Fine, J.A., Terrill, D.R., Stewart, B. L. ve Beck, A. T. (1995). Social Problem-Solving Deficits, Dependency, and Depressive Symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 19(2), 147-158.

- Harris, L. ve Rae, A. (2009). Social Networks: The Future of Marketing for Small Business. *Journal of Business Strategy*, (30)5, 24-31.
- Hazar, M. (2011). Sosyal Medya Bağımlılığı-Bir Alan Çalışması. *Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 32, 152.
- Heppner, P. P., & Peterson, C. H. (1982). The development and Implications of a Personal Problem Solving Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29, 66-75.
- Hewitt, J.P. (2009). *Oxford Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press. 217–224
- Hsu, C.L., Liu, C.C. ve Lee, Y.D. (2010). Effect of Commitment and Trust Towards Microblogs on Consumer Behaviour Intention: A Relationship Marketing Perspective. *International Journal of Electronic Business Management*, 8 (4), 292-303.
- Hughes, D.J., Rowe, M., Batey, M. ve Lee, A. (2012). A Tale of Two Site: Twitter vs Facebook and the Personality Predictors of Social Media Usage. *Computers in Human Behavior*, 28, 561–569.
- İşlek, M.S. (2012). Sosyal Medyanın Tüketici Davranışlarına Etkileri: Türkiye’deki Sosyal Medya Kullanıcıları Üzerine Bir Araştırma. Yayınlanmamış Tez, Karamanoğlu Mehmet Bey İşletme Ana Bilim Dalı.
- İşmen, A.E. (2001). Duygusal Zeka ve Problem Çözme. M.Ü. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13, 111-124.
- İyiler, Z. (2009). *Elektronik Ticaret ve E-Pazarlama*. Dış Ticaret Müsteşarlığı, Ankara.
- Jonassen, D.H. (2000). Toward a Design Theory of Problem Solving. *Educational Technology Research and Development*, 48(4), 63-85.
- Jonassen, D.H. (1997). Instructional Design Models for Well-Structured and Ill-Structured Problem-Solving Learning Outcomes. *Educational Technology Research and Development*, 45(1), 65-94.

- John, O.P., & Robins, R.W. (1994). Accuracy and Bias in self-Perception: Individual Differences in Self-Enhancement and the Role of Narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(1), 206-219.
- Kaplan, A.M., ve Haenlein, M. (2010). Users of the World, Unite! The Challenges and Opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 53, 59-68.
- Kara, Y. ve Coşkun, A. (2012). Sosyal Ağların Pazarlama Aracı Olarak Kullanımı: Türkiye'deki Hazır Giyim Firmaları Örneği. *Afyon Kocatepe Üniversitesi IIBF Dergisi*, 15: 2.
- Karlı, E. (2008). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve psikosomatik bozukluklar.
- Kenan, A., ve Shiri, A. (2009). Sociability and Social Interaction on Social Networking Websites. *Library Review*, 58 (6).
- Kerber, C.S. (2005). Problem and Pathological Gambling Among College Athletes. *AnnClinical Psychiatry*, 17(4), 243-247.
- Kır, İ. ve Sulak, Ş. (2014). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(51), 150-167.
- Kim, W., Jeong, O-R., Lee, S-W. (2010). On Social Web Sites. *Information Systems* 35, 215-236.
- Kircher, T., ve David, A. (2003). *The self in neuroscience and psychiatry*. Cambridge University Press.
- Kohut, Heinz. Kendiliğin Çözülmesi. Çev: Atbaşoğlu, Cem. Büyükkal, Banu. İşcan, Cüneyt. Metis yayınları. Basım 3.
- Koç, V. (2008). Kişilerarası Tarz, Kendilik Algısı, Öfke ve Depresyon. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Koch, W.H. ve Pratarelli, M.E. (2004). Effects of Intro/Extraversion and Sex on Social Internet Use. *North American Journal of Psychology*, 6(3), 371-382.
- Köksal, Y., Özdemir, Ş. (2013). Bir İletişim Aracı Olarak Sosyal Medya'nın Tutundurma

- Köseoğlu, Ö. (2012). Sosyal Ağ Sitesi Kullanıcılarının Motivasyonları: Facebook Üzerine Bir Araştırma. *Selçuk Üniversitesi İletişim Dergisi*, 7(2), 58-81
- Kwon, J. H., Chung, C. S., ve Lee, J. (2011). The Effects of Escape From Self and Interpersonal Relationship on the Pathological Use of Internet Games. *Community Mental Health Journal*, 47(1), 113-121.
- Loosemore, M., ve Lam, A. S. Y. (2004). The Locus of Control: A Determinant of Opportunistic Behaviour in Construction Health and Safety. *Construction Management and Economics*, 22(4), 385-394.
- Lister, M., Dovey, J., Giddings, S., Grant, I., ve Keiran, K. (2009). *New Media: A Critical Introduction*. Routledge Publishing, Newyork.
- Mayer, R. E. (1998). Cognitive, metacognitive, and motivational aspects of problem solving. *Instructional science*, 26(1-2), 49-63.
- Merriënboer, J. J. (2013). Perspectives on problem solving and instruction. *Computers & Education*, 64, 153-160.
- Morahan-Martin, J. & Schumacher, . (2000). Incidences and Correlates of Pathological Internet Use Among College Students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13-29.
- Morgan, C. T. (1999). Psikolojiye Giriş, 13. Baskı, *Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları*, Yayın, 1.
- Newell, A., ve Simon, H. A. (1972). *Human problem solving*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 104, 9.
- Niemz, K., Griffiths, M. ve Banyard, P. (2005). Prevalence of pathological internet use among university students and correlations with self-esteem, the general questionnaire and disinhibition. *CyberPsychology & Behavior*, 8(6), 562-570.
- Offer, D., ve Howard, K. I. (1972). An empirical analysis of the Offer self-image questionnaire for adolescents. *Archives of General Psychiatry*, 27(4), 529-533.



- Oğuztürk, Ö., Akça, F. ve Şahin, G. (2011). Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin bazı değişkenler üzerinden incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 14, 173-184.
- Onat, F., Alikılıç, Ö. A. (2008). Sosyal Ağ Sitelerinin Reklam ve Halkla İlişkiler Ortamları Olarak Değerlendirilmesi. *Journal of Yaşar University*, 3(9), 1111-1143.
- Ortigosa, A., Carro, R. M., & Quiroga, J.I. (2014). Predicting User Personality by Mining Social Interactions in Facebook. *Journal of Computer and System Sciences*, 80, 57-71.
- Ögel, K., Karadağ, F. ve Satgan, D. (2012). Psychometric Properties of the Addiction Profile Index Internet Addiction Form (BAPİNT). *Klinik Psikofarmoloji Bülteni*, 22(1), 110.
- Özkan, İ. (1994). Benlik Saygısını Etkileyen Etmenler. *Düşünen Adam*, 7(3), 4-9.
- Quercia, D., Kosinski, M., Stillwell, D., & Crowcroft, J. (2011). *Our Twitter Profiles, Our Selves: Predicting Personality with Twitter Privacy*, IEEE Third International Conference.
- Palmer, A., & Koenig-Lewis, N. (2009). An Experiential, Social Network-Based Approach to Direct Marketing. *Direct Marketing: An International Journal*, 3(3), 162-176.
- Polat, İ.H. (2009). Yeni Bir İletişim Ortamı, Yeni Bir Medya. *Değişen İletişim Ortamında Etkileşimli Pazarlama* içinde. Doğan Kitap, İstanbul.
- Rathbone, C.J., Moulin, C.J., ve Conway, M.A. (2009). Autobiographical Memory and Amnesia: Using Conceptual Knowledge to Ground the Self. *Neurocase*, 15(5), 405-418.
- Rubin, K. H., ve Krasnor, L. R. (1983). Age and Gender Differences in Solutions to Hypothetical Social Problems. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 4(3), 263-275.
- Rotter, J.B. (1966). Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1.

- Safko, L. (2010). *The Social Media Bible*. John Wiley and Sons, New Jersey.
- Safran, J. D. (1990). Towards a Refinement of Cognitive Therapy in Light of Interpersonal Theory: I. Theory. *Clinical Psychology Review*, 10(1), 87-105.
- Saygılı, G., ve Atahan, R. (2014). Üstün Zekâlı Çocukların Problem Çözmeye Yönelik Yansıtıcı Düşünme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Bakımından İncelenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2014(31).
- Schere, K. (1997). College Life On-Line: Healthy and Unhealthy Internet Use, *Journal of College Student Development*, 38,655-665
- Silvester, J., Anderson-Gough, F. M., Anderson, N. R., & Mohamed, A. R. (2002). Locus of Control, Attributions and Impression Management in the Selection Interview. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*,75(1), 59-76.
- Smith, D., Menon, S., & Sivakumar, K. (2005). Online Peer and Editorial Recommendations, Trust, and Choice in Virtual Markets. *Journal of Interactive Marketing*, 19(3): 15-37.
- Sohn, D. (2005). Interactive Media and Social Exchange of Market Information. (Yayınlanmamış Doktora Tezi) The University of Texas, Austin.
- Stieger, S., ve Burger, C. (2010). Implicit and explicit self-esteem in the context of internet addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(6), 681-688.
- Sweller, J. (1988). Cognitive Load During Problem Solving: Effects on Learning. *Cognitive Science*, 12(2), 257-285.
- Senemoğlu, N. (2007). *Gelişim Öğrenme ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya*. Gönül Yayıncılık.
- Şahin, N.H., Durak, A. ve Şahin, N., (1993), Sosyal Karşılaştırma Ölçeği: Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme. Ankara, *Türk Psikologlar Derneği Yayınları*.

- Şahin, N. H., Basim, H. N. ve Çetin, F. (2009). Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımlarında Kendilik Algısı ve Kontrol Odağı. *Türk Psikiyatri Dergisi*; 20(2), 153-163.
- Şahin, N., Şahin, N. H., & Heppner, P. P. (1993). Psychometric Properties of the Problem Solving Inventory in a Group of Turkish University Students. *Cognitive Therapy and Research*, 17(4), 379-396.
- Şenormancı, Ö., Şenormancı, G., Güçlü, O. ve Konkan, R. (2014). Attachment and Family Functioning in Patients with Internet Addiction. *General Hospital Psychiatry*, 36(2), 203-207.
- Topses, G. (2009). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*. Nobel.
- Tümkiye, S., ve İflazoğlu, U. A. (2000). Ç. Ü. Sınıf Öğretmenliği Öğrencilerinin Otomatik Düşünce ve Problem Çözme Düzeylerinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(6), 143-158.
- Tutar, H., Altınöz, M. ve Çakıroğlu, D.(2009). İşgörenlerin Kendilik Algılarının Bireysel Özellikler Bakımından Değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 490-496.
- Vatan, S. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri, Umutsuzluk, Çaresizlik ve Vural, B. A., ve Bat, M. (2010). Yeni Bir İletişim Ortamı Olarak Sosyal Medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine Yönelik Bir Araştırma. *Journal of Yaşar University*, 20(5), 3348-3382.
- Talihsizlik Düzeyleri ile Problem Çözme Yaklaşımları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 16(2), 88-97.
- Yang, S. C., ve Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet Addicts and Non-Addicts in Taiwanese High School. *Computers in Human Behavior*, 23(1), 79-96.
- Yağışan N., Sünbül A.M., Yücalan Ö.B. ve ark. (2007) Müzik Bölümü Öğrencilerinin Benlik İmgeleri ve Denetim Odaklarının İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22, 243-262.

Yağmurlu, A. (2010). Kamu Yönetiminde Halkla İlişkiler Ve Sosyal Medya. Selçuk İletişim, 7, 1.

Ye, Q., Law, R., Gu, B., ve Chen, W. (2011). The Influence of User-Generated Content on Traveler Behavior: An Empirical Investigation on the Effects of e-word-of-mouth to Hotel Online Bookings. *Computers in Human Behavior*, 27(2), 634-639.

Young, K.S. (2007). Cognitive Behavior Therapy with Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications. *CyberPsychology & Behavior*, 10(5), 671-679.

Young, K.S. (1996). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 3, 237-244.

Yurtsev, F. (2014). *Travel Agencies Use of Internet in North Cyprus*. Kıbrıs: Yayınlanmamış Master Tezi, Doğu Akdeniz Üniversitesi.

Zarella, D. (2010). *The social Media Marketing Book*. O'Reilly, Sebastopol, Kanada

## **İnternet:**

### **Elektronik Makale ve Yayınlar**

Alexa, (2011). <http://www.alex.com/topsites>.

ComScore, (2010), [www.comScoredatamine.com](http://www.comScoredatamine.com).

Goel, V. (2014). Creative Brains: Designing in the Real World. *Frontiers in Human Neuroscience*.

[http://www.frontiersin.org/Journal/Abstract.aspx?s=537&name=human\\_neuroscienc&ART\\_DOI=10.3389/fnhum.2014.00241](http://www.frontiersin.org/Journal/Abstract.aspx?s=537&name=human_neuroscienc&ART_DOI=10.3389/fnhum.2014.00241).

Ryan, K. (2009). Twitter Study.

Rouse, M. (t.y.). Internet. *TechTarget*. Erişim Tarihi 15 Nisan 2015

<http://searchwindevelopment.techtarget.com/definition/Internet>

WebWise Team. (2012). What is the Iternet? *BBC*. Erişim Tarihi 15 Nisan 2015

<http://www.bbc.co.uk/webwise/guides/what-is-the-internet>

### **Yazarsız Alıntılar**

E-Marketer, Social Networking Reaches Nearly One Four Around the World.

Facebook, [http://www.facebook-tr.com/?page\\_id=16812.05.2010](http://www.facebook-tr.com/?page_id=16812.05.2010).

Foursquare, [www.foursquare.com](http://www.foursquare.com).

Instagram (2013). [tr.instagram.com](http://tr.instagram.com).

Ofcom, (2008). [www.ofcom.org.uk](http://www.ofcom.org.uk).

Redbridge. (2008). Social Networking: The Basics

Rusli, E.M. (2013). Instagram Pictures Itself Making Money. The Wall Street Journal.

Skype, [skype.com](http://skype.com)

Snapchat, [snapchat.com](http://snapchat.com)

Socialmediadefined , [www.socialmediadefined.com/what-is-social-media](http://www.socialmediadefined.com/what-is-social-media).

The Wall Street Journal. (2013) Snapchat Spurned \$3 Billion Acquisition Offer from Facebook.

.

## **EKLER**

## **EK 1: Kişisel Bilgiler Formu**

### **Haliç Üniversitesi Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı Tez Çalışması Veri Toplama Formu**

Bu veri toplama formu yüksek lisans tezi kapsamında internet kullanma alışkanlığınız ile problemlerle baş etme beceriniz ve sosyal kendilik algınız arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla düzenlenmiştir. Elde edilecek bilgiler tamamen bilimsel amaca yönelik kullanılacak olup, isim belirtme zorunluluğunuz bulunmamaktadır. Veri toplama formunda yer alan soruları içtenlikle ve hiçbir soruyu atlamadan yanıtlamanız, araştırmanın bilimsel geçerliliği ve güvenilirliği açısından büyük önem taşımaktadır. Zaman ayırarak çalışmamıza katıldığınız için teşekkür ederiz.

#### **Sosyodemografik Veri Formu**

1. Cinsiyetiniz?
2. Yaşınız?
3. Medeni durumunuz nedir?
4. Kimlerle yaşamaktasınız?
  - a. Ailemle
  - b. Yalnız
  - c. Yurtta kalıyorum
  - d. Akrabalarım kalıyorum
  - e. Arkadaşım veya arkadaşlarımla kalıyorum
5. Ailenizin veya (çalışıyorsanız, aileden ayrı yaşıyorsanız v.b.) sizin gelir düzeyiniz nedir?

- a. 400 tl veya altı      b. 400 tl üstü – 800 tl altı      c. 800 tl üstü – 1200 tl altı  
d. 1200 tl üstü – 2000 tl altı      e. 2000 tl üstü – 3000 tl altı  
f. 3000 tl üstü – 5500 tl altı      g. 5500 tl ve üstü

6. İnternete en sık hangi amaçla girersiniz. (Oyun, chat, ödev, v.b. giriş amaçlarından en sık gerçekleştirdiğiniz 1 amacı yazınız).....

7. İnternete en sık hangi araçla girersiniz?

a. Kendi bilgisayarım/tabletimle girerim      b. Cep telefonumla girerim

c. İnternet kafeden girerim

8. Arkadaşlarınızla sosyalleşirken en çok hangi yolu seçersiniz?

a. Yüz yüze görüşürüm      b. Telefonla konuşurum

c. Sosyal medya üzerinden mesajlaşarak ve/veya benzeri yollarla haberleşirim (whatsapp, facebook v.b.)

9. Şu an yaşadığınız yerin (evinizin, öğrenci yurdunun v.b.) internet erişimi var mı?

a. Var      b. Yok

10. Haftada kaç gün aşağıdaki haberleşme araçlarını kullanırsınız. Aşağıdaki gün sayılarından birini işaretleyiniz.

(1). Facebook

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

(2). Twitter

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---



(3). Whatsapp

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

(4). Instagram

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

(5). Snapchat

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

(6). Skype

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

(7). Foursquare

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

## EK 2: Sosyal Karşılaştırma Ölçeği

### Kendilik Algısı Değerlendirmesi

Sizin de bildiğiniz gibi, hepimiz arada sırada kendimizi diğer insanlarla karşılaştırır ve kişiliğimize ilişkin bazı değerlendirmeler yaparız. Bu değerlendirmeler sonucunda kendimizle ilgili bazı fikirler ediniriz. **Sizin de kendinizle ilişkili bazı kişisel görüşleriniz** mutlaka vardır. Şimdi lütfen aşağıdaki sıfat çiftlerinden hangilerinin sizi daha iyi yansıttığını düşünerek kendinizi değerlendirmeye başlayın. Her sıfat çiftinde **sizi en iyi yansıtan sayıyı** bularak üzerine (X) işareti koyun. Sayılar **küçüldükçe “sol” taraftaki** sıfatların sizi en iyi yansıttığı; **büyüdükçe “sağ” taraftaki** sıfatların sizi en iyi yansıttığı anlamına gelmektedir.

<b>Yetersiz</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Yeterli/üstün</b>
<b>Beceriksiz</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Becerikli</b>
<b>Başarısız</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Başarılı</b>
<b>Sevilmeyen biri</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Sevilen biri</b>
<b>İçe dönük</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Dışa dönük</b>

<b>Yalnız</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Yalnız değil</b>
<b>Dışta bırakılmış</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Kabul edilmiş</b>
<b>Sabırsız</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Sabırlı</b>
<b>Hoşgörüsüz</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Hoşgörülü</b>
<b>Söyleneni yapan</b>	1	2	3	4	5	6	<b>İnisiyatif sahibi</b>
<b>Korkak</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Cesur</b>
<b>Kendine güvensiz</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Kendine güvenli</b>
<b>Çekingen</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Atılgan</b>
<b>Dağınık</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Düzenli</b>
<b>Pasif</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Aktif</b>
<b>Kararsız</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Kararlı</b>
<b>Antipatik</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Sempatik</b>
<b>Boyun eğici</b>	1	2	3	4	5	6	<b>Hakkını arayıcı</b>

*Sahin, N.H., Sahin, N. (1992). Adolescent Guilt, Shame and Depression in Relation to Sociotropy and Autonomy Paper presented at the World Congress of Cognitive Therapy, June 17-23, Toronto, Canada, 1992.*

### **EK 3: Problem Çözme Envanteri**

#### PÇE

Bu envanterin amacı, günlük yaşantınızdaki problemlerinize (sorunlarınıza) genel olarak nasıl tepki gösterdiğinizi belirlemeye çalışmaktır. Sözü ettiğimiz bu problemler, matematik ya da fen derslerinizdeki alışmış olduğunuz problemlerden farklıdır. Bunlar, kendini karamsar hissetme, arkadaşlarla geçinememe, bir mesleğe yönelme konusunda yaşanan belirsizlikler ya da boşanıp boşanmama gibi karar verilmesi zor konularda ve hepimizin başına gelebilecek türden sorunlardır. Lütfen aşağıdaki maddeleri elinizden geldiğince samimiyetle ve bu tür sorunlarla karşılaştığınızda tipik olarak nasıl davrandığınızı göz önünde bulundurarak cevaplandırın. Cevaplarınızı, bu tür problemlerin nasıl çözülmesi gerektiğini düşünerek değil, **böyle sorunlarla karşılaştığınızda gerçekten ne yaptığınızı düşünerek** vermeniz gerekmektedir. Bunu yapabilmek için kolay bir yol olarak her soru için kendinize şu soruyu sorun: “Burada sözü edilen davranışı be ne sıklıkla yaparım?”.

Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin:

- |                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| <i>1. Hep böyle davranırım</i>        | <i>4. Arada sırada böyle davranırım</i> |
| <i>2. Çoğunlukla böyle davranırım</i> | <i>5. Ender olarak böyle davranırım</i> |
| <i>3. Sıklıkla böyle davranırım</i>   | <i>6. Hiç böyle davranmam</i>           |

**Ne kadar sıklıkla böyle davranırsınız?**



T.C.  
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ  
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

SAYI : 78  
KONU:

30/06/2015

*Sayın;* Doç.Dr.Meral ÇULHA

Haliç Üniversitesi Etik Değerlendirme Kurulunca yapmış olduğunuz başvuru incelenmiş olup, danışmanı olduğunuz Müjgan Selvin CEYLAN'ın "Kişilerin Sosyal Açından Kendilik Algısı ve Problem Çözme Becerileri İle İnternet Bağımlılığı İlişkisi" isimli araştırması kurulumuzun 16.06.2015 tarihli toplantısında etik yönden uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize arz ederim.

*S. Kayalı*  
Prof.Dr.Eyüp Sabri KAYALI  
Etik Kurul Başkanı

T.C.  
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ  
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURUL KARARLARI

Tarih: 16.06.2015 Toplantı Sayısı: 05	Karar No :3
	Doç.Dr.Meral ÇULHA'nın yardımcı araştırmacı Müjgan Selvin CEYLAN ile araştırmayı planladığı "Kişilerin Sosyal Açından Kendilik Algısı ve Problem Çözme Becerileri İle İnternet Bağımlılığı İlişkisi" konulu çalışması incelendi, yapılan inceleme sonucunda araştırmacının etik yönden uygun olduğuna karar verildi.

ÜYELER

Adı-Soyadı	Alanı	Kurumu	Araştırma ile ilişkisi	Katılım	İmza
Prof.Dr.Eyüp Sabri KAYALI (Başkan)	Mühendislik	Haliç Üniversitesi Mühendislik Fakültesi	yok	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	S. Kayalı
Doç.Dr.Leman ŞENTURAN (Raportör)	Hemşirelik	Haliç Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu	yok	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	L. Şenturan
Prof.Dr.Güneş YAVUZER	Fizyoterapi ve Reh.	Haliç Üniversitesi Yüksekokulu	yok	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	G. Z.
Prof.Dr.Filiz AÇKURT	Beslenme ve Diyetetik	Haliç Üniversitesi Yüksekokulu	yok	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	KATILMADI
Prof.Dr.Oya OĞUZ	Fizik	Haliç Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi	yok	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	KATILMADI
Prof.Dr.Kut SARPYENER	Spor Yöneticiliği	Haliç Üniversitesi Beden Eğt. ve Spor Yük. Okulu	yok	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	K. Sarpyener
Yrd.Doç.Dr.İlhan ODABAŞ	Spor Yöneticiliği	Haliç Üniversitesi Beden Eğt. ve Spor Yük. Okulu	yok	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	I. Odabaş
Yrd.Doç.Dr.Adnan ÇOBAN	Psikoloji	Haliç Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi	yok	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	A. Çoban
Av.Korkut HAZİNEDAR	Hukuk	Haliç Üniversitesi	yok	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	K. Hazinedar

## ÖZGEÇMİŞ

**Adı Soyadı:** Müjgan Selvin Ceylan

**Doğum Tarihi:** 09.03.1991

**Unvanı:** Psikolog

**Öğrenim Durumu:** Lisans

Derece	Alan	Üniversite	Yıl
Lisans	Psikoloji	Haliç Üniversitesi	2009-2013
Y. Lisans	Uygulamalı Psikoloji	Haliç Üniversitesi	2013-2015
Doktora			

	Hep	Hiç
1. Bir sorunumu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise bunların neden başarısız olduğunu araştırmam.*	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
2. Zor bir sorunla karşılaştığımda ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi toplayacağımı uzun boylu düşünmem.*	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
3. Bir sorunumu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa o sorun ile başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.*	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
4. Bir sorunumu çözdükten sonra bu sorunu çözerken neyin işe yaradığını, neyin yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.*	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
5. Sorunlarımı çöme konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
6. Bir sorunumu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra durur ve ortaya çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım.	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)

7. Bir sorunum olduğunda onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
8. Bir sorunla karşılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularımı incelerim.	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
9. Bir sorun kafamı karıştırdığında duygu ve düşüncelerimi somut ve açık seçik terimlerle ifade etmeye uğraşmam.Ω	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
10. Başlangıçta çözümünü farketmesem de sorunlarımın çoğunu çöme yeteneğim vardır.	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
11. Karşılaştığım sorunların çoğu, çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır.*	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
12. Genellikle kendimle ilgili kararları verebilirim ve bu kararlardan hoşnut olurum.	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
13. Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma gelen ilk yolu izlerim.*	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)
14. Bazen durup sorunlarım üzerinde düşünmek yerine, gelişigüzel sürüklenip giderim.*	(1)	(2) (3) (4) (5) (6)



<b>15.</b> Bir sorunla ilgili olası bir çözüm yolu üzerinde karar vermeye çalışırken seçeneklerimin başarı olasılığını tek tek değerlendirmem.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>16.</b> Bir sorunla karşılaştığımda, başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>17.</b> Genellikle aklıma ilk gelen fikir doğrultusunda hareket ederim.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>18.</b> Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tartar, birbirleriyle karşılaştırır, sonra karar veririm.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>19.</b> Bir sorunumu çözmek üzere plan yaparken o planı yürütebileceğime güvenirim.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>20.</b> Belli bir çözüm planını uygulamaya koymadan önce, nasıl bir sonuç vereceğini tahmin etmeye çalışırım.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>21.</b> Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)

<b>22.</b> Bir sorunumu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem, daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşünmektir. Ω	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>23.</b> Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanıyorum.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>24.</b> Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım vardır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>25.</b> Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşarım.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>26.</b> Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>27.</b> Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğime güveniyorum.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>28.</b> Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>29.</b> Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam. Ω	(1) (2) (3) (4) (5) (6)

<b>30.</b> Bir sorunla karşılaştığımda, bu sorunun çıkmasında katkısı olabilecek benim dışındaki etmenleri genellikle dikkate almam.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>31.</b> Bir konuyla karşılaştığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, durumu gözden geçirmek ve konuyla ilgili olabilecek her türlü bilgiyi dikkate almaktır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>32.</b> Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki, sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>33.</b> Bir karar verdikten sonra, ortaya çıkan sonuç genellikle benim beklediğim sonuca uyar.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>34.</b> Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle emin değilimdir.*	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>35.</b> Bir sorunun farkına vardığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6)
<b>Atıf verilecek Kaynak:</b> Şahin, N., Şahin, N. H., and Heppner, P. P. (1993) "The psychometric properties of the Problem Solving Inventory". <i>Cognitive Therapy and Research</i> , 17, 4, 379-396.	

## EK 4: Bapint

# Øbapint

Aşağıdaki sorularda sözü edilen internet kullanımı; iş veya eğitim amaçlı internet kullanımı dışında internet kullanımıyla ilgilidir (örneğin oyun, sosyal medya, e-posta, internet siteleri, sohbet (chat) odaları, forumlar vb).

- 1 Son 3 ay içinde internette ne kadar zaman geçirdiniz? (İş veya eğitim amaçlı internet kullanımı dışında oyun, sosyal medya gibi internet kullanımı)
- Hiç  Haftada 1-5 kez veya daha az  Günde 1 saatten az  
 Günde 1-3 saat arası  Günde 4-5 saat  Günde 6 saat veya daha fazla

SON 3 AY İÇİNDE aşağıdakilerin ne sıklıkta olduğunu belirtiniz

- 2 İnternette olduğunuz süre zaman içinde giderek arttı mı? (son zamanlarda internette olduğunuz süre eskisinden fazla mı?)
- Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman
- 
- 3 İnternet kullanmaya başladıktan sonra, kullanmayı durdurmakta zorlandığınız oldu mu? (örneğin kısa süre kullanmayı planlayıp uzun süre kullanmak)
- Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman
- 
- 4 İnternette geçirdiğiniz zamanın fazla olduğunu düşündüğünüz oldu mu? (örneğin gününüzün önemli bir kısmının iş veya eğitim dışında internet kullanarak geçmesi gibi)
- Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman
-

- 5 Kendinizi mutsuz, üzgün veya huzursuz hissettiğiniz için internet kullandığınız oldu mu?  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

- 6 İnternet kullanmak için hayatınızdaki başka etkinliklerden vazgeçtiğiniz oldu mu? (örneğin aile ziyaretleri, hobiler, spor, kitap okumak, sinema vb)  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

**SON 3 AY İÇİNDE aşağıdakilerin ne sıklıkta olduğunu belirtiniz**

- 7 İnternet kullanmak aile ilişkilerinizi olumsuz yönde etkiledi mi?  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

- 8 İnternet kullanmak eğitim/ iş hayatınızı olumsuz yönde etkiledi mi?  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

- 9 İnternetsiz bir yaşamın size anlamsız, sıkıcı ve boş geldiği oldu mu?  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

- 10 İnternet kullanmak arkadaş veya diğer insanlarla olan ilişkilerinizi olumsuz yönde etkiledi mi? (Örneğin daha az arkadaşla görüşmeye başlamak, arkadaşlarla buluşmamak vb)  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

- 11 İnternette iken acıktığınızı veya susadığınızı veya tuvaletinizin geldiğini veya uykunuzun geldiğini fark etmediğiniz zamanlar oldu mu?  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

- 12 Başkaları ile dışarıda zaman geçirmek yerine internette daha fazla vakit geçirmeyi tercih ettiğiniz oldu mu?  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

- 13 Sabah uyandığınızda internete girmek ilk aklınıza gelen şey oldu mu?  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

- 14 Aileniz veya çevreniz sizin çok fazla internet kullandığınızdan endişeleniyor mu?  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

**SON 1 HAFTA İÇİNDE aşağıdakilerin ne sıklıkta olduğunu belirtiniz**

- 15 Ne sıklıkta aklınıza interneti kullanmak ya da internetin keyif verici etkisi geliyor? (örneğin: Günlük işlerinizi yaparken interneti düşünmek, internete girmeyi hayal etmek gibi)  
 Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman

- 16 Ne sıklıkta internet kullanmak için kuvvetli bir istek, arzu veya dürtü hissediyorsunuz? (Örneğin: internete girmek için sabırsızlanmak vb)**
- Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman
- 
- 17 İnternet kullanmanın sizin için bir sorun olduğunu düşünüyor musunuz?**
- Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman
- 
- 18 İnternete ayırdığımız süreyi azaltmayı düşünüyor musunuz?**
- Hiçbir zaman  Nadiren  Bazen  Çoğu zaman  Neredeyse her zaman