

T.C.
İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**ORTAOKUL KADEMESİNDEKİ ÖĞRENCİLERİN
BİLGİSAYAR BAĞIMLILIKLARI İLE BENLİK
SAYGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Sümevra AYDINER

İstanbul, Ocak 2017

T.C.
İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
AİLE DANIŞMANLIĞI VE EĞİTİMİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**ORTAOKUL KADEMESİNDEKİ ÖĞRENCİLERİN
BİLGİSAYAR BAĞIMLILIKLARI İLE BENLİK
SAYGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan:

Sümevra AYDINER

Danışman:




Doç. Dr. Cihad DEMİRLİ

İstanbul, Ocak 2017

T.C.
İSTANBUL TİCARET ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ONAY SAYFASI

Yüksek lisans öğrencisi Sümeyra Aydın’ın “Ortaokul...Kademesindeki Öğrencileri Bilgisayar Bağımlılıkları ile Benlik Saygıları Açısındaki İlişkinin İncelenmesi” konulu tez çalışması jürimiz tarafından Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans tezi olarak (oybirliği / oyçokluğu) ile başarılı bulunmuştur.

	Adı – Soyadı	İmza
Tez Danışmanı	: Doç. Dr. Cihad Demirli	
Jüri Üyesi	: Yard. Doç. Dr. Hanifi Parlak	
Jüri Üyesi	: Prof. Dr. Ahmet Şirin	

Hazırlamış olduğum tez özgün bir çalışma olup YÖK ve İTİCÜ Lisansüstü Yönetmeliklerine uygun olarak hazırlanmıştır. Ayrıca, bu çalışmayı yaparken bilimsel etik kurallarına tamamiyle uyduğumu; yararlandığım tüm kaynakları gösterdiğimi ve hiçbir kaynaktan yaptığım ayrıntılı alıntı olmadığını beyan ederim. Bu tezin ihtiva ettiği tüm hususlar şahsi görüşüm olup İstanbul Ticaret Üniversitesinin resmi görüşünü yansıtmamaktadır.

Özet

Bu çalışmanın amacı, ortaokul kademesindeki öğrencilerin bilgisayar bağımlılığı ile benlik saygısı arasında bir ilişki olup olmadığını ve bu iki değişkenle bazı demografik değişkenler arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Demografik değişkenler olarak bilgisayar bağımlılığı üzerinde etkisi olabilecek; kaçınıcı sınıfta olduğu, cinsiyeti, anne-baba eğitim seviyesi, kardeş sayısı, annenin çalışma durumu, anne-babanın yaşı, evde internet olma durumu, interneti hangi amaçla kullandığı değişkenlerine göre araştırmanın değerlendirilmesi yapılacaktır. Bütün bu faktörler bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasındaki ilişkinin tespiti için önem taşımaktadır. Araştırma, İstanbul'un Bayrampaşa ilçesindeki farklı okullardan bir araya gelen çocukları eğiten, Bayrampaşa Bilgi Merkezinde eğitim gören toplamda 200 ortaokul öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Veri toplama aracı olarak, araştırmada öğrencilerin internet ve oyun bağımlılığını ölçmede Ayas, Balta ve Horzum (2011) tarafından geliştirilen "Ergenler için Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği" ve Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçeye çevrilmiş olan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği tek bir formda birleştirilerek uygulanmıştır. Bunun yanı sıra da katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen "Demografik Özellikler" formu uygulanmıştır. Elde edilen bulgular bilgisayar bağımlılığı ile benlik saygısı ($r=-.22$) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir ($p < 0.05$). Sonuç olarak benlik saygısıyla bilgisayar bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu hipotezi desteklenmiştir.

Anahtar Kelimeler:

Bilgisayar Bağımlılığı, Benlik Saygısı, Ortaokul Öğrencileri

Abstract

The purpose of this study is to determine whether there is a relationship between computer addiction and self-esteem of middle school students and also determine the relationship between these two variables and some demographic variables. Demographic variables are the ones that might have relationship with computer addiction such as; grade, sex, parent's education level, number of siblings, employment status of the mother, parent's age, whether there is internet connection at home, usage purpose of internet. These demographic factors are important in determining the relationship between computer addiction and self-esteem. The study was conducted with 200 middle school students from different grades that are educated in Bayrampasa Information Center. Data was collected by combining the "Internet addiction scale for adolescents" developed by Ayas, Balta and Horzum for measuring internet and game addiction and Rosenberg self-esteem scale which was translated by Cuhadaroglu under one form. In addition, "Demographics" form was used to get the demographic information. The findings point out that there is a significant ($p < 0.05$) negative relationship ($r = -0.22$) between computer addiction and self-esteem. As a result our hypothesis of a significant relationship between computer addiction and self-esteem was supported.

Keywords:

Computer addiction, Self-esteem, Middle School Students

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No.
Özet	iii
Abstract	iv
TABLO LİSTESİ	viii
KISALTMALAR	x
1.GİRİŞ	1
1.1. Bilgisayar Bağımlılığı	2
1.1.1. İnternet Bağımlılığı.....	3
1.1.2. İnternet Bağımlılığının Neden ve Sonuçları	5
1.1.3. İnternet Bağımlılığı ve Ergenlik	6
1.1.4. İnternet Bağımlılığı Belirtileri	7
1.1.5. İnternetle Başa Çıkma Yöntemleri	8
1.1.6. Bilgisayar Oyunları.....	9
1.2. Benlik Saygısı.....	10
1.2.1. Benlik Kavramı.....	10
1.2.2. Benlik Saygısı	12
1.2.3. Benlik Saygısının Gelişimi	15
1.3. Konuyla İlgili Çalışmalar	17
1.3.1. İnternet Ve Oyun Bağımlılığı Üzerine Yapılan Çalışmalar.....	17
1.3.2. Benlik Saygısı Üzerine Yapılan Çalışmalar	19
2. YÖNTEM	21
2.1. Araştırma Problemleri ve Alt Problemleri	21
2.2. Araştırmanın Amacı ve Denenceler	22
2.3. Araştırmanın Önemi	23
2.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	23

2.5. Sayılıtlar	24
2.6. Araştırma	24
2.6.1. Araştırmanın Modeli.....	24
2.6.2. Çalışma Grubu	24
2.6.3. Veri Toplama Araçları	26
2.6.4. Verilerin Analizi	28
3. BULGULAR.....	29
3.1. Bilgisayar Bağımlılığı ile Benlik Saygısının Demografik Değişkenlerle İlişkisi .	29
3.2. Bilgisayar Bağımlılığı ile Bazı Demografik Değişkenlerin İlişkisi	30
3.2.1. Bilgisayar Bağımlılığı ile Cinsiyet Arasındaki İlişki.....	30
3.2.2. Bilgisayar Bağımlılığı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğu Arasındaki İlişki.....	30
3.2.3. Bilgisayar Bağımlılığı ile Babanın Eğitim Durumu Arasındaki İlişki	32
3.2.4. Bilgisayar Bağımlılığı ile Annenin Eğitim Durumu Arasındaki İlişki	32
3.2.5. Bilgisayar Bağımlılığı ile Kardeş Sayısı Arasındaki İlişki.....	33
3.2.6. Bilgisayar Bağımlılığı ile Annenin Çalışma Durumu Arasındaki İlişki.....	34
3.2.7. Bilgisayar Bağımlılığı ile Evde İnternet Olması Arasındaki İlişki.....	34
3.2.8. Bilgisayar Bağımlılığı ile İnterneti En Çok Hangi Amaçla Kullanıldığı Arasındaki İlişki.....	35
3.3. Benlik Saygısı ile Bazı Demografik Değişkenlerin İlişkisi.....	37
3.3.1. Benlik Saygısı ile Cinsiyet Arasındaki İlişki.....	37
3.3.2. Benlik Saygısıyla ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğu Arasındaki İlişki	37
3.3.3. Benlik Saygısı ile Babanın Eğitim Durumu Arasındaki İlişki.....	38
3.3.4. Benlik Saygısı ile Annenin Eğitim Durumu Arasındaki İlişki	39
3.3.5. Benlik Saygısı ile Kardeş Sayısı Arasındaki İlişki	39
3.3.6. Benlik Saygısı ile Annenin Çalışma Durumu Arasındaki İlişki	40
3.3.7. Benlik Saygısı ile Evde İnternet Olması Arasındaki İlişki	40
3.3.8. Benlik Saygısı ile İnterneti En Çok Hangi Amaçla Kullanıldığı Arasındaki İlişki	41
4. BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ.....	43
4.1. Bilgisayar Bağımlılığıyla Benlik Saygısı Arasındaki İlişki	43
4.2. Bilgisayar Bağımlılığı ile Bazı Demografik Değişkenlerin İlişkisi	45

4.2.1. Bilgisayar Bağımlılığı ile Cinsiyet Arasındaki İlişki.....	45
4.2.2. Bilgisayar Bağımlılığı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğu Arasındaki İlişki	46
4.2.3. Bilgisayar Bağımlılığı ile Anne- Babanın Eğitim Durumu Arasındaki İlişki	47
4.2.4. Bilgisayar Bağımlılığı ile Kardeş Sayısı Arasındaki İlişki	47
4.2.5. Bilgisayar Bağımlılığı ile Annenin Çalışma Durumu Arasındaki İlişki.....	48
4.2.6. Bilgisayar Bağımlılığı ile Evde İnternet Olması Arasındaki İlişki.....	48
4.2.7. Bilgisayar Bağımlılığı ile İnterneti En Çok Hangi Amaçla Kullanıldığı Arasındaki İlişki.....	49
4.3. Benlik Saygısı ile Bazı Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki.....	50
4.3.1. Benlik Saygısı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğu Arasındaki İlişki	50
4.3.2. Benlik Saygısı ile Cinsiyet Arasındaki İlişki.....	50
4.3.3. Benlik Saygısı ile Anne- Babanın Eğitim Seviyesi Arasındaki İlişki	51
4.3.4. Benlik Saygısı ile Kardeş Sayısı Arasındaki İlişki	51
4.3.5. Benlik Saygısı ile Annenin Çalışma Durumu Arasındaki İlişki	52
4.3.6. Benlik Saygısı ile Evinizde İnternet Olması Durumu Arasındaki İlişki.....	52
4.3.7. Benlik Saygısıyla İnterneti En Çok Hangi Amaçla Kullandığı Arasındaki İlişki	52
5. SONUÇ.....	54
5.1. Öneriler.....	57
6. KAYNAKLAR.....	59
EKLER.....	67
Ek 1: Demografik Form	67
Ek 2: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	68
Ek 3: Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği	69

TABLO LİSTESİ

	Sayfa No.
Tablo 1. Demografik Değişkenlerin Frekans Ve Yüzdeler Tablosu	25
Tablo2. Bilgisayar Bağımlılığı ve Benlik Saygısının Korelasyonu	29
Tablo 3: Bilgisayar Bağımlılığının Cinsiyet Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları	30
Tablo 4: Bilgisayar Bağımlılığı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları	31
Tablo 5. Bilgisayar Bağımlılığı İle Sınıf Seviyesi Değişkenine Uygulanan Tukey-HSD Testi Sonucu.....	31
Tablo 6: Bilgisayar Bağımlılığı ile Babanın Eğitim Durumuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları	32
Tablo 7: Bilgisayar Bağımlılığı ile Annenin Eğitim Durumuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları	33
Tablo 8: Bilgisayar Bağımlılığı ile Kardeş Sayısına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları	33
Tablo 9: Bilgisayar Bağımlılığının Annenin Çalışma Durumu Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları	34
Tablo 10: Bilgisayar Bağımlılığının Evinizde İnternet Olması Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları	35
Tablo 11: Bilgisayar Bağımlılığı ile Bilgisayarı Hangi Amaçla Kullandığına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları	35
Tablo 12. Bilgisayar Bağımlılığı İle İnterneti Hangi Amaçla Kullandığına İlişkin Uygulanan Tukey-HSD Testi Sonucu.....	36
Tablo 13: Benlik Saygısının Cinsiyet Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları	37
Tablo 14: Benlik Saygısı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları	38
Tablo 15: Benlik Saygısı ile Babanın Eğitim Durumuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları	38

Tablo 16: Benlik Saygısı ile Annenin Eğitim Durumuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları	39
Tablo 17: Benlik Saygısı ile Kardeş Sayısına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	39
Tablo 18: Benlik Saygısının Annenin Çalışma Durumu Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları.....	40
Tablo 19: Benlik Saygısının Evde İnternet Olması Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları.....	41
Tablo 20: Benlik Saygısı ile Bilgisayarı Hangi Amaçla Kullandığına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	41

KISALTMALAR

Akt: Aktaran

Ark: Arkadaşları

TC: Türkiye Cumhuriyeti

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

v.b. : Ve benzeri

1.GİRİŞ

Gelişen teknoloji ve imkânların artmasıyla, artık hemen hemen herkes kolaylıkla bilgisayara erişim sağlayabilmektedir. Bilgisayar ve internet hızla gelişmekte ve okul çağı öğrencileri bu gelişmeleri takip ederek uzun vakitler bilgisayar başında vakit geçirmektedir. Bu durum onların psikolojik, akademik, sosyal ilişkileri ve fiziksel özelliklerini olumsuz yönde etkileyerek bağımlı olmalarına neden olmaktadır (Young, 1996). Aydın ve Sarı (2011)'ya göre; internet bağımlılığının benlik saygısı üzerinde negatif yönde bir ilişkisi vardır. Bu araştırmadan esinlenerek, benlik saygısı ile bilgisayar bağımlılığı ilişkisinin araştırılması gereklilik kazanmaktadır.

İnternet bağımlılığı dürtü kontrolündeki yetersizlikten kaynaklanmaktadır. Patolojik kumar oynamayla benzeşen yönleri vardır. Bu konuda en eski çalışma Young (1996) tarafından yılında geniş çapta ele alınmıştır. Young, internet bağımlılığını dürtü kontrol bozukluğu alt başlıklarıyla sınıflandırdı. Çalışmasında beş bağımlılık üzerine yoğunlaşmıştır. Bunlar; siber-cinsel ve ilişki bağımlılığı, zorlayıcı çevrimiçi kumar, çevrimiçi alışveriş bağımlılığı, zorlayıcı veri tabanı araması, bilgisayar oyun bağımlılığı olarak ele almıştır. İnternet yaygınlaşmakta ve kullanıcıları da her geçen gün artmakta olup internetin zararları da artış göstermektedir. İnternet bağımlılığı bireyin ruhsal, fiziksel ve zihinsel becerilerini de olumsuz etkilemektedir (Young, 1996; Akt: Kim, 2008).

Arısoy (2009), Dr. Goldberg'in, internet bağımlılığı kavramını ilk ortaya atan kişi olduğunu belirtmiştir. 1995 yılında ortaya attığı bu kavramındaki esas amacı DSM'nin karışık yapısını ortaya koymaktır. Bu bağlamda DSM IV'te yer alan madde bağımlılığını internet bağımlılığına uyarlamıştır. Sonrasında bunu kendi web sitesinde yayınlamıştır. Fakat beklemediği bir şekilde insanlardan net kolik olduğuna dair mesajlar almaya başlar. Bunun sonucunda da internet bağımlılığı bilimsel alana taşınmış olur.

İnternet bağımlılığının nedenleri üzerinde durulduğunda, bireyler yabancılarla internet üzerinden kaygısız bir şekilde iletişim kurma fırsatını elde ederler. Öte yandan

kişiler kendilerini gizlemeden oldukları gibi karşıdakine kaygısız bir şekilde yansıtma fırsatını yakalarlar. Bunların yanı sıra kişilerin yasaklanmış olana kolay erişebilme imkânı, risk faktöründe çekici kılmaktadır. Gençler interneti bilinçli kullanma yetisinden yoksundurlar ve bu da onlarda bazı bilişsel bozulmalara yol açabilir. Kişilerin ders başarısında düşme, yeme alışkanlıklarının bozulması, uyku alışkanlığında bozulmalar görülmesi de internet bağımlılığının olası sonuçlarından sayılabilmektedir (Esen, 2010).

Bilgisayar oyunlarına bakıldığında ise, bilgisayar oyunlarına verilen ilginin giderek arttığını söylemek mümkündür. Bilgisayar oyunları çocuğu sosyal ortamdan uzaklaştırarak sosyal gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir (Yavuzer, 2007). Oyunlar gerçeklerden kopmaya neden olduğu kadar gerçeği daha iyi yaşamaya fırsat tanıyabilmektedir. Zorlu şehir hayatında insanın kaçmaya, eğlenmeye, mola vermeye ihtiyacı vardır. Oyunlar bu molayı sağlayabilmektedir. Bazı sanal oyuncular için internette oyun oynamak bir nevi terapi yerine geçebilmektedir. Kimin ne kadar oyun oynarsa bağımlı olacağını veya olamayacağını bilmek mümkün değildir. Sınır koyma becerisine sahip ebeveynlere göre, sınır koyamayan ebeveynin çocuğunun bağımlı olabilme ihtimali daha yüksek olabilmektedir. Genel itibariyle oyun oynamaya sebep olan faktörler; can sıkıntısı, Merak etme ve uyarılma isteği, stres atma öfke ve sinirlilikten kurtulma, başarısızlık hissinden sıyrılma olarak sıralanabilmektedir (Ögel, 2012).

Kendilerini pek önemli görmeyip, hiç bir özelliğini sevilebilir görmeyen, kendilerine ve becerilerine güvenemeyen kişiler düşük benlik saygısına sahip bireylerdir. Özgüven, benliğini kabul etme, değerlilik ve eşitlik duyguları bir bütün olarak benlik saygısını oluştururlar. Ergenlerde değersizlik, güvensizlik, şüphe ve eşitsizlik duygularının belirmesi, benlik saygılarında düşüşe sebebiyet vermektedir (Temel ve Aksoy, 2001).

1.1. Bilgisayar Bağımlılığı

Bilgisayar bağımlılığı, internet ve oyun bağımlılığı alt başlıklarıyla değerlendirilmektedir.

1.1.1. İnternet Bağımlılığı

Sanayi devriminden önce insan gücünden yararlanılıyorken sonrasında yerini önce makineler daha sonra beyin gücü ve bilgi teknolojileri almıştır. Teknolojinin hızlı gelişmesi sonucunda bilgiye direk, güvenli ve seri bir şekilde ulaşabilme olanağına erişilmiştir. Bilgi teknolojilerindeki bu değişimlerle farklı farklı yenilikler ortaya çıkmıştır. Bu açıdan bilgi teknolojilerinin en çarpıcı yeniliği bakımından çocuklar ve yetişkinler dâhil birçok kişinin hizmetine sunulan internet; birey, aile ve toplum hayatını birçok yönde etkileyen bir iletişim aracı haline gelmiştir. İnternet, bilgi ve iletişimde sınırların aşılabildiği en önemli seviye olarak tanımlanabilen elektronik bir sistem ve kültürel bir olgu haline gelmektedir. Küreselleşmekte olan dünyada her bölgeden farklı kişisel özelliklere sahip bireylerin hayatlarını rahatlatabilecek verileri elde etmelerine yarayan internet, şimdilerde hem bireysel hem de toplumsal açıdan bilgi ve iletişimin kaynağını oluşturmaktadır. Toplumların iletişim yapısında farklılık yaratması bakımından, özellikle iletişim ve haberleşmede internetin, posta sistemi yerine kullanılması önemli olmaktadır. İletişim ve bilişimde internet odaklı çalışılmasıyla, farklı hizmet sektörleri arasındaki sınırların aşılmasına ve çalışma yaşamında bilgisayar ve internet kullanabilen nitelikli insan profilini ortaya çıkarmıştır (Şahin ve ark., 2010).

İnternet sayesinde, insanlar dünyada ortaya çıkan değişimlerden anında haberdar olabilmekte, keyifli ve güzel vakit geçirebilmekte, sevdikleriyle ve yakınlarıyla sohbet edebilmekte, bankacılık işlemlerini gerçekleştirebilmekte bunlara ek olarak alışverişini buradan yapabilmektedir. Bu açıdan baktığımızda internet bir kitle iletişim aracı olmanın ötesine geçerek, toplumu gruplaştıran ve bireylerin gündelik hayatını saran bir olgu olmaktadır. Bilgisayar ve internet kullanımının yaşamımıza getirdiği kolaylıklar olmasına karşın aşırı kullanımından kaynaklanan birçok problem ortaya çıkmaktadır. İnternet; sağlık, eğitim, iletişim, kendini gerçekleştirme, çocuk gelişimi, haberleşme gibi başlıklarda gerek kişisel gerekse toplumsal açıdan kişilerin kendini keşfetmesini

sağlamakta ve kişiler arası iletişimin azalmasına ve sosyal açıdan sıkıntılara da neden olabilmektedir (Batıgün, 2010).

İnternet insanlara birçok hizmet imkânı sağlamaktadır. Bunlardan bazıları şunlardır; kişilerin sosyal faaliyetleri ve gelişimi, devlet güvenliği, akademik çalışmalardan azınlık toplulukların kendini ifade ettikleri bir platformlar vb.. Bunun yanı sıra internet, öğrenme faaliyetleriyle de hizmet sunmaktadır. Öğrenmeyi ders ve sınıf saatiyle kısıtlamadan öğretim aracı olarak da yaygın bir şekilde kullanılmaktadır. İnternet; özellikle okul çağındaki gençler üzerinde olumsuz bazı etkenler oluşturmaktadır. Onların psikolojik ve bedensel gelişimlerini, sosyal ilişkilerini etkileyerek akademik başarılarını etkilemektedir. Aşırı şekilde internet kullanımı sonucunda kişinin, kişisel gelişimini de olumsuz yönde etkileyerek, kişiyi bağımlı hale getirebilmektedir (Sırakaya, 2013).

İnternetin kritik, yaratıcı ve akılcı düşünme becerilerini kazanabilme açısından gençler tarafından kullanılması yararlı olacaktır. Bunun yanında internetten faydalanırken, internetin olumlu ve olumsuz yönlerinin bilincinde olmaları gerekmektedir. Bazı bireyler interneti kısıtlı düzeyde kullanmayı başarabilirken, bazılarının bu kısıtlamayı başaramadığı için iş/okul ve sosyal hayatında problemler yaşadığı görülmüştür. Sosyal açıdan bakıldığında bireyin kendini sosyal ortamdan geri çekmesi zamanla genç bireyi yalnızlığa itebilmektedir. İnsan, doğası gereği diğer insanlarla ilişki kurmaya ihtiyaç duymaktadır. İnsanoğlu, toplum içinde var olabilmek için diğer insanlarla ilişki kurar ve onlarla etkileşim içerisine girmektedir. Fakat bazen bu ilişkilerde problem yaşanabilir ve insanın yalnız kalmasına neden olabilmektedir. Bu durum bireyin sosyal ilişki yoksunluğu yaşamasına ve yalnızlaşmasına sebep olmaktadır. Kültürel ve sosyal açıdan zorlayıcı, modern kent yaşamında sağlıklı sosyal ilişki ve yakınlıktan uzak kalan ve böylece yalnızlık yaşayan modern insan sayısı giderek artmaktadır (Çelen ve ark., 2013).

Çelen ve ark., (2013)'a göre; insanların internette harcadıkları zamanın süresi arttıkça, sosyal hayattaki insanlarla daha az ilişkiye girmekte bu da sosyal izolasyona neden olmaktadır (Çelen ve ark.; Akt: Yıldız ve Bölükbaş, 2005). Sosyalleşmek için interneti kullanmayı tercih eden aşırı internet kullanımına sahip kişiler, kendilerini gerçek sosyal çevrelerden izole etmektedirler. Özellikle üniversite gençliğinin hem cins ve karşıt

cinsleri ile sosyal iletişimi internet üzerinden kurması, onların sosyal becerilerini geliştirmelerini durdurmaktadır. Üniversite gençliğinin, gündelik sosyal ortamda, sosyal becerilerini geliştirememesi, yaşamlarının ileriki dönemlerinde özellikle aile ve iş ortamında ciddi sorunlar yaşaması ve refah düzeylerinin bu durumdan olumsuz yönde etkilenmesi kaçınılmazdır (Çakır, 2013).

Önceden ABD ve Batı Avrupa ülkelerinde problemlı internet kullanımı ile ilgili araştırmalara rastlanmaktayken, son yıllarda alanla ilgili araştırmalara Uzakdoğu ülkelerinde de rastlanmaktadır. Türkiye’de bu alanda yapılmış çok fazla araştırma olmamakta, fakat Türkiye dışında internet kullanımı ve bağımlılığı ile ilgili birçok araştırmaya rastlanmaktadır. Türkiye’de genç nüfusun fazlalığı, internetin yaygınlaşma hızının yüksekliği ve işsizlik gibi sosyo-ekonomik sebeplerden ötürü, genel itibariyle okul çağı öğrencilerin problemlı internet kullanımının fazla olacağı düşünölmektedir (Tahiroğlu ve ark., 2010).

1.1.2. İnternet Bağımlılığının Neden ve Sonuçları

İnternet bağımlılığının nedenleri üzerinde durulduğunda sosyalleşme ihtiyacının öncelikli neden olduğundan bahsedebiliriz. Kişiler şehir hayatı koşullarının zorluğundan kaynaklı internetle iletişim kurabilmektedirler. Aynı zamanda yabancılarla internet üzerinden kaygısız bir şekilde iletişim kurma fırsatını elde ederler. Öte yandan kişiler kendilerini gizlemeden oldukları gibi karşıdakine kaygısız bir şekilde yansıtma fırsatını yakalarlar. Bunların yanı sıra kişilerin yasaklanmış olana kolay erişebilme imkânı, risk faktöründe çekici kılmaktadır. Gençler interneti bilinçli kullanma yetisinden yoksundurlar ve bu da onlarda bazı bilişsel bozulmalara yol açabilmektedir (Esen, 2010). Çocuğun çevresiyle direkt iletişim içerisinde olması, onun sosyalleşmeyi öğrenme becerisi üzerinde etkilidir. Bireyin toplumsal açıdan uyumluluğunun derecesi, bireyin çevresindeki kişilerle ilişkileri, grup aktivitelerindeki aktif rolü, fayda sağlayıcı sorumluluk üstlenmesi, toplum içerisinde birlikte yaşamanın gerektirdiği şartlara uyabilmesidir (Yavuzer, 2000).

1.1.3. İnternet Bağımlılığı ve Ergenlik

Ergenlerin sosyal çevreleriyle etkili iletişim kurma, hayal etme, dikkati içsel koşullar üzerine verme gibi önemli bilişsel becerileri elde etmeye çabaladığı bu riskli dönemde, bilgisayar ve internet ile aşırı ve uygunsuz bir biçimde zaman geçirmek bu becerilerin elde edilmesi sürecini negatif yönde etkilemektedir. Buna karşıt bilgisayar ve internetin birlikte kullanımını esnasında bazı zihinsel yeteneklerin aktif bir biçimde kullanılmasının, bilişsel gelişimine fayda sağlayabileceği de ifade edilmektedir. Aşırı internet ve bilgisayar kullanımı, öğrencilerin akademik başarıları üzerinde de olumsuz etki yaratmakta ve internet bağımlısı olan gençlerin, ders notlarının düştüğü, sınıf tekrarı yapmak zorunda kaldıkları ve hatta bazı zamanlar okuldan atılma tehlikesiyle dahi karşılaşabildikleri görülmektedir (Young, 1998).

Aydın (2011)'e göre internet bağımlılığı sonucunda ergenlerde özellikle fiziksel, psikososyal ve bilişsel açılardan olumsuz etkiler oluşabileceği görülmektedir. Bunun yanı sıra internet aşırı kullanımının, yalnızlık, depresyon, intihar düşünceleri, anksiyete, stres, utangaçlık, akran baskısı, algılanan sosyal destek, sosyal fobi, sosyal beceri eksikliği, öfke, yaşam doyumu ve benlik saygısında azalma gibi pek çok psikososyal değişken ile ilişkili olduğunu görülmektedir (Aydın, 2011; Akt:Batıgün, 2010).

İnternet bağımlılığı bozukluklarının etiolojisinin daha çok açıklığa kavuşabilmesi, bağımlı bireylerde sosyal becerilerinin iyileştirilebilmesi açısından, bu olgularda sosyal biliş düzeylerinin değerlendirilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. İnternet bağımlılığı tedavisinde uygulanan bilişsel davranışçı yöntemlerin etkinliği de düşünüldüğünde, bu konuya yönelik yapılacak araştırmaların sonuçlarından elde edilecek bulguların, internet bağımlılığının tedavisinde de yön verici olabileceği düşünülmektedir (Saatçioğlu, 2016).

1.1.4. İnternet Bağımlılığı Belirtileri

Cengizhan (2003) ve Young'a (2005) göre, internet bağımlılığının belirtileri:

- Sınırlı vakit geçirmeyi amaçlamış olmasına rağmen saatler harcama
- Arkadaşlarına yalan söylemesi
- Çok fazla ekran başında vakit geçirmekten fiziksel sıkıntıları ortaya çıkması
- Aklında devamlı bir sonraki bağlanma zamanını düşünmesi
- İnsanlarla yüz yüze daha çekingen iken, internet üzerinden daha rahat olması
- Sürekli e-postasını kontrol ederek yeni mail var mı diye merak etmek
- İnternete girmeyi ve vakit geçirmeyi yemek yemeye, ders çalışmaya veya randevularına tercih etmesi bu nedenle erteleme
- İnternetin başında aşırı zaman geçirdiği için bazen suçluluk duyma, bazense duymama
- Sürekli etrafındakilere mail adresi, sohbet odası adları ve ICQ numarası verme veya dağıtmaya çalışma
- İnternet dışındaki hiç bir şeye ilgi duymama ve iş verimliliğinin düşmesi
- İnternette çok geç saatlere kadar vakit geçirdiği için sürekli uykusuz kalma ve yorgunluk
- Aşırı bilgisayar kullanımı nedeniyle çiftler arasında anlaşmazlıklar ve sorunların ortaya çıkması olarak ifade edilmiştir.

Cengizhan (2003) ve Young'ın (2005) ortaya koyduğu bu belirtiler göz önüne alındığına internet bağımlılığının; ciddi derecede artan bilgisayar ve internet kullanımı ile ders başarısında düşme, sosyal ve mesleki açıdan aksamalara ve başarısızlıklara, hemen her gece engel olunamayan internet kullanımı isteği ve ertesi güne kadar etki eden yorgunluğa neden olduğu görülmektedir.

1.1.5. İnternetle Başa Çıkma Yöntemleri

Şenormancı ve ark. (2010)'ın belirttiği üzere; İnternet bağımlılığı ile diğer psikolojik ve fiziksel problemler arasında ilişki olduğu düşünülmektedir. Aşırı internet kullanımı, depresyon, öfke ve özgüven eksikliği gibi başka sorunların neden olabilmektedir. İnternet kullanımını yasaklayarak bu durum önlenememektedir. Bunun yerine, çocuğun çevrim içi olarak girebileceği sitelerin içeriklerine ve neler yapabileceğine yönelik ne gibi önlemler alınabilir bu konuda bilinçlenmek gerekmektedir. İnterneti nasıl doğru amaçlarla kullanabileceğimiz konusunda kişilerin bilinçlendirilmesi, bilgisayarın kenarda köşede değil açık bir yerde tutulması, bilgisayar çocuğun odası dışında, evde herkesin ortak kullandığı alanlarından birine kurulabilmesi tavsiye edilebilir. Bu sayede ebeveynler çocuğun ne tür sitelere girdiği, internette çevrim içi neler yaptığı ve ne kadar süre internette kaldığını kontrol edebilmektedir. Bunun yanında ergen diğer etkinliklere katılması için desteklenmeli ve motive edilmelidir. Özellikle de, arkadaşları ile zaman geçirmesi için teşvik edilmelidir. Spor faaliyetlerine yönlendirilmelidir. Okul sonrası vaktini geçirebileceği farklı aktivitelere katılımı desteklenmelidir. Ergenin internet dışında sosyalleşmesi için ortam yaratılmalıdır. Hobi grupları gibi ortak ilgi alanları olan diğer ergenler ile tanışabileceği etkinliklere teşvik edilmelidir. Farklı alternatif imkânları sunulmalıdır. Ergenin en çok hoşuna giden oyunla alakalı çevrim dışı bir etkinliğe yönlendirmek onu sadece çevrimiçi olma ve video oyunları ile ilgilenmesinden uzaklaştırabilmektedir. Çocuk ve ergenin sosyal hayatı, okul ve aile yaşantısı ile internette geçirdiği vakit arasında bir denge kurulmalıdır (Şenormancı ve ark., 2010). Çevrimiçi olma durumuna kısıtlama konularak belirli zamanlarda izin verilmelidir. Konulan süre aşıldığı vakit uygulanacak kurallar önceden konuşulmalıdır. Verilen çevrimiçi süreyi bir günde de kullanabilir bir haftaya yayılarak da kullanılabilir. Bunu nasıl kullanacağını kararı çocuk ve ergene ait olmalıdır. Ödevleri bitirme koşuluyla internette gezinebilmeli veya anlık iletileri kullanabilmelidir. Bu kurallara uymadığı takdirde ne gibi yaptırımlar uygulanacağı önceden çocuk ve ergene bildirilmelidir (Sırakaya, 2013).

1.1.6. Bilgisayar Oyunları

Bilgisayar oyunlarına gösterilen ilgi her geçen gün artmaktadır. Bilgisayar oyunları çocuğun sınırlı bir ortamda vakit geçirmesine neden olan bireysel bir oyundur. Normalde çocuklarda oyunun gelişimine baktığımız zaman, bu tarz oyunlar yaşamın ilk yıllarında görülmekte ve artık çocuk kolektif oyun çağına girmektedir. Bilgisayar oyunlarının varlığı, çocuğu arkadaşlarından uzaklaştırmakta, sosyal gelişimini olumsuz açıdan etkilemektedir. Ondaki yaratıcılığın gelişmesini de engellemektedir. Bilgisayar oyunları çocuğun gerçek yaşamdaki oyun etkinliklerini ve sosyal gelişimini olumsuz etkilemektedir. Bilgisayar oyunlarının dikkat, algı, göz-el koordinasyonu ve muhakeme gibi bazı zihinsel işlevlerin gelişimine katkısı vardır. Bunun yanı sıra bilgisayar oyunları çocuğun hayal gücünü harekete geçiren ve zihinsel gelişimini olumlu yönde etkilemesi bakımından uyarıcı ve eğitici bir etkiye sahiptir. Bütün bu nedenlerden ötürü bilgisayar oyunlarını kısıtlı derecede oynayan çocuklar olumlu açıdan faydalanabilmektedir. Fakat bunun süresi ilköğretim yıllarında günde bir saat civarı olmalıdır (Yavuzer, 2007).

Oyunlar gerçeklerden kopmaya neden olduğu kadar gerçeği daha iyi yaşamaya fırsat tanıyabilmektedir. Zorlu şehir hayatında insanın kaçmaya, eğlenmeye, mola vermeye ihtiyacı vardır. Oyunlar bu molayı sağlayabilmektedir. Bazı sanal oyuncular için internette oyun oynamak bir nevi terapi yerine geçebilmektedir. Kimin ne kadar oyun oynarsa bağımlı olacağını veya olamayacağını bilmek mümkün değildir. Sınır koyma becerisine sahip ebeveynlere göre, sınır koyamayan ebeveynin çocuğunun bağımlı olabilme ihtimali daha yüksek olabilmektedir. Genel itibariyle oyun oynama nedenleri: Merak ve uyarılma isteği, can sıkıntısı, stresten kurtulma, öfke ve kızgınlıktan kurtulma, başarısızlık duygusundan kurtulma olarak sıralanabilmektedir (Ögel, 2012).

Çocukların ve gençlerin en çok tercih ettiği oyunlar genellikle fantezi ve şiddet içerikli oyunlar ile spor oyunlarıdır. Sonrasında, eğlendirici oyunlar ve insan tarafından uygulanan şiddeti konu alan oyunlar gelmektedir. En az oynanan oyun türü ise eğitimsel içerikli oyunlardır (Ulusoy, 2008). Özellikle internet üzerinden birden fazla kişiyle birlikte oynanan oyun türleri internet bağımlılığının önemli nedenlerinden biridir. İnternet

üzerinden oynanan oyunlar ile bilgisayarda internetten yüklenerek veya cd' den çalıştırılarak oynanan oyunlardan farklılık göstermemektedir. Fakat bilgisayarda oynanan oyunlar genel olarak bireysel oynanması sebebiyle yeterince keyif vermemektedir. İnternette, farklı kültürler ve ırklardan insanları bir araya getiren oyun olanakları da bulunmaktadır. Bilgisayar oyunları bireylerin hayal dünyasını geliştirir. Gerçek hayatta gerçekleştiremediklerini oyun ortamında gerçekleştirebilme imkânını yakalarlar. Oyunlar bireylerin merak ve heyecanını geliştirir. Ayrıca bireylere sahip olabilmek ve kazanma duygusunu yaşama fırsatı verir. Bütün bu nedenlerden ötürü özellikle gençlerin ilgisini çeker (Ögel, 2012).

Çevrimiçi oyunları özet olarak tanımlandığında, oyunu oynayan farklı kişilerin internet bağlantısı üzerinden birbirleriyle ortak oynadıkları bilgisayar oyunları olarak ifade edilebilmektedir. Bu sayede oyun severler, bilgisayarların sınırlı yapay zekâsıyla mümkün olmayacak oyun deneyimlerini gerçek bir insana karşı oynayarak yaşamı fırsatını elde etmiş olurlar. Bununla beraber karşınızdaki gerçek insanlarla sohbet etmek, tanışma fırsatını elde ettikleri de bir ortam olanağı da sağladığı görülmektedir. Fakat belirli bir zaman sonra online oyunların bağımlılık yarattığı tespit edildi. Online oyun bağımlılığından ötürü her yıl birkaç gencin bilgisayar başında öldüğü bilinmektedir. En çok görüldüğü ülkeler ise; Çin, Güney Kore ve başka uzak doğu ülkeleridir (Şancı, 2011).

Bir araştırmaya göre “*oynanan bilgisayar oyunlarının yüzde 54,5'i şiddet içerikli oyunlarken, yüzde 22'sini zekâ oyunları, yüzde 19'unu da sporla ilgili oyunlar oluşturmaktadır*” (Esgin, 2000).

1.2. Benlik Saygısı

1.2.1. Benlik Kavramı

Benlik kavramı kişinin kendisi ile algılamalarının, kişisel atıflarının, geçmiş deneyimlerinin, geleceğe yönelik planlarının, sosyal rollerinin onun zihninde temsili ve

zihinde kavramsal ben olarak odaklaşmasıdır. Bireylerin var olan benlik şemaları ve içerikleri, bahsedilen kişinin algılarını, bellek ve değerlendirmelerini etkileyen bir husustur. Her kişinin benlik kavramında kişisel etkileyici yönler vardır (Aydın, 1996).

Benlik kavramı insanların hayatlarını yaşama şekillerine yönelik önemli ölçüde bir etkiye sahiptir. İnsanlar mutlu ve huzurlu bir biçimde hayatlarını sürdürdüklerinde, bunun hem kendileri için hem de etrafındakiler için olumlu bir yansıması olacaktır. Kişiliğin sağlıklı bir biçimde gelişmesi, bireyin mutlu olması ve hem kendisi hem de etrafındakiler için yararlı olabilmesi ile oluşur. Kişiliğin gelişiminin olumlu yönde olması için kişinin çaba göstermesi, çabalarının sonucunda verimli sonuçlar alması, bundan tatmin olması ve bağımsızlığını yitirmemiş olması gibi deneyimleri arttırması gerekmektedir. Bireyin çevresine karşı görüşleri, tavırları, tepkileri ve uyum sağlaması, bireyin kişiliğini ortaya koymaktadır. Benlik kişiliğin bir alt boyutudur. Benlik, kişiliği yönlendiren, bireyin kendi kişiliğine yönelik fikirlerinden oluşmaktadır. Benlik, kişiliğin temelidir (Taşpınar, 2015).

Benlik kavramı, insanın değer yargıları, becerileri, kişilik özellikleri, amaç ve hedefleri, inanç ve koşullarından meydana gelen dinamik bir yapıdır. Benlik, kendi kişiliğimize yönelik görüşlerimizden ve kendimizi nasıl algıladığımızdan meydana gelir. Bu açıdan baktığımızda benlik kavramını kişiliğin öznel olan kısmı olarak tabir edebiliriz. İnsanın benliğini tanımlayabilmesi için kim olduğu, hedeflerinin ne olduğunu, nelere eğilimi olduğu, neleri önemseyip, inanıp bağlanabileceği sorularına cevap araması gerekmektedir (Köknel, 1983).

Psikolojide önemli isimlerden biri olan Freud benliği, kişiliğin gerçeklik ilkesine göre hareket eden, içsel dürtüler ile dış dünya arasında denge kuran, mantıklı düşünen ve gerçekçi değerlendirme yapabilen kısmı olarak tanımlamaktadır (Bacanlı, 2002). Diğer bir psikoloji bilimcisi Rogers, benliğin, bireyin benlik algısını, diğerleriyle olan ilişkileriyle alakalı algılarını ve tamamıyla bu algılara verilen önemi içerdiğini ifade etmiştir. Rogers (1961), benliği, bireyin çevresiyle, özellikle de yakın çevresiyle olan ilişkisini ele alarak ortaya çıkan olumlu geri bildirimlerin ve kabul edilme ihtiyacının benlik kavramı gelişiminde etkin rol oynadığını ifade etmiştir.

Benlik, bireyin inanç, tutum, düşüncelerinin yanı sıra geleceğe dair ne olması gerektiği, ne olmak istediği mevzularında fikir ve düşüncelerini de kapsamaktadır. Benlik, kavramsal açıdan üç şekilde görülür. Kişinin kendisi tarafından farkında olduğu özelliklerine “kişisel benlik”, toplumun bireye bakış açısı ise “sosyal benlik” ve olmak istediği kişi ise “ideal benlik” olarak ifade edilmiştir. Gerçek benlik, bireyin kendini nasıl algıladığı, ideal benlik ise bireyin nasıl olmak istediklerini belirtmektedir (Öz, 2004).

1.2.2. Benlik Saygısı

Benlik saygısı, kendini olduğundan düşük ya da olduğundan üstün görmeyerek kendinden hoşnut olmasıdır. Kendini önemli, pozitif, beğenilmeye ve sevilmeye layık görmektir. Kişinin kendisini olduğu gibi kabullenmesi, kendi kaynaklarına güvenmesine yönelik bir ruhsal durumdur (Yörükoğlu, 2004).

Benlik saygısı, bireyin kendisini nasıl gördüğünün ve kabul edilme veya reddedilme beklentilerinin bir sonucudur; bireyin kendini değerli görüp görmediği ya da ne kadar değerli gördüğünü gösteren bir kavramdır. Benlik saygısı kavramı öğrenilmiş bir deneyimdir ve yaşam boyunca sürer. Benlik saygısı, bireyin bağımsızlığını kazanması, yaşamını tatmin edici geçirmesi, amaca yönelik aksiyonda bulunması, diğer insanlarla sağlıklı ve devamlı iletişim içerisinde olması, yüksek seviyede uyum göstermesi, değer sistemlerini geliştirmesi, başarılı olması, geleceği doğru planlayabilmesi bakımından önemlidir (Erşan ve ark., 2009).

Rosenberg (1986), benlik saygısının gelişmesine etki eden beş tür psikolojik seçicilik mekanizmasından bahsetmiştir. Ona göre seçicilik, yapılanmamış ya da çelişkili durumlarda ve tercih seçeneklerinin fazla olduğu zamanlarda işlev göstermektedir. Rosenberg, bireyin şahsına yönelik davranışlarını etkileyen bu seçicilik mekanizmalarını standartlarda seçicilik, kendine değer biçiminde seçicilik, kişilerarası seçicilik, yorumlamada seçicilik ve durumsal seçicilik olarak tanımlamıştır. Birey, kendi özelliklerini anlamlandırmasıyla ve diğer bireylerin de davranışlarıyla kendine yönelik tanımlamalarda bulunmaktadır. Kendini olumlu sıfatlara sahip bir birey olarak algılıyorsa

benlik saygısı düzeyi yüksek, olumsuz ve çelişkili olarak algılıyorsa benlik saygısı düşük olmaktadır (Rosenberg, 1986; Akt: Avşaroğlu, 2007).

Benlik saygısı kişinin kendini nasıl anlamlandırıldığını gösteren kaygıdır. Benlik kavramından memnun olunarak içselleştirilmesi benlik saygısını oluşturur. Bireylerin kendini önemli, başarılı ve değerli hissetmesi benlik saygısının göstergesidir. Kişinin bütün bu açılardan yeterli olduğuna dair inancı ise olumlu kişilik özelliği sayılmaktadır. Kendilerini saygıya ve kabul edilmeye değer gören, önemli ve yararlı olarak nitelendiren kişiler benlik saygısı yüksek olan bireylerdir. Kendilerini pek önemli görmeyip, hiç bir özelliğini sevilebilir görmeyip, kendilerine ve becerilerine güvenemeyen kişiler ise düşük benlik saygısına sahip bireylerdir. Özgüven, benliğini kabul etme, değerlilik ve eşitlik duyguları bir bütün olarak benlik saygısını oluştururlar. Ergenlerde değersizlik, güvensizlik, şüphe ve eşitsizlik duygularının belirmesi, benlik saygılarında düşüşe sebebiyet vermektedir. (Temel ve Aksoy, 2001).

Coopeersmith (1967) benlik saygısının gelişiminde dört önemli etkeni şu şekilde sıralamaktadır:

1. Bireyin, yaşamında önemli bir yere sahip olan bireylerden gördüğü ilgili, onaylayıcı ve saygılı davranışların derecesi.
2. Bireyin başarıları, içinde bulunduğu durum ve var olan konumu.
3. Bireyin, başkaları tarafından kendisi için yapılan yorumlara nasıl yanıt verdiği.
4. Bireyin, başkalarının kendisine yönelik koyduğu ve kendi istediği amaçlara erişip erişmemesi (Coopeersmith, 1967; Akt: Bilgin, 2001).

Benlik saygısı bireyin kendisine ve etrafındaki kişilere karşı güvenmesiyle gelişmektedir. En önemlisi bireyin kendisine olan güveni benlik saygısını ortaya koymaktadır. İnsanların kendilerini kontrol edebilmesi ve yaptıkları davranışların olumlu sonuçlar meydana getirdiğini görmesi onun kendisine olan saygısını arttırmaktadır. Benlik saygısı konusu Erikson tarafından da ele alınmıştır. Erikson'un kuramında yer alan psikososyal gelişimin beşinci evresi olan, benlik saygısı kimlik oluşumu sürecinde de etkilidir. Daha önceki dönemlerde benlik saygısının meydana gelmesini sağlayan aynılık ve süreklilik duygusunun bu dönemde, başkaları tarafından yapılan değerlendirmenin

aynılık ve sürekliliği ile uyum sağlaması sonucunda benlik kimliği duygusu gelişmektedir. Bu şekilde kimlik duygusuna neden olan benlik saygısı, çocukça bir benmerkezcilik duygusunun tersine, yetenekler ve sosyal teknikler, ego ideali ve sosyal rol prensiplerine dayanmaktadır (Tekdemir, 2013).

Benlik imajı, yani kişinin kendini nasıl gördüğü, ideal benlik yani kişinin kendini nasıl olmak istediğine yaklaştıkça benlik saygısı gelişir. Benlik saygısı, bireyin ne olduğu ile ne olmak istediği arasındaki farka yönelik duygularını ifade eder. Benlik saygısı insanların bir birey olarak, değerlerine yönelik ulaştıkları varsayımdır. Kendi benlik kavramından tatmin olması onaylamasıdır. Yüksek benlik saygısına sahip olan çocuklar gerçekçi amaçlar belirleyebilmekte ve kendisini yetenekli bir birey olarak düşünebilmektedir. Düşük benlik saygısına sahip çocuk ise amaçları ve hayalleri kapasitesinin altında olacaktır. Bazı nedenler çocuklarda yüksek benlik saygısı gelişmesini örselemektedir. Bunlar örnek olarak; fiziksel bir engel, kronik hastalıklar, öğrenme güçlükleri veya dikkat sayılabilmektedir. Bunların yanında ekonomik problemler, ilgisiz ebeveyn tutumu, alkol kullanımı veya kardeş kıskançlığı gibi faktörler gibi çevresel ve sosyal baskılarda, çocuğun benlik saygısının düşmesine neden olabilmektedir (Yavuzer, 2006).

Benlik saygısının gelişiminde psikolojik etmenlerin yanında fiziksel etmenlerde rol oynamaktadır. Dahası benlik saygısının gelişiminde uzun dönemli bir koşuldaki söz edebiliriz. Bireyin fiziksel özellikleri, ergenlik dönemine geç yâda erken girmiş olması gibi unsurlar belirleyici olmaktadır. Zira bireyin ergenlik dönemine erken yâda geç girmesi, onun vücudundaki bazı farklılıkların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu değişiklikler bireyin arkadaş çevresi içerisindeki statüsünde önemli bir rol oynamaktadır. Vücut olarak gelişimi yüksek olan bireylerin daha sosyal olması beklenmektedir. Dahası, beklenen vücut özelliklerine sahip ergenlerin özgüvenleri artmakta ve daha girişken olmaktadır. Tüm bunlar bireyin kendisine olan güvenini ve saygısını etkileyen faktörlerdendir (Esen, 2012).

Benlik saygısı hakkında farklı kültürlerden de araştırmalar mevcuttur. Buna örnek olarak; Japon bireylerin öz saygıları ile Birleşik devletlerin öz saygılarını karşılaştırdığımızda Japonların daha düşük çıktığı görülmektedir. Fakat benlik saygısı temsilleri

kültürel olarak farklı özellikler gösterebilmektedir ve Japon toplumu ortaklaşmayı ve birbirleri ile bağlantılı olmayı vurgulasa da, özsaygıdan ziyade özeleştiriyeye daha sık başvursa da araştırmalar bunun da benlik saygısını arttırmanın farklı bir yönü olduğunu öne sürmektedir (Alçelik, 2013).

1.2.3. Benlik Saygısının Gelişimi

Benlik saygısı kişinin benlik kavramını özümseyerek ulaştığı bir kendini kabullenme durumudur. Benlik saygıları yüksek olan aile bireylerinin olduğu ve bu bireylerin kendi arasında ve ailedeki çocuklarla hoşgörü ve güven veren bir halde iletişim kurdukları ortamlarda büyüyen çocukların da benlik saygılarının yüksek olması ihtimali fazladır. Ayrıca aile bireylerinin yetişmekte olan çocuğun içsel denetim mekanizmasının çalışmasına izin vermesi ve aşırı baskıcı bir tutum içerisinde olmaması da benlik saygısı yüksek bir çocuğun yetişmesi için gerekli şartlardandır. Ailedeki bireylerin yetişmekte olan çocuğun kendisine ve fikirlerine değer vermesi o çocuğun benlik saygısının gelişmesinin en temel şartıdır (Örgün, 2000).

Benliğin gelişimi kişinin doğumuyla başlar ve hayatı boyunca kişisel ve sosyal ilişkilerinden etkilenir. Çevresindeki insanlar tarafından değerlendirilme şeklinden, bu değerlendirmelerin kişi üzerindeki etkisinden ve kendisinin çevresindekilere bakışı ve tutumundan etkilenir (Köknel, 1997).

Gelişim teorilerine göre çocuklar benlik saygısını iki yaşından itibaren geliştirmeye başlamaktadırlar. Ebeveynlere karşı çıkma, bağımsız olma isteği ve çevreyi keşfetme çabaları benlik saygısının ilk belirtileridir. 6-7 yaşlarına gelen çocuklarda ise, çocuğun kendini başkalarıyla kıyaslaması ve rekabet içine girme çabaları benlik saygısıyla ilişkilidir. Çocuğun bu yaşlarda takdir edilmesi ve kendini yeterli hissetmesi benlik saygısının gelişmesini sağlayacaktır (Harputlu, 2005).

Ergenlik çağında benlik saygısının gelişiminde ebeveynlerin tutumu önemli bir role sahiptir. Ebeveynler tarafından çocuğa gösterilen destek, çocuğa sunulan ortam,

ebeveynlerin çocuğa olan tutumu ve çocuğun ebeveynlere olan bağılılığı, çocuğun sevildiğini ve onaylandığını hissetmesi, çocuğun özlük-üveylik durumu, aile içerisindeki tartışmalar, ailenin sosyal ve ekonomik düzeyi ve ebeveynlerin eğitim düzeyi ile meslekler önemli faktörlerdir (Yıldız ve Çapar, 2010).

Çocuklar hayatlarında ilk olarak ailelerini tanıdıklarından, aile bireylerini ve ailede gördükleri tutum ve davranışları taklit ederek büyümektedirler. Dolayısıyla ailedeki diğer bireylerin çocuğun benlik saygısının gelişiminde çok büyük etkileri vardır (Yıldız, 2012).

Ergenlik çağında sadece aile değil, ergenin arkadaşları ve okul çevresi de önemli etkilere sahiptir ve benlik saygısı ergenlik çağında çok etkilenir. Ailenin ergene olan tutum ve davranışlarının yanı sıra, ergenin arkadaşlarına uyum sağlama kaygısı ve okulda yaşanan deneyimler ergenin benlik saygısı üzerinde önemli derecede etkiye sahiptir. Bütün bu etkenlerin olumlu etkileri olması durumunda ergenin benlik saygısı gelişme kaydeder (Gander ve Gardiner, 1995).

Bireylerin kendini değerlendirme biçimi her zaman gerçekçi olmayabilmektedir. Bireylerin kendinde bulunduğunu düşündüğü özellikler, beceriler, eksiklikler ya da kısıtlar bireylerin kendilerine verdikleri değeri de etkiler. Özellikle ergenlik çağlarında bu durum daha belirgin olarak ortaya çıkmaktadır. Örnek olarak on altı yaşında bir kızın kendini çirkin ve yetenezsiz görürken annesinin onu çok güzel ve akıllı bulması verilebilir (Çapar, 2008). Bireylerin yetenekleri, başarı ve başarısızlıkları, sosyal statüleri ve kendi değerlerine ilişkin çevrelerindeki insanların değerlendirmeleri benlik saygısının oluşumunda etkili faktörlerdir. Bu faktörlerin yanı sıra bireylerin çevresinden aldığı geri bildirimler benlik saygısının oluşumunda önemli bir yer tutar (Altuğ, 2004).

1.3. Konuyla İlgili Çalışmalar

1.3.1. İnternet Ve Oyun Bağımlılığı Üzerine Yapılan Çalışmalar

TÜİK (2016) verilerine göre; 2016 yılının Nisan ayında uygulanmış, bilgisayar ve internet kullanımına yönelik araştırmacı olma durumu 16-74 yaş aralığındaki bireylerde sırasıyla %54,9 ve %61,2 olduğu belirlenmiştir. Erkeklerde görülme oranı %64,1 ve %70,5 iken, kadınlarda görülme oranı %45,9 ve %51,9 bulunmuştur. 2015 yılında bilgisayar ve internet kullanım oranlarına göre %54,8 ve %55,9 bulunmuştur. Genel olarak Türkiye'ye baktığımızda internete ulaşma olanağı olan hanelerin oranı 2016 yılı Nisan ayında %76,3'e ulaşmıştır. Evlerinde internet bağlantısı bulunmayan hanelerin %59'u interneti kullanmama nedeni olarak internet kullanımının ihtiyaçları dâhilinde bulunmadığını, %29,4'ü interneti, iş, okul, internetten kafe gibi başka ortamlarda yararlandıklarını söylemiştir. Hızlı internet erişim olanağı olan hanelerin oranı %73,1 olarak tespit edilmiştir. Bu kapsamda hanelerin %39,5'i sabit geniş bant bağlantı (ADSL, kablolu internet, fiber vb.) ile internete bağlantı sağlarken, %65,2'si mobil geniş bant ağı ile internete ulaşma olanağına sahip olmuştur. Amaçları açısından internet kullanımına bakıldığında, 2016'nın ocak, şubat ve mart aylarında toplamda internet kullanan bireylerin %82,4'ü sosyal medya üstünden profil yaratma, mesaj yollama veya fotoğraf vb. paylaşımlarda bulunurken, bunu web sitelerinden video izleme %74,5, online haber %69,5 oranında, gazete ya da dergi okuma, sağlık içerikli bilgi araştırma %65,9 oranında, mal ve hizmetler ile alakalı bilgi araştırma %65,5 oranında ve en son olarak da %63,7 oranında internet üzerinden müzik dinleme (web radyo) görülmüştür. Son 3 ay baz alındığında, 2016 yılının ilk üç ayında internette aktif olan kişilerden interneti hemen hemen her gün yahut en azından haftada bir defa kullanan kişilerden meydana gelen devamlı internet kullanıcı oranı %94,9 bulunmuştur.

Ülgen (2014) 12-18 yaş arası ergenlerle yaptıkları çalışma da eğitim düzeyi yüksek olan annelerin çocuklarında daha yüksek oranda internet bağımlılığı geliştiğini bildirmiştir. Kuss ve ark. (2013)'in ergenlerle yaptıkları çalışma da ergenlerin % 3,7'sinin potansiyel internet bağımlısı olduğunu bildirmişlerdir. Ayrıca çevrimiçi oyun ve sosyal

uygulamaların kullanımının (çevirimiçi sosyal ağ siteleri ve twitter), internet bağımlılığı riskini arttırdığı saptamışlardır.

Young (1996) tarafından yapılan çalışmada; araştırmacı örneklemini, arama motorlarından yararlanarak internette “İnternet bağımlılığı” kavramını araştıran veya gazete ve dergilerde yer alan araştırma ile ilgili olan ilana yanıt veren bireylerden oluşturmuştur. 496 kişiden oluşan örnekleme yer alan internet bağımlılıklarından 239'u kadın, 157'si erkektir. Bunun yanında, internet bağımlısı olmayan bireylerin ise 36'sı kadın, 64'ü erkektir. Literatürde var olan araştırmaların çoğuna göre, internet bağımlılığının erkeklerde daha çok görüldüğü tespit edilmiştir. Bu kapsamda araştırmacı tarafından tespiti yapılan bu sonuca göre, kadınların erkeklere nazaran iletişime daha açık olmaları ve problemleri hakkında yardım isteyebilmeleri olarak yorumlanmaktadır.

Strittmatter ve ark. (2015)'in ergenler üzerine yaptıkları araştırmalarında oyun içeren patolojik internet bağımlılığının erkeklerde kadınlara nazaran daha fazla olduğu bulmuşlardır. Oyun içermeyen patolojik internet bağımlılığı gösteren öğrenciler ile oyun içeren patolojik internet bağımlılığı gösteren öğrencilere göre depresyona daha yatkın olduklarını bulunmuşlardır. İnternet kullanımının, öğrenciler üzerinden yapılan araştırmada % 35,3 oyun için; % 92,9 sohbet için; % 92,5, diğer internet uygulamaları için ve % 55,4 okul için kullanıldığını bulmuşlardır.

Armstrong, Phillips ve Saling (2000), tarafından yapılan araştırmada ve “İnternete İlişkin Sorun Ölçeği” adlı ölçeğin geçerliliğini test ettikleri araştırmalarında, aşırı internet kullanımı ile düşük özgüven arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuşlardır (Armstrong, Phillips ve Saling (2000; Akt: Ulusoy, 2008).

Bağımlılıkla ilgili yapılan ilk araştırmalarda, bağımlılık klinik açıdan incelenmekte ve aşırı oynamayla açıklanmaktadır. Buna yönelik olarak 46 bilgisayar oyun bağımlılığı, internet bağımlılığı ve patolojik kumar oynama gibi davranış bağımlılıklarının önemli bir payı olarak görülmektedir. Griffiths (1996) bilgisayar oyun bağımlılığını, bağımlılık veya bağımlı bir kişilik gibi bazı içsel kişilik işlemlerinin işleyişi olarak nitelendirmektedir. Bu yaklaşıma göre ise bağımlılığın, onunla bağlantılı işlevsel klinik ölçütlerle ölçülebileceğini göstermektedir. Griffiths'ın (1996) bu ölçütleri içeren

ölçeğinde, diğer davranışsal bağımlılıklarda yer alan geri çekilme belirtisi, dikkat çekme, müsamaha, çatışma ve eski haline dönme, karakter değişimi gibi kısımlar yer almakta ve bağımlılardan bilgi alınmaktadır (Chumbley ve Griffiths, 2006). Alan yazında oyun bağımlılığı ile ilgili ölçütlerin 1990'lı yılların ortalarına doğru ortaya çıktığı görülmektedir. Sonraki yıllarda yapılan araştırmalarda Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabının (DSM) III ve IV. sürümlerindeki patolojik kumar oynama ölçütleri oyun bağımlılığına uyarlanmıştır (Ayas, 2013).

1.3.2. Benlik Saygısı Üzerine Yapılan Çalışmalar

Benlik saygısıyla alakalı bazı araştırmalara baktığımızda; Mc Carthy ve Hoge (1982), yaş değişkeninin ergenler üzerindeki etkilerini belirlemek amacıyla yaklaşık 2000 kişiden oluşan örneklem üzerinde yaptıkları çalışmalarında, ergenlerin yaşları ilerledikçe benlik saygıların da arttığını bulmuşlardır.

Nottelman (1987), Erken ergenlik çağına geçiş döneminde, benlik saygısında ciddi bir artış tespit etmemiştir. Erken ergenlik döneminin bazı yönlerden uyumlu bir evre olduğunun önemi yanında, benlik saygısında bulunan bazı gelişmelerin de kızlarda düşünsel alanla ilişkili olarak, erkeklerde ise her yönden gerçekleştiğini belirtmektedir. İnanç (1987), ülkemizde ergenlere yönelik gerçekleştirdiği çalışmasında, büyük yaş kademesinde olan kız öğrencilerin, yaşıtı olan erkek öğrenci grubuna göre daha düşük benlik saygısına sahip oldukları tespit edilmiştir.

Benlik saygısı ile ilgili yapılan çalışmalar genellikle düşük veya yüksek benlik saygısı ile diğer bazı değişkenler arasındaki ilişkiye odaklanmaktadır. Çalışmalar genellikle yüksek benlik saygısının pozitif düşük benlik saygısının ise negatif olgularla ilişkili olduğu sonucuna ulaşmaktadırlar. Kendileri hakkında olumlu kanıya sahip olan, kendilerini saygı görmeye değer bulan, yaratıcı, deneyimlerini paylaşmaktan çekinmeyen ve yeni durumlarla karşılaşmaktan korkmayan bireylerin benlik saygılarının yüksek olduğu görülmüştür. Bu bireylerin kendilerine değer verdiği ve hayata dair problemlerle başa çıkma inancına sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca bu bireylerin kendi kapasitelerini

daha gerçekçi şekilde değerlendirdikleri ve işlerin ters gittiği durumlarda dahi hatalarını kabullenerek kendilerini değerli hissetmeye devam ettikleri ve stresle daha kolay şekilde başa çıktıkları görölmüştür (Dokuyan, 2015).



2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Problemleri ve Alt Problemleri

Benlik saygısı düşük bireyler, genellikle sosyal açıdan yetersiz oldukları için bilgisayarla vakit geçirmeye daha çok vakit ayırabilir, benlik saygısı düştükçe bilgisayar bağımlılığı artabilir. Aynı şekilde benlik saygısı düşük bireyler özgüven problem yaşadıkları için yüz yüze iletişimden kaçınıp bilgisayar ortamında iletişim kurmayı tercih ettikleri için bu kimselerin bilgisayar bağımlılıkları artış gösterebilir.

Yapılan araştırmalar (Nalwa ve Anand, 2003) kişilere sosyal destek verilmesinin internet bağımlılığının azalmasında etkili olduğunu göstermektedir. Benlik saygısı düşük bireyler için okulla görüşülerek onların yeteneklerine yönelik okul kulüpleri açılması önerilebilir. Yeteneklerine yönelik aktiviteler yapmaları başarıyı tatmalarını ve benlik saygılarının artmasını sağlayabilir. Benlik saygısı düşük bireyler sosyal hayatta aktif olmadıklarından bilgisayar başında uzun süreler vakit geçirmeyi tercih edebilirler.

Araştırmadaki alt problemler sırasıyla şöyle sıralanabilir:

1. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri nelerdir?
2. Bilgisayar bağımlılığı ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Bilgisayar bağımlılığı ile kaçınıcı sınıfta olduğu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Bilgisayar bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Benlik saygısı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. Bilgisayar bağımlılığı ile babanın eğitim durumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
7. Bilgisayar bağımlılığı ile annenin eğitim durumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

8. Bilgisayar bağımlılığı ile kardeş sayısı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
9. Bilgisayar bağımlılığı ile annenin çalışma durumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
10. Bilgisayar bağımlılığı ile evde internet olma durumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
11. Bilgisayar bağımlılığı ile interneti hangi amaçla kullandığı arasında anlamlı ilişki var mıdır?

2.2. Araştırmanın Amacı ve Denenceler

Ortaokul kademesindeki öğrencilerin bilgisayar bağımlılıklarıyla benlik saygıları arasındaki ilişkinin demografik değişkenlere göre incelenerek, bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısının birbirleriyle etkileşimleri ve demografik değişkenlerden ne derece etkilendikleri konusunda bilgilenmektir.

Bu araştırma doğrultusunda ortaya konulan hipotezler şunlardır:

1. Bilgisayar bağımlılığı ile benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.
2. Bilgisayar bağımlılığı sınıf düzeyine göre farklılık gösterir.
3. Bilgisayar bağımlılığı cinsiyet açısından farklılık gösterir.
4. Benlik saygısı cinsiyet açısından farklılık gösterir.
5. Bilgisayar bağımlılığı babanın eğitim durumu açısından farklılık göstermez.
6. Bilgisayar bağımlılığı annenin eğitim durumu açısından farklılık göstermez.
7. Bilgisayar bağımlılığı kardeş sayısı açısından farklılık göstermez.
8. Bilgisayar bağımlılığı annenin çalışma durumu açısından farklılık göstermez.
9. Bilgisayar bağımlılığı evde internet olma durumu açısından farklılık gösterir.

10. Bilgisayar bağımlılığı interneti hangi amaçla kullandığı açısından farklılık gösterir.

2.3. Araştırmanın Önemi

Gelişen teknoloji ve imkânların artmasıyla, artık hemen hemen herkes kolaylıkla bilgisayara erişim sağlayabilmesi bilgisayar bağımlılıklarını arttırmaktadır. Sosyal açıdan aktif olamayan bireyler bilgisayar başında vakit geçirmeye daha çok yatkın olmaktadır. Aydın ve Sarı (2011)'ya göre; internet bağımlılığının benlik saygısı üzerinde negatif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmadan da yola çıkarak, benlik saygısı düşük bireylerin bağımlılığa daha meyilli olduklarını ve bu kapsamda da bilgisayar bağımlılığı başlığı altında incelenen internet ve oyun bağımlılıklarıyla ilişkisinin araştırılması, farklı bir perspektiften daha ayrıntılı sonuçlara ulaşabilmek açısından önem kazanmaktadır. Ayrıca bilgisayar bağımlılığı tespit edilen ergenlerin benlik saygılarının geliştirilmesine yönelik eğitim ve tedavi yoluna gidilmesi ve bunun da iyileşme süreçlerine katkıda bulunabilmesi açısından farkındalık yaratacak bir araştırma da olması bakımından da öneme sahip olmaktadır.

2.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sadece İstanbul'un Bayrampaşa ilçesinde uygulanması, araştırmanın sadece Bayrampaşadaki ortaokul öğrencilerine odaklanması ve örneklem sayısının 200 ile sınırlı olması.

2.5. Sayıtlar

1. Araştırmanın amacı ve denenceler bölümünde yer alan denencelerin test edilmesinde Ergenler İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği yeterlidir.
2. Daha önce ortaokul ve lise öğrencileri için güvenilirlik ve geçerlik çalışması yapılan Ergenler İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği ergenlik döneminde bulunan orta öğretim öğrencileri için de güvenilir ve geçerli bir ölçektir.
3. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği tüm ergenleri kapsayacak şekilde güvenilirlik ve geçerliliğe sahiptir.
4. Denekler ölçekleri gönüllü olarak ve içten cevaplamışlardır.
5. Örneklem grubu evreni temsil etme özelliğine sahip olduğundan araştırmanın yapılması için uygundur.

2.6. Araştırma

2.6.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmamız Ergenlerde Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin kullanıldığı tarama modelinde bir çalışmadır. Araştırmada “Bilgisayar Bağımlılığı” değişkeni bağımlı değişken, benlik saygısı ve sosyo demografik özellikler bağımsız değişken olarak alınmıştır. İkinci olarak ise “Benlik saygısı” bağımlı değişken, Bilgisayar bağımlılığı ve sosyo demografik özellikler bağımsız değişken olarak alınmıştır.

2.6.2. Çalışma Grubu

Tablo 1’de demografik değişkenlerin frekans ve yüzdeler dağılımı frekans testine göre sırayla aşağıda yer almaktadır.

Tablo 1. Demografik Değişkenlerin Frekans Ve Yüzelik Tablosu

Demografik değişkenlerin dağılımı		Frekans	Yüzde
Kaçıncı sınıftasınız?	5.sınıf	60	30.0
	6.sınıf	27	13.5
	7.sınıf	65	32.5
	8.sınıf	48	24.0
Cinsiyetiniz nedir?	Kız	99	49.5
	Erkek	101	50.5
Babanızın eğitim durumu nedir?	Okul okumadı	5	2.5
	İlkokul	62	31.0
	Ortaokul	52	26.0
	Lise	62	31.0
	Üniversite	19	9.5
Annenizin eğitim durumu nedir?	Okul okumadı	15	7.5
	İlkokul	83	41.5
	Ortaokul	51	25.5
	Lise	43	21.5
	Üniversite	8	4.0
Kaç kardeşiniz?	Tek çocuğum	28	14.0
	İki kardeşiz	109	54.5
	Üç kardeşiz	50	25.0
	Dört kardeşiz	9	4.5
	Beş kardeşiz	4	2.0
Anneniz çalışıyor mu?	Evet	54	27.0
	Hayır	146	73.0
Evinizde internet var mı?	Evet	145	72.5
	Hayır	55	27.5
İnterneti en çok hangi amaçlı kullanırsınız?	Araştırma(ders bilgi)	111	55.5
	Sohbet(chat)	24	12.0
	Müzik-film	19	9.5
	Oyun	46	23.0

Araştırmanın evrenini ortaokul kademesindeki 5, 6, 7. ve 8. Sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma, İstanbul'un Bayrampaşa ilçesindeki farklı okullardan bir araya gelen çocukları eğiten, Bayrampaşa Bilgi Merkezinde uygulanmıştır. Bu öğrencilerin 60'ı (%30) 5.sınıftan, 27'si (%13,5) 6. sınıftan, 65'i (%32,5) 7.sınıftan, 48'i (%24) 8.sınıftan olmak üzere toplamda 200 öğrenciye uygulanmıştır. Araştırmaya katılanların cinsiyet oranlarına baktığımızda 99'u (%49,5) kız, 101'i (50,5) erkektir. Babanın eğitim durumuna göre, okul okumayan 5 kişi (%2,5), ilkokul 62 kişi (%31,0), ortaokul 52 kişi (%26,0), lise 62 kişi (%31,0), üniversite 19 kişi (%9,5)dir. Annenin eğitim durumuna göre, okul okumayan 15 kişi (%7,5), ilkokul 83 kişi (%41,5), ortaokul 51 kişi (%25,5), lise 43 kişi (%21,5), üniversite 8 kişi (%4,0)dir. Kardeş sayısına göre, tek çocuk 28 kişi (%14,0), iki kardeş 109 kişi (%54,5), üç kardeş 50 kişi (%25,0), dört kardeş 9 kişi (%4,5), beş kardeşiz 4 kişi (%2,0)dir. Annenin çalışma durumu, evet diyenler 54'ü (%27,0), hayır diyenler 146 kişi (%73,0). İnterneti en çok hangi amaçla kullandıkları sorusunu, araştırma 111 kişi (%55,5), sohbet(chat) 24 kişi (%12,0), müzik-film 19 kişi (%9,5),oyun 46 kişi (%23,0) tercih etmiştir. Evinizde internet olup olmadığı sorusuna evet diyenler 145 kişi (%72,5), hayır diyenler ise 55 kişi (%27,5) dir.

Araştırma, İstanbul'un Bayrampaşa ilçesindeki farklı okullardan bir araya gelen çocukları eğiten, Bayrampaşa Bilgi Merkezi'nden 5.sınıf öğrencisi 60 kişi, 6. Sınıf öğrencisi 27 kişi, 7.sınıf öğrencisi 65 kişi, 8.sınıf öğrencisi 48 kişi olmak üzere toplamda 200 kişiye uygulanmıştır.

2.6.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada öğrencilerin kaçınıcı sınıfta okudukları, cinsiyet, kardeş sayısı, anne-babanın eğitim seviyesi, annenin çalışma durumu, evde internet olma durumu, bilgisayarı en çok hangi amaçla kullandıkları gibi demografik özellikler alınmış daha sonra bu deneklere Ayas, Balta ve Horzum (2011)'un bilgisayar bağımlılığı ölçeği ve Çuhadaroğlu

(1986)'nin Türkçeye çevirmiş olduğu Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri uygulanmıştır. Araştırmamızın ekler kısmında örnek maddelere yer verilmiştir.

2.6.3.1. Bilgisayar Bağımlılığı Envanteri

Araştırmada, Ayas, Balta ve Horzum (2011)'un geliştirdiği “Ergenler İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği” öğrencilerin internet ve oyun bağımlılığını değerlendirmek amacıyla yararlanılmıştır. Ölçekte 5’li Likert tipi dereceleme uygulanmıştır. Bu sıralama “Her zaman (5), Çoğu Zaman (4), Sıklıkla (3), Ara Sıra (2) ve Nadiren (1)” olarak meydana gelmiştir. Ölçek 54 madde iki faktörden oluşmaktadır. Bu faktörlerden birincisi 28 maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerin faktördeki yük değerleri .512 ile .795 arasında farklılık yaratmaktadır. Ölçeğin toplam varyansının %29.49’unu tanımlayan bu faktör “internet bağımlılığı” olarak tanımlanmıştır. Ölçekteki ikinci faktör ise, toplam 26 maddedir. Bu maddelerin ikinci faktördeki yük değerleri .424 ile .788 arasında farklılık yaratmaktadır. Ölçeğin toplam varyansının %19.13’ünü açıklayan bu faktör “bilgisayar oyun bağımlılığı” olarak isimlendirilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. İç tutarlılık testine bakıldığında internet bağımlılığı olarak tanımlanan alt faktörün iç tutarlılık katsayısı .96 ve bilgisayar oyun bağımlılığı olarak tanımlanan alt faktörün iç tutarlılık katsayısı ise .95 olarak bulunmuştur. Ölçek 54 maddeden oluşmakta ve toplam iç tutarlılık katsayısı .95 olarak tespit edilmiştir (Ayas,2012).

2.6.3.2. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Amerika’da geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış olan Rosenberg’in geliştirmiş olduğu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden birçok araştırmada yararlanılmıştır. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği on iki alt bölüme sahiptir. Ölçekte çoktan seçmeli sorular vardır. 0.89 olan, test tekrar test güvenilirlik katsayısı, cronbach

alpha geçerlik katsayısı ise 0.71 olarak saptanmıştır. Çoktan seçmeli sorulardan oluşan ve 12 alt kategorisi bulunan ölçek toplam 63 maddeden oluşmaktadır (Çuhadaroğlu, 1986). On iki alt bölüme baktığımızda; benlik saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güvenme, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, hayalperestlik, psikosomatik belirtiler, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılabilme derecesi, ana-baba ilgisi, babayla ilişki ve psişik izolasyon yer almaktadır. Benlik saygısı alt testi değerlendirilirken 0-1 puana sahipse yüksek, 2-4 puana sahipse orta, 5- 6 puana sahip ise düşük benlik saygısına sahiptir değerlendirilmesi yapılabilmektedir. Geri kalan alt bölümlerden alınan yüksek puanlar, insanlara güven duyma alt testine bakıldığında güvenin azlığına, ana baba ilgisi alt testinde ilgi azlığına, babayla ilişki alt testinde babayla ilişkinin yüksek oluşuna, depresif duygulanım alt testine göre depresyon düzeyinin fazlalığına, eleştiriye duyarlılık alt testine göre duyarlılığın yüksek olduğuna, hayalperestlik alt testinde hayalperestliğin yoğunluğuna, psikosomatik belirtiler alt testide belirtilerin yüksek olduğuna, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme alt testinde kolaylıkla tehdit edilme duygusuna, kendilik kavramının sürekliliği alt testinde devamlılığın düşük, tartışmalara katılabilme derecesi alt testinde tartışmalara katılma düzeyinin fazla olduğuna, psişik izolasyon alt testinde psişik izolasyonun yüksek olduğuna işaret eder. Üç farklı öğretim görevlisinin incelemiş olduğu ölçek, Çuhadaroğlu tarafından Türkçeye çevrilmiş, ölçeğin son hali ise Hacettepe Çocuk Hastanesine başvuran on ergene uygulanarak yapılan araştırmalar neticesinde bazı değişiklikler yapılarak oluşturulmuştur. (Öner, 1997).

2.6.4. Verilerin Analizi

Ölçme araçları her bir öğrencide farklı sırada gelecek şekilde fotokopi çektilererek zımbalanmış araştırmacı tarafından öğrencilere elden dağıtılarak uygulanmıştır. Verilerin analizinde bilgisayar bağımlılığı ile benlik saygısı arasındaki ilişkiyi hesaplamak için korelasyon testi yapılmıştır. Daha sonra bilgisayar bağımlılığı ve benlik saygısının demografik değişkenlerle ilişkisini hesaplamak için t test ve anova testleri kullanılmıştır.

Araştırmada tüm çözümlenmeler SPSS 15.0 paket programları kullanılarak gerçekleştirilmiş ve çözümlenmelerde anlamlılık düzeyi olarak 0.05 kabul edilmiştir. Araştırma bulgularını elde etmek için korelasyon, t test ve anova testleri kullanılmıştır

3. BULGULAR

Bu bölümde çalışmayla ilgili olarak elde edilen bulgulara ve analizlere yer verilecektir. Öncelikle bilgisayar bağımlılığı ile benlik saygısı arasındaki korelasyonlar hesaplanacak, sonra da bilgisayar bağımlılığı ve benlik saygısı değişkenlerinin ayrı ayrı bazı demografik değişkenlerle ilgili analizleri yapılacaktır.

3.1. Bilgisayar Bağımlılığı ile Benlik Saygısının Demografik Değişkenlerle İlişkisi

Tablo 2’de bilgisayar bağımlılığıyla, benlik saygısının ilişkisine yönelik bulgular korelasyon testine göre sırayla aşağıda yer almaktadır.

Tablo2. Bilgisayar Bağımlılığı ve Benlik Saygısının Korelasyonu

	Bilgisayar Bağımlılığı	Benlik Saygısı
Bilgisayar Bağımlılığı	1	-.222(**)
Benlik Saygısı	-.222(**)	1

** p <0.01 * p <0.05

Bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasındaki ilişkiye bakıldığında, aralarında (r:=-.22) negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır (p <0.01). Bu bulgu benlik saygısı düşük olanların bilgisayar bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Bu etkililik anlamlı fakat düşük düzeyde bulunmuştur.

3.2. Bilgisayar Bağımlılığı ile Bazı Demografik Değişkenlerin İlişkisi

3.2.1. Bilgisayar Bağımlılığı ile Cinsiyet Arasındaki İlişki

Tablo 3’de bilgisayar bağımlılığı değişkeni ile cinsiyet değişkeni arasında saptanan anlamlı ilişkinin ayrıntılı analizleri için bağımsız örneklem (t-test Independent Samples) testi hesaplamaları yapılmıştır.

Tablo 3: Bilgisayar Bağımlılığının Cinsiyet Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları

Cinsiyet	N	Bilgisayar Bağımlılığı Ortalama X	Standart Sapma SS	t	p
Kız	99	1.53	0.55	-3.87	0.002
Erkek	101	1.89	0.77		

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 3’de bilgisayar bağımlılığı ile cinsiyet değişkenleri arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmıştır. Bu bağlamda, kız öğrencilerle (x= 1,53, S= 0,55) erkek öğrenciler (x =1,89, S= 0,77) arasında bilgisayar bağımlılığı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olduğu ifade edilebilir (t= -3,86 , p <0.01). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denencelerimizi desteklemektedir.

3.2.2. Bilgisayar Bağımlılığı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğu Arasındaki İlişki

Tablo 4’de bilgisayar bağımlılığı ile kaçınıcı sınıfta olduğu arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (F testi- ANOVA) ve Tukey -HSD testi kullanılmıştır.

Tablo 4: Bilgisayar Bağımlılığı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Bilgisayar Bağımlılığı	Gruplar arası	5.11	3	1.70	3.68	0.013
	Gruplar içi	90.80	196	0.46		
	Toplam	95.91	199			

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 4’de bilgisayar bağımlılığı ile kaçınıcı sınıf oldukları arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < .0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir ($F = 3,68$). Bu anlamlılığın kaçınıcı sınıflar arasındaki farktan kaynaklandığını tespit edebilmek için çoklu karşılaştırma testlerinden biri olan Tukey HSD testi uygulanmıştır. Bu test sonucu Tablo 5’de sunulmuştur.

Tablo 5. Bilgisayar Bağımlılığı ile Sınıf Seviyesi Değişkenine Uygulanan Tukey-HSD Testi Sonucu

(I) Sınıf Seviyesi	(J) Sınıf Seviyesi	Ortalama Fark (I-J)	Standart Hata	Anlamlılık	95% Güven Aralığı	
5.sınıf	6.sınıf	-.20898	.15772	.548	-.6177	.1997
	7.sınıf	-.07802	.12185	.919	-.3937	.2377
	8.sınıf	-.41350(*)	.13180	.011	-.7550	-.0720
6.sınıf	5.sınıf	.20898	.15772	.548	-.1997	.6177
	7.sınıf	.13097	.15583	.835	-.2728	.5348
	8.sınıf	-.20452	.16373	.596	-.6288	.2197
7.sınıf	5.sınıf	.07802	.12185	.919	-.2377	.3937
	6.sınıf	-.13097	.15583	.835	-.5348	.2728
	8.sınıf	-.33549	.12953	.050	-.6711	.0001
8.sınıf	5.sınıf	.41350(*)	.13180	.011	.0720	.7550
	6.sınıf	.20452	.16373	.596	-.2197	.6288
	7.sınıf	.33549	.12953	.050	-.0001	.6711

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 5’de uygulanan Tukey-HSD Testi sonucuna göre, 5.sınıf (N:60.), 6.sınıf (N:65), 7.sınıf (N:27) ve 8.sınıf (N:48) arasındaki farka baktığımızda; 5. Sınıf ile 8.sınıf arasındaki farklılığın $p < .05$ düzeyinde anlamlı olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denencelerimizi desteklemektedir.

3.2.3. Bilgisayar Bağımlılığı ile Babanın Eğitim Durumu Arasındaki İlişki

Tablo 6’da bilgisayar bağımlılığı ile babanın eğitim durumu arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (F testi- ANOVA) testi kullanılmıştır.

Tablo 6: Bilgisayar Bağımlılığı ile Babanın Eğitim Durumuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Bilgisayar Bağımlılığı	Gruplar arası	4.13	4	1.03	2.196	0.071
	Gruplar içi	91.77	195	0.47		
	Toplam	95.90	199			

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

Tablo 6’da, bilgisayar bağımlılığı ile babanın eğitim durumu arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < .0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir (F= 2.20). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denencelerimizi desteklemektedir.

3.2.4. Bilgisayar Bağımlılığı ile Annenin Eğitim Durumu Arasındaki İlişki

Tablo 7’de bilgisayar bağımlılığı ile annenin eğitim durumu arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (F testi- ANOVA) testi kullanılmıştır.

Tablo 7: Bilgisayar Bağımlılığı ile Annenin Eğitim Durumuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Bilgisayar Bağımlılığı	Gruplar arası	4.13	4	1.03	2.198	0.071
	Gruplar içi	91.77	195	0.47		
	Toplam	95.90	199			

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 7’de, bilgisayar bağımlılığı ile annenin eğitim durumu arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 2,20$). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denencelerimizi desteklemektedir.

3.2.5. Bilgisayar Bağımlılığı ile Kardeş Sayısı Arasındaki İlişki

Tablo 8’de bilgisayar bağımlılığı ile kardeş sayısı arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (F testi- ANOVA) ve Tukey-HSD testi kullanılmıştır.

Tablo 8: Bilgisayar Bağımlılığı ile Kardeş Sayısına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Bilgisayar Bağımlılığı	Gruplar arası	1.77	4	0.44	0.92	0.45
	Gruplar içi	94.13	195	0.48		
	Toplam	95.90	199			

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 8’de, bilgisayar bağımlılığı ile kardeş sayısı arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 0,92$). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denencelerimizi desteklemektedir.

3.2.6. Bilgisayar Bağımlılığı ile Annenin Çalışma Durumu Arasındaki İlişki

Tablo 9’da bilgisayar bağımlılığı değişkeni ile annenin çalışma durumu arasında saptanan anlamlı ilişkinin ayrıntılı analizleri için bağımsız örneklem (t-test Independent Samples) testi hesaplamaları yapılmıştır.

Tablo 9: Bilgisayar Bağımlılığının Annenin Çalışma Durumu Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları

Annenin Çalışma Durumu	N	Bilgisayar Bağımlılığı Ortalama X	Standart Sapma SS	t	p
Evet	54	1.76	0.70	0.55	-0.04
Hayır	146	1.69	0.69		

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 9’da bilgisayar bağımlılığı ile annenin çalışma durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmıştır. Bu bağlamda, evet diyenlerle(x= 1.76, S= 0.70) hayır diyenler (x =1,70, S= 0,69) arasında bilgisayar bağımlılığı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı ifade edilebilir (t= 0.55 , p <0.01). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denencelerimizi desteklemektedir.

3.2.7. Bilgisayar Bağımlılığı ile Evde İnternet Olması Arasındaki İlişki

Tablo 10’da bilgisayar bağımlılığı değişkeni ile evinizde internet olması arasında saptanan anlamlı ilişkinin ayrıntılı analizleri için bağımsız örneklem (t-test Independent Samples) testi hesaplamaları yapılmıştır.

Tablo 10: Bilgisayar Bağımlılığının Evinizde İnternet Olması Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları

Evinizde İnternet Olması Durumu	N	Bilgisayar Bağımlılığı Ortalama X	Standart Sapma SS	t	p
Evet	145	1.71	0.69	0.57	0.011
Hayır	55	1.73	0.71		

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 10’da bilgisayar bağımlılığı ile evde internet olması durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmıştır. Bu bağlamda, evet diyenlerle ($x = 1.71$, $S = 0.06$) hayır diyenler ($x = 1.73$, $S = 0.71$) arasında bilgisayar bağımlılığı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı ifade edilebilir ($t = -0.57$, $p < 0.01$). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denencelerimizi desteklememektedir.

3.2.8. Bilgisayar Bağımlılığı ile İnterneti En Çok Hangi Amaçla Kullanıldığı Arasındaki İlişki

Tablo 11’de bilgisayar bağımlılığı ile interneti en çok hangi amaçla kullandığı arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (Ftesti- ANOVA) ve Tukey-HSD testi kullanılmıştır.

Tablo 11: Bilgisayar Bağımlılığı ile Bilgisayarı Hangi Amaçla Kullandığına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Bilgisayar Bağımlılığı	Gruplar arası	7.27	3	2.42	5.36	0.001
	Gruplar içi	88.639	196	0.45		
	Toplam	95.90	199			

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 11’de, bilgisayar bağımlılığı ile bilgisayarı hangi amaçla kullandıkları arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < .0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir ($F = 5,36$). Bu anlamlılığın hangi amaçlar arasındaki farktan kaynaklandığını tespit edebilmek için çoklu karşılaştırma testlerinden biri olan Tukey HSD testi uygulanmıştır. Bu test sonucu Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12. Bilgisayar Bağımlılığı ile İnterneti Hangi Amaçla Kullandığına İlişkin Uygulanan Tukey-HSD Testi Sonucu

(I) İnterneti en çok hangi amaçlı kullandığı	(J) İnterneti en çok hangi amaçlı kullandığı	Ortalama Fark	Standart Hata	Anlamlılık	95% Güven Aralığı	
Araştırma(ders bilgi)	Sohbet(chat)	-.19766	.15139	.560	-.5899	.1946
	Müzik-film	-.34280	.16696	.172	-.7754	.0898
	Oyun	-.44571(*)	.11792	.001	-.7513	-.1402
Sohbet(chat)	Araştırma(ders bilgi)	.19766	.15139	.560	-.1946	.5899
	Müzik-film	-.14514	.20651	.896	-.6802	.3900
	Oyun	-.24805	.16934	.461	-.6868	.1907
Müzik-film	Araştırma(ders bilgi)	.34280	.16696	.172	-.0898	.7754
	Sohbet(chat)	.14514	.20651	.896	-.3900	.6802
	Oyun	-.10291	.18339	.943	-.5781	.3723
Oyun	Araştırma(ders bilgi)	.44571(*)	.11792	.001	.1402	.7513
	Sohbet(chat)	.24805	.16934	.461	-.1907	.6868
	Müzik-film	.10291	.18339	.943	-.3723	.5781

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

Tablo 12’de uygulanan Tukey-HSD Testi sonucuna göre, araştırma(ders bilgi)(N:111), sohbet (N:24), müzik-film (N:19) ve oyun(N:46)arasındaki farka baktığımızda; bilgisayarı oyun amaçlı kullananların, araştırma amaçlı kullananlardan daha fazla olduğu $p < 0.05$ düzeyinde tespit edilmiştir. Bilgisayarı oyun ve araştırma amaçlı kullanım arttıkça bilgisayar bağımlılığı artış göstermektedir.

3.3. Benlik Saygısı ile Bazı Demografik Değişkenlerin İlişkisi

3.3.1. Benlik Saygısı ile Cinsiyet Arasındaki İlişki

Tablo 13 'de bilgisayar benlik saygısı ile cinsiyet değişkeni arasında saptanan anlamlı ilişkinin ayrıntılı analizleri için bağımsız örneklem (t-test Independent Samples) testi hesaplamaları yapılmıştır.

Tablo 13: Benlik Saygısının Cinsiyet Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları

Cinsiyet	N	Benlik saygısı Ortalama X	Standart Sapma SS	t	p
Kız	99	2.19	0.19	-3.86	-0.16
Erkek	101	2.12	0.26		

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 13'de benlik saygısı ile cinsiyet değişkenleri arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmıştır. Bu bağlamda, kız öğrencilerle ($x = 2,19$, $S = 0,19$) erkek öğrenciler ($x = 2,12$, $S = 0,26$) arasında benlik saygısı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olduğu ifade edilebilir ($t = -3,86$, $p < 0,05$). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denencelerimizi desteklemektedir.

3.3.2. Benlik Saygısıyla İle Kaçınıcı Sınıfta Olduğu Arasındaki İlişki

Tablo 14'de benlik saygısı ile kaçınıcı sınıfta olduğu arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (Ftesti- ANOVA) ve Tukey-HSD testi kullanılmıştır.

Tablo 14: Benlik Saygısı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Benlik Saygısı	Gruplar arası	0.82	3	0.27	5.52	0.001
	Gruplar içi	9.64	196	0.49		
	Toplam	10.46	199			

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 14’de, benlik saygısı ile sınıf düzeyi arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir (F= 5.52).

3.3.3. Benlik Saygısı ile Babanın Eğitim Durumu Arasındaki İlişki

Tablo 15’de benlik saygısı ile babanın eğitim durumu arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (F testi- ANOVA) testi kullanılmıştır.

Tablo 15: Benlik Saygısı ile Babanın Eğitim Durumuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Benlik Saygısı	Gruplar arası	0.28	4	0.07	1.329	0.261
	Gruplar içi	10.18	195	0.05		
	Toplam	10.46	199			

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 15’de, benlik saygısı ile babanın eğitim durumu arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir (F= 1.329). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denencelerimizi desteklemektedir.

3.3.4. Benlik Saygısı ile Annenin Eğitim Durumu Arasındaki İlişki

Tablo 16’da benlik saygısı ile annenin eğitim durumu arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (F testi- ANOVA) testi kullanılmıştır.

Tablo 16: Benlik Saygısı ile Annenin Eğitim Durumuna İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Benlik Saygısı	Gruplar arası	0.08	4	0.02	0.366	0.833
	Gruplar içi	10.38	195	0.05		
	Toplam	10.46	199			

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 16’da, benlik saygısı ile annenin eğitim durumu arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın p<0,01 düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir (F= 0.366).

3.3.5. Benlik Saygısı ile Kardeş Sayısı Arasındaki İlişki

Tablo 17’de benlik saygısı ile kardeş sayısı arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (F testi- ANOVA) ve Tukey-HSD testi kullanılmıştır.

Tablo 17: Benlik Saygısı ile Kardeş Sayısına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Benlik Saygısı	Gruplar arası	0.21	4	0.05	0.999	0.409
	Gruplar içi	10.25	195	0.05		
	Toplam	10.46	199			

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 17’de, benlik saygısı ile kardeş sayısı arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 0,999$).

3.3.6. Benlik Saygısı ile Annenin Çalışma Durumu Arasındaki İlişki

Tablo 18’de benlik saygısı değişkeni ile annenin çalışma durumu arasında saptanan anlamlı ilişkinin ayrıntılı analizleri için bağımsız örneklem (t-test Independent Samples) testi hesaplamaları yapılmıştır.

Tablo 18: Benlik Saygısının Annenin Çalışma Durumu Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları

Annenin Çalışma Durumu	N	Benlik saygısı Ortalama X	Standart Sapma SS	t	p
Evet	54	2.13	0.23	-0.81	-0.42
Hayır	146	2.16	0.22		

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

Tablo 18’de benlik saygısı ile annenin çalışma durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmıştır. Bu bağlamda, evet diyenlerle ($x = 2.13$, $S = 0.23$) hayır diyenler ($x = 2.16$, $S = 0.22$) arasında benlik saygısı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı ifade edilebilir ($t = -0.81$, $p < 0.01$).

3.3.7. Benlik Saygısı ile Evde İnternet Olması Arasındaki İlişki

Tablo 19’da benlik saygısı ile evinizde internet olması arasında saptanan anlamlı ilişkinin ayrıntılı analizleri için bağımsız örneklem (t-test Independent Samples) testi hesaplamaları yapılmıştır.

Tablo 19: Benlik Saygısının Evde İnternet Olması Açısından Bağımsız Gruplar t Testi Analizi Sonuçları

Evinizde İnternet Olması Durumu	N	Benlik saygısı Ortalama X	Standart Sapma SS	t	p
Evet	145	2.15	0.23	-0.853	0.888
Hayır	55	2.18	0.22		

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 19’da benlik saygısı ile evde internet olması durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmıştır. Bu bağlamda, evet diyenlerle (x= 2.15, S= 0.23) hayır diyenler (x =2.18, S= 0.22) arasında benlik saygısı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı ifade edilebilir (t= -0.85 , p <0.01).

3.3.8. Benlik Saygısı ile İnterneti En Çok Hangi Amaçla Kullanıldığı Arasındaki İlişki

Tablo 20’de bilgisayar bağımlılığı ile interneti en çok hangi amaçla kullandığı arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (Ftesti- ANOVA) ve Tukey-HSD testi kullanılmıştır.

Tablo 20: Benlik Saygısı ile Bilgisayarı Hangi Amaçla Kullandığına İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	f	p
Benlik Saygısı	Gruplar arası	0.13	3	0.04	0.813	0.488
	Gruplar içi	10.33	196	0.05		
	Toplam	10.46	199			

** p <0.01 * p <0.05

Tablo 20’de, benlik saygısı ile bilgisayarı hangi amaçla kullandıkları arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < .0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 0.813$).



4. BULGULARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmanın bu bölümünde analiz edilen değişkenlere ait bulguların değerlendirilmesine, tartışılmasına ve yorumlanmasına yer verilmiştir.

Araştırmanın temel amacı orta öğretim öğrencilerinde bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasında bir ilişki olup olmadığının incelenmesidir. Birinci bölümde belirtilen denencelerden sonra öncelikle bilgisayar bağımlılığıyla, benlik saygısı ve demografik değişkenler arasındaki korelasyonlar hesaplanmış, sonra da bilgisayar bağımlılığı ve benlik saygısı değişkenlerinin ayrı ayrı demografik değişkenlerle ilgili analizleri yapılmıştır.

4.1. Bilgisayar Bağımlılığıyla Benlik Saygısı Arasındaki İlişki

Bilgisayar bağımlılığı puanının bağımsız değişkenlerle olan korelasyon kat sayılarının hesaplanmasında aralarında anlamlı bir ilişki beklenen bilgisayar bağımlılığı değişkeni ile benlik saygısı ($r = -.22$; $p < 0.01$) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüş ve dolayısıyla çalışmamızın temel denencesi desteklenmiştir.

Literatürde birçok çalışma benlik saygısı ile patolojik düzeydeki internet kullanımı arasındaki ilişkiyi incelemiştir (Armstrong, Phillips ve Salling, 2000; Griffiths ve Banyard, 2005; Kim ve Davis, 2009). Yapılan bu çalışmalar internet bağımlılığı ile benlik saygısı arasında negatif yönde bir ilişkinin var olduğu sonucunu ortaya koymaktadırlar. Bu çalışmada diğer çalışmalardan farklı olarak internet bağımlılığı yerine bilgisayar bağımlılığı kullanılmış olmasına rağmen bu iki değişken arasındaki farkın ihmal edilebilir derecede küçük olduğu değerlendirilmektedir.

Griffith'in (2000) çalışması internet kullanımının kişilerin bazı eksikliklerini örtme veya bunlarla başa çıkma yolu olarak algılandığını ifade etmektedir. Çalışma,

kişilerin internet ortamında farklı bir kişiliğe bürünerek kendilerini daha iyi hissettiğini diğer bir ifadeyle kendilerini bu şekilde tatmin ettiklerini iddia etmektedir. Görüldüğü üzere kendileriyle ilgili negatif algılara sahip bireyler interneti bir çıkış yolu veya savunma mekanizması olarak görüp kullanımlarını arttırmakta ve bir bağımlılık ilişkisi ortaya koymaktadırlar.

Mossbarger (2008) ve Yen (2007)'e göre ergenler internet bağımlısı olmaya en yatkın bireylerdir dolayısıyla bu çağdaki bireylerin internetle olan ilişkilerini açıklayan değişkenler dikkatle incelenmelidir. Padwa and Cunningham (2010)'a göre ise ergenler arasındaki en yaygın bilgisayar bağımlılığı türü online oyun bağımlılığıdır. Bu tür oyunlar kişilere gerçek hayatta hiçbir zaman yapamayacakları şekillerde kendilerini ifade etme olanağı sunarlar ve bu durumdan alınan haz bu oyunların bağımlılık derecesinde oynanmasına sebep olur. Bu tür oyunlar, oyunculara hiç bitmeyen hedefler verip görevler yüklerler ve bireyler bu oyunlarda başarılı oldukları zaman güçlülük ve değerlilik hissederler. Diğer bir deyişle bilgisayar kullanımı bireylerin farkında oldukları eksikliklerini geçici olarak telafi ettikleri ve kendileri ile ilgili pozitif değerlendirmelere sahip oldukları bir aktiviteye dönüşür.

Aşırı internet kullanımının belirleyicileri ile ilgili yaptıkları çalışmalarında Armstrong, Phillips ve Salling (2000) benlik saygısı ve fevriliğin aşırı internet kullanımını belirleyen en önemli faktörler olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu iki değişken arasından ise benlik saygısının daha yüksek güce sahip bir açıklayıcı olduğunu görmüşlerdir. Ancak benlik saygısının direkt olarak bir bağımlılığa sebep olup olmadığı konusu tartışmalıdır. Örneğin madde bağımlılığında, madde kullanımı sonucu kullanıcının sosyal ilişkilerinin bozulması benlik saygısını azalmasına sebebiyet verebilmektedir. Dolayısıyla düşük benlik saygısının mı aşırı internet kullanımına neden olduğu yoksa aşırı internet kullanımının mı düşük benlik saygısına sebep olduğu sorusu incelemeye değer bir konudur.

Kim ve Davis (2009) çalışmalarında problemlü düzeyde internet kullanımında; benlik saygısı, anksiyete, kendini kaptırma ve internet aktivitelerine kişilerce atfedilen önemin etkisini incelemiştir. Benlik saygısı için Rosenberg ölçeğini kullandıkları çalışmalarında benlik saygısının problemlü internet kullanımı ile negatif ve anlamlı bir

ilişkiye sahip olduğunu gözlemlemişlerdir. Ayrıca daha önce ifade edilen 4 değişken içerisinde en anlamlı belirleyicinin benlik saygısı olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Griffiths ve Banyard (2005) üniversite öğrencileri arasında problemlili internet kullanımının benlik saygısı ile olan ilişkisini inceledikleri çalışmalarında internet kullanımları patolojik seviyede olan öğrencilerin benlik saygılarının düşük olduğunu gözlemlemişlerdir. Ancak araştırmacılar bu ilişkinin yönü hakkında kararsız kaldıklarını yani düşük benlik saygısının problemlili internet kullanımının sebebi mi yoksa sonucu mu olduğu konusunun tartışmalı olduğunu ifade etmişlerdir.

4.2. Bilgisayar Bağımlılığı ile Bazı Demografik Değişkenlerin İlişkisi

4.2.1. Bilgisayar Bağımlılığı ile Cinsiyet Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde bilgisayar bağımlılığı ile cinsiyet arasında , kız öğrencilerle ($x= 1,53$, $S= 0,55$) erkek öğrenciler ($x =1,89$, $S= 0,77$) arasında bilgisayar bağımlılığı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($t= -3,86$, $p <0.01$). Bilgisayar bağımlılığı erkek öğrencilerde kız öğrencilere nazaran daha yaygın görülmektedir. Literatürde yer alan birçok çalışma da erkek ve kadınların interneti farklı amaçlarla kullandığı sonucuna ulaşmaktadır. Colley ve Maltby (2008) kadınların interneti genelde bilgiye ulaşmak, eski tanıdıklara ulaşmak, alışveriş yapmak ve romantik partner bulmak için kullanırken erkeklerin ise genelde iş bulmak veya eğlenmek amaçlı kullandığını ifade etmektedirler. Kim ve Davis (2009) de çalışmalarında problemlili internet kullanımının erkeklerde kadınlara göre daha yaygın olduğunu ifade etmişlerdir.

Alaçam (2012), Tanrıverdi (2012), Doğan (2013), Çetinkaya (2013), Toraman (2013), Yıldız (2014), Kılınç ve Doğan (2014), Gökçearslan ve Durakoğlu (2014) yaptıkları araştırma sonuçlarına bakıldığında erkeklerin kadınlara oranla internet bağımlılık puan ortalamalarının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca Kaya (2011), Eldeleklioğlu ve Batık (2013), yaptıkları çalışmalarda erkeklerin internet

bağımlılık düzeyleri ile kadınların internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir (Akt: Horzum, 2011).

4.2.2. Bilgisayar Bağımlılığı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğu Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde bilgisayar bağımlılığı ile kaçınıcı sınıf oldukları arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < .0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir ($F = 3,68$). 5.sınıf (N:60.), 6.sınıf (N:65), 7.sınıf (N:27) ve 8.sınıf (N:48) arasındaki farka baktığımızda; 5. Sınıf ile 8.sınıf arasındaki farklılığın $p < .05$ düzeyinde anlamlı olduğu saptanmıştır.

Günüç (2009) çalışmasına baktığımızda ortaöğretim kademesinden 9.,10.,11. ve 12. Sınıflardan öğrencilerden oluşan çalışmada en yüksek bağımlılık düzeyinin 9. sınıflarda görüldüğü tespit edilmiştir. Bağımlılık düzeyinin 9. sınıftan 12. sınıfa doğru azalma gösterdiği tespit edilmiştir. Üniversiteye hazırlık aşamasında olan lise son sınıf öğrencilerinin bilgisayar kullanmaya daha az vakitleri kaldığından dolayı bu sonuç ortaya çıkmış olabilir. Üçkardeş (2010) ‘in “Mersin Üniversitesi Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi” isimli çalışmasında ortalama olarak normal seviyede internet kullanan ve problemlili derecede internet kullanan bireyler arasında sınıf düzeyleri açısından anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Döner (2011) yaptığı çalışmada İnternet Bağımlılık Ölçeği baz alınarak uyguladığı çalışmasında puanların sınıf düzeylerine göre anlamlı bir farklılaşma yaratmadığını bulunmuştur. Horzum (2011) ‘un çalışmasına göre sınıf düzeyi açısından 4. sınıftaki öğrencilerin 3. Ve 5. sınıftaki öğrencilere oranla oyun bağımlılığı daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Şahin (2011) yaptığı çalışmada internet bağımlılık düzeyinin öğrencilerin 7. ve 8. sınıfta olmalarına göre bir farklılaşma göstermediğini tespit etmiştir. Kaya (2011) “öğretmen adaylarının sosyal ağ sitelerini kullanım durumları ve internet bağımlılık düzeyleri” adlı araştırma sonucuna göre; öğretmen adaylarının sınıf düzeyleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır. Ayas ve Horzum (2013) yaptıkları çalışmada öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyinde öğrenim gördükleri sınıflara göre anlamlı farklılık olduğu sonucuna varmışlardır. 8. sınıfta okuyan

öğrencilerin 6. ve 7. sınıfta okuyan öğrencilere göre internet bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Doğan (2013) 'ün çalışmasında sınıflara göre ergenlerin internet bağımlılık düzeylerinin farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Sıra ortalamalarına göre sınıflar göz önünde bulundurulduğunda en yüksek bağımlılık düzeyine 8. sınıfta öğrenim gören ergenlerin sahip olduğu, bunu 10., 9., ve 11. sınıfların takip ettiği bulunmuştur. Çetinkaya (2013) çalışmasına göre örneklemin internet bağımlılığı puan ortalamalarının sınıflara göre istatistiksel açıdan anlamlı derecede değişiklik gösterdiği tespit etmiştir. Literatür incelendiğinde çalışmaya paralel olmayan sonuçların da ortaya çıktığını fakat çoğunlukla çalışmayı destekler nitelikte sonuçlar elde edildiği görülmektedir.

4.2.3. Bilgisayar Bağımlılığı ile Anne- Babanın Eğitim Durumu Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde, bilgisayar bağımlılığı ile babanın eğitim durumu arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < .0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 2,20$). Bilgisayar bağımlılığı ile annenin eğitim durumu arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < .0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 2,20$).

Günüç (2009) çalışmasına baktığımızda da internet bağımlılığı ile anne ve babanın eğitim düzeyiyle arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu bulunmuştur. Sonuç olarak, araştırmayı destekler niteliktedir.

4.2.4. Bilgisayar Bağımlılığı ile Kardeş Sayısı Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde, bilgisayar bağımlılığı ile kardeş sayısı arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < .0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 0,919$).

Günüç (2009) yaptığı araştırmasında internet bağımlılığı ile kardeş sayısı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucu bulunmuştur. Sonuç olarak, araştırmayı destekler niteliktedir.

4.2.5. Bilgisayar Bağımlılığı ile Annenin Çalışma Durumu Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde bilgisayar bağımlılığı ile annenin çalışma durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmıştır. Bu bağlamda, evet diyenlerle($x= 1.76$, $S= 0.70$) hayır diyenler ($x =1,70$, $S= 0,69$) arasında bilgisayar bağımlılığı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı ifade edilebilir ($t= 0.55$, $p <0.01$).

Üneri ve Tanıdır (2011) ‘ın yapmış olduğu çalışma sonucunda annenin çalışma durumunun internet bağımlılık puanına istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Bu bulgu sonucu, araştırmayı destekler niteliktedir.

4.2.6. Bilgisayar Bağımlılığı ile Evde İnternet Olması Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde bilgisayar bağımlılığı ile evde internet olması durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi yapılmış, evet diyenlerle ($x= 1.71$, $S= 0.06$) hayır diyenler ($x =1,73$, $S= 0,71$) arasında bilgisayar bağımlılığı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($t= -0.57$, $p <0.01$). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denenceleri desteklememektedir. Bilgisayar bağımlılığı ile evde internet olup olmama durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamasının sebebi olarak, mobil internetlerin yaygınlaşması sebebiyle ev interneti kullanılmaması gösterilebilir. Bunun yanında internet kafelerin yaygınlaşması ve ekonomik olması sebebiyle de internet ihtiyaçlarının buradan kolaylıkla giderilebilmesi sebep gösterilebilir.

4.2.7. Bilgisayar Bağımlılığı ile İnterneti En Çok Hangi Amaçla Kullanıldığı Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde bilgisayar bağımlılığı ile interneti en çok hangi amaçla kullandıkları arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir ($F = 5,36$). Araştırma(ders bilgi) (N:111), sohbet (N:24), müzik-film (N:19) ve oyun (N:46) arasındaki farka baktığımızda; interneti oyun amaçlı kullananların, araştırma amaçlı kullananlardan daha fazla olduğu $p < 0,05$ düzeyinde tespit edilmiştir. İnterneti oyun ve araştırma amaçlı kullanım arttıkça bilgisayar bağımlılığı artış göstermektedir.

Günüç (2009) araştırma bulgularına göre internet bağımlısı bireylerin interneti en çok pornografi, sohbet ve oyun amacıyla kullandıkları bulunmuştur. . Canan (2010) yapmış olduğu araştırmasında internet bağımlısı olan bireylerin %82,1'inin interneti en çok sohbet ve çevrim içi oyun gibi karşılıklı iletişim olanakları için kullandıklarını tespit etmiştir. İnan (2010) 'ın araştırma bulgularına göre interneti oyun oynamak ve chat yapmak amacıyla kullananların internetin yol açtığı sıkıntılara ve internet bağımlılığına daha yatkın olduklarını tespit etmişlerdir. Şahin (2011) yaptığı araştırmada interneti oyun ve sohbet amacı ile kullanan öğrencilerin internet bağımlılığına daha fazla meyilli oldukları tespit edilmiştir. Alaçam (2012) yaptığı araştırmada oyun oynayanların internet bağımlılığı ölçek puanlarının internette kullanılan diğer amaçlara göre daha yüksek olduğunu saptamıştır. Tanrıverdi (2012) yaptığı çalışmada internet bağımlısı bireylerin interneti en çok sohbet, cinsellik ve oyun amacıyla kullandıkları tespit etmiştir. Doğan (2013) yapılan araştırmada interneti chat amacı ile kullanan ergenlerin internet bağımlılık düzeylerinin daha fazla olduğunu bulmuştur. Literatür incelendiğinde çalışmayı destekler nitelikte sonuçlar olduğu görülmektedir.

4.3. Benlik Saygısı ile Bazı Demografik Değişkenler Arasındaki İlişki

4.3.1. Benlik Saygısı ile Kaçınıcı Sınıfta Olduğu Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde benlik saygısı ile sınıf düzeyi arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 5.52$).

Baldwin, Hoffman (2001)'in çalışmasına baktığımızda ergenlik ile erişkinlik arasındaki dönemde benlik saygısının özellikle ergenlikte değişim gösterdiği ve benlik saygısıyla yaş arasında ilişki olduğu saptanmıştır. Bu sonuç araştırmayı desteklememektedir. Bunun sebebi örneklem sayısının kısıtlı olması olabilir.

4.3.2. Benlik Saygısı ile Cinsiyet Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde benlik saygısı ile evde internet olması durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi yapılmış, kız öğrencilerle ($\bar{x} = 2,19$, $S = 0,19$) erkek öğrenciler ($\bar{x} = 2,12$, $S = 0,26$) arasında benlik saygısı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($t = -3,86$, $p < 0,05$). Yani, kız öğrencilerin benlik saygısı erkek öğrencilerden daha yüksektir.

Literatüre baktığımızda araştırmayı destekleyen çalışmalara rastlamaktayız. Kurşun (1998)'a göre, lise birinci sınıf kız öğrencilerin benlik saygısı erkeklerden yüksektir. Erdinç (1995), çalışmasında kızların benlik saygısının erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Erikçi (2005)'nin Konya ilinde, çocuk esirgeme kurumlarında bulunan, ilköğretim ve lise çağındaki 9-15 yaşlarında 134 çocuk ve ergen üzerinde yaptığı çalışmasında ana-baba yoksunluğu içinde bulunan kız çocukların benlik saygısının, erkek çocuklara kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya ters düşen bazı çalışmalarda mevcuttur. Quatman ve Watson (2001) da çalışmalarında erkeklerin benlik saygısı ortalamalarının kızlardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Gökalan (2000)'in çalışmasına bakıldığında, erkek öğrencilerin

benlik saygısı, kız öğrencilerinkinden yüksek çıkmıştır. Houtte (2005), 16-17 yaş grubu, mesleki ve teknik okullarda okuyan, 720 öğrencinin benlik saygı düzeyini incelediği çalışmanın sonucunda, kızların erkeklere göre daha düşük bir benlik saygısına sahip olduğu görülmüştür. Yenidünya (2005) lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmalar benlik saygısı puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığını ortaya koymaktadır.

4.3.3. Benlik Saygısı ile Anne- Babanın Eğitim Seviyesi Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde benlik saygısı ile babanın eğitim durumu arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 1.329$). Benlik saygısı ile annenin eğitim durumu arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 0.366$).

Literatüre baktığımızda Özkan (1994)'ın araştırma sonucuna göre, anne babanın eğitim seviyesi arttıkça benlik saygısının da arttığı tespit edilmiştir. Bu sonuç araştırmayla uyuşmamaktadır. Bunun nedeni olarak araştırmaya katılan öğrencilerinin anne babalarının eğitim düzeylerinin düşük olması, yüksek eğitim düzeyindeki ebeveyn sayısının az olması olabilir.

4.3.4. Benlik Saygısı ile Kardeş Sayısı Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde benlik saygısı ile kardeş sayısı arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 0,999$).

Literatüre baktığımızda Yüksekaya (1995)'nın üniversiteli öğrencilerin benlik saygılarını araştırdığı çalışmasında kardeş sayısı ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu sonuç araştırmayla ters düşmektedir.

4.3.5. Benlik Saygısı ile Annenin Çalışma Durumu Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde benlik saygısı ile annenin çalışma durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi yapılmış, evet diyenlerle ($x = 2.13$, $S = 0.23$) hayır diyenler ($x = 2.16$, $S = 0.22$) arasında benlik saygısı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($t = -0.81$, $p < 0.01$).

Benzer çalışmalar baktığımızda Güngör (1989)'ün lise öğrencilerinin özsaygıları üzerinde etkileyen faktörleri araştırdığı çalışmasında, annenin çalışma durumunun benlik saygısı üzerinde etkili olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırma sonuçları çelişmektedir. Bunun nedeni araştırmamıza katılan öğrencilerin genelinin çalışmıyor olması olabilir.

4.3.6. Benlik Saygısı ile Evinizde İnternet Olması Durumu Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde benlik saygısı ile evinde internet olması durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi yapılmış, evet diyenlerle ($x = 2.15$, $S = 0.23$) hayır diyenler ($x = 2.18$, $S = 0.22$) arasında benlik saygısı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($t = -0.85$, $p < 0.01$).

Literatüre baktığımızda bu konuda bir araştırma bulunmamaktadır. Bunun nedeni ise benlik saygısının evde internet olmasıyla arasında herhangi bir ilişki düşünülmemiş olması olabilir.

4.3.7. Benlik Saygısıyla İnterneti En Çok Hangi Amaçla Kullandığı Arasındaki İlişki

Çalışma neticesinde benlik saygısı ile bilgisayarı hangi amaçla kullandıkları arasındaki ilişkinin ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0.01$ düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir ($F = 0.813$).

Literatüre baktığımızda bu konuda bir araştırma bulunmamaktadır. Bunun nedeniye benlik saygısı ile interneti kullanma amaçları arasında herhangi bir ilişki düşünülmemiş olması olabilir.



5. SONUÇ

Araştırma, Ergenlerde Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin kullanıldığı tarama modelinde bir çalışmadır. Araştırmada “Bilgisayar Bağımlılığı” değişkeni bağımlı değişken, benlik saygısı ve sosyo demografik özellikler bağımsız değişken olarak alınmıştır. İkinci olarak ise “Benlik saygısı” bağımlı değişken, Bilgisayar bağımlılığı ve sosyo demografik özellikler bağımsız değişken olarak alınmıştır. Araştırmanın giriş bölümüyle başlamış burada internet bağımlılığı, oyun bağımlılığı ve benlik saygısı tanımlamaları yapılmıştır. Sonrasında internet bağımlılığı, internet bağımlılığının nedenleri ve sonuçları, ergenlikte internet, internet bağımlılığı belirtileri, başa çıkma yöntemleri, bilgisayar oyunları, benlik kavramı ve benlik saygısı kavramlarından bahsedilmiştir.

Araştırmada bilgisayar bağımlılığının ergenlik döneminde önemli rol oynayan benlik saygısıyla ilişkisi üzerinde durulmuştur. Benlik saygısının düzeyinin bilgisayar bağımlılığına ne derece etki ettiği araştırmamızın önemini oluşturmaktadır.

Araştırmada öğrencilerin internet ve oyun bağımlılığını ölçmek amacıyla Ayas, Balta ve Horzum (2011) tarafından geliştirilen “Ergenler İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmış ve benlik saygılarını ölçmek amacıyla ise Türkçe çevirisi Çuhadaroğlu tarafından yapılan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği tek bir form haline getirilerek uygulanmıştır.

Araştırmanın amacı, bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasındaki ilişkinin demografik değişkenlere göre değerlendirilmesidir. Bu amaç doğrultusunda öncelikle bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Aydın ve Sarı (2011)’ya göre; internet bağımlılığının benlik saygısı üzerinde negatif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasında ilişki olduğuna dair bulgu alan yazındaki bulgularla tutarlılık göstermektedir (Armstrong, Phillips ve Salling, 2000; Griffiths ve Banyard,

2005; Kim ve Davis, 2009). Benlik saygısı düşük bireyler, genellikle sosyal açıdan yetersiz oldukları için bilgisayarla vakit geçirmeye daha çok vakit ayırabilir, benlik saygısı düştükçe bilgisayar bağımlılığı artabilir. Aynı şekilde benlik saygısı düşük bireyler özgüven problemi yaşadıkları için yüz yüze iletişimden kaçınıp bilgisayar ortamında iletişim kurmayı tercih ettikleri için bu kimselerin bilgisayar bağımlılıkları artış gösterebilir.

Araştırmanın evrenini ortaokul kademesindeki 5, 6, 7. ve 8. Sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma, İstanbul'un Bayrampaşa ilçesindeki farklı okullardan bir araya gelen çocukları eğiten, Bayrampaşa Bilgi Merkezinde uygulanmıştır. Bu öğrencilerin 60'ı 5.sınıftan, 27'si 6. sınıftan, 65'i 7.sınıftan, 48'i 8.sınıftan olmak üzere toplamda 200 öğrenciye uygulanmıştır. Araştırmamızda örneklem grubunu 99 kız, 101 erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

Elde edilen verilerin analizinde Pearson product-moment korelasyon kat sayısı formülü, t-test independent samples testi, F testi- Anova ve Tukey- HSD testleri uygulanmış ve şu sonuçlar elde edilmiştir:

Bilgisayar bağımlılığıyla benlik saygısı arasındaki ilişkiye bakıldığında, aralarında ($r=-22$) negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($p < 0.01$). Bu bulgu benlik saygısı düşük olanların bilgisayar bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Sonuç hipotezi desteklemektedir.

Bilgisayar bağımlılığı ile cinsiyet arasındaki ilişkiyi saptamak için bağımsız gruplar t testi uygulanmış , kız öğrencilerle ($x= 1,53$, $S= 0,55$) erkek öğrenciler ($x =1,89$, $S= 0,77$) arasında bilgisayar bağımlılığı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($t= -3,86$, $p < 0.01$). Diğer bir deyişle erkek öğrencilerde bilgisayar bağımlılığı kız öğrencilere kıyasla daha fazla görülmüştür. Sonuç olarak, bu bulgular ilgili denenceleri desteklemektedir.

Bilgisayar bağımlılığı ile kaçınıcı sınıf oldukları arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla Tek-Yönlü Varyans Analizi (Ftesti- ANOVA) ve Tukey-HSD testi kullanılmış, ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < 0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmüştür. ($F= 3,68$). 5.sınıf (N:60,), 6.sınıf (N:65), 7.sınıf (N:27) ve 8.sınıf (N:48) arasındaki farka

baktığımızda; 5. Sınıf ile 8.sınıf arasındaki farklılığın $p < .05$ düzeyinde anlamlı olduğu saptanmıştır. Diğer bir deyişle bilgisayar bağımlılığı yüksek sınıflarda daha fazla görülmüştür.

Bilgisayar bağımlılığı ile interneti en çok hangi amaçla kullandıkları arasındaki ilişkiyi hesaplamak için Tek-Yönlü Varyans Analizi (Ftesti- ANOVA) ve Tukey-HSD testi kullanılmıştır. Ortalama puanlarının aralarındaki farkın $p < .0,01$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir (F= 5,36). Diğer bir deyişle interneti daha çok araştırma için kullanan öğrencilerde bilgisayar bağımlılığı interneti daha çok eğlence amaçlı kullanan öğrencilere kıyasla daha az görülmüştür.

Bunun yanında bilgisayar bağımlılığıyla, babanın eğitim durumu (F= 2.20), annenin eğitim durumu (F= 2.20), kardeş sayısı (F= 0,919), anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu sonuçlarda hipotezi desteklemektedir.

Bilgisayar bağımlılığı ile annenin çalışma durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmış, evet diyenlerle ($x = 1.76$, $S = 0.70$) hayır diyenler ($x = 1,70$, $S = 0,69$) arasında bilgisayar bağımlılığı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($t = 0.55$, $p < 0.01$). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili hipotezleri desteklemektedir.

Bilgisayar bağımlılığı ile evde internet olması durumu arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi analizi yapılmış, bu bağlamda, evet diyenlerle ($x = 1.71$, $S = 0.06$) hayır diyenler ($x = 1,73$, $S = 0,71$) arasında bilgisayar bağımlılığı toplam puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($t = -0.57$, $p < 0.01$). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili hipotezi desteklememiştir. Bilgisayar bağımlılığı ile evde internet olup olmama durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamasının sebebi olarak, mobil internetlerin yaygınlaşması sebebiyle ev interneti kullanılmaması gösterilebilir. Bunun yanında internet kafelerin yaygınlaşması ve ekonomik olması sebebiyle de internet ihtiyaçlarının buradan kolaylıkla giderilebilmesi sebep gösterilebilir.

Diğer taraftan benlik saygısı ile cinsiyet değişkenleri arasındaki ilişkileri saptamak için bağımsız gruplar t testi yapılmış, bu bağlamda, kız öğrencilerle ($x = 2,19$, $S = 0,19$) erkek öğrenciler ($x = 2,12$, $S = 0,26$) arasında benlik saygısı toplam puanları

açısından anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($t = -3,86$, $p < 0.05$). Sonuç olarak, bu bulgular ilgili hipotezi desteklemektedir. Diğer deyişle, benlik saygısı kız öğrencilerde erkek öğrencilere nazaran daha fazla olmaktadır.

Benlik saygısıyla, kaçınıcı sınıfta olduğu, babanın eğitim durumu, annenin eğitim durumu, kardeş sayısı, annenin çalışma durumu, interneti hangi amaçla kullandığı, evinde internet olup olmaması değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Yapılan araştırmalar (Nalwa ve Anand, 2003) kişilere sosyal destek verilmesinin internet bağımlılığının azalmasında etkili olduğunu göstermektedir. Benlik saygısı düşük bireyler için okulla görüşülerek onların yeteneklerine yönelik okul kulüpleri açılması önerilebilir. Yeteneklerine yönelik aktiviteler yapmaları başarıyı tatmalarını ve benlik saygılarının artmasını sağlayabilir. Benlik saygısı düşük bireyler sosyal hayatta aktif olmadıklarından bilgisayar başında uzun süreler vakit geçirmeyi tercih edebilirler. Bu durumda ailelerin çocukların bilgisayarla oynamalarına sınır koymaları ve sosyal hayatta daha aktif olabilmeleri için teşvik etmeleri etkili olabilir.

Sonuç olarak kişilerin kendinden ne derecede memnun olduklarını ifade eden benlik saygıları geliştikçe sosyalleştikleri, dış dünyaya daha çok açılıp insanlarla yüz yüze iletişimden kaçınmadıkları ve bu da bağımlılıklara eğilimlerinin azaldığı söylenebilmektedir. Benlik saygısı düşük bireylerse dış dünyayla iletişimden kaçındıkları için bilgisayarda geçirdikleri vakitler uzamakta ve eksikliklerini bilgisayarla gidermeye çalışabilmektedirler. Bunun da bilgisayar bağımlılığına yol açtığı düşünülmektedir. Araştırma bulgularımızda bu düşüncelerimizi destekler nitelikte sonuçlanmıştır.

5.1. Öneriler

- Bundan sonraki araştırmada internet bağımlılığı ile oyun bağımlılığının ayrı ayrı benlik saygısıyla ilişkisi değerlendirilebilir.

- İnternet bağımlılığının benlik saygısının alt ölçekleriyle ilişkileri ayrı ayrı değerlendirilebilir.
- Aynı şekilde oyun bağımlılığının benlik saygısının alt ölçekleriyle ilişkileri ayrı ayrı değerlendirilebilir.
- Örneklem sadece Bayrampaşa ilçesiyle sınırlı tutulmayıp, İstanbul'daki tüm ilçelerde uygulanabilir ve ilçeler arasındaki farklılıklar kıyaslanabilir.
- Araştırma için sadece ortaokul değil, lise ve üniversitelere de uygulanıp okul düzeyine göre farklılıkları tespit edilebilir.
- Araştırmayı farklı okul türlerinde uygulayarak aralarındaki farklılıklara değinilebilir.
- Demografik form geniş tutularak, ailenin ekonomik durumu, çocuk sıralaması gibi değişkenlerde değerlendirmeye alınabilir. Araştırma bu kapsamda ele alınarak daha ayrıntılı sonuçlar elde edilebilir.

6. KAYNAKLAR

- ALÇELİK, Z. (2013). *Yaşlılık döneminde tanrı tasavvuru ve benlik saygısı*. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- ALAÇAM, H. (2012). *Denizli bölgesi üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının görülme sıklığı ve yetişkin dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ile ilişkisi*.
- ALTUĞ, D. (2004). *Çocukluktan Yaşlılığa Kendilik Değeri*. Ankara: Haberal Eğitim Vakfı.
- ARISOY, A.(2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. psikiyatride güncel yaklaşımlar. *Current Approaches in Psychiatry*.1.
- ARMSTRONG, L., PHILLIPS, J. G. ve SALING, L. L. (2000). Potential Determinants of Heavier Internet usage. *International Journal of Human Computer Studies*. 53. 537-550.
- AVŞAROĞLU, S. (2007). *Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Konya: Selçuk Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- AYAS, T.(2012). Lise öğrencilerinin internet ve bilgisayar oyun bağımlılık düzeylerinin utangaçlıkla ilişkisi *Educational Sciences:Theory and Practice*. Bahar. 627-636.
- AYAS, T. ve HORZUM, M. B. (2013). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 4(39). 46-57.
- AYDIN, B. (1996). Benlik kavramı ve ben semaları. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 8. 41-47.
- AYDIN, B. ve SARI S. (2011), Internet addiction among adolescents: the role of self-esteem. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 15. 3500–3505.
- BALDWIN , S. A. and HOFFMANN , J. P. (2001). The dynamics of self-esteem : A growth-curve analysis. *Journal of Youth Adolescence* . Vol. 31. 101-113.
- BATIGÜN, A. D., ve HASTA, D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 11(3). 213-219.

- BİLGİN, S. (2001). *Ergenlerde benlik saygısı ile kaygı arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.*
- CANAN, F. (2010). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, disosiyatif belirtiler ve sosyo demografik özellikler arasındaki ilişki. Tıpta Uzmanlık Tezi. Düzce Üniversitesi. Düzce.*
- CENGİZHAN, C. (2003). *Bilgisayar ve İnternet Bağımlılığı. IX. Türkiye'de İnternet .*
- CHUMBLEY, J. ve GRIFFITHS, M. (2006). Affect and the computer game player: The effect of gender, personality, and game reinforcement structure on affective responses to computer game-play. *Cyberpsychology and Behavior. 9(3). 308–316. 8.*
- COLLEY, A., ve MALTBY, J. (2008). Impact of the Internet on our lives: Male and female personal perspectives. *Computers in Human Behavior. 24. 2005–2013.*
- COOPERSMITH, S. (1967). *The Antecedents of Self Esteem. San Fransisco W. H. Fremann.*
- ÇAKIR, Ö., AYAS, T., ve HORZUM, M. B. (2011). Üniversite öğrencilerinin internet ve oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Journal of Faculty of Educational Sciences. 44(2).*
- ÇAPAR, B.(2008). *Farklı orta öğretim öğrencilerinde dindarlık ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. T.C. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Ana Dalı. Yüksek Lisans Tezi. İzmir.*
- ÇELEN, F. K., ÇELİK, A., ve SEFEROĞLU, S. S. (2011). *Çocukların internet kullanımları ve onları bekleyen çevrimiçi riskler. Akademik Bilişim Konferansı. 2-4.*
- ÇETİNKAYA, M. (2013). *İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi. İzmir.*
- ÇUHADAROĞLU, F. (1986). *Adölesanlarda Benlik Saygısı. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri ABD Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Ankara.*
- DOKUYAN, N.(2015). *12.Sınıf Öğrencilerinde Algılanan Anne-Baba Tutumları İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. T.C Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi. Psikoloji Ana Bilim Dalı. İstanbul.*
- DOĞAN, A. (2013). *İnternet bağımlılığı yaygınlığı. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi. İzmir.*

- DÖNER, C. (2011). *İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının farklı değişkenlere Göre incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi. Ankara.
- ELDELEKLİOĞLU, J. ve BATIK, M.V. (2013). Akademik başarı, internette kalınan süre, yalnızlık ve utangaçlığın internet bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 28(1),141-152.
- ERDİNÇ, G. A. (1995). *İzmir ili lise öğrencilerinde benlik imajı-başarı ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- ERİKÇİ, M. (2005). *Ana-Baba yoksunluğunun 9-15 yaş grubu çocuklarının benlik kavramı üzerindeki etkilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- ERŞAN, E., DOĞAN, O., DOĞAN, S., (2009). Beden eğitimi ve antrenörlük bölümü öğrencilerinde benlik saygısı düzeyi ve bazı sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*. 4.2, 36-37.
- ESEN, B. K., ve GÜNDOĞDU, M. (2010). The relationship between internet addiction, peer pressure and perceived social support among adolescents. *The International Journal of Educational Researchers*, 2(1), 29-36.
- ESEN, C. A. (2012). *Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi*. Muğla Sıtkı Koçma Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi
- ESGİN, A.(2000). Yeni bir bağımlılık türü: İnternet kafeler. *Bilim ve Ütopya*, 74;38-45.
- GANDER, M. HARRY W. Gardiner. (1995). *Çocuk Ergen Gelişimi*. Hazırlayan: Bekir Onur. 2. Baskı: İmge Kitabevi. İstanbul.
- GÖKALAN, Z. B. (2000). *İlköğretim okulu öğrencilerinin (12- 14 Yaş) benlik tasarımı, atılganlık ve kendini açma düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- GÖKÇEARSLAN, Ş. ve GÜNBATAR, M. S. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2), 10-24.
- GRIFFITHS, M. (2000). "Does internet and computer "addiction" exist? Some case study evidence. *Cyberpsychology and behavior*, 2 (3), 217.

- GÜNGÖR, A. (1989). *Lise öğrencilerinin öz saygı düzeylerini etkileyen etmenler. Yayınlanmamış Doktora Tezi.* Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- GÜNÜÇ, S. (2009). *İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi.* Yüksek lisans tezi, Yüzüncü yıl Üniversitesi, Van.107.
- HARPUTLU, D. (2005). *Kadın mahkûmlarda benlik saygısı ve kendi kendine meme muayenesi ilişkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.* Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- HORZUM, M.B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim Ve Bilim.* 36. 159.
- HOUTTE, V. M. (2005). Global self-esteem in technical / vocational versus general secondary school tracks. *A Matter of Gender. Sex Roles.* Vol.
- İNAN, A. (2010). *İlköğretim II. Kademe ve ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı.* Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- İNANÇ, B. (1987). Adolesan dönemdeki öz-imaj örüntüsünün incelenmesi-ön çalışma. *Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi.* 1 (1): 60-72, 1987.
- KAYA, A. (2011). *Öğretmen adaylarının sosyal ağ sitelerini kullanım durumları ve internet bağımlılığı düzeyleri.* Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi. İzmir.
- KILINÇ, M. Ve DOĞAN, A. (2014). Orta okul 7. ve 8. Sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığı ile biliş üstü farkındalıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Turkish Studies.* 9(5). 1385-1396.
- KİM J.(2008).The effect of a r/t group counseling program the internet addiction level and self-esteem of internet addiction university students. The author is an assistant professor at Dong-A University in Busan, *International Journal of Reality Therapy.*Vol.XXVII, number 2. South Korea.
- KIM H. and DAVIS K. E. (2009). Toward a comprehensive theory of problematic Internet use: Evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and the self-rated importance of Internet activities. *Computers in Human Behavior* 25 (2009) 490–500.
- KÖKNEL, Ö. (1983). *Kaygıdan mutluluğa kişilik.* İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- KURŞUN, M. (1998). *Elâzığ'da iki farklı lisedeki öğrencilerin aile sorunlarının benlik saygısı üzerine etkileri.* Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- KUSS J., D., GRIFFITHS D., M., BINDER J., F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior* 29, 959–966.
- MCCARTY, J.D. ve Hoge D. R. (1982). Analysis of age effects in longitudinal studies of adolescent self-esteem. *Development Psychology*. 18(3): 372-379.
- MOSSBARGER, B. (2008). Is internet addiction addressed in the classroom? A survey of psychology textbooks. *Computers in Human Behavior*. 24. 468–474.
- NALWA, K. ve ANAND, A. (2003). Internet addiction among students: A cause of concern. *Cyberpsychology and Behaviour*, 6 (6), 653-656.
- NİEMZ, K. , GRIFFITHS, M. ve BANYARD, P. (2005). Prevalence of Pathological Internet Use among University Students and Correlations with Self-Esteem, The General Health Questionnaire (GHQ) and Disinhibition. *CyberPsychology and Behavior*, 8, 562-570.
- NOTTELMAN, E.D. (1987). Competence and Self Esteem During Transition From Childhood To Adolescence, *Developmental Psychology*, 23(3): 441-450.
- ÖGEL, K. (2012, Nisan). *İnternet Bağımlılığı “İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkma*. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları. İstanbul.
- ÖRGÜN Kuru, S. (2000). *Ana- Baba Tutumları ile 8. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygıları ile Atılganlıkları Arasındaki İlişki*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- ÖZ F. (2004). *Benlik Kavramı*. Sağlık Alanında Temel Kavramlar Kitabı, Ankara, İmaj İç ve Dış Ticaret AŞ.
- ÖZKAN, İ. (1994). Benlik Saygısını Etkileyen Etmenler. *Düşünen Adam*, 7(3):4-9.
- PADWA, H. ve CUNNINGHAM, J. (2010). *Addiction: A reference Encyclopedia*. Greenwood Publishing. California.
- QUATMAN, T., WATSON, C.M. (2001). Gender Differences in Adolescent Self-Esteem: An Exploration of Domains, *The Journal of Genetic Psychology*, 161(1), 93-117.
- ROGERS, R. C (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin Co.
- SAATÇIOĞLU, H. (2016). *İnternet Bağımlılığı Tanısı Alan Ergenlerin Sosyal Bilişsel Becerilerinin Değerlendirilmesi*, Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Anabilim Dalı, uzmanlık tezi, İzmir.

- ŞAHİN, M., SARI, S. V., ÖZER, Ö., ve ER, S. H. (2010). *Lise öğrencilerinin siber zorba davranışlarda bulunma ve maruz kalma durumlarına ilişkin görüşleri*. *SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21, 257-270.
- ŞAHİN, M. (2011). *İlköğretim okulu öğrencilerindeki internet bağımlılığı*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- ŞANCI, C.(2011). *Çocuğunuzu İnternette Koruma Rehberi*, Destek Yayınevi, 49-50. İstanbul.
- ŞENORMANCI, Ö., KONKAN, R., ve SUNGUR, M. Z. (2010). İnternet bağımlılığı ve bilişsel davranışçı terapisi. *Psychiatry*, 11, 261-268.
- SIRAKAYA, M., ve SEFEROĞLU, S. S. (2013). *Öğretmen adaylarının problemleri internet kullanımlarının incelenmesi*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28 (28-1).
- STRITTMATTER E., KAESS M., PARZER P., FISCHER G., CARLI V., HOVEN C., W., WASSERMAN C., SARCHIAPONE M., DURKEE T., APTER A., BOBES J., BRUNNER R., COSMAN D., SISASK M., VÄRNIK P., WASSERMAN D. Pathological internet use among adolescents: Comparing gamers and non-gamers. *Psychiatry Research* 228 (2015), 128–135.
- TAHİROĞLU, A. Y., ÇELİK, G. G., BAHALI, K., ve AVCI, A. (2010, January). Medyanın Çocuk ve Gençler Üzerine Olumsuz Etkileri; Şiddet Eğilimi ve İnternet Bağımlılığı. *In Yeni Symposium* (Vol. 48, No. 1). 14732
- TANRIVERDİ, S. (2012). *Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü yıl Üniversitesi, Van.
- TAŞPINAR, Ayşegül (2015). *Gebelikte Benlik Saygısı ve Beden İmajı İle İlişki Özellikleri*. T.C. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Uygulamalı Psikoloji Programı.
- TEKDEMİR, Ş. Ç. (2013). *Bir Eğitim Ve Araştırma Hastanesinin Obezite Polikliniğine Başvuran Obez Bireylerin Beden Algularının Benlik Saygısı Üzerine Etkisinin Değerlendirilmesi*. Türkiye Cumhuriyeti Marmara Üniversitesi. Yüksek Lisans Tezi
- TEMEL, Z. F., AKSOY, B. A. (2001). Ergen ve Gelişimi. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- TORAMAN, M. (2013). *İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin orta öğretim öğrencilerinin akademik başarıları ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi. Elazığ.

- TÜİK(2016). **Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması.** <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21779>, Sayı: 21779
- Üçkardeş, E. A. (2010). *Mersin üniversitesi öğrencileri arasında internet bağımlılığının değerlendirilmesi.* Uzmanlık Tezi, Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi, Mersin.
- ÜLGEN V. (2014). *12-18 yaş arası ergenlerde internet bağımlılığında sosyal karşılıklık ve yordayıcı faktörlerin değerlendirilmesi.* Uzmanlık tezi. Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı. İstanbul. Türkiye.
- ULUSOY, O.(2008). *Ergenlerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı ve Saldırganlık İlişkisi,* Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana.
- ÜNERİ, Ö. Ş. ve TANIDIR C.(2011). *Bir Grup Lise Öğrencisinde İnternet Bağımlılığı Değerlendirmesi: Kesitsel Bir Çalışma, Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi,* 24: 265-272.
- YAVUZER, H.(2000). *Çocuk Psikolojisi.* Remzi Kitabevi. İstanbul..
- YAVUZER, H.(2007). *Çocuk Psikolojisi.* Remzi Kitabevi. İstanbul.
- YEN, J. Y., YEN, C. F., CHEN, C. C., CHEN, S. H. ve Ko, C. H. (2007). Family factors of internet addiction and substance use experience in taiwanese adolescents. *Cyberpsychology and Behavior,* 10 (3), 323- 329.
- YENİDÜNYA, A. (2005). *Lise Öğrencilerinde Rekabetçi Tutum, Benlik Saygısı ve Akademik Başarı İlişkisi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- YILDIZ, Ü. (2014). *Üniversite öğrencilerinde obezite oluşumunda internet bağımlılığının etkisinin saptanması.* Uzmanlık Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- YILDIZ, M. ve ÇAPAR, B. (2010). Orta Öğretim Öğrencilerinde Benlik Saygısı İle Dindarlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Din bilimleri Akademik Araştırma Dergisi,* 10, 1.
- YÖRÜKOĞLU, A. (2004). *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı Ve Ruhsal Sorunlar.* Özgür Yayınları. İstanbul.
- YOUNG, K. (2005). *Surfing Not Studying: Dealing With Internet Addiction on Campus.*
- YOUNG, K.S (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior.* 3, 237-244.

YOUNG, K.S. (1996). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder, *Cyberpsychology and Behavior*.1, 1-12.

YÜKSEKKAYA, S. (1995). *Üniversite Öğrencilerinde Benlik Saygısının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.



EKLER

Ek 1: Demografik Form

Kişisel Bilgi Formu

- 1)Kaçınıcı Sınıftasınız:** (1)5.sınıf (2) 6.sınıf (3) 7.sınıf (4) 8.sınıf
- 2)Cinsiyetiniz :** (1) Kız (2) Erkek
- 3)Babanızın Eğitimi:** (1) Okul okumadı (2) İlkokul (3) Ortaokul (4) Lise
(5) Üniversite
- 4)Annenizin Eğitimi:** (1) Okul okumadı (2) İlkokul (3) Ortaokul (4) Lise
(5) Üniversite
- 5)Kaç kardeşsiniz?** (1) Tek çocuğum (2) İki kardeşiz (3) Üç kardeşiz
(4) Dört kardeşiz (5) Beş kardeşiz (6) Altı kardeşiz (7) Yedi ve üzeri kardeşiz
- 6) Anneniz çalışıyor mu?** (1) Evet (2) Hayır
- 7) Evinizde internet var mı ?** (1) Evet (2) Hayır
- 8)İnterneti en çok hangi amaçlı kullanırsınız? (Tek bir seçenek işaretleyiniz)**
(1) Araştırma(ders, bilgi) (2) Sohbet (chat) (3) Müzik-film (4) Oyun

Ek 2: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.

A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış

2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.

A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış

3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.

A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış

4. Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.

A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış

5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.

A. Çok Doğru B. Doğru C. Yanlış D. Çok Yanlış

Ek 3: Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği

Maddeler		Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her Zaman
İnternet Bağımlılığı						
1	İnternete bağlanmak için işimi/dersimi ihmal ederim.					
2	İnternet kullanımımı kontrol altına almak için başarısız girişimlerde bulunurum.					
3	İnternete bağlanmadığımda kendimi huzursuz hissederim.					
4	İnternete bağlandığımda, planladığımdan fazla kalırım.					
5	İnternete bağlanmak için çevremdeki kişileri ihmal ederim.					

Maddeler		Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her Zaman
Bilgisayar Oyun Bağımlılığı						
1	Bilgisayarda oyun oynamayı dışarıda vakit geçirmeye tercih ederim.					
2	Bilgisayarda oyun oynamak çevremdeki kişilerle birlikte olmaktan daha eğlencelidir.					
3	Bilgisayarda oynadığım oyunu bitirmek için uykusuz kaldığım geceler olur.					
4	Bilgisayarda oynadığım oyunu bitirmek için zaruri ihtiyaçlarımı (tuvalet, yemek yeme, banyo gibi) ertelerim.					
5	Bilgisayarda oyun oynamak için yaptığım planları değiştiririm.					