T.C.

MALTEPE ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMININ KONTROL ODAĞI, PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ, SOSYAL DESTEK DEĞİŞKENLERİ İLE İLİŞKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÇAĞLA BEGÜM YÜCE

İstanbul, Şubat 2018

T.C.

MALTEPE ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMININ KONTROL ODAĞI, PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ, SOSYAL DESTEK DEĞİŞKENLERİ İLE İLİŞKİSİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÇAĞLA BEGÜM YÜCE

121106114

Danışman Öğretim Üyesi:

Yrd. Doç Dr. Kuntay ARCAN

İstanbul, Şubat 2018

T.C. Maltepe Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne,

23.02.2018 tarihinde tezinin savunmasını yapan Çağla Begüm YÜCE'ye ait "Lise Öğrencilerinde Problemli İnternet Kullanımının Kontrol Odağı, Problem Çözme Becerisi, Sosyal Destek Değişkenleri Açısından İncelenmesi" başlıklı çalışma, Jürimiz tarafından Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans Tezi Olarak **Oy Birliğiyle /~~Oy Çokluğuyla~~** kabul edilmiştir.

.....

Yrd.Doç.Dr. Kuntay ARCAN
(Başkan)-Danışman

.....

Yrd.Doç.Dr. Başak BAHTİYAR
(Üye)

.....

Yrd.Doç.Dr. Gülin GÜNERİ
(Üye)

maltepe üniversitesi istanbul www.maltepe.edu.tr maltepe university istanbul www.maltepe.edu.tr

YEMİN METNİ

23 /02 / 2018

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum "Lise Öğrencilerinde Problemli İnternet Kullanımının Kontrol Odağı, Problem Çözme Becerisi, Sosyal Destek Değişkenleri İle İlişkisi" adlı çalışmanın, proje safhasından sonuçlanmasına kadar olan bütün süreçlerinde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın tarafımca yazıldığını ve yararlandığım bütün eserlerin "Kaynakça"da gösterilenlerden oluştuğunu, "Kaynakça"da yer alan bu eserlerden metin içinde atıf yaparak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla doğrularım.

Öğrenci Numarası
Adı-Soyadı
İmza

127106114
Cağla Begüm Yüce

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMININ KONTROL ODAĞI, PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ, SOSYAL DESTEK DEĞİŞKENLERİ İLE İLİŞKİSİ

ÖZET

Bu çalışma, lise öğrencilerindeki problemli internet kullanımının kontrol odağı, problem çözme becerisi ve sosyal destek değişkenleri ile ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmanın örneklemini, uygun örneklem yöntemiyle seçilen 656 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada verilerin toplanması amacıyla, Kişisel Bilgi Formu, Problemli İnternet Kullanım Ölçeği – Ergen Formu (PİKÖ –E), ROTTER Denetim Odağı Ölçeği (RDOÖ), Problem Çözme Envanteri (PÇE), Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ) uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 18.0 programı kullanılmış; analizlerde ise Bağımsız Örneklem T-testi, Pearson Korelasyon Analizi, Tek Yönlü Varyans Analizi ve Regresyon Analizi uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, dış kontrol odağı arttıkça, problem çözme becerisi ve sosyal destek azaldıkça problemli internet kullanımının arttığı görülmüştür. Bu bulgular ile beraber, cinsiyet, akademik başarı, internet kullanım süresi, internet kullanım amaçları, internete bağlanılan yer, internete bağlanma zamanının da problemli internet kullanımıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Analizler sonucu elde edilen bulgular, literatürdeki bilgiler doğrultusunda tartışılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Lise Öğrencileri, Problemli İnternet Kullanımı, İnternet Bağımlılığı, Kontrol Odağı, Problem Çözme Becerisi, Sosyal Destek

THE ASSOCIATION OF THE PROBLEMATIC INTERNET USE WITH LOCUS OF CONTROL, PROBLEM SOLVING SKILLS AND SOCIAL SUPPORT VARIABLES IN HIGH SCHOOL STUDENTS

ABSTRACT

This study aimed to investigate the relationships among problematic internet use, locus of control, problem solving skills and social support in high school students. The sample of the study consisted of 656 high school students recruited through convenience sampling. The instruments used in this study were Sociodemographic Information Form, Problematic Intemet Use Scale – Adolescent (PIUS–A), Problem Solving Inventory (PSI-A), Rotter's Internal-External Locus of Control Scale (RIELCS) and Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS). Independent Samples t-test, Pearson Correlation Analysis and Regression Analyses were conducted on SPSS 18.0. The results revealed that problematic internet use was positively correlated with external locus of control and negatively correlated with problem solving skills and social support. In addition; sex, academical success, duration of internet use, purposes of internet use, location of connection and time of connection were found to be correlated with problematic internet use. The results were discussed in the light of literature.

Keywords: High school students, Problematic Internet Use, Internet Addiction, Locus of Control, Problem Solving, Social Support

ÖNSÖZ

Öncelikle bu çalışmamın yürütülmesinde katkısı büyük olan, hem öğrencilik hem de meslek hayatımda bilgilerini paylaşarak yol gösteren, süpervizyon sırasında deneyimlerinden faydalandığım, sonsuz bir sabırla aklıma takılan her soruya anlayışla cevap veren, bana olan güvenini, yardımlarını ve desteklerini hiçbir zaman eksik etmeyen, kendisinden edindiğim bakış açısının yolumu aydınlattığına inandığım değerli hocam Yrd. Doç. Dr. Kuntay ARCAN'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Jürimde yer alan, yüksek lisans süpervizyonumda öğreticiliğinden ve desteğinden faydalandığım sevgili hocam Yrd. Doç. Dr. Başak BAHTİYAR'a ve yine jürimde yer alan bilgileriyle değerli katkılar sunan Yrd. Doç. Dr. Gülin GÜNERİ`ye çok teşekkür ederim.

Hayatım boyunca sevgilerini eksik etmeyen, her türlü maddi ve manevi desteği sağlamaya çalışarak yanımda olan, bana sonsuz güvenen, her kararımda, yanlışımda, doğrumda beni desteklemekten asla vazgeçmeyen, kendimi çok şanslı hissettiğim sevgili annem Ezel YÜCE, babam Muhittin YÜCE, abim Cumhur YÜCE ve eşi Nezahat YÜCE`ye sonsuz teşekkür ederim.

İyi ki bu hayatta onunla tanışmışım dediğim, yürüdüğüm yolda hep yanımda olan, verdiği destekle beni hep ayakta tutan, gücüme güç katan, bütün duyguları beraber paylaştığım, tez sürecinin her aşamasını en az benim kadar sahiplenen ve bu süreçte benimle birlikte sabahlayan sevgili dostum Yrd. Doç. Dr. Özge SÜKÜT`a çok teşekkür ederim. Sen olmasan bu tezi bitirmem mümkün değildi.

Çalışmam boyunca sevincimi, üzüntümü, yorgunluğumu, birlikte paylaştığım, çaresiz hissettiğim her anda umut veren sözleri ve destekleriyle hep yanımda olarak motivasyon kaynağı ve bana devam etme gücü sağlayan canım arkadaşlarıma çok teşekkür ederim (Alfabetik sırayla: Ayşe Gözde Nur Özkanca, Birsen Karaörs Soysal, Burak Batuk, Cansu Yılmazer, Ceren Tan, Ecem Üretmen Özalp, Emir Erünsal, Işılay Çolak Tuna, Lamia Pekzeren, Nurşah Alagöz, Yunus Emre Taş, Zübeyde Ortak).

Son olarak çalışmam boyunca verdikleri desteği hiç esirgemeyen, süreç içerisinde tüm stresimi paylaşan, çalışma motivasyonumu arttıran değerli hocalarım Prof. Dr. Özgür YORBIK ve Uzm. Psk. Çağla Tuğba SELVEROĞLU`na teşekkürü bir borç bilirim.

Şubat, 2018
Çağla Begüm YÜCE

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI ii
YEMİN METNİ iii
ÖZET iv
ABSTRACT v
ÖNSÖZ vii
İÇİNDEKİLER viii
KISALTMALAR x
SİMGELER xi
TABLOLAR LİSTESİ xii
ŞEKİLLER xiv
1.GİRİŞ 1
1.1.İnternet 2
1.1.2. Türkiye`de İnternetin Gelişimi 2
1.2. Bağımlılık 3
1.2.1. Problemli İnternet Kullanımı 4
1.3. İnternet Bağımlılığının Etiyolojisi 7
1.3.1. Davis`in Bilişsel Davranışsal Problemli İnternet Kullanım Modeli 7
1.3.2. Nöropsikolojik Model 9
1.3.3. Young`ın Dört Kategori Kuramı 12
1.3.4. Grohol`ün Sosyalleşme Kuramı 13
1.3.5. Sosyo- Kültürel Kuram 15
1.4. İnternet Bağımlılığının Ergenlerde Sosyo – Demografik Değişkenler, Kullanım Amaçları ve Olumsuz Sonuçlarla İlişkisi 15
1.5. Ergenlik Dönemi 17
1.5.1.Ergenliğin Evreleri 18
1.5.2.Ergenlik ve Problemli İnternet Kullanımı 20
1.6. Kontrol Odağı 22
1.6.1. Kontrol Odağına Göre İçten Kontrollü ve Dıştan Kontrollü Kişilerde Görülen Özellikler 23
1.6.2. Kontrol Odağı ve İnternet Bağımlılığı İlişkisi 24

1.7. Problem Çözme Becerisi 25
1.8. Sosyal Destek 27
1.8.1. Sosyal Destek ve İnternet Bağımlılığı İlişkisi 29
1.9. Araştırmanın Amacı 30
1.10. Araştırmanın Önemi 31
YÖNTEM 33
Araştırma Modeli 33
2.2. Örneklem 33
2.3. Veri Toplama Araçları 33
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu 34
2.3.2. Problemli İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ – E) 34
2.3.3. Rotter Denetim Odağı Ölçeği (RDOÖ) 35
2.3.4. Problem Çözme Envanteri (PÇE) 36
2.3.5. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ) 37
2.4. İşlem 38
2.4.2. Verilerin Analizi 39
BULGULAR 41
3.1. Katılımcıların Sosyo- Demografik Özellikleri 41
3.2. Katılımcıların İnternet Kullanım Özellikleri Dağılımı 44
3.3. Araştırmada Kullanımlan Ölçeklerin Cronbach Alpha Değerleri 49
3.4. Araştırma Değişkenlerinin Birbiriyle İlişkileri 50
3.5. Araştırmada Kullanılan Değişkenlerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması 53
3.6.Problemli İnternet Kullanımının Süresi ve Zamanına Göre Karşılaştırılması… 54
TARTIŞMA 63
4.1. Problemli İnternet Kullanımının Demografik Değişkenlerle İlişkisinin Tartışılması 63
4.2. İnternet Kullanımı Özelliklerinin Problemli İnternet Kullanımı Açısından Tartışılması 65
4.3. Problemli İnternet Kullanımının Kontrol Odağı, Problem Çözme Becerisi ve Sosyal Destek ile İlişkilerinin Tartışılması 68
4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları 72
4.5. Gelecekteki Çalışmalar için Öneriler ve Çalışmanın Klinik Doğurguları 72

KAYNAKLAR 74
EKLER 88
EK 1: T.C. Maltepe Üniversitesi Etik Kurul Kararı 88
EK 2: T.C. İstanbul Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü Onay 89
EK 3: Gönüllü Katılım Formu 91
EK 4: Kişisel Bilgi Formu 92
EK 5: Problemli İnternet Kullanım Ölçeği – Ergen (PİKÖ-E) 94
EK 6: ROTTER Denetim Odağı Ölçeği (RDOÖ) 95
EK 7: Problem Çözme Envanteri (PÇE) 97
EK 8: Çok Boyutlu Algılanana Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASD) 99
ÖZGEÇMİŞ 100

KISALTMALAR

PİKÖ – E: Problemli İnternet Kullanım Ölçeği – Ergen Formu

PİKÖ-1: İnternetin Olumsuz Sonuçları

PİKÖ-2: Aşırı Kullanım

PİKÖ-3: Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık

RDOÖ: Rotter Denetim Odağı Ölçeği Ölçeği

PÇE: Problem Çözme Envanteri

PÇE-1: Problem Çözme Yeteneğine Güven

PÇE-2: Yaklaşma Kaçınma

PÇE-3: Kişisel Kontrol

ÇBASD: Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

GANO: Genel Ağırlıklı Not Ortalaması

SİMGELER

Ort: Ortalama

n: Toplam Kişi sayısı

F: Frekans

Ss: Standart sapma

p: Anlamlılık düzeyi

r: Korelasyon Katsayısı

β:Standardize Edilmiş Regresyon Katsayısı

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1.1. İnternet Bağımlılığında Nöropsikolojik Zincir Modeli 11

Tablo 1.2. Ergenlik Dönemi Yaş Sınırlamaları..... 18

Tablo 3.1. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımları 41

Tablo 3.2. Katılımcıların Eğitim Gördükleri Okullarına Göre Dağılımları 41

Tablo 3.3. Katılımcıların Okul Türlerine Göre Dağılımları..... 42

Tablo 3.4. Katılımcıların Eğitim Gördükleri Sınıf Düzeylerine Göre Dağılımları.... 42

Tablo 3.5.Katılımcıların Bir Önceki Döneme Ait Genel Ağırlık Not Ortalaması Dağılımı 42

Tablo 3.6. Katılımcıların Ailelerinin Aylık Gelir Düzeyine Göre Dağılımları..... 43

Tablo 3.7. Katılımcıların Anne – Baba Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları 43

Tablo 3.8. Katılımcıların İnternet Kullanımlarının Yaşamlarına Olan Etkilerine Göre Dağılımları 44

Tablo 3.9. Katılımcıların İnternete Bağlandıkları Yere Göre Dağılımları 45

Tablo 3.10. Katılımcıların İnternet Kullanımları 46

Tablo 3.11.Katılımcıların İnterneti Kullanım Amaçlarının Cinsiyete Göre Dağılımları 48

Tablo 3.12. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Cronbach Alpha Değerleri 49

Tablo 3.13. Kullanılan Ölçeklerin ve Bazı Demografik Değişkenlerin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları 52

Tablo 3.14. Değişkenlerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması 54

Tablo 3.15. Problemli İnternet Kullanımının İnternete Bağlanan Zamana Göre Karşılaştırılması 55

Tablo 3.16. Problemli İnternet Kullanımının İnternet Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılması 57

Tablo 3.17. Problemli İnternet Kullanımını Yordayan Değişkenler..... 58

Tablo 3.18. Problemli İnternet Kullanımı -"Olumsuz Sonuçları" Yordayan Değişkenler 59

Tablo 3.19. İnternet Kullanımı -"Aşırı Kullanımı" Yordayan Değişkenler..... 61

Tablo 3.20. Problemli İnternet Kullanımı -"Sosyal Fayda/ Sosyal Rahatlık" Yordayan Değişkenler..... 62

ŞEKİLER

Şekil 1.1. Davis`in Bilişsel – Davranışsal Patolojik İnternet Kullanım Modeli 8

Şekil 1.2. İnternet Bağımlılığında Nöropsikolojik Zincir Modeli..... 10

Şekil 1.3. Grohol`ün Sosyalleşme Aşamaları 14

1. BÖLÜM

GİRİŞ

İçerisinde bulunduğumuz çağ, bilgi çağıdır. Bilgi çağı, değişimin ve gelişimin çağıdır. Bu değişim ve gelişimin en önemli etkeni bir başka deyişle de zorluğu "Teknoloji"dir (Balcılar, 2009). Tor ve Erden`e (2004) göre teknoloji, bireylerin mevcut araç gereçleri kullanarak yaşamlarını kolaylaştıracak yeni ürünler elde etme sürecidir. Günümüzde bilgisayar, internet gibi ileri teknoloji içeren iletişim araçları önemli bir yer tutmaktadır (Arnas, 2005). Bireyler, teknoloji ile çok erken yaşta tanışmakta ve teknolojik öğeler yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelmektedir.

İnternet, çağımızın en hızlı büyüyen medyası ve insanlık tarihi açısından yeni bir dönüm noktasıdır. İnternet ortamı, birçok hizmet sunabilmektedir. Örneğin; kimileri interneti bilgi edinme ve aktarma, sanal iletişim kurma için kullanırken kimileri internetten alışveriş yapma, oyun oynama, banka işlemleri için kullanmaktadırlar (Tsai ve Linn, 2001). İnsanlar, internet aracılığıyla ihtiyaç duyduğu her türlü bilgiye hızlı bir şekilde ulaşabilmektedirler (Ayhan ve Balcı, 2009). İnternet, önemli bir çoğunluk için yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline gelmektedir.

Hayatımızın her noktasında vazgeçilmez bir unsur olan internetin, yaşam için büyük kolaylıklar sağlamış olsa da, bazılarını tembelliğe itme, yüz yüze iletişimi azaltma gibi sonuçlar ile ilişkisi açıktır. Bu alanda ilk çalışma Young (1996) tarafından yapılmış olup, o tarihten günümüze kadar "İnternet Bağımlılığı" ile ilgili araştırmalar devam etmiştir. Ülkemizde internet kullanımı özellikle gençler arasında yaygın olduğundan ve internet kullanımları ile ilgili sorunları kapsayan araştırmaların sınırlı sayıda olmasından dolayı, internet kullanımıyla ilgili değişkenlerin incelenmesi ve "İnternet Bağımlılığı" hakkında bilgi sahibi olmanın önemli olduğu düşünülmektedir.

1.1.İnternet

Yaşamımızın bir parçası ve içinde bulunduğumuz çağın en önemli öğelerinden biri internettir (Batıgün ve Hasta, 2010). Beard ve Wolf`a (2001) göre, dünyayı etkisi altına alan ve kullanıcılarına birçok imkan sunan internet, yeni bir teknolojidir. Bu yeni teknoloji olan internet, günümüzde en önemli bilgi paylaşım araçlarından biri olmuştur ve kullanımı hızla artmaya devam etmektedir (Akınoğlu, 2002).

Ayhan ve Balcı`ya (2009) göre internet, yeni bilgisayar ağlarının başka ağlarla birleşerek yeni ağlar oluşturmasıyla "ağların ağı" olarak adlandırılmaktadır. Amerika Birleşik Devletleri`nin Yüksek Mahkemesi kararıyla internet, birbiriyle bağlı bulunan bilgisayarlardan oluşan uluslararası bir ağ olarak tanımlanmıştır (Öztoprak, 2001). Ögel`e (2014) göre ise internet, "Dünya üzerindeki mevcut milyonlarca ağın ortak bir protokol çerçevesinde iletişim kurmasını ve birbirleriyle kaynaklarını paylaşmasını sağlayan ağlar arası bir ağdır" (s.3).

1.1.2. Türkiye'de İnternet Gelişimi

Türkiye`de internet, tüm dünyada olduğu gibi hayatın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir (Akgül, 2001; aktaran Demir, 2006). İnternet, Türkiye`de 1990`lı yılların başında gelişmeye başlamış ve ilk bağlantı Ortadoğu Teknik Üniversitesi`nde gerçekleştirilmiştir. İnternet, ilk önce akademik ortamlarda yaygınlaşmaya başlamıştır. Akademik kuruluşların internet bağlantısını sağlayan ULAKNET üniversiteleri hızlı bir omurga yapısıyla birbirine bağlamış ve internet kullanılır hale gelmiştir. 1999 yılında ticari ağ yapısında değişikliklerin olmasıyla TURNET yerini TTnet adındaki yeni oluşuma bırakmıştır (Bölükbaş, 2003).

2015 yılı Nisan ayında Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından yapılan, "Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması" göre; hanelerin %69.5'inin internet erişim imkânına sahip olduğu belirtilmiştir. 16-74 yaş grubundaki bireylerde bilgisayar ve internet kullanım oranları sırasıyla %54.8 ve %55.9'dur. Bu oranlar erkeklerde sırasıyla %64 ve %65.8 olarak belirtilirken; kadınlarda %45.6 ve %46.1`dir. Bilgisayar ve internet kullanım oranının 16 – 24 yaş aralığında en yüksek

olduğu görülmüştür. 16-74 yaş grubundaki tüm bireylerin %94.2'si interneti düzenli olarak hemen hemen her gün veya haftada en az bir kere kullanmaktadırlar. 16 -74 yaş arasındaki bireylerin %87.1`inin interneti evden kullandığı görülmüştür. Ayrıca katılımcıların %74.4`ünün ev ve işyeri dışında internete kablosuz olarak bağlanmak için cep telefonu veya akıllı telefon, %28,9`unun taşınabilir bilgisayar (dizüstü, tablet, netbook, vb.) kullandıkları bildirilmiştir. 2015 yılının ilk üç ayında internet kullanan bireylerin %80.9`u sosyal paylaşım sitelerine katılım sağlarken, %70.2`si online haber, gazete ya da dergi okuma, %63.3`ü sağlıkla ilgili bilgi arama, %62.1`i kendi oluşturduğu metin, görüntü, fotoğraf, video, müzik gibi içeriklerini herhangi bir web sitesinde paylaşmak üzere yükleme, %59.4`ü mal ve hizmetler hakkında bilgi arama amaçlarıyla interneti kullanmaktadırlar. 2014 yılı Nisan ile 2015 yılı Mart aylarını kapsayan on iki aylık dönemde, internet üzerinden alışveriş yapan bireylerin oranının %33.1 olduğu görülmüştür. Bireylerin %57.4'ü giyim ve spor malzemesi, %27`si seyahat bileti, araç kiralama., %25`5'i ev eşyası (mobilya, oyuncak, beyaz eşya, vb.), %22.4'ü elektronik araç (cep telefonu, kamera, radyo, TV, DVD oynatıcı, vb.), %18.4`ü kitap, dergi, gazeteyi (e-kitap dahil) internet üzerinden almıştır (TÜİK, 2015). Buradaki sonuçlardan yola çıkarak, internet aracılığıyla insanların ihtiyaç duyduğu her türlü bilgiye ulaşabildiği, çok farklı ihtiyaçları yerine getirebildikleri söylenebilir (Ayhan ve Balcı, 2009). Ancak sunduğu olanakların kolaylaştırıcılığı bakımından vazgeçilmez bir hal alan internet, diğer taraftan bazı olumsuzluklara da yol açmaya başlamıştır. Bu olumsuzluğun başında internetin bağımlılık yapıcı bir etkiye sebep olması gelmektedir (Batıgün ve Kılıç, 2011).

1.2. Bağımlılık

Uluğ ve Öztürk (2008) bağımlılığı, bireyin sık ve fazla miktarda madde kullanması ve madde alma isteğini durduramaması sonucunda beden ve ruh sağlığının, aile, toplum ve iş uyumunun bozulması olarak tanımlamaktadır. Bağımlılık, bir kişinin davranışlarını kontrol edememesidir (Şimşek, 2010). Evrensel, İpekdal, Kayır ve Uzbay`a (2010) göre, "madde bağımlılığı, gelişmiş ülkelerde ciddi bir halk sağlığı sorunudur" (s.2). Sorun yalnızca madde kullanan bireyi değil; ailesini, ailesinin parçası olduğu toplumu ve toplumun kültürel özelliklerinden, ekonomik ve hukuksal işleyişine kadar her alanı etkilemektedir. Çakmak, Ögel ve Tamar`a (1998) göre, madde kullanımı sonucunda birey, özgürlüğünü isteyerek ya da

istemeyerek bir şekilde ortadan kaldırır. Bağımlılık, insanı esiri haline getirdiğinden dolayı kişi toplumdan uzaklaşmaya ve birçok sorunla karşılaşmaya başlayabilir.

Bağımlılık literatürüne bakıldığında, birçok kişi için bağımlılık alkol, esrar, eroin gibi kimyasal madde kullanımını içerirken; özellikle kumar, para harcama, alışveriş yapma, yemek yeme, seks, televizyon izleme, bilgisayar oyunları oynama gibi davranışların da bağımlılık yaratabileceği görüşleri son yıllarda artmaktadır. Klinik uygulamalarda bağımlılık davranışsal bağımlılık ve fiziksel bağımlılık olmak üzere iki şekilde ele alınabilmektedir (Arısoy, 2009; Dinç, 2016; Ögel, 2014).

Dinç`in (2016) aktardığına göre, Öztürk ve arkadaşları (2007) davranışsal ve fiziksel bağımlılık arasındaki farkı "Davranışsal bağımlılıkta bağımlı olunan madde ya da eylem arayışı içeren aktiviteler ve bununla bağlantılı patolojik kullanım özelliklerinin varlığına ilişkin bulguların tanımlanması; fiziksel bağımlılıkta ise genel olarak toleransın ve yoksunluğun varlığının tanımlanması" şeklinde tanımlamışlardır. Tolerans ve yoksunluk gibi bedensel tepkilerin ortaya çıkması kimyasal bağımlılıklara oranla davranışsal bağımlılıklarda açıkça görülmese de, bu olumsuz sonuçlar davranışsal bağımlılık ölçütleri arasında da yer almaktadır (s.12). Bununla birlikte, alkol ve uyuşturucu bağımlılıklarında olduğu gibi davranışsal bağımlılıklarda da zihinsel meşguliyet, duygudurum değişikliği, tolerans, yoksunluk, kişilerarası çatışma ve tekrarlama gibi bağımlılık belirtileri de görülebilmektedir (Arısoy, 2009; Ögel, 2014).

1.2.1. Problemli İnternet Kullanımı

İnternet son yıllarda kişisel, akademik ve mesleki yaşamın iletişim kaynaklarından biri haline gelmiştir (Özcan, 2004). İnternet, yeni teknoloji olduğundan dolayı internet kullanımı sorunlarını ifade etmek için birçok kavram kullanılmıştır (Çakmak, 2011). Bunlar arasında "internet bağımlılığı", "internet bağımlılığı bozukluğu", "kompulsif internet kullanımı", "patolojik internet kullanımı", "kompulsif bilgisayar kullanımı", "problemli internet kullanımı" sıralanabilir (Canan, 2010). Morahan-Martin, Schumacher (2000), Davis (2001) ve Caplan (2002) "patolojik internet kullanımı" kavramını; Young (1996) ve Griffiths (1999) "internet bağımlılığı" kavramını kullanmışlardır.

Problemli internet kullanımı, psikolojik, sosyal, okul ve/veya iş yaşantısında zorluklar yaratabilmektedir (Ögel, 2014; Beard ve Wolf, 2001). Shapira ve arkadaşlarına (2003) göre, internet kullanımını kontrol etmede yetersiz kalınması, bu durumun bireyin stres yaşamasına ve günlük etkinliklerinin bozulmasına yol açması da problemli internet kullanımı olarak tanımlanmaktadır. İnternet bağımlılığı ile ilgili diğer tanımlamalara bakıldığında da farklı bakış açılarının olduğu görülmektedir. Beard`a (2005) göre internet bağımlılığı kavram olarak, internet kullanımının zarar verici ve kontrol edilemeyen boyutuna bir açıklama olarak düşünülmektedir. Morahan-Martin ve Schumacher (2000) internet bağımlılığını, internetin yoğun kullanılması sonucunda kontrol altına alınmaması ve kişinin yaşamına zarar vermesi olarak tanımlarken; Davis (2001), içerisinde patolojik davranışların yer aldığı psikiyatrik durum olarak tanımlamaktadır. Shapira ve arkadaşları (2003), patolojik internet kullanımını kontrol edilemez, belirgin bir şekilde rahatsız edici, fazla zaman alan veya sosyal, işsel ve parasal zorluklara neden olan ve sadece hipomanik ve manik semptomlar sırasında mevcut olmayan bir problem olarak ifade etmişlerdir. Beard (2005) internet bağımlılığını kişinin ev, iş, okul, sosyal ya da psikolojik yaşamında zorluk yaratan "aşırı kullanımı" olarak tanımlamaktadır. Young (2007) ise kişinin yaşamını ilişkisel, mesleki, sosyal problemlere sebep olacak kadar etkileyen internet kullanımını klinik bir rahatsızlık olarak tanımlamıştır.

Goldberg (1996) tarafından internet bağımlılığı terimi ilk kez bir şaka olarak kullanılmıştır (aktaran Batıgün ve Hasta, 2010). Ögel`in (2014) aktardığına göre, Goldberg oluşturduğu "internet bağımlılığı bozukluğu" kriterlerini birkaç meslektaşına bir şaka olarak düşünerek e-mail attığında, bazı meslektaşları kendilerinin internet bağımlısı olduklarını itiraf etmişlerdir. Böylece şaka olarak başlayan tartışmalar, bilimsel alana taşınmıştır. Goldberg, DSM- IV`teki (Amerikan Psikiyatri Birliği; APA, 2000) madde bağımlılığı tanı ölçütlerini kullanarak internet bağımlılığı için bazı bilgiler ortaya çıkarmış ve internet bağımlılığı tanı ölçütlerini oluşturmuştur (aktaran Özcan, 2004).

Goldberg'e (1996) göre on iki aylık bir dönem içerisinde klinik olarak belirgin bir bozulmaya veya sıkıntıya yol açan uygunsuz internet kullanımında tolerans ve yoksunluk gelişebilir. Tolerans gelişiminde, aynı sürede internet kullanımda keyifte azalmaya bağlı olarak internet kullanım süresinde artma görülebilmektedir. Yoksunluk belirtilerinde ise; psikomotor ajitasyon, internette

olanlarla ilgili takıntılı düşünceler, internet hakkında fantezi ve hayaller kurma durumları, isteyerek veya istemeyerek kişilerin tuşlara basma hareketi yaptıkları görülebilir (aktaran Batıgün ve Hasta, 2010). Goldberg'e (1996) göre bu belirtileri azaltmak ya da yok etmek isteyen kişiler, internete bağlanırlar veya benzeri bir eylemde bulunabilirler. İnternette planlandığından daha uzun süre vakit geçirme, bırakma veya denetim altında tutma girişimlerinde başarısızlıklar, internetle ilgili eylemlerde çok uzun süre geçirme, yaşamının diğer alanındaki önemli alanlara vakit ayırmama ve internet kullanım sonucu yaşadığı sıkıntılara rağmen internet kullanımına devam etme diğer belirtilerindendir (aktaran Batıgün ve Hasta, 2010).

Goldberg`in hemen sonrasında Young (1996), DSM- IV`teki kumar bağımlılığı için kullanılan tanı kriterlerini internet kullanımına uyarlayarak internet bağımlılığı kriterlerini ortaya koymuştur. Young`a (1996) göre, internetle ilgili zihinsel uğraşlarda aşırı artma, internette geçirilen süre hakkında yalan söyleme ve interneti yaşadığı olumsuz duygulardan ve problemlerden kaçmak için kullanmanın tanı ölçütlerinin arasında yer aldığı görülmektedir. Young`ın belirlemiş olduğu kriterlerin deneysel olarak sınanabilir oluşundan ve davranışsal bağımlılığa dayanan kriterler bulundurduğundan, internet bağımlılığını belirlemede yararlı olduğu düşünülmüş ve daha sonra Young`ın kriterlerinden yararlanılarak araştırmalar yapılmaya çalışılmıştır (Mikowski, 2005; aktaran Kurtaran, 2008).

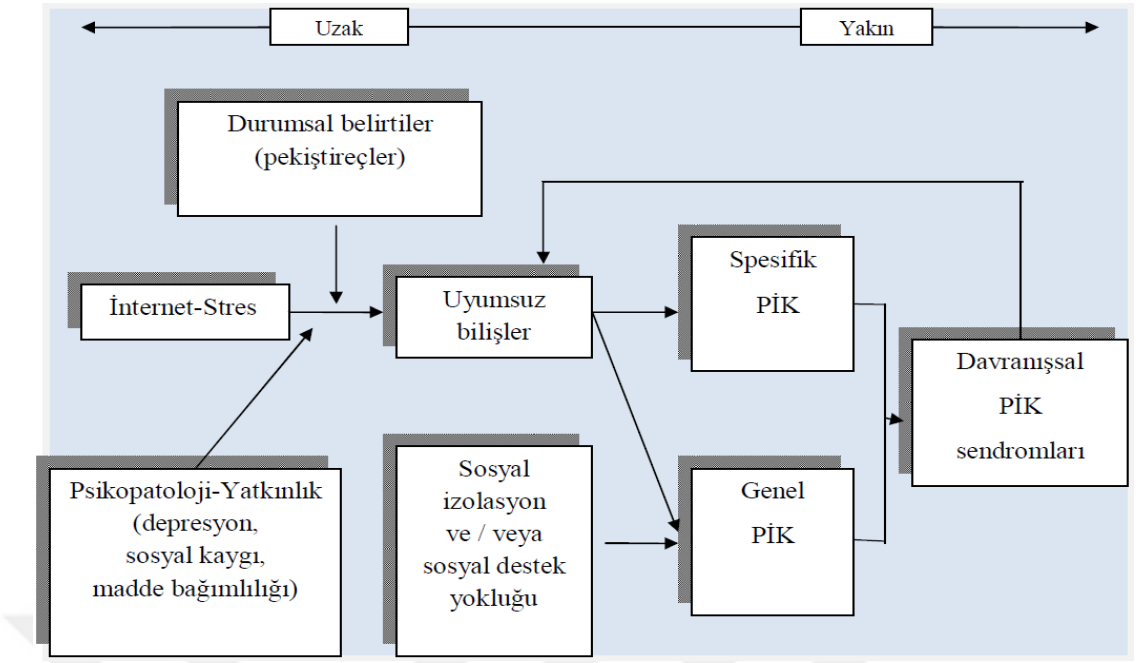
Problemli internet kullanımının şiddetli bir klinik bozulma ve olumsuz sosyal sonuçları olmadığından, güncel kanıtlar problemli internet kullanımını ayrı bir bağımlılık sendromu olarak tanımlamamaktadırlar. Problemli internet kullanımı, depresyon gibi psikiyatrik bozukluklara yol açtığı için bazı araştırmacılar ve klinisyenler tarafından pornografi, egzersiz, seks ya da yeme bağımlılığı gibi davranışsal bağımlılık olarak görülürken; DSM-V içerisinde internet bağımlılığı gibi bir tanı bulunmamaktadır (Breslau ve ark., 2015).

1.3. İnternet Bağımlılığının Etiyolojisi

1.3.1. Davis'in Bilişsel Davranışsal Problemli İnternet Kullanımı Modeli

Davis (2001), hem patolojik internet kullanımının ortaya çıkışını hem de nasıl sürdüğünü tanımlamak amacıyla "kişinin bilişleri anormal davranışının sebebidir" teorisinden yola çıkmıştır. İnternet bağımlığının, anormal düşünceler eşliğinde ve bu düşüncelere uygun davranışlar sergilemesi sonucunda, bireyin bu davranışları bağımlılık düzeyinde tekrarlaması ile oluştuğunu belirtmiştir. Problemli internet kullanım (PİK) modelini diğer kuramlardan ayıran özelliğin, bireyin anormal davranışının temel kaynağı olarak bilişlerin vurgulaması olduğu ileri sürülmüştür. PİK`in genel semptomlarının çoğunlukla duygusal veya davranışsal olduğu düşünülürken bu model bilişlerin, duygu ve davranışların öncülü ve sebebi olduğunu öne sürmektedir (Davis, 2001).

PİK`in bilişsel-davranışçı modeli (Şekil 1.4.) stres-yatkınlık modelini esas alarak problemli internet kullanımının ortaya çıkmasında başka bir psikopatolojinin (örn: depresyon veya sosyal kaygı) varlığı olduğunu öne sürer. PİK nedenleri yakından uzağa giden bir zincire yerleştirilmiştir. Ancak bu psikopatoloji PİK'in uzak nedenleri arasında yer alır. Çünkü her ne kadar PİK'in oluşmasında başka bir psikopatoloji öncül olsa da PİK'in semptomları özgüldür ve öncülü olan psikopatolojinin semptomlarından ayrı olarak incelenmelidir. Uzak nedenler problemin başlangıcına yakın bulunurken; yakın nedenler zincirin sonlarında bulunur. Stres, tehlike veya diğer korku uyandıran durumlar yakın nedenlere örnek olarak verilirken; daha uzak nedenlere örnek olarak ise uykusuzluk, kardiyak aritmi, ilaçların ortaya çıkardığı şüphecilik gibi durumlar verilebilmektedir (Davis, 2001).



Şekil 1.1. Davis'in (2000) Bilişsel-Davranışsal Patolojik İnternet Kullanım Modeli

Kaynak: Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. Computers in Human Behavior, 17: 187-195.

PİK modelinde, internetle ya da yeni bir teknolojiyle tanışılması bir stresör faktördür. Bu ilk karşılaşmaya örnek olarak, kişinin internetten ilk kez sohbet odasına girmesi, ilk kez alışveriş yapması, ilk kez pornografiyi keşfetmesi verilebilir. Bu ve benzeri örneklerle karşılaşmak, PİK`in uzak ve gerekli nedenlerinde etkendir. İnternet ya da yeni bir teknoloji deneyimlendiğinde ortaya çıkan sonuç olumlu ise, birey aynı aktiviteyi sürdürmek ister ve pekiştirir. Birey ilk deneyimine benzer duyguyu tekrar elde etmek için, aynı aktiviteyi daha sık yapmaya koşullanır ve buna "edimsel koşullanma" denir. Birey, benzer fizyolojik tepkiyi elde etmek için yeni teknoloji arayıp buluncaya kadar bu edimsel koşullanma devam eder. Örneğin internete bağlanan bilgisayarın sesi, klavyenin yazarken çıkan sesi, internete bağlanılan odanın kokusu bile koşullanmış bir olumlu tepkiyle sonuçlanabilir, aynı doyumu sağlayabilir. Ortaya çıkan bu pekiştireçler, PİK gelişmesinde ve sürdürülmesinde etkili olabilmektedir (Davis, 2001).

Davis`e (2001) göre, PİK'in bilişsel davranışsal modelinin merkez noktası işlevsel olmayan (maladaptif) bilişlerin varlığıdır. İşlevsel olmayan bu bilişler, yakın nedenler arasında sayılabilmektedir. Bu bilişler PİK'e özgü semptomların ortaya çıkması için gereklidir. Bilişler bireyin kendisi hakkındaki düşünceleri ve bireyin

dünya hakkındaki düşünceleri olmak üzere ikiye ayrılır ve PİK'in sürdürülmesinde rol oynar. Bireyin kendisi hakkındaki işlevsel olmayan düşünceleri, kendinden şüphe etme ve kendini olumsuz değerlendirme formlarında (örn: "*İnternet olmadan ben bir hiçim*") ortaya çıkıp ruminatif bir döngü içinde tekrar edebilir. Kendisiyle ilgili olumsuz bir değerlendirmesi olan birey, diğer insanlardan olumlu tepkiler görebilmek amacıyla internet kullanımını gerçekleştirebilir. Bireyin dünya hakkındaki düşünceleri ise "ya hep ya hiç" tarzı bilişsel çarpıtmaları (örn: "*Çevrimdışıyken beni seven kimse yok.", "İnternet benim tek arkadaşım."*) içerir. İnternetle ilişkili herhangi bir uyaran mevcut olduğunda bu tip bilişsel çarpıtmalar devreye girerek bireyin internet bağımlılığını arttırabilir.

Davis (2001), problemli internet kullanımı modelini "Genel PİK" ve "Özel PİK" olarak ikiye ayırır. Özel PİK internetin belirli işlevlerine (örn: çöpçatanlık siteleri, pornografi seyretme, bahis siteleri) bağımlı olmayı içerirken; genel PİK belirli bir amaç olmaksızın ve çok boyutlu olarak internette fazla vakit geçirmeyi içermektedir. Bağımlı olunan nesneyi (kumar, seks, vb.) elde etmek amaçlı interneti aşırı ve kötüye kullanmaya Özel Patolojik İnternet Kullanımı (Specific Pathological Internet Use; ÖPİK) denir. Buna karşın Genel Patolojik İnternet Kullanımı (GPIK; sohbet gruplarına katılma ve Facebook, Twitter ya da diğer sosyal ağları kullanma gibi) sadece online yapılabilir davranışlar ile sınırlıdır. Ancak birey, yüz yüze kişiler arası iletişim yerine sanal ortam üzerinden çevrimiçi iletişimi tercih ediyorsa, internette amaçsızca fazlaca vakit geçiriyorsa, bu durum aile ya da arkadaş ilişkilerine, sosyal destek eksikliğine ve sosyal izolasyona neden oluyorsa, genel internet bağımlılığından söz edilmektedir.

1.3.2.Nöropsikolojik Model

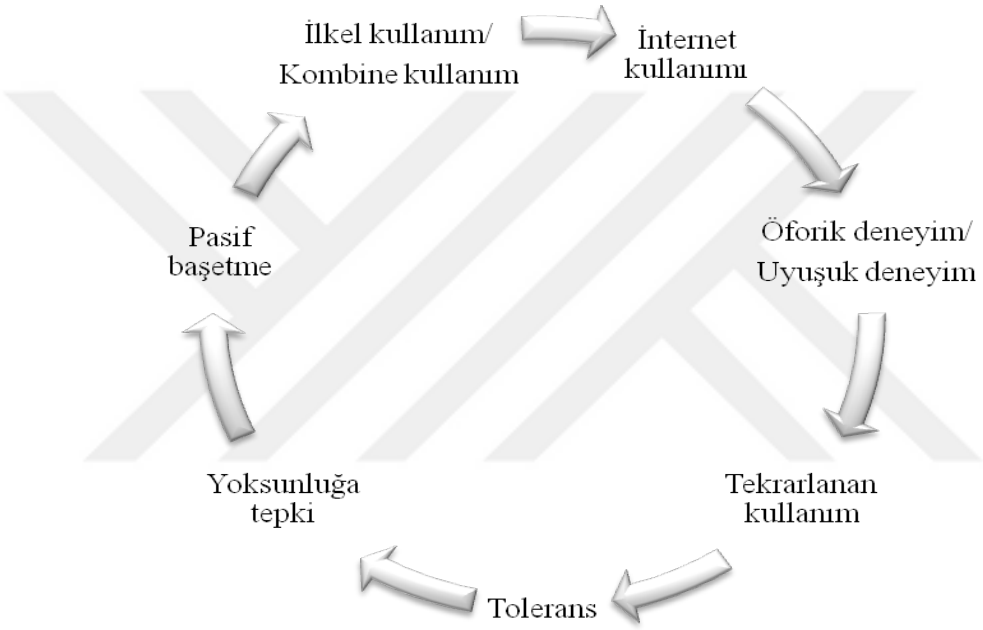
Nöropsikolojik modelde ön koşul, bireyin sosyal fonksiyon ve kişilerarası iletişimde ciddi tehlike yaşamasıdır. Birey üç koşuldan herhangi biri ile karşılaştığında internet bağımlısı olarak sınıflandırılması gerekmektedir (Young ve ark., 2011):

1. Gerçek hayata göre çevrim içi zamanda kendini gerçekleştirmede daha başarılı,

2. İnternet erişimi olmadığı zaman ya da erişim sona erdiğinde disfori ya da depresyon yaşama,

3. Gerçek kullanım süresini saklamaya çalışma.

Young ve arkadaşları (2011); internet bağımlılık davranışı açıklamak için bir nöropsikolojik zinciri modeli öne sürmüştür (Şekil 1.2.). Tablo 1.1`de modeldeki tanımlamaların açıklamaları yer almaktadır.



Şekil 1.2. İnternet Bağımlılığında Nöropsikolojik Zinciri Modeli

Kaynak: Young, K.S. Yue, X. D. Ying. (2011). Prevalence Estimates and Etiologic Models of Internet Addiction. Young, K.S. & Abreu C.N. (Ed), Internet Addiction A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment içinde (pp.3-18). New Jersey: John Wiley & Sons.

Tablo 1.1. İnternet Bağımlılığında Nöropsikolojik Zinciri Modeli

Tanım	Açıklama
İlkel kullanım	Zevki sürdürmek ve ağrı/acıyı önlemek için bireyin güdüsel olarak çeşitli uyaranlar ve dürtüler için internet kullanımıdır.
Öforik deneyim	İnternet faaliyetleri, mutlu ve tatmin hissedecek bireyin merkezi sinir sistemini uyarır. Kullanımdan dolayı oluşan bu his bireyin internet kullanmasını devam ettirecek ve öforiyi uzatacaktır. Bağımlılık oluştuktan sonra, bu öforik deneyim alışkanlığa ve uyuşukluk durumuna dönüşecektir.
Tolerans	İnternetin tekrarlı kullanımı ile duyu eşiği artar; aynı mutlu deneyimi elde etmek için kullanıcının zamanı ve tutkuyu artırması gerekir. Toleransın yükselmesi, internet bağımlılığı için risk teşkil eder ve internet deneyimine ilişkin rahatlama hissinin pekiştirilmesiyle sonuçlanır.
Yoksunluğa tepki	Fiziksel ve psikolojik semptomlar bireyin durmasından ya da internet kullanımını azaltmasından sonra meydana gelir. Temel olarak disfori, uykusuzluk, duygusal değişkenlik gibi semptomları içerir.
Pasif baş etme	Çevreye karşı olumsuz aktarımlar, biliş sahtecilik, bastırma, kaçış, ve saldırganlık gibi pasif uzlaşmacı davranışlar bireysel hayal kırıklığı ya da zararlı etkileri ile karşı karşıya kaldığı zaman olur.
Çığ etkisi	Çığ etkisi, bireyin pasif tolerans ve yoksunluk reaksiyonları sonucu deneyimlerini ve bireysel ilkel kullanımın temelindeki bireysel pasif başa çıkma stillerini içerir.

Kaynak: Young, K.S. Yue, X. D. Ying. (2011). Prevalence Estimates and Etiologic Models of Internet Addiction. Young, K.S. & Abreu C.N. (Ed), Internet Addiction A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment içinde (pp.3-18). New Jersey:John Wiley & Sons.

Nörobiyolojik kuram, özellikle dopamin ve serotonin nörotransmiterlerine dikkat çekmektedir. Kişilik, sosyal ve genetik faktörlerin bağımlılık için önemli olduğu**;** ancak Merkezi Sinir Sistemi üzerindeki madde etkisinin madde bağımlılığı için birincil belirleyici olduğu belirtilmektedir (Young ve ark., 2011).

Seks, yiyecek, aile, arkadaşlık ve sosyal statü gibi etkenler insanı motive etmektedir. Bu motive edici etkenlerde dopamin aktive olur. Dopamin, merkezi sinir sisteminde bulunan nörotransmitter dizisinden biridir. Kimyasal bağımlılıklarda da beyindeki dopamin aktivitesi artarak davranışlar üzerinde güçlü bir etken oluşturur. Aynı şekilde kumar, yeme ve internet gibi davranışsal bağımlılıkların ortaya çıkmasında da nörokimyasal bağlantılar henüz bilinmemekte olsa da yapılan çalışmalarda nörokimyasalların davranışsal bağımlılıklarda ciddi rol oynadığı düşünülmektedir (Young ve ark., 2011).

1.3.3. Young`ın Dört Kategori Kuramı

Young (1996) internet kullanımının etiyolojisini 4 kategoride ele almıştır. Bunlar; sosyal destek, yaşam koşulları, cinsel tatmin ve yeni bir kimlik yaratma imkânıdır.

Sosyal destek, bireyin çevrim içi olarak sürekli aynı sosyal gruplara katılıp sohbet etmesi, çevrim içi oynanan çoklu katılımlı oyunlara dahil olması ve belirli haber gruplarını takip etmesi ile oluşabilmektedir. Birey bu gruplara katıldığında, bu gruplarda interaktif duygu ve fikir alışverişi yapabilir. Çevrim içi olduğu bu gruplarda kimliği bilinmediği için kısıtlanmadan kendini özgürce ifade edebilir. Normalde ifade edemediği duygu, düşünce ve inançlarını burada ifade etmesine izin veren bir sosyal destek sistemine sahip olabilir. Hayatındaki memnuniyetsizliği internet ortamı üzerinden kapatabilir, bu da bağımlılığa karşı onu savunmasız bırakabilir (Esen, 2010; Tok, 2014; Young ve ark., 2011). İnternet bağımlılığına yol açan en önemli etkenin sosyalleşme ihtiyacı olduğu vurgulanmaktadır. Şehir hayatındaki kurulamayan sosyal bağlantıları internet üzerinden kurmak, tanımadığı yabancı kişilerle risk almadan kolayca tanışabilmek, olmadığı kişi gibi görünebilmek hatta bunu abartılı bir şekilde yansıtmak internetin başlıca avantajları olduğundan, bu yolla iletişime geçmek daha çekici gelmektedir (Cömert, 2010).

Bireyin içinde bulunduğu yaşam koşulları internet kullanımı ve bağımlılığı için bir diğer önemli bir etken olabilmektedir. Başkaları ile iletişime geçmede/kurmada zorlanan bireyler, depresif, benlik saygısı düşük, iletişimde ya da sosyal hayatta reddedilme korkusu olanlar, emekliler, evde zamanın çoğunu geçirenler, bakıcılar bağımlılığa daha yatkın olabilirler. Özellikle evde zamanının

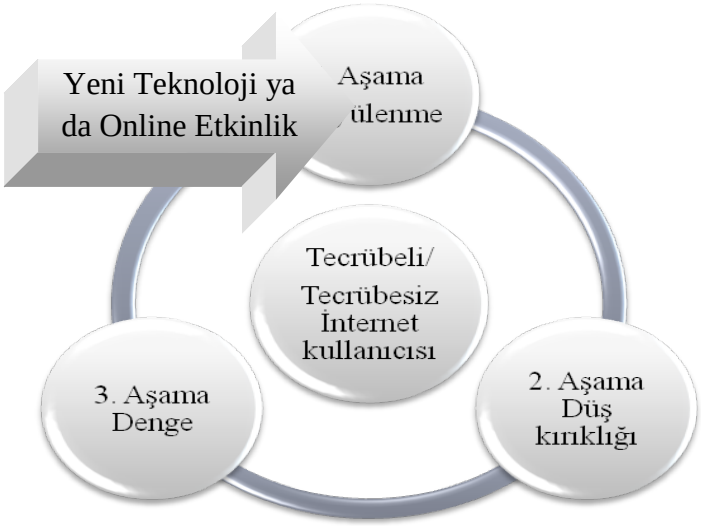
çoğunu geçiren bireylere internet, dışarıdaki ortamla sosyal bir bağ oluşturmada kolaylık sağlayabilmektedir (Esen, 2010; Tok, 2014).

İnternet ortamında kimliğini saklamak kolay olduğundan bireyin kendi cinsel fantezi ve düşüncelerine yönelik araştırma yapması, sanal seks için sohbet odalarına girmesi cinsel tatmini daha da kolaylaştırabilmektedir. Gizlilikle istediği bilgilere ulaşabildiği için bazıları internet üzerinden cinselliğini kısıtlama olmaksızın yaşayabilmektedir. Normal yaşamında kendini yetersiz hisseden, çekici olmadığını düşünen ve sosyalleşemeyen bireyler reddedilme korkusu yaşamaksızın internet üzerinden duygularını yaşayabilirler (Esen, 2010; Tok, 2014). Aşırı internet kullanıcılarının birçoğunun cinsel aktiviteler ve cinsel uyarılma için internet kullandığı bilinmektedir. Pornografiye yönelik faaliyetler internet üzerinden kolayca yapılabilmektedir ve bu durum "Siber-pornografi" olarak tanımlanabilmektedir. "Siber-pornografi", yasal olan, herhangi fiziksel zarar ya da zührevi hastalığa sebep olmayan, güvenli, ucuz, kişinin kendi evinde rahatlıkla internet üzerinden katılabileceği ve bağımlılığı tetikleyecek bir etkinlik olabilmektedir (VanGelder, 2003).

İnternet ortamı bireye kendi olduğu kişiden tamamen farklı, yeni bir karakter yaratma imkanı sunabilmektedir. Bireyin düşüncelerindeki ideal benlik imgesini internet ortamında istediği gibi yaratması ve bu kişiliğin bir parçası olması bağımlılığı tetikleyen bir olgudur (Esen, 2010; Tok, 2014). Kişi, internet aracılığıyla hayalinde yarattığı bir karakter olabilmektedir. Utangaç, kendisini ifade edemeyen, sosyal ilişkiler kurmakta zorlanan, güven sorunu yaşayan bireyler internette olmak istediği kişi gibi davranabilirler (Ögel, 2014).

1.3.4. Grohol'ün Sosyalleşme Kuramı

Grohol`e (1999) göre, internet bağımlılığında asıl temel unsur sosyalleşme arayışı, sosyalleşme isteğidir. Grohol internet bağımlılığını büyülenme, düş kırıklığı ve denge olmak üzere üç aşamada tanımlamaktadır (aktaran Esen, 2010). Bu aşamalar Şekil 1.3.`te gösterilmektedir.



Şekil 1.3. Grohol'ün Sosyalleşme Aşamaları

Kaynak*:* Gonzalez, N. A. (2002). Internet addiction disorder and its relation to impulse control. Unpublished master's thesis, Texas A&M University-Kingsville. (aktaran Esen, 2010)

Grohol`e (1999) göre büyülenme aşaması olan birinci aşamada, yeni karşılaştığı heyecan verici bu dünya bazı bireyleri internette tutarak büyülemektedir. Kişi, yeni gördüğü bu teknoloji ya da uygulamanın etkisindendir. İkinci aşamaya gelene kadar bu büyülenme ya da takıntı, internetin fazla ve aşırı kullanımı ile ortaya çıkar. Düş kırıklığı olan ikinci aşama, teknolojinin aşırı kullanımı sonucu artık bilindik gelen bu ortamdan sıkılmasına ve düş kırıklığı yaşamasına sebep olabilir. Buna bağlı olarak internet kullanımda azalma meydana gelir. Zamanla internet kullanımından kaçınma davranışı ortaya çıkar ve üçüncü aşamaya geçene kadar kaçınma devam eder. Denge aşaması olan üçüncü aşama, gerçek ve sanal ortam arasındaki dengenin kurulması ile olur. Takıntıları ile baş etmeye başlayan birey, teknolojiyi normal kullanım düzeyine çekmeyi başarır. Fakat yeni, büyüleyici bir etkinlikle internet kullanıcısı döngünün başına tekrar gelerek bu üç aşamayı tekrar deneyimleyebilir. Birinci aşamaya saplanıp kalan kullanıcıların ikinci ve üçüncü aşamaya geçmesi için dışarıdan yardım alması gerekebilir. Çünkü sosyal olmayı sadece sanal ortam üzerinden gerçekleştirmeye başlayacaktır. Tecrübeli ve tecrübesiz internet kullanıcısı olan bireyler arasında bu geçişler farklılık gösterebilir (aktaran Esen, 2010 ve Tok, 2014).

1.3.5. Sosyo - Kültürel Kuram

Sosyo-Kültürel Kuram'a göre çocuğun içinde bulunduğu sosyal çevrenin onun bilişsel gelişiminde çok önemli rolü vardır. Çevresindeki kişiler ve onların sosyal dünyalarında yaptıkları davranışları gözlemleyerek belirli fikir, kavram ve olguları benimseyen çocuklar, sonrasında bu bilgileri davranışa dönüştürebilirler (Johnson, 2006; John-Steiner ve Mahn, 1996). Bireyin öğrenme süreci içerisinde bilişsel süreçler kadar bireyin içinde yer aldığı çevre, sosyo-kültürel inanışlar ve bu kültürün bir parçası olan bireyler arasındaki etkileşimler önemli yer tutabilmektedir (Aylar, 2012).

İnternete giren bireyler, çoğu zaman sadece bilgi edinmek amacıyla değil; aynı zamanda sosyal iletişim kurmak amacıyla da internet kullanmaktadırlar. Sosyal çevreleri, internet üzerinde kurduğu dünyaya ait çevreleri olmaya başlar. Bireyin davranışları kısmen içerisinde bulunduğu sosyal ağlar ve bireysel algılar tarafından şekillenir. İnternette kendine sosyal bir yaşam oluşturmaya başlayan birey, gerçek sosyal çevresindeki davranışları gözlemlemekten uzaklaşır, gözlemlediği ve öğrendiği davranışlar sanal ortama ait fikir ve inanışlar halini almaya başlar (Chiu, Hsu ve Wang, 2006). Öte yandan bireylerin sosyal ve kültürel anlamda ait oldukları toplumun özelliklerine daha yakın hissetme, bütünün bir parçası olma arzusu; yaşam tarzları ve inanışları bakımından toplum genelinden ayrılan alt kültür mensubu bireylerde çok daha kuvvetlidir. Bu nedenle bireyler, kendilerini ait olmak istedikleri sosyo-kültürel yapıya daha yakın olabilmek için interneti kullanabilmektedirler (Can ve Kara, 2010).

1.4. İnternet Bağımlılığının Ergenlerde Sosyo-Demografik Değişkenler, Kullanım Amaçları ve Olumsuz Sonuçlarla İlişkisi

Literatür incelendiğinde, internet bağımlılığı ile cinsiyet arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar yapıldığı görülmüştür. Yapılan çalışmalarda erkeklerin kadınlara oranla internet bağımlılığının daha yüksek olduğu görülürken (Ançel ve ark., 2015; Batıgün ve Hasta, 2010; Büyükşahin Çevik ve Çelikkaleli, 2010; Cicioğlu, 2014; Çakır Balta ve Horzum, 2008; Esen ve Siyez, 2011; Frangos, Frangos ve Kiohos, 2010; Gürcan, 2010; Johanson ve Götestam, 2004; Kıran Esen ve Gündoğdu, 2010; Krishnamurthy ve Chetlapalli, 2015; Kuzucu, Bulut, Özçelik ve Soydemir, 2015;

Masthi, Cadabam, Sonakshi, 2015; Metin, Saraçlı, Şenormancı, Atasoy, Çakır-Kardeş, Ozan–Açıkgöz ve ark., 2015; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Müller ve ark., 2014; Ostovar ve ark., 2016; Özer, 2013; Soydan, 2015; Tahiroğlu ve ark., 2010; Tsai ve ark., 2009; Üneri ve Tanıdır, 2011), bazı çalışmalarda da internet bağımlılığının erkeklere oranla kadınlarda yüksek olduğu görülmüştür (Akın, 2014; Griffiths 1995 aktaran Soydan, 2015; Odacı ve Berber Çelik, 2011). İnternet bağımlılığının cinsiyete göre farklılaşmadığını gösteren çalışmalara da rastlanılmıştır (Brenner, 1997; Hall ve Parsons, 2001; Subrahmanyam ve Lin, 2007; Dalgalı, 2016; Filiz ve ark., 2014; Reed, Vile, Osborne, Romano, Truzoli, 2015; Şahin, 2014; Weinstein ve ark., 2015).

İnternet bağımlılığı ile yaş arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar incelendiğinde, bu tür araştırmaların sayısının az olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmalarda yaş oranı arttıkça, problemli internet kullanımının azaldığı bulunmuştur (Alaçam, 2012; Becker, 2000; Doğan, 2013; Orhan ve Akkoyunlu, 2004; Şahin, 2011, Şaşmaz ve diğerleri, 2013).

Ergenlerin interneti genellikle oyun oynama, film seyretme, eğlenme, sohbet etme, sosyal paylaşım sitelerine girme, bilgi edinme amaçlı kullandıklarını gösteren çalışmalara rastlanılmıştır (Aslanbay, 2006; aktaran Soydan, 2015; Becker, 2000; Durkee ve ark., 2012; Günüç ve Kayri, 2010; Gross, 2004; Leung ve Lee, 2012; Müller ark., 2014; Morsünbül, 2014; Oğuz, Zayim, Özel ve Saka, 2008; Sevindik, 2011; Soydan, 2015; Sinkkonen, Puhakka ve Merilainen, 2014; Yen, Ko, Yen, Wu ve Yang, 2007).

Yapılan bazı çalışmalarda, internet bağımlılığı ile internet kullanım süresi arasında pozitif ve anlamlı ilişki olduğu ortaya konmuştur (Balcı ve Gülnar, 2009; Batıgün ve Hasta, 2010; Batıgün ve Kılıç, 2011; Cicioğlu, 2014; Çakır Balta ve Horzum, 2008; Derin ve Bilge, 2016; Frangos ve ark., 2010; Kelleci, Güler, Gölbaşı ve Sezer, 2009; Nalwa ve Anand, 2003; Özer, 2013; Özdamlı ve Beyatlı, 2013; Soydan, 2015; Şahin, 2014; Tahiroğlu ve ark., 2008; Üneri ve Tanıdır, 2011; Yıldız, 2010; Young, 1996).

Literatür incelendiğinde akademik başarı azaldıkça problemli internet kullanımın arttığını gösteren çalışmalar olduğu gibi (Derin ve Bilge, 2016; Doğrusever, 2015; Esen, 2010; Esen ve Siyez, 2011; Gençer, 2011; Morahan - Martin ve Schumacher, 2000; Soydan, 2015; Taçyıldız, 2010; Young, 1996), aralarında herhangi bir ilişki olmadığını belirten çalışmalar da mevcuttur (Ceyhan, 2011; Tarı, Cömert ve Ögel, 2009).

İnternet bağımlılığının olumsuz sonuçlarının olduğunu göstermek amacıyla yapılan fazlasıyla çalışma bulunmaktadır. İnternet bağımlılığı ile depresyon (Banjanin, Banjanin, Dimitrijevic, Pantic, 2015; Li ve ark., 2015; Lu ve Yeo, 2015; Mayda ve ark., 2015; Orsal ve ark., 2013), anksiyete (Jun ve Choi, 2015; Morsünbül, 2014; Tang ve ark., 2014; Weinstein ve ark., 2015), dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (Huan, Ang ve Chye, 2014; Karapetsas ve ark., 2015), yeme bozukluğu (Dalgalı, 2016), öfke (Ata, Kelleci ve Akpınar, 2011), yalnızlık (Ostovar ve ark., 2016; Yen, Ko, Yen, Wu ve Yang, 2007), kişilik bozuklukları (Wu, Ko ve Lane, 2016), uyku (Reed, Vile, Osborne, Romano ve Truzoli, 2015) arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmalar bulunmuştur.

1.5. Ergenlik Dönemi

Ergenlik dönemi, başı - sonu olan bir süreç olmakla birlikte, edinilmiş kimliğin sorgulandığı bir aşama olarak görülmektedir (Delagrave, 2014). Biyolojik, psikolojik ve sosyal olarak değişim ve gelişimin olduğu ergenlik, çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olarak tanımlanabilir (Yavuzer, 2013).

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization`nın (UNESCO; 2015) tanımına göre, ergenlik bireyin öğrenim gördüğü ve hayatını kazanmaya çalıştığı için ekonomik bağımsızlığına kavuşamadığı ve medenî durum olarak da evli olmadığı bir gelişim dönemidir. UNESCO (2015), ergenlik dönemi için Birleşmiş Milletler'in evrensel tanımını kullanmaktadır. Birleşmiş Milletler'in tanımında 15-24 yaşları arası ergenlik dönemi olarak tanımlanmıştır. United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF; 2011) erken ergenliği 10-14; geç ergenliği ise 15-19 yaş aralığında tanımlamaktadır. Yaş dönemleri ile ilgili farklı sınırlar söz konusudur ve Tablo 1.2.'de farklı sınırlar özetlenmiştir (aktaran Koç, 2004).

Tablo 1.2. Ergenlik Dönemi Yaş Sınırlamaları

Ergenlik Dönemi	Yaş Aralığı
A. Ergenliğin Başları	11-14 yaş (kadınlar) 13-15 yaş (erkekler)
B. Ergenliğin Ortaları	14-16 yaş (kadınlar) 15-17 yaş (erkekler)
C. Ergenliğin Sonları	16-21 yaş (kadınlar) 17-21 yaş(erkekler)

Kaynak: Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17 (2): 231-256.

1.5.1 Ergenliğin Evreleri

Ergenlik evreleri erken, orta ve geç ergenlik dönemi olarak incelenmektedir (Derman, 2008; Gözcü Yavaş, 2012; Gül ve Güneş, 2009).

Ergenliğin başlangıç evresi olarak nitelenen erken ergenlik dönemi 11-14 yaş dönemini içermektedir. Bu dönemde hızlı gelişen fiziksel ve davranışsal değişimler görülmekte ve bu değişimler kadınlarda erkeklerden daha önce başlamaktadır. Bu dönemdeki ergenler bedenlerine odaklanabilmektedirler. Biyolojik açıdan değişimler görülmektedir. Bu değişimler hormanlara bağlı olarak kadınlarda ve erkeklerde farklılık gösterebilmektedir. Genellikle erkeklerde ergenlik döneminin habercisi, kas kütlesinde ve güçte artış gibi doğrusal büyüme tablosu olmaktadır. Yüzde kıllanma başlar. Kadınlarda daha çok bu süreç meme gelişimi ve pubikte kıllanma olarak görülür. Kadınlarda ergenliğin en belirgin işareti regl (menarş) başlangıcıdır. Her iki cinsteki fark edilir boy artışı, su-kas-yağ ve kemik oranlarında belirgin değişimlerin, ayrıca üreme yeteneğinin gelişmesi söz konusu olmaktadır. Fiziksel görünümdeki değişiklikler beden imajını tehdit edebilir. Bu dönemde kadınların babaları ile erkeklerin anneleri olan ilişkilerini azalttıkları bilinmektedir (Leckman ve ark., 2002; Steinberg, 2007; Susman ve Rogol, 2004).

Erken büyüme erkeklerin ruh sağlığında olumlu değişime sebep olurken; kadınlarda ise düşük benlik saygısı, anksiyete, depresyon gelişiminin sebebi olabilir. Bu dönemde ergenlerin hızlı bedensel değişimlerle baş etme çabaları vardır. Üreme organlarındaki gelişimle birlikte bu dönemde ergenler çocukluk döneminden farklı

olarak kadın ve erkek kimliğini algılar. Ergenler bu dönemde toplumsal olarak cinsiyet rollerini gerçekleştirmeye çalışır. Cinsiyete uygun biçimde davranma çevresel etmelerle şekillenir. Cinsiyet rollerinin içselleştirilmesi ile cinsel kimlik oluşumu tamamlanır. Aile ile yapılan aktivitelerden çok, aynı cinsten olan ergenlerle arkadaşlık yapar ve grup olarak yapılan aktiviteleri tercih ederler. Bu dönemde yakın arkadaşlıkların kurulması ve gruba uyum sağlanması önemli sosyal gelişim görevleridir. Aile ile çatışma sürecine girerler. Gelecek kaygısını hissederler ve ölümlülüğü fark ederler (Çam ve Aktar, 2014; Derman, 2008; Gül ve Güneş, 2009).

Orta ergenlik döneminde, farklı bir birey olma ve bu farklılığı anne - babaya kabul ettirme eğilimi olabilmektedir. 15-18 yaş arası olarak kabul edilen bu dönemde bireyin anne-babadan duygusal olarak da ayrışarak bireyselleşmeye, bağımsız olmaya çalıştığı ve akran çevresi ile ya da karşı cins ile daha yoğun olarak ortak paylaşımlarda bulunduğu ve ilgili olduğu bilinmektedir. Cinsel kimlik gelişmiştir. Cesaret duygularının artmış olması ve otonomi istekleri anne-baba ile çatışma yaşama nedenleridir. Bedensel değişimleri kabullenmiştir ve dış görünüşü ile daha çok ilgilenmeye başlamıştır (Çam ve Aktar, 2014).

Orta ergenlik döneminde ayrıca, bilişsel gelişimde de değişiklikler olmaktadır. Bu döneme ulaşmış olan ergenler varsayımlar kurabilir, mantıksal olarak sonuçlar çıkarabilir, soyut ya da somut olarak sunulmuş karmaşık sorunları sistematik bir şekilde çözebilirler. Bu dönem günlük yaşamda idealist ve hipotetik düşünme ile devam eden yavaş bir değişim süreci olabilmektedir. Toplumsal ve kültürel yapı, bu süreci direkt olarak etkilemektedir (Gözcü Yavaş, 2012; Leckman ve ark., 2002; Ruffin, 2009). Ergenler bu dönemde felsefe, din, siyaset gibi konularda daha fazla düşünmeye başlayabilmektedirler (Derman, 2008). Ergenlerin bilişsel yeteneklerinde artan bir karmaşa, yetenek olanakları hakkında düşünme, hız ve bilgi işleme verimliliklerinde artma görülebilir. Bilişsel değişikliklerde yaşanan bu durum, ergenin sosyal biliş ve ahlaki gelişimini tamamlayabilir ve karşılayabilir. Bilişsel alandaki değişimler özetle; muhakeme beceresinde gelişme, soyut düşünme yeteneğinde gelişme, düşünce yeteneğinde gelişme şeklinde olabilmektedir. Genelde korkusuz ve "benim başıma gelmez, bana bir şey olmaz" düşüncelerine sahiptirler (Çam ve Aktar, 2014; Derman, 2008, Steinberg, 2007). Bu da riskli davranışlar göstermelerine sebep olabilir. Kurullara uymama ve sınırları zorlama davranışları

gösterebilirler. Sorguladıkları için çevrelerine karşı daha duyarlı olurlar. Akranları tarafından onaylanmak isterler ve benlik saygılarını etkileyen süreç akran düşünceleridir. Duygusal deneyimlerde artış ile birlikte içsel analiz önem kazanabilmektedir. (Ceyhan, 2010; Gözcü Yavaş, 2012; Steinberg, 2007).

Geç ergenlik dönemi, kimlik duygusunun bütünleşmesiyle sona erer. Kendini daha iyi ifade edeceği sosyal aktiviteler ve grup üyeliklerine katılım, aidiyet hissinin geliştiği etkinlikler olabilmektedir. 18 yaş civarında başlayan bu dönem gelişim dönemindeki farklılıkların da göz önüne alınması ile birlikte 20 yaş civarında tamamlanabilmektedir. Güven, özerklik ve girişimcilik duygusu, çalışma ve yapıcılık kazanımları tutarlı bir kimlik yapısı için olmazsa olmazlardır. Bu dönemde çocukluk döneminde yaşanan çatışmaların tekrar yaşandığı ve yeni değerlere göre yeniden adlandırıldığı görülmektedir. Kimlik duygusu cinsel, toplumsal ve mesleksel bileşenlerden oluşabilmektedir. Bu üçü arasındaki denge, kimlik karmaşası yaşanmaması için sağlıklı bir şekilde kurulmalıdır. Bu dönem bireye, amaçlarını tanımlayabilme, erişkin rollerini üstlenebilecek toplumsal sorumluluğa sahip olabilme, yakın ilişkileri sürdürebilme, iş ve eş seçebilme kazanımlarını sağlayabilmektedir. Bu dönemde sosyal ve kültürel gelenekler kabul edilir ve ahlak duygusu gelişmeye devam eder (Derman, 2008; Gözcü Yavaş, 2012; Gül ve Güneş, 2009).

1.5.2. Ergenlik ve Problemli İnternet Kullanımı

Ergenlik dönemi bireyin kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası içinde olduğu kritik bir dönem olarak görülmektedir. Ergenlik döneminde bireyler içe kapanıklık, suskunluk, çevreden kopma, yalnızlık, derslerine karşı isteksizlik, can sıkıntısı, aile içinde çatışma, arkadaşlarıyla problemlerin olması, çevresi içinde beğenilmeme korkusu, kendisi ya da dünyanın geleceği hakkında endişe duyma, kötümserliğe kapılma gibi yaşantılar deneyimleyebilmektedir (Biçer, 2014). Ergenler, bu durumları yaşadıkları için huzursuzlaşabilmekte ve bu dönemde yaşayabileceği sorunlardan kaçmak veya üstesinden gelebilmek için akran grubuna yönelebilmektedirler (Saygılı, 2002; aktaran Sevindik, 2011). Çünkü bu dönemde sosyal onay ve akran kabulü ergenler için ön planda olabilmektedir. İnternet, iletişim uygulamaları ile ergenlerin sosyal onay ve akran kabulü beklentilerini karşılamak için olanak sağlayabilmektedir (Subrahmanyan ve Lin, 2007).

Ceyhan`a (2008) göre, ergenlerde problemli internet kullanımının önemli nedenini, ergenlerin gelişimsel ihtiyaçları oluşturabilmektedir. Bu dönemdeki kimlik gelişim sürecinde, internetin sağlamış olduğu içerik ve ortamlar etkili olabilmektedir. Böylece internet, ergenlerin kimlik denemelerini yaptıkları ve gelişimsel ihtiyaçlarını karşıladıkları bir mecra olarak karşılarına çıkabilmektedir. Bu sebeple internet bir yandan ergenlerin gelişimine katkı da sağlayan bir araç olabilmektedir. Ancak kimlik oluşumu sürecinde gerçek ilişkilerin yerini sanal ilişkilerin alması da bir risk taşıyabilmektedir. Guan ve Subrahmanyan`a (2009) göre internet, gelişimsel çatışmalar yaşayan, bu çatışmayı çözümlemekte zorlanan ergenler için bir başa çıkma mekanizması olabilmektedir. Ergenin interneti başa çıkma mekanizması olarak görmesi, kimlik gelişimini ve gerçek dünyayı öğrenmesini olumsuz etkileyebilmektedir (Kelleci ve ark, 2009).

Yenilik ve heyecan arayışı, ergenlerde görülen en temel özelliktir. Bu özelliklerin peşinde olan ergenler, internette birçok sitede çevrim içi aktivitelerde bulunarak ve internette gezinerek teknoloji içerisinde heyecan ve yenilik arayışında bulunabilmektedirler (Ceyhan, 2008). İnternetin sürekli güncellenen, değişen ve yeni uygulamalarla gelişen bir teknoloji olması, ergenlerin merak ve macera duygularına hitap ederek, onlar için cazip olabilmektedir (Esen, 2010). Ergenin internete yönelmesinin, bağımlılığın oluşma sürecinde önem taşıdığı görülmektedir (Biçer, 2014).

Ceyhan`a (2008) göre, ergenlerde PİK`in ya da internet bağımlılığının oluşmasında dikkat edilmesi gereken nokta, internet kullanım amaçları olmalıdır. Young`a (2004) göre, ergenlerde internet bağımlılığına sürükleyen sebepler; ücretsiz ve limitsiz internet erişimine sahip olma, sosyal etkinlikleri unutup sadece interneti düşünme, internet erişiminde aile tarafından bir kontrol ya da engelin bulunmayışı, gerçek hayattaki korku, takıntı ve kusurların internette gizlenip farklı bir kimliğe bürünülebilmesi, ebeveynlerin çocuklarının ödevlerine ve derslerine yardımcı olabileceği düşüncesiyle bilgisayar ve internetin birçok eve girmesi, okullarda kurulan internet sınıfları, giderek çoğalan internet kafeler, giderek daha fazla alanda ulaşımı olan internet bağlantıları şeklinde sıralanabilir (aktaran Ayas ve Horzum, 2013). Bu sebepler incelendiğinde, interneti problemli kullanımın ilk nedenleri arasında internetin kolay ulaşılabilirliği yer almaktadır (Esen, 2010).

İnterneti aşırı biçimde kullanan ya da internet bağımlılığı belirtileri göstermeye başlayan ergenler, aynı zamanda internet ortamında "ideal" kimliklerini ortaya koyabilmektedirler (Biçer, 2014; Esen, 2010). Ergenlerin sanal yaşamdaki deneyimleri ve bu deneyimler sonucunda ortaya çıkan kimlik duyguları, ergenlere sahip oldukları özellikleri tanıma fırsatı vermekte; ancak ergenler için bu deneyimlerini gerçek yaşama aktarmak her zaman mümkün olmamakta, ergenler psikolojik olarak sıkıntı yaşayabilir hale gelebilmektedirler (Ceyhan, 2008).

1.6. Kontrol Odağı

Rotter (1972), sosyal öğrenme kuramı ile öğrenme ilkelerini temel alarak, kişiliğin oluşumuna açıklık getirmeye çalışan ve bu kavramın Sosyal Öğrenme Kuramında ilk kez yer almasıyla, literatüre girmesini sağlayan kişidir (aktaran Şeker, 2013). Rotter`a (1966) göre kontrol odağı, bireyin yaşamındaki olayları ve bunların sonuçlarını nelerle ilişkili bulduğu ile ilgilidir. Başka bir deyişle, bireyler için yaşanılan olayların sonuçları, ya kendilerinin kontrolüne ya da kendisi dışındaki etkenlere bağlıdır (aktaran Şahin, Basım, Çetin, 2009). İlgili literatür incelendiğinde; bireylerin kendi davranışları hakkındaki inançları olduğu ve bireyin karşılaştığı olumlu ya da olumsuz olayları ya kendi davranışlarının bir sonucu olarak ya da şans, talih gibi, dış güçlerin etkisiyle algılaması eğiliminin kontrol odağını tanımladığı bilgileri aktarılmıştır (Tekeli Gülnur, 2010).

Rotter`ın (1954) geliştirdiği sosyal öğrenme kuramına göre davranış; (1) sonuçlarının ne olacağına ilişkin beklentiler, (2) gerçekleşen sonuçlar ve (3) davranış sırasındaki psikolojik koşullara göre ortaya çıkar. Kontrol odağı bu etmenlerden, kişinin davranışının ne olacağına ilişkin geliştirdiği beklentilerle ilgilidir (aktaran Burçak Masalcı, 2012).

Rotter`ın (1954) kuramı, öğrenme ilkelerine dayanarak kişiliğin oluşumuna açıklık getirmektedir. Rotter (1954), insanlarda öğrenmenin, kişinin elde ettiği ödül ve cezaların kendisi tarafından veya kendi dışındaki güçler tarafından denetlendiğine ilişkin inancına bağlı olduğunu ileri sürmüştür (aktaran Gezgin, 2010). Bireyin yaşadığı olumlu olaylar ödüller, olumsuzlar ise cezalar olarak ikiye ayrılabilir (Dönmez, 1983; aktaran Selcan, 2009). Rotter`a (1954) göre, çocuğun davranışları sonucunda gelen ödül ve cezalar ileriki davranışlarının sonuçları hakkında bazı

beklentilerini ortaya koyar. Çünkü birey, çocukluktan itibaren hangi davranış sonucunda hangi durumlarla karşılaştığını, yaşadığı olaylardaki sorumluluğunun kendisinden mi yoksa kendi dışındaki etkenlerden mi kaynaklandığı konusunda tutarlı beklentiler geliştirir (aktaran Burçak Masalcı, 2012).

Skinner'a (1996) göre kontrol odağı algısı, "kendine yeterlilik, öğrenilmiş güçlülük, nedensel yükleme ve öz kontrol" gibi kavramlar ile açıklanmaktadır. Gardner ve Warren`a (1978) göre kontrol odağı kavramı, bireyin karşılaştığı olaylarda kendi davranışların sorumluluğunu üstlenme becerisidir (aktaran Tekeli Gülnur, 2010). Yeşilyaprak`a (2005) göre iç denetim odaklı insanlar, olayların sonuçlarını kendi davranışlarına bağlı olduğunu düşünerek buna uygun davranış sergilerler; dış denetim odaklı insanlar ise, olayların sonuçlarının dışsal güçlere bağlı olduğunu düşünürler ve sahip oldukları davranışları iyileştirmek için hiç çaba göstermezler ya da çok az çaba sarf ederler (aktaran Selcen, 2009).

1.6.1. Kontrol Odağına Göre İçten Kontrollü ve Dıştan Kontrollü Kişilerde Görülen Özellikler

Bireyler başlarına gelen olayların nedenini kendisine değil de dış koşullara bağlıyorsa bu bireyler "dış denetim odaklı" olarak tanımlanmaktadırlar. Bu durumun tam tersi olarak, bireyler başlarına gelen olayların kendi davranışlarına bağlı olduğunu düşünüyorlarsa "içten denetim odaklı" olarak tanımlanmaktadırlar (Dönmez, 1985; aktaran Altınkurt, 2012). Yeşilyaprak`a (2006) göre, bireylerin öğrenme biçimleri ve kendine güven duygusu gibi özellikleri içten ve dıştan denetimli olmaya göre değişmektedir

Birey, başarısızlıkları ya da yaşadığı olumsuz olaylarla ilgili nedenleri kendisinde arıyorsa, içten denetim odaklı olabilmektedir. Bu bireyler, kendi başarısızlıklarını sorgulayabilirler, çalışma ve çaba gibi kavramlarla barışıktırlar. Dışsal denetim odaklı bireyler ise, yaşanılan olumsuzluklardan başkalarını sorumlu tutabilir, başkalarını eleştirebilir, kendilerini her zaman haklı bulabilir, yeni düşünce üretmeye açık olmayabilirler (Solak, 2003; aktaran Şeker, 2013).

Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde de, içten ve dıştan denetimli bireylerin birtakım özelliklerine rastlanılmıştır. Dıştan denetim odaklı bireylerin kendilerini tanıma konusunda zayıf, boyun eğici, stres ve depresyon seviyelerinin

daha yüksek olduğu, beklenti düzeylerinin düşük olduğu, özsaygı seviyelerinin düşük olduğu, hem kendilerine hem de başkalarına daha az güven duydukları ve iç odaklı kişilere göre daha saldırgan olduklarına dair bilgiler aktarılmıştır. (Ceyhan ve Ceyhan, 2007; Çetin, 2008). İçten denetim odaklı bireylerin ise; olumlu benlik algısına sahip, aktif, girişimci, akademik başarıları yüksek, entelektüel ve akademik etkinliklerde daha fazla zaman harcadıkları, iyi iletişim kurabildikleri, zamanı daha iyi kullandıkları, engellemeler karşısında daha yapıcı tepkiler ortaya koyduklarına dair bilgiler edinilmiştir (Dönmez, 1985; aktaran Altınkurt, 2012). İçsel denetimli bireylerin kendilerini etkili, bağımsız kişiler olarak algıladıkları, yüksek benlik saygısına sahip oldukları, daha fazla kişisel sorumluluk üstlendikleri, girişimci, sosyal kişiler oldukları ortaya konmuştur (Yeşilyaprak, 2006). Genel olarak, içsel denetimli olmak olumlu bir özellik olarak düşünülürken, dış denetimli olmak bireyin kendisiyle ilgili, meslek, kariyer gibi karar verme süreçlerindeki seçimlerinde engelleyici bir faktör olarak görülmektedir (Şeker, 2013).

Denetim odağı, karar verme becerisinin davranışa dönüşmesini etkileyen bir kişilik özelliği olabilmektedir. Ergenlik döneminde ergenin içten ya da dıştan denetimli olmasıyla da ilişkili olarak, karar verme sürecinden sonra ortaya çıkacak davranışlar farklılaşabilmektedir. İç denetimli olan ergenlerin farkındalık düzeyi yüksekken, bu ergenler kendi beceri ve yetenekleri doğrultusunda karar vermektedirler. (Candangil Özcan ve Ceyhan, 2006).

1.6.2. Kontrol Odağı ve İnternet Bağımlılığı İlişkisi

Amichai-Hamburger (2002) internet kullanımı ile denetim odağı faktörünün ilişkili olabileceğini belirtmektedir. Dışsal denetim odaklı bireylerin internet kullanımını kontrol etmede başarısız oldukları, planladıkları süreden daha fazla internette kaldıkları ve internet kullanımları sebebiyle ilişki, eğitim, iş, kariyer gibi durumlarda sorun yaşadıkları görülmüştür. Bu sebeple dış denetim odağı ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur (Chak ve Leung, 2004). Rotsztein (2003), 706 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmada, internet bağımlılığı ile dış denetim odağı arasında pozitif korelasyon olduğunu bulmuştur. Aynı şekilde İskender ve Akın`ın (2010) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, akademik başarısı düşük olan öğrencilerin dışsal kontrol odaklarının yüksek olduğu bulunmuştur. Bu doğrultuda da akademik başarısı düşük olan ve dışsal kontrol

odağına sahip olan öğrencilerin internet bağımlılığına yatkın oldukları görülmüştür. Ceyhan ve Ceyhan (2007), 499 üniversite öğrencisinin katılımıyla yürüttükleri çalışmada denetim odağı ile internet kullanımının ilişkilerini incelemişlerdir. Denetim odağı ile antisosyal eğilimlerin problemli internet kullanımı davranışlarının yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Demir, Özköklü Peker ve Turgut Aygün (2015) birlikte yürüttükleri çalışmada, ergenlerin problemli internet kullanımlarını yaşam doyumu ve denetim odağı açısından incelemişlerdir. Araştırmaya göre; problemli internet kullanımı olan bireylerde dış denetim odağına sahip olmanın daha fazla olduğu görülmektedir.

1.7. Problem Çözme Becerisi

Problem çözme, "kişinin stresli durumların üstesinden gelebilmesi için gerekli olan bilinçli, amaçlı ve çaba gerektiren başa çıkma süreci" olarak tanımlanmaktadır (Arı, 2007). Bir sorunla karşılaşıldığında bireyin bu durumun üstesinden gelebilmesi için alternatif çözüm yolları üretebilmesi, bu yollardan uygun ve etkili olanını tercih edip karşılaşılan zorlukları aşabilme süreci problem çözmedir (Ağır, 2007; Gökbüzoğlu, 2008).

Dewey (1996) problem çözme sürecininin birkaç aşamadan oluştuğunu belirtmektedir (aktaran Ağır, 2007). Bu aşamalar:

- Problemin farkında olmak ve onunla uğraşma isteği duymak,
- Problemi açıklamak, ilgili olduğu alanı tanımak ve ilgili olduğu problem grubunu anlamaya çalışmak,
- Problemle ilgili bilgileri toplamak, problemin çözümüne ilişkin bilgileri seçmek ve belirlemek,
- Toplanan bilgiler ışığında muhtemel çözüm yollarını belirlemek,
- Kullanılan çözüm yolunu değerlendirmektir.

Korkut`a (2002) göre problem çözme; bilişsel, duygusal ve sosyal özellikleri içeren bir süreçtir. Danışık Demirci (2005) ve Yılmaz`ın (2013) aktardığına göre bilişsel boyut, problemin birey tarafından anlaşılarak, esas

problemin ortaya konması ve çeşitli çözüm yollarının sonuçlarını düşünerek ortaya çıkarılabilecek en uygun çözüme karar verme gibi bir takım bilişsel süreçleri içerisinde bulundurmaktır. Sonmaz`a (2002) göre, problemle karşılaşan birey, hedefe yöneldiği zaman bir engelle karşılaşırsa, bu durum organizma için duygusal boyutta bir gerginlik yaratır. Bu gerginliği bireyin aşabilmesi için çözüm anına kadar dayanabilmesi gerekmektedir. Çözüme ulaştığı zaman organizma gerginliğini azaltarak dengeyi tekrar sağlar. Sosyal boyut içerisinde ise benzer problemler karşısında başka kişilerin ne yaptığını öğrenmek ve yazılı kaynaklara başvurmak gibi sosyal eylemler yer almaktadır (Danışık Demirci, 2005; Sonmaz, 2002).

Bireyler problem çözme sürecinde çeşitli yaklaşım biçimleri kullanmaktadırlar. Yaklaşım biçimlerinin çeşitli olmasının sebebi ise yaklaşımların kişiden kişiye farklılık göstermesinden kaynaklanmaktadır. D'Zurilla ve Chang (1995) problem çözme yaklaşımlarının 5 farklı boyutu yansıttığını ve bu 5 boyut içerisinde probleme olumlu odaklanma ve rasyonel problem çözmenin etkili ve uygulanabilir problem çözme yöntemleri olduğunu belirtmişlerdir.

1. Probleme olumlu odaklanma: Bilişsel kurgunun yapıcılığı (kendini yeterli bulma, pozitif sonuç beklentisi),

2. Probleme negatif odaklanma: Bilişsel şemaların işlevsel olmaması (düşük özgüven, negatif sonuç beklentisi),

3.Rasyonel problem çözme: Etkili problem çözme becerilerinin sınıflandırılarak, dikkatli bir biçimde uygulanması,

4. Dürtüsellik/dikkatsizlik: Problem çözme çabalarının fazla düşünmeden, ani kararlarla yapılması,

5. Kaçınma: Problemlerle uğraşmaya fazla çaba harcanmamasının yanı sıra erteleme, pasiflik veya aktif olmama gibi özellikleri taşıyan fonksiyonel olmayan bileşenleri içermektedir.

Yaşanılan çok yönlü değişim ve gelişim nedeniyle, ergenlik dönemi sıkıntılı bir süreçtir ve ergenler bu dönemde birçok problemle karşı karşıya kalmaktadırlar (Danışık Demirci, 2005; Gökbüzoğlu, 2008). Otoriteye karşı gelme, söz dinlememe, eleştirme tutumları bulunan ergen, bazı durumlarda ne şekilde davranacağına karar

veremez, kimlik karmaşasına düşebilirler (Gökbüzoğlu, 2008). Yetişkinlerin, kendi problemlerini anlamayacağını düşünebilir ve onlardan yardım istemeyebilirler. Kendi kimlik kazanımı süreçlerini başlatmakta, bu yüzden de olağan problemleriyle, zorlandıkları durumlarla kendileri baş etmek isteyebilmektedirler. Problemlerini kendileri çözmeye çalışarak, toplum içinde yer edinmeye çalışabilirler. Problemlerini çözmedikçe yetersizlik duygusu gelişebilir. Kendilerine güvensiz, öfkeli ve saldırgan tutumlar ortaya çıkabilir. Sorunlarını çözerse kendilerine güveni artar, yeterlilik duyguları gelişebilir (Danışık Demirci, 2005; Gökbüzoğlu, 2008).

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, problem çözme becerileri ile öfke, sosyal beceri, denetim odağı, umutsuzluk, saldırganlık, iletişim becerileri, duygu durumu arasındaki ilişkileri ortaya koyan araştırmalara rastlanılmıştır (Çilingir, 2006; Danışık Demirci, 2005; Derin, 2006; Wang ve ark., 2011). Arı (2007), problem çözme becerileri zayıf olan kişilerin daha fazla psikolojik semptom gösterdiklerini ve madde kullanma eğiliminde olduklarını belirtmiştir. Literatür incelendiğinde, internet bağımlılığı ve problem çözme becerisi açısından, iki değişkenin ilişkili olduğu araştırmalar mevcuttur; ancak sınırlı sayıdadır. Yılmaz (2013), 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Araştırma sonucuna göre, internet bağımlılığı yüksek olan öğrencilerin problem çözme becerilerinin düşük olduğu bulunmuştur. Balkan`ın (2011) üniversite öğrencilerinin bilgisayar-internet bağımlılığı ve aile fonksiyonları arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında bilgisayar kullanımı artıkça problem çözmenin olumsuz yönde etkilendiği görülmüştür.

1.8. Sosyal Destek

Bebek, dünyaya geldiği zaman yaşamını devam ettirebilmesi için diğer insanların yardımına ihtiyaç duyar ve diğer insanlarla birtakım ilişkiler içerisine girer. Zaman ilerledikçe bireyin yaşamındaki ilişkiler bir zorunluluk halini alabilir. Bu ilişkilerin en temeli, bireyin yaşamına ilişkin istekleri olabilmektedir. Toplumsal yaşantı gereği ise birey toplum içindeki diğer insanlarla sosyal ilişkiler kurarak sosyal dünyasını oluşturabilmektedir (Kozaklı, 2006).

Leavy`e (1983) göre, bireyler yaşadıkları gerginliklerde ve kriz durumlarında; aile üyelerinden, arkadaşlarından, yakın çevrelerinden fiziksel ve psikolojik olarak yardım ve destek alabilmektedirler. Sağlanan bu destek ile birlikte stres durumlarında, yaşanan kriz ve gerginliklerin aşılması, sıkıntıların üstesinden gelinmesi daha hızlı olabilmektedir. Bu da bireylerin aile, arkadaş ve yakın çevrelerinden edindikleri sosyal desteğe sahip olduğu zaman, sıkıntıların üstesinden daha kolay geldiğini göstermektedir (aktaran Annak, 2005; Kasap, 2015). Gençtan`a (2000) göre, sosyal destek kişisel ve ailevi problemlerin aşılmasında, çevreye uyum sağlamada kolaylaştırıcı faktördür ve bireyin varlığını devam ettirebilmesi için vazgeçilmez bir unsurdur (aktaran Kasap, 2015). Arıcıoğlu`nun (2008) aktardığına göre sosyal destek, ihtiyaç duyulduğu zaman önemli kişiler tarafından yapılan yardım olarak tanımlanmaktadır (Caplan, 1974). Cassel`e (1976) göre sosyal destek, stresin olumsuz etkilerine karşı bireyi koruma işlevi görmektedir (aktaran Kozaklı, 2006). Sarason, Levin, Basham ve Sarason (1983) sosyal desteği, bireyin çevresinde kendisini seven, değer veren, güvenen insanların bulunması olarak tanımlamaktadır (aktaran Şencan, 2009). Cohen`e (2004) göre sosyal destek, bir bireyin stresle başa çıkabilmesi için yardımcı olan psikolojik ve araçsal kaynakları sağlar (aktaran Annak, 2005).

Literatürde algılanan ve sağlanan sosyal destek kavramlarından da söz edilmektedir. Kef'e (1997) göre, algılanan sosyal destek bireyin diğerleriyle kuvvetli bağları olduğuna ve destek sağlayacağına inanmasıdır. Sağlanan destek ise destek kaynaklarından sağlanan sosyal destek miktarı olarak tanımlanmaktadır ve belli bir zaman sürecinde destek kaynaklarından elde edilir (aktaran Arıcıoğlu, 2008).

Annak`a (2005) göre, literatürde sosyal desteğin farklı işlevleri olduğu ortaya konmuştur. Bu işlevler; araçsal destek, duygusal destek, saygı desteği, bilgisel destek ve sosyal arkadaşlıklardır. Annak`ın (2005) aktardığına göre araçsal destek, maddi yardım ya da gerekli hizmetlerin sağlanmasıdır. Bir sorunun doğrudan çözülmesini sağlar. Duygusal destek, kişide özgüven artışına sebep olurken; bireyin çevresindeki insanlar tarafından sevildiğini, anlaşıldığını hissetmesini sağlar (Cohen,2004; Wan ve Jaccard, 1996). Cohen (2004) bilgisel desteği, birinin problemleriyle ilgilenmek, ona öğüt vermek, tavsiyede bulunmak olarak tanımlamaktadır. Saygı desteği, kişinin diğer kişiler tarafından saygı gördüğü ve kabul edildiği bilgisidir.

Sosyal destek, ergenin kimlik kazanımı ve diğerleri tarafından kabul görülmesi açısından bu dönemde daha da önemli hale gelmektedir (Tanrıverdi, 2012). Sosyal destek sayesinde kişiler; problem çözme, karar verme, olaylara çözüm odaklı yaklaşma, sağlıklı ilişkiler kurabilme gibi kazanımları sağlayabilmektedirler. Bu dönemdeki en önemli destek kaynakları aileleri, arkadaşları ve öğretmenleri olabilmektedir (Yıldırım, 1998; aktaran Kasap, 2015).

Yapılan araştırmalarda sosyal desteğin olmadığı ya da yetersiz kaldığı durumlarda fiziksel ve psikolojik sıkıntıların ortaya çıktığı belirtilmiştir. Yani sosyal destek, bireylerin ruh sağlığı ile yakından ilişkilidir (Batıgün ve Kılıç, 2011). Özcan Keser ve Buzlu`ya göre (2005) sosyal desteğin azlığı, internet bağımlılığında bir risk faktörü oluşturabilmektedir. Aile, arkadaş veya öğretmen gibi yakın çevresinden alamadığı sosyal desteği başka ortamlarda arayan kişi, duygusal ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla sosyal destek aracı olarak interneti görebilmektedir (Tanrıverdi, 2012; Taçyıldız, 2010). Çevrim içi oyunlar, sohbet odaları, e- postalar aracılığı ile sosyalleşmeye çalışan birey, zamanla toplumdan soyutlanabilmektedir. İnterneti sosyalleşme amaçlı kullanan birey için internet bağımlılığı riski oluşabilmektedir (Ögel, 2014).

1.8.1. Sosyal Destek ve İnternet Bağımlılığı İlişkisi

Yapılan araştırmalar incelendiğinde, sosyal destek ile internet kullanımı arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmaların olduğu görülmüştür. Sosyal destek ile internet bağımlılığı arasında negatif ve anlamlı ilişki bulunduğu ve sosyal destek arttıkça internet bağımlılığının azaldığını ortaya koyan çalışmalara rastlanılmıştır (Armstrong, Philips ve Saling, 2000; Esen, 2010; Esen ve Siyez, 2011; Gürcan, 2010; Kuzucu ve ark., 2015; Oktan, 2015; Ögel, 2014; Özcan, 2004; Reed ve ark., 2015; Sargın, 2013; Şimşek ve ark., 2015; Tanrıverdi, 2012; Taçyıldız, 2010; Tsai ve ark., 2009; Uz-Baş, Öz-Sosyal ve Aysan, 2016).

1.9. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, lise öğrencilerinde problemli internet kullanımı ile kontrol odağı, problem çözme becerisi ve sosyal destek değişkenleri arasındaki ilişkilerin araştırılması amaçlanmıştır.

Araştırmanın hipotezleri:

1. Dışsal kontrol odağı puanları yüksek olan öğrencilerin, problemli internet kullanımı puanları yüksektir.
2. Problem çözme beceri puanları düşük olan öğrencilerin, problemli internet kullanımı puanları yüksektir.
3. Sosyal destek puanları düşük olan öğrencilerin, problemli internet kullanımı puanları yüksektir.

Ayrıca şu sorulara cevap aranmıştır:

1. Lise öğrencilerinin cinsiyete göre problemli internet kullanımları farklılık göstermekte midir?
2. Lise öğrencileri arasında yaş ile problemli internet kullanımı ilişkili midir?
3. Lise öğrencileri arasında akademik başarı ile problemli internet kullanımı ilişkili midir?
4. Lise öğrencilerinin internet kullanımları, yaşamlarını etkilemekte midir?
5. Lise öğrencilerinin internete bağlandıkları yerlere göre problemli internet kullanım puanları farklılık göstermekte midir?
6. Lise öğrencilerinin internet kullanım sürelerine göre problemli internet kullanım puanları farklılık göstermekte midir?
7. Lise öğrencilerinin internete bağlanılan zaman dilimlerine göre problemli internet kullanım puanları farklılık göstermekte midir?

1.10. Araştırmanın Önemi

Lise yılları, sosyal ilişkiler ve etkileşimin giderek karmaşıklaştığı, yeni sorumluluklarının ortaya çıktığı bir dönemdir. Bu dönemde ergenin yaşamında ilk kez karşısına çıkacak birçok problem ya da durum olacak ve bireyler bu dönemde, kurdukları iletişimlerde kendilerini doğru ifade etmeye çalışacaklardır (Çetinkale, 2006). Kişilerin duygularını ve düşüncelerini ifade ederek karşısındaki kişinin duygularını ve düşüncelerini anlaması kurulan iletişimde önemli bir yer tutar (Bağcı, 2008). Ancak içerisinde bulunduğumuz çağ teknolojik gelişmelerin hızla ilerlediği, bireylerin yaşam tarzlarının teknolojik gelişmelere bağlı olduğu bir çağ olduğundan dolayı bu dönemde bireylerin yaşamını etkileyen unsurlardan biri de internet teknolojisidir. Bu teknoloji, bireylerin gerçek dünyada kuramadıkları dostlukları internette aramalarına, zaman kontrollerini yitirmelerine, bir gruba ait hissetmelerine neden olabilmektedir (Çakmak, 2011; Yücel, 2009). Öte yandan, yaşamın vazgeçilmez bir parçası olmasının yanı sıra, internet bağımlılık yapıcı bir etkiye sebep olabilmektedir (Batıgün ve Kılıç, 2011).

Bu çalışmanın amacı doğrultusunda problemli internet kullanımı ile ilişkili olması beklenen değişkenler kontrol odağı, problem çözme becerisi ve sosyal destek olarak belirlenmiştir. Problem çözme, "kişinin stresli durumların üstesinden gelebilmesi için gerekli olan bilinçli, amaçlı ve çaba gerektiren başa çıkma süreci" olarak tanımlanmaktadır (Arı, 2007). Korkut`a (2002) göre ise problem çözme, bilişsel, duygusal ve sosyal özellikleri içeren bir süreçtir. Rotter`a (1966) göre kontrol odağı, bireyin yaşamındaki olayları ve bunların sonuçlarını nelerle ilişkili bulduğu ile ilgilidir (aktaran Gülveren, 2008). Yurt dışında ve ülkemizde problem çözme becerisi ve kontrol odağının madde bağımlılığı, alkol bağımlılığı, öfke, depresyon, yalnızlık, kaygı, ekonomik düzey, yaş, düşük özdisiplin gibi değişkenlerle olan ilişkisini inceleyen çeşitli araştırmalara rastlanılmıştır (Arı, 2007; Ceyhan ve Ceyhan, 2007; Dağ, 1990). Ancak literatür incelendiğinde, lise öğrencilerinde problem çözme becerilerinin ve kontrol odağının problemli internet kullanımı ile ilişkisinin araştırıldığı çalışmaların kısıtlı olduğu görülmüştür. Problem çözme becerilerinin ve kontrol odağının, alkol ve madde bağımlılığı ile ilişkisi olduğunu gösteren (Arı, 2007; Seneviratine ve Sounders, 2000; Steptoe ve Wardle, 2001; Pektaş, Mırsal, Kalyoncu, Devran, Beyazyürek, 2003) çalışmalar bulunduğundan

dolayı benzer ilişkinin internet bağımlılığıyla da olabileceği öngörülmüş ve çalışmanın bulgularının literatüre katlı sağlayabileceği için önemli olacağı düşünülmüştür.

Literatür gözden geçirildiğinde sosyal desteğin internet bağımlılığı ile ilişkisini inceleyen çalışmalara daha önce rastlanılmıştır. Lise öğrencilerinde sosyal destek bağlamında, kişilerin sanal ortamda daha fazla vakit geçirme sebepleri olarak kendilerini daha iyi ifade ettikleri, gerçek yaşantılarındaki düşük sosyal destek dolayısıyla, bu desteği çevrim içi ortamlarda aradıkları düşünülebilir. Ergenlik döneminde bir riskli davranış olarak değerlendirilen problemli internet kullanımının araştırılması ve bu dönemin özellikleri açısından değerlendirilmesi önemlidir. Yapılan bu araştırmada, ergenlerde problemli internet kullanımının ilişkilerine dair farkındalık sağlanabilmesi ve araştırma bulgularının ileriki çalışmalara da katkıda bulunması amaçlanmaktadır. Ayrıca problemli internet kullanımı ile ilgili önleyici çalışmaların sağlanmasına yardımcı olması, böylece hem bireysel hem toplumsal anlamda farkındalığı artıracağı düşünülmektedir.

2. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeline, örneklemine, veri toplama araçlarına, veri toplama araçları ilgili geçerlik, güvenirlik çalışmalarına ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel tekniklere ilişkin bilgiler verilmiştir.

2.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada lise öğrencilerindeki problemli internet kullanımının kontrol odağı, problem çözme becerisi ve sosyal destek değişkenleri ile ilişkilerinin araştırılması amacıyla betimsel yöntem kullanılmıştır.

2.2. Örneklem

Bu araştırmanın örneklemi, araştırmanın amacına uygun olarak İstanbul ili Anadolu yakasında Kadıköy ve Maltepe ilçelerindeki bazı ortaöğretim kurumlarından uygun (convenience) örnekleme yöntemi ile seçilen 656 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 16.26`dır (ss:1.90; ranj 14- 19).

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan öğrencilerin kişisel bilgilerinin belirlenmesi için Kişisel Bilgi Formu, internet bağımlılığı düzeylerini belirlemek için Problemli İnternet Kullanım Ölçeği, kontrol algılarını incelemek için ROTTER Denetim Odağı Ölçeği, problem çözme becerilerini incelemek için Problem Çözme Envanteri, sosyal desteklerini incelemek için Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği kullanılmıştır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu, katılımcıların demografik ve internet kullanım özelliklerini belirlemek üzere hazırlanmış sorulardan oluşmaktadır. Kişisel Bilgi Formunda, öğrencilerin demografik özelliklerinin (cinsiyet, yaş, sınıf, sosyo-ekonomik düzey, anne- baba eğitim durumu) yanı sıra internet kullanımlarıyla ilgili olarak; kaç yıldır internet kullandıkları, günde ortalama kaç saat internet kullandıkları, internete nereden bağlandıkları, internette günlük hangi aktiviteleri gerçekleştirdikleri (sosyal paylaşım siteleri, e-posta okuma/yazma, haberleşme amaçlı kullanma, online oyun oynama, alışveriş amaçlı kullanma, bilgi edinme amaçlı kullanma, film izleme, dizi izleme, vb.) ile ilgili bazı sorular yer almaktadır.

2.3.2. Problemli İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ – E)

PİKÖ–E, ilk olarak üniversite öğrencilerine yönelik olarak Ceyhan ve ark. (2007) tarafından geliştirilmiştir. 33 maddeden oluşan PİKÖ`nün ergenler için geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Ceyhan ve Ceyhan (2009) tarafından yapılmıştır. Yapılan çalışmalar sonucunda 27 maddeden oluşan, 1- 5 arası puanlanan, likert tipi bir kendini değerlendirme ölçeği elde edilmiştir. Bu ölçeğin, internetin olumsuz sonuçları (Örnek madde: *"İnternette kontrol benden çıkıyor."),* aşırı kullanım (Örnek madde: *"İnternete geçirdiğim zaman çoğunlukla uyku süremi azaltıyor."*) ve sosyal fayda/ sosyal rahatlık (Örnek madde: *"Yalnızlığımı internet ile paylaşıyorum."*) olarak adlandırılan alt boyutları vardır. Ölçeğin; internetin olumsuz sonuçları alt boyutunda 14 madde (12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26), aşırı kullanım alt boyutunda 6 madde (1, 2, 6, 7, 10, 25) ve sosyal fayda/ sosyal rahatlık alt boyutunda 7 madde (3, 4, 5, 8, 9, 11, 27) bulunmaktadır. Ölçekteki maddeler "Hiç uygun değil" (1 puan), "Nadiren uygun" (2 puan), "Biraz uygun" (3 puan), "Oldukça uygun" (4 puan), ve "Tamamen uygun" (5 puan) biçiminde puanlanmaktadır. Ölçeğin toplam puanı, bu maddelere verilen yanıtların puanlarının toplanmasıyla elde edilir. Toplam puan 27 ile 135 arasında değişmektedir. Ancak ölçek içerisindeki bazı maddeler ters çevrilerek puanlamaya katılmaktadır. Ölçekteki ters kodlanan maddeler 7. ve 10. maddelerdir. Ceyhan ve Ceyhan`a (2009) göre, "Ölçekten alınabilecek yüksek puanlar, bireylerin internet kullanımlarının sağlıksızlaştığının, internetin yaşamlarını olumsuz bir şekilde etkilediğinin ve bağımlılık gibi bir patolojiye eğilim oluşturabileceğinin işareti olarak değerlendirilmektedir " (s.1330).

PİKÖ-E'nin yapı geçerliliği için faktör analizi yapılmış, güvenirliği için de iç tutarlık katsayısı Cronbach-alfa ve madde toplam korelasyon değerleri hesaplanmıştır. Faktör analizi çalışması interneti haftada 2 saatten fazla kullandığını belirten 571 lise öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. PİKÖ-E formunun açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi sonuçları, ergenlerde ölçeğin internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım ve sosyal fayda/sosyal rahatlık olmak üzere üç alt faktörden oluştuğunu göstermiştir. 27 maddeden oluşan üç faktörlü yapı toplam varyansın % 49.35'ini açıklamıştır. PİKÖ-E'nin 14 maddeden oluşan "internetin olumsuz sonuçları" adlı birinci faktörü, varyansın % 37.73'ünü, 6 maddeden oluşan "aşırı kullanım" olarak adlandırılan ikinci faktörü varyansın % 6.48'ini, ve 7 maddeden oluşan "sosyal fayda/sosyal rahatlık" olarak adlandırılan üçüncü faktörü ise varyansın % 5.14'ünü açıklamaktadır. Ölçeğin genel iç tutarlılık katsayısı 0.93 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları ise internetin olumsuz sonuçları için 0.93, aşırı kullanım için 0.76 ve sosyal fayda/sosyal rahatlık için 0.78 olarak elde edilmiştir (Ceyhan ve Ceyhan, 2009).

Ölçek maddeleri incelendiğinde, internetin olumsuz sonuçları alt boyutu kişinin günlük yaşamını aksatması, hayatındaki kişilerle sorun yaşaması, sürekli internette bir şeyler yapma, vakit geçirme arzusu ve yönelimi, internet kullanımı ile sorumluluklarını ertelemesi, yapmaması ya da unutması şeklinde ifade edilebilir. Aşırı kullanım alt boyutu kişinin planladığından daha fazla internet kullanımının olmasını, zamanın nasıl geçtiğini anlayamamasını, uyku süresinin kullanımdan ötürü azalmasını ve kullanımdan bir türlü vazgeçememeyi ifade ederken; sosyal fayda/ sosyal rahatlık boyutu ise, kişinin internette daha kolay ilişki ve iletişim kurabildiğini, kendisini internette daha iyi aktarabildiğini, kendisini farklı tanıtma ya da gizleme olanağının olması ile açıklanabilir.

2.3.3. Rotter Denetim Odağı Ölçeği (RDOÖ)

RDOÖ, 29 maddeden oluşmaktadır. Altı madde (1, 8, 14, 19, 24, 27) ölçeğin amacını gizlenmesi için dolgu olarak yerleştirilmiştir ve 23 maddenin dışsallık yönündeki seçenekleri birer puanla değerlendirilmektedir. Her maddenin "a" ve "b" harfleriyle gösterilen iki seçeneği bulunmaktadır. Testi yanıtlayan kişiden, "a" ve "b" seçeneklerinden kendisine uygun olan cümlelerden birini işaretlemesi beklenmektedir. 2, 6, 7, 9, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 25, 29. maddelerin "a" seçenekleri

1 puan (Örnek madde: *"İnsanların yaşamlarındaki mutsuzlukların çoğu birazda yalnızlıklarına bağlıdır."*); 3, 4, 5, 10, 11, 12, 13, 15, 22, 26, 28. maddelerin "b" seçenekleri 1 puan (Örnek madde: *"Öğrencilerin çoğu, notların tesadüfi olaylardan etkilendiğini fark etmez."*) olarak hesaplanmaktadır. Böylece puanlar sıfır ile 23 arasında değişmektedir. Elde edilen puanların yükselmesi, dış denetim odağı inancının arttığını göstermektedir (Altınkurt, 2012). Bireyler başlarına gelen olayların nedenini kendisine değil de dış koşullara bağlıyorsa bu bireyler "dış denetim odaklı" olarak tanımlanmaktadırlar. Bu durumun tam tersi olarak ise, bireyler başlarına gelen olayların kendi davranışlarına bağlı olduğunu düşünüyorlarsa "içten denetim odaklı" olarak tanımlanmaktadırlar (Dönmez, 1985; aktaran Altınkurt, 2012).

RDOÖ`nün geçerlik ve güvenirlik çalışması, ülkemizde Dağ (1991) tarafından yapılmıştır (aktaran Küçükkaragöz, Akay ve Canbulat, 2013). Ölçeğin iki yarım test güvenirlik katsayısı çeşitli örneklemlerde .65 ile .79 arasında değişmektedir. Ölçeğin test tekrar test güvenirliği .49 ile .83 arasında değişmektedir (aktaran Tekeli, 2010).

2.3.4. Problem Çözme Envanteri (PÇE)

PÇE, 35 maddeden oluşan, 1- 6 arası puanlanan, likert tipi bir kendini değerlendirme ölçeğidir. 9, 22 ve 29. maddeler puanlama dışı tutulur.1, 2, 3, 4, 11, 13, 14, 15, 17, 21, 25, 26, 30 ve 34. maddeler ters olarak kodlanan maddelerdir. Toplam puan 32 ile 192 arasında değişmektedir. Ölçekten alınabilecek puanların yüksekliği, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini yetersiz olarak algıladığını gösterir. Problem çözme yeteneğine güven (Örnek madde: "*Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğime güveniyorum.*"), yaklaşma – kaçınma (Örnek madde: "*Genellikle aklıma ilk gelen fikir doğrultusunda hareket ederim.*") ve kişisel kontrol (Örnek madde: "*Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.*") olarak adlandırılan alt ölçekleri vardır. Ölçeğin; problem çözme yeteneğine güven alt boyutunda 9 madde (5, 10, 12, 19, 23, 27, 33, 34,35), yaklaşma – kaçınma alt boyutunda 15 madde (1, 2, 4, 6, 7, 8, 13, 15, 17, 18, 20, 21, 28, 30, 31) ve kişisel kontrol alt boyutunda 5 madde (3, 14, 25, 26, 32) bulunmaktadır (aktaran Gökbüzoğlu, 2008).

Problem çözme yeteneğine güven, yaklaşma-kaçınma ve kişisel kontrol puanlarının yükselmesi, kişilerin problem çözme becerilerine güven, yaklaşma-kaçınma ve kişisel kontrol kapsamına dair yeterliliklerinin düşük olduğuna işaret etmektedir (Gökbüzoğlu, 2008).

Problem çözme yeteneğine güven; kişinin yeni problemleri çözme yeteneğine olan inancını ifade etmektedir. Yaklaşma/kaçınma; gelecekte başvurmak için ilk problem çözme çabalarını yeniden gözden geçirmek ve değişik alternatif çözümler için aktif bir biçimde araştırma yapmayı ifade etmektedir. Kişisel kontrol ise; sorunlu durumlarda kişilerin kontrolünü sürdürme yeteneğini belirtmektedir (Çetinkaya, 2013).

PÇE, Türkçe'ye Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından uyarlanmıştır. PÇE`nin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .88 olarak belirlenmiştir. Yapılan faktör analizi sonucunda 3 faktör belirlenmiştir. Bunlar "Problem Çözme Yeteneğine Güven", "Yaklaşma-Kaçınma" ve "Kişisel Kontrol" faktörleridir. Orijinal ölçekte ortaya çıkan 3 alt faktörün iç tutarlık katsayıları .72-.85 arasında değişmektedir. Türkçeye uyarlama çalışmasında alt ölçeklerin Cronbach alfa güvenirlik katsayıları .69 ile .78 arasında bulunmuştur. Faktör analizi sonucunda ortaya çıkan 3 faktörün orijinal ölçekte ortaya çıkan faktörlerle uyuştuğu görülmüştür (aktaran Çetinkaya, 2013).

2.3.5. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

Eker ve Arkar (1995) tarafından geçerlik ve güvenirliği yapılmış olan, katılımcıların sosyal destek algılarını belirlemek üzere geliştirilen ÇBASDÖ, 12 maddeden oluşmakta ve yedili likert tipi bir ölçek olarak değerlendirilmektedir. Aile (Örnek madde: *"Ailem [örneğin, Annem, babam eşim, çocuklarım, kardeşler] bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır."*), arkadaş (Örnek madde: *"Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar."*) ve özel insan (Örnek madde: *"Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve duygularıma önem veren insan [örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor] var."*) olarak adlandırılan üç alt boyutu vardır. Ölçeğin aile boyutunda 4 madde (3, 4, 8, 11), arkadaş boyutunda 4 madde (6, 7, 9, 12) ve özel insan boyutunda 4 madde (1, 2, 5, 10) bulunmaktadır.

Ölçeğin puanlanmasında, her bir alt grubun puanlarının toplamı esas alınmaktadır. Elde edilen puanın yüksek olması sosyal desteğin yüksek olduğunun göstergesidir (aktaran Özcan Keser ve Buzlu, 2005).

Eker ve arkadaşları (2001) tarafından ölçeğin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirlik çalışması gerçekleştirilmiştir. Aile alt ölçeğinin güvenirliği .85, arkadaş alt ölçeğinin güvenirliği .88, özel bir insan alt ölçeğinin güvenirliği .92 olarak bulunmuştur. Ölçeğin toplam güvenirliği .89`dur (aktaran Kozaklı, 2006; Pakdemir, 2011).

2.4. İşlem

2.4.1. Verilerin Toplanması

Uygulama işlemleri İstanbul ili Kadıköy ve Maltepe ilçelerinde bulunan bazı ortaöğretim kurumlarındaki Lise I, II, III ve IV. sınıf öğrencileri ile 2014- 2015 eğitim - öğretim yılı 2. döneminde 12 Mart- 21 Nisan 2015 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Uygulama işleminin, belirlenecek olan liselerde yapılabilmesi amacıyla İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izin belgeleri alınmıştır. İzin sonrasında ilgili okullardaki yöneticiler ve okul psikolojik danışmanları ile ön görüşme gerçekleştirilerek uygulama yapılacak gün ve saatler belirlenmiştir. Belirlenen gün ve saatlerde öğrencilere ölçekler uygulanmıştır. Bu kapsamda genellikle okul rehberlik hizmetleri için ayrılan zaman dilimlerinde uygulamalar gerçekleştirilmiştir. Uygulamalar bazı okullarda bizzat araştırmacı tarafından gerçekleştirilirken, bazı okullarda uygulama konusunda bilgilendirilen okul psikolojik danışmanı aracılığıyla veriler toplanmıştır.

Uygulama işlemleri öncesinde, araştırmacı kendisini tanıtarak araştırmanın amacını katılımcılara kısaca anlatmış ve öğrencilere araştırmaya katılmayı isteyip istemedikleri sorulmuştur. Ayrıca, öğrencilerin verdikleri cevapların gizli tutulacağı, sadece bu araştırma için kullanılacağı belirtilerek öğrencilerden içten ve doğru yanıtlar vermeleri istenmiştir. Katılmak isteyenler araştırmaya dahil edilmiştir. Ölçeklerin doldurulması zaman ile sınırlandırılmamıştır. Uygulamalar yaklaşık 40 dakika sürmüştür.

2.4.2. Verilerin Analizi

Araştırmayla ilgili veri toplama araçları uygulandıktan sonra her bir veri araştırmacı tarafından tek tek kontrol edilerek bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Toplamda 682 lise öğrencisinden veri toplanmış ve bunlardan 26`sı çeşitli nedenlerle (tam doldurmama, rastgele doldurma) araştırmadan çıkarılmıştır. Bilgisayar ortamına aktarılan verilerin çözümlenmesi Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 18.0 kullanılarak yapılmıştır.

Araştırmaya katılan bireylerin tanıtıcı kişisel bilgi formundaki sorulara yanıtları kapsamında; bireylerin cinsiyeti, yaşları, akademik başarıları, okul seçenekleri, okul türleri, eğitim gördükleri sınıf düzeyleri, ailelerinin aylık gelir düzeyleri, anne ve babalarının eğitim düzeyleri, internet kullanım süreleri, internete en çok bağlanma zamanları, günlük ortalama internet kullanımları, bir oturumda ortalama olarak geçirdikleri süre, internetin yaşamlarına olan etkileri, internete bağlandıkları yer ve interneti kullanım amaçlarına ilişkin frekans ve yüzde dağılımları hesaplanmıştır.

Ardından araştırmanın amaçlarına uygun olarak şu işlemler gerçekleştirilmiştir;

1. Kontrol odağı, problem çözme becerisi, sosyal destek değişkenleri ile problemli internet kullanımı değişkeni arasında ilişki olup olmadığını test etmek için “Pearson Korelasyon” analizi kullanılmıştır.

2. Cinsiyet değişkenine göre problemli internet kullanımı, kontrol odağı, problem çözme becerisi, sosyal destek, değişkenlerinin farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için “Bağımsız t Testi” analizi kullanılmıştır.

3. İnternete bağlanma zamanı ve günlük kullanım süresine göre problemli internet kullanımı ve alt boyutlarının (olumsuz sonuçlar, aşırı kullanım, sosyal fayda/ sosyal rahatlık) farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek için “Tek Yönlü Varyans Analizi (ONEWAY-ANOVA)” kullanılmıştır.

4. Problemli internet kullanımı toplam ve alt boyutlarının (olumsuz sonuçlar, aşırı kullanım, sosyal fayda/ sosyal rahatlık) elde edilen puanların; kontrol odağı, problem çözme becerisi alt ölçekleri (problem çözme yeteneğine güven, yaklaşma – kaçınma, kişisel kontrol) ve sosyal destek alt ölçeklerinden (aile, arkadaş, özel insan) elde edilen puanlarla yordayıcılığını test etmek için "Standart Çoklu Regresyon Analizi" uygulanmıştır.

3. BÖLÜM

BULGULAR

Araştırma kapsamında toplanan veriler üzerinde gerekli istatistiksel analizler yapılmış ve sonuçları; bu bölümde tablolaştırılarak sunulmuştur.

3.1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

Tablo 3.1.`de de görüldüğü üzere; araştırmaya katılanların %59.5`i (n=390) kadın, %40.5`i (n=266) erkektir.

Tablo 3.1. *Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Dağılımları*

Cinsiyet	***N***	***%***
Kadın	390	59.5
Erkek	266	40.5
Toplam	656	100.0

Tablo 3.2.`de görüldüğü üzere; araştırmaya katılanların %72.3`ü (*n*=474) devlet okulunda, %27.7`si (*n*=182) özel okulda eğitim görmektedir.

Tablo 3.2. *Katılımcıların Eğitim Gördükleri Okullarına Göre Dağılımları*

Okul	***N***	***%***
Devlet	474	72.3
Özel	182	27.7
Toplam	656	100.0

Tablo 3.3.`de görüldüğü üzere araştırmaya katılanların %61.6`sı (*n*=404) Anadolu Lisesinde, %25.6`sı (*n*=169) Anadolu Meslek Lisesinde, %10.5`i (*n*=69) Güzel Sanatlar ve Spor Lisesinde ve %2.3`ü (*n*=15) Fen Lisesinde okumaktadırlar.

Tablo 3.3. *Katılımcıların Okul Türlerine Göre Dağılımları*

Okul Türü	***N***	***%***
Anadolu Lisesi	404	61.6
Fen Lisesi	15	2.3
Güzel Sanatlar ve Spor Lisesi	69	10.5
Anadolu Meslek Lisesi	169	25.6
Toplam	656	100.0

Tablo 3.4.`de görüldüğü üzere; araştırmaya katılanların %34.3`ü (*n*=225) lise 1`de, %32.9`u (*n*=216) lise 3`te, %20.6`sı (*n*=135) lise 2`de ve %12.2`si *(n*=80) lise 4`te eğitim görmektedir.

Tablo 3.4. *Katılımcıların Eğitim Gördükleri Sınıf Düzeylerine Göre Dağılımları*

Sınıf Düzeyi	***N***	***%***
Lise 1	225	34.3
Lise 2	135	20.6
Lise 3	216	32.9
Lise 4	80	12.2
Toplam	656	100.0

Tablo 3.5.'de görüldüğü üzere; araştırmaya katılanların bir önceki döneme ait genel ağırlık not ortalaması 74.21±13.57 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 3.5. *Katılımcıların Bir Önceki Döneme Ait Genel Ağırlık Not Ortalaması Dağılımı*

	N	***Min.***	***Max.***	***Ort.***	***SS***
GANO	532	5.00	99.67	74.21	13.57

GANO: Genel Ağırlıklı Not Ortalaması

Tablo 3.6.`da görüldüğü üzere; araştırmaya katılanların %30`u (*n*=197) 5001 TL ve üzeri, %19.5`i (*n*=128) 2000 TL – 3000 TL arası, %16.3`ü *(n*=107) 1001 TL – 1999 TL arası, %12`si (*n*=79) 4001 TL – 5000 TL arası, %11.1`i (*n*=73) 3001 TL – 4000 TL arası, %5.5`i (*n*=36) 1000 TL`den az gelir düzeyine sahip olduklarını belirtmişlerdir. %5.5`i (*n*=36) ailelerinin aylık gelir düzeyini belirtmemiştir.

Tablo 3.6. *Katılımcıların Ailelerinin Aylık Gelir Düzeyine Göre Dağılımları*

Gelir Düzeyi	***N***	**%**
1000 TL`den az	36	5.5
1001 TL – 1999 TL arası	107	16.3
2000 TL – 3000 TL arası	128	19.5
3001 TL – 4000 TL arası	73	11.1
4001 TL – 5000 TL arası	79	12.0
5001 TL ve üzeri	197	30.0
Yanıt vermeyen	36	5.5
Toplam	656	100.0

Tablo 3.7.`de görüldüğü üzere; araştırmaya katılanların annelerinin %32.3`ü (*n*=212) üniversite mezunu, %28.8`i (*n*=189) lise mezunu, %15.7`si (*n*=103) ilkokul mezunu, %13.9`u (*n*=91) ortaokul mezunu, %5.6`sı (*n*=37) yüksek lisans/doktora mezunu, %1.7`si (*n*=11) okur-yazar ve %1. 2`si (*n*=8) okur- yazar değildirler. Katılımcıların %0.8`i (*n*=5) annelerinin eğitim düzeyini belirtmemiştir.

Araştırmaya katılanların babalarının %34`ü (*n*=223) üniversite mezunu, %31.3`ü (*n*=205) lise mezunu, %14`ü (*n*=92) ortaokul mezunu, %9.3`ü (*n*=61) ilkokul mezunu, %9.1` (*n*=60) yüksek lisans/ doktora mezunu, %1.1`i (*n*=7) okur-yazar ve %0. 6`sı (*n*=4) okur- yazar değildirler. Katılımcıların %0.6`sı (*n*=4) babalarının eğitim düzeyini belirtmemiştir.

Tablo 3.7. *Katılımcıların Anne – Baba Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları*

Eğitim Durumu	**Anne**		**Baba**	
	N	***%***	***N***	***%***
Okur–yazar değil	8	1.2	4	0.6
Okur-yazar	11	1.7	7	1.1
İlkokul mezunu	103	15.7	61	9.3
Ortaokul mezunu	91	13.9	92	14.0
Lise mezunu	18.9	28.8	205	31.3
Üniversite mezunu	212	32.3	223	34.0
Yüksek lisans/Doktora	37	5.6	60	91
Yanıt vermeyen	5	0.8	4	0.6
Toplam	656	100.0	656	100.0

3.2. Katılımcıların İnternet Kullanım Özellikleri Dağılımı

Tablo 3.8.`de görüldüğü üzere; araştırmaya katılanların %57`si (*n*=374) internet kullanımlarının arkadaş ilişkilerine, %27.1`i (*n*=178) duygusal durumlarına, %19.2`si (*n*=126) okul performanslarına, %17.4`ü *(n*=114) günlük rutinlerine, %11.6`sı (*n*=76) öğretmenlerle ilişkilerine, %9.9`u *(n*=65) aile ilişkilerine ve %9`u (*n*=59) sağlık durumlarına olumlu etkisi olduğunu belirtmişlerdir.

Araştırmaya katılanların %35.2`si (*n*=231) internet kullanımlarının okul performanslarına, %33.7`si (*n*=221) aile ilişkilerine %23.8`i (*n*=156) günlük rutinlerine, %22.7`si (*n*=149) sağlık durumlarına, %18.6`sı (*n*=122) duygu durumlarına, %10.4`ü (*n*=68) öğretmen ilişkilerine ve %6.6`sı (*n*=43) arkadaş ilişkilerine olumsuz etkisi olduğunu belirtmişlerdir.

Araştırmaya katılanların %78`i (*n*=512) internet kullanımlarının öğretmen ilişkilerini, %68.3`ü (*n*=448) sağlık durumlarını, %58.8`i (*n*=386) günlük rutinlerini, %56.4`ü (*n*=370) aile ilişkilerini, %54.3`ü (*n*=356) duygu durumlarını, %45.6`sı (*n*=299) okul performansını ve %36.4`ü (*n*=239) arkadaş ilişkilerini hiçbir şekilde etkilememekte olduğunu belirtmişlerdir.

Tablo 3.8. *Katılımcıların İnternet Kullanımlarının Yaşamlarına Olan Etkilerine Göre Dağılımları*

Yaşamlarına Olan Etki	**Olumsuz Etkiliyor**		**Hiçbir Etkisi Yok**		**Olumlu Etkiliyor**		**Toplam**	
	N	***%***	***N***	***%***	***N***	***%***	***N***	***%***
Günlük Rutinler	156	23.8	386	58.8	114	17.4	656	100.0
Okul Performansı	231	35.2	299	45.6	126	19.2	656	100.0
Aile İlişkileri	221	33.7	370	56.4	65	9.9	656	100.0
Duygusal Durum	122	18.6	356	54.3	178	27.1	656	100.0
Sağlık Durumu	149	22.7	448	68.3	59	9.0	656	100.0
Öğretmenlerle İlişkiler	68	10.4	512	78.0	76	11.6	656	100.0
Arkadaşlarla İlişkiler	43	6.6	239	36.4	374	57.0	656	100.0

Tablo 3.9.`da görüldüğü üzere; araştırmaya katılanların %70.6`sı (*n*=463) cep telefonundan, %64.8`i (*n*=425) evden internete en çok bağlanırken; %56.7`si (*n*=372) okuldan ve %47`si (*n*=308) bilgisayardan internete bazen bağlandıklarını bildirmişlerdir.

Tablo 3.9. *Katılımcıların İnternete Bağlandıkları Yere Göre Dağılımları*

İnternete bağlandıkları yer	**Hiç**		**Bazen**		**Oldukça Fazla**		**Toplam**	
	N	***%***	***N***	***%***	***N***	***%***	***N***	***%***
İnternete evden bağlanma	34	5.2	197	30.0	425	64.8	656	100.0
İnternete okuldan bağlanma	192	29.3	372	56.7	92	14.0	656	100.0
İnternete cep telefonundan bağlanma	26	4.0	167	25.5	463	70.6	656	100.0
İnternete bilgisayardan bağlanma	83	12.7	308	47.0	265	40.4	656	100.0
İnternete cafeden bağlanma	548	83.5	83	13.6	19	2.9	656	100.0
İnternete diğer yöntemlerle bağlanma	630	96.0	19	2.9	7	1.1	656	100.0

Tablo 3.10`da görüldüğü üzere; araştırmaya katılanların %46.6`sı (*n*=306) 8 yıl ve üzerinde, %39.2`si (*n*=257) 5–7 yıl arasında, %12`si (*n*=79) 2 -4 yıl arasında ve %2.1`i (*n*=14) 1 yıldan az süreyle interneti kullanmaktadırlar.

Araştırmaya katılanların %64.9`u (n=426) en çok akşam, %22.3`ü (n=146) en çok gece ve %12.8'i (n=84) en çok sabah/öğle saatlerinde internete bağlanmaktadırlar.

Araştırmaya katılanların %29.9`u (*n*=196) günde 2-3 saat arasında interneti kullanmakta, %23`,ü interneti her gün kullanmamakta ya da 1 saatten az *(n*=151) kullanmakta, %19.4`ü (*n*=127) günde 5 saat ve üstünde, %15,2`si (*n*=100) günde 3-4 saat arasında, %12,5`i (*n*=82) günde 4 -5 saat arasında interneti kullanmaktadır.

Araştırmaya katılanların %35.8`i (*n*=235) 1-2 saat arasında, %22.4`ü (*n*=147) 1 saatten az, %16,9`u (*n*=111) 2-3 saat arasında, %8,7`si (*n*=57) 3 -4 saat arasında, %5,8`i (*n*=38) 4-5 saat arasında, %4.4`ü (*n*=29) 7 saat ve üstünde, %4,3`ü (*n*=28) 5-6 saat arasında ve %1,7`si (*n*=11) 6-7 saat arasında kullanımına ara vermeden internet başında zaman geçirmektedirler.

Tablo 3.10. *Katılımcıların İnternet Kullanımları*

İnternet kullanım süresi (yıl)	***N***	***%***
1 yıldan az	14	2.1
2 – 4 yıl arası	79	12.0
5 – 7 yıl arası	257	39.2
8 yıl ve üstü	306	46.6
Toplam	656	100.0
İnternete en çok bağlanma zamanı		
Sabah/Öğle	84	12.8
Akşam	426	64.9
Gece	146	22.3
Toplam	656	100.0
Günde ortalama internet kullanımı (saat)		
Her gün girmeme/1 saatten az	151	23.0
2 – 3 saat	196	29.9
3 – 4 saat	100	15.2
4 – 5 saat	82	12.5
5 saat ve üstü	127	19.4
Toplam	656	100.0
Bir oturumda ortalama internet başında geçirilen süre		
1 saatten az	147	22,4
1 – 2 saat	235	35,8
2 – 3 saat	111	16.9
3 – 4 saat	57	8.7
4 – 5 saat	38	5.8
5 – 6 saat	28	4,3
6 – 7 saat	11	1,7
7 saat ve üstü	29	4.4
Toplam	656	100,0

Tablo 3.11.`de görüldüğü üzere; araştırmaya katılanların %95.7`si (*n*=628) film seyretme, müzik dinleme ve video izleme amaçlı, %93.6`sı (*n*=614) haberleşme amaçlı, %91.6`sı (*n*=601) sosyal paylaşım sitelerine giriş amaçlı, %91.2`si (*n*=598) herhangi bir konuda bilgi edinme amaçlı, %85.4`ü (*n*=560) ödev için kaynak tarama, ödev hazırlama amaçlı, %69.7`si (*n*=457) online haber, gazete, dergi okuma amaçlı, %45.7`si (*n*=300) oyun oynama amaçlı, %45.4`ü (*n*=298) e-postaları okuma, yanıtlama amaçlı, %41.9`u (*n*=275) alışveriş amaçlı, %39.6`sı (*n*=260) yeni insanlarla tanışma amaçlı ve %3.4`ü (*n*=22) diğer amaçlı interneti kullanmaktadırlar.

Araştırmaya katılan kadınların %96.4`ü (*n*=376) film seyretme, müzik dinleme ve video izleme amaçlı, %95.9`u (*n*=374) haberleşme amaçlı, %94.6`sı (*n*=369) sosyal paylaşım sitelerine giriş amaçlı, %91.3`ü (*n*=356) herhangi bir konuda bilgi edinme amaçlı, %90`ı (n=351) ödev için kaynak tarama, ödev hazırlama amaçlı, %69.2`si (*n*=270) online haber, gazete, dergi okuma amaçlı, %42.6`si (*n*=166) alışveriş amaçlı, %41.5`i (*n*=162) e-postaları okuma, yanıtlama amaçlı, %34.9`u (*n*=136) yeni insanlarla tanışma amaçlı, %32.1`i (*n*=125) oyun oynama amaçlı ve %2.8`i (*n*=11) diğer amaçlı interneti kullanmaktadırlar.

Araştırmaya katılan erkeklerin %94.7`si (*n*=252) film seyretme, müzik dinleme ve video izleme amaçlı, %91`i (*n*=242) herhangi bir konuda bilgi edinme amaçlı, %90.2`i (*n*=240) haberleşme amaçlı, %87.2`si (*n*=232) sosyal paylaşım sitelerine giriş amaçlı, %78.6`sı (*n*=209) ödev için kaynak tarama, ödev hazırlama amaçlı, %70.3` (*n*=187) online haber, gazete, dergi okuma amaçlı, %65.8`i (*n*=175) oyun oynama amaçlı, %51.1`i (*n*=136) e-postaları okuma, yanıtlama amaçlı, %46.6`u (*n*=124) yeni insanlarla tanışma amaçlı, %41`i (*n*=109) alışveriş amaçlı ve %4.1`i (*n*=11) diğer amaçlı interneti kullanmaktadırlar.

Tablo 3.11. *Katılımcıların İnterneti Kullanım Amaçlarının Cinsiyete Göre Dağılımları*

İnternet kullanım amaçları	Kadın				Erkek				Toplam			
	Hayır		Evet		Hayır		Evet		Hayır		Evet	
	N	*%*	*N*	*%*	*N*	*%*	*N*	*%*	*N*	*%*	*N*	*%*
Sosyal paylaşım siteleri	21	5.4	369	94.6	34	12.8	232	87.2	55	8.4	601	91.6
Ödev için kaynak tarama/ Ödev hazırlama	39	10.0	351	90.0	57	21.4	209	78.6	96	14.6	560	85.4
E-postaları kontrol okuma/yanıtlama	228	58.5	162	41.5	130	48.9	136	51.1	358	54.6	298	45.4
Online haber, gazete, dergi okuma	120	30.8	270	69.2	79	29.7	187	70.3	199	30.3	457	69.7
Herhangi bir konuda bilgi edinme	34	8.7	356	91.3	24	9.0	242	91.0	58	8.8	598	91.2
Haberleşme amaçlı	16	4.1	374	95.9	26	9.8	240	90.2	42	6.4	614	93.6
Film seyretme, müzik dinleme, video izleme amaçlı	14	3.6	376	96.4	14	5.3	252	94.7	28	4.3	628	95.7
İnternette oyun oynama	265	67.9	125	32.1	91	34.2	175	65.8	356	54.3	300	45.7
Alışveriş amaçlı	224	57.4	166	42.6	157	59.0	109	41.0	381	58.1	275	41.9
Yeni insanlarla tanışma	254	65.1	136	34.9	142	53.4	124	46.6	396	60.4	260	39.6
Diğer amaçlarla	379	97.0	11	2.8	255	95.9	11	4.1	634	96.6	22	3.4

3.3. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Cronbach Alfa Değerleri

Tablo 3.12.`de görüldüğü üzere; yapılan araştırmada kullanılan ölçekler için; orijinal ölçek çalışmalarındaki Cronbach alfa değerleri, Türkçeye uyarlama çalışmalarındaki Cronbach alfa değerleri ve bu çalışma için bulunan Cronbach alfa değerleri üç grup olarak tablo halinde gösterilmiştir.

	Orijinal Ölçek Çalışmalarındaki Cronbach Alfa Değerleri	**Bu Çalışma için Bulunan Cronbach Alfa Değerleri**
Problemli İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ-E)	0.93	0.90
İnternetin Olumsuz Sonuçları (PİKÖ-1)	0.93	0.88
Aşırı Kullanım (PİKÖ-2)	0.76	0.68
Sosyal Fayda/ Sosyal Rahatlık (PİKÖ-3)	0.78	0.75
Rotter Denetim Odağı Ölçeği (RDOÖ)	0.92	0.60
Problem Çözme Envanteri (PÇE)	0.90	0.87
Problem Çözme Yeteneğine Güven (PÇE– 1)	0.85	0.79
Yaklaşma Kaçınma (PÇE– 2)	0.84	0.79
Kişisel Kontrol (PÇE– 3)	0.72	0.64
Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek (ÇBASDÖ)	0.88	0.87
Aile	0.87	0.87
Arkadaş	0.85	0.90
Özel İnsan	0.91	0.85

3.4. Araştırma Değişkenlerinin Birbiri ile İlişkileri

Tablo 3.13 incelendiğinde, PİKÖ-E ile RDOÖ arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r=.14, p <.01). Buna göre problemli internet kullanımı arttıkça dış kontrol odağının arttığı söylenebilir. İnternetin olumsuz sonuçları ile RDOÖ arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r = .11, p < .01). Buna göre internetin olumsuz sonuçları arttıkça kontrol odağının arttığı söylenebilir. Aşırı kullanım ile kontrol odağı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r =.15, p< .01). Buna göre aşırı kullanım arttıkça dış kontrol odağının arttığı söylenebilir. Sosyal fayda/ rahatlık ile kontrol odağı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r = .096, p< .05). Buna göre, sosyal fayda/ rahatlık artıkça dış kontrol odağının arttığı söylenebilir. PİKÖ-E ile PÇE arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= .29, p< .01). Buna göre problemli internet kullanımı arttıkça problem çözme becerisi ölçek puanı da yükselmekte ve öğrencilerin problem çözme becerileri konusunda kendini yetersiz algıladıkları görülmektedir. PİKÖ-E ile problem çözme yeteneğine güven arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= .196, p< .01). Buna göre problemli internet kullanımı arttıkça problem çözme yeteneğine güven faktörünün arttığı söylenebilir. PİKÖ-E ile yaklaşma/ kaçınma arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= .23, p < .01). Buna göre problemli internet kullanımı arttıkça yaklaşma/kaçınma faktörünün arttığı söylenebilir. PİKÖ-E ile kişisel kontrol arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= .28, p< .01). Buna göre problemli internet kullanımı arttıkça kişisel kontrol faktörünün arttığı söylenebilir.

PİKÖ-E ile ÇBASDÖ arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= -.11, p< .01). Buna göre problemli internet kullanımı arttıkça sosyal desteğin azaldığı söylenebilir. PİKÖ-E ile aileden algılanan sosyal destek arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= -.14, p<. 01). Buna göre problemli internet kullanımı arttıkça aileden algılanan sosyal desteğin azaldığı söylenebilir.

PİKÖ-E ile yaş arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= -.16, p< .01). Buna göre problemli internet kullanımı arttıkça yaşın azaldığı söylenebilir. Olumsuz sonuç ile yaş arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu

görülmektedir (r= -.12, p< .01). Buna göre yaş azaldıkça olumsuz sonuçların arttığı söylenebilir. Aşırı kullanım ile yaş arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= -.12, p< .01). Buna göre yaş azaldıkça aşırı kullanımın arttığı söylenebilir. Sosyal fayda/rahatlık ile yaş arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= -.18, p< .01). Buna göre yaş azaldıkça sosyal fayda/ rahatlığın arttığı söylenebilir.

PİKÖ-E ile GANO arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= -.16, p< .01). Buna göre problemli internet kullanımı arttıkça akademik ortalamanın azaldığı söylenebilir. Olumsuz sonuç ile GANO negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= -.15, p< .01). Buna göre GANO azaldıkça olumsuz sonuçların arttığı söylenebilir. Aşırı kullanım ile GANO arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= -.13, p< .01). Buna göre GANO azaldıkça aşırı kullanımın arttığı söylenebilir. Sosyal fayda/rahatlık ile GANO arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r= -.12, p< .01). Buna göre GANO azaldıkça sosyal fayda/rahatlığın arttığı söylenebilir.

Tablo 3.13. *Kullanılan Ölçeklerin ve Bazı Demografik Değişkenlerin Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları*

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1-Yaş	1														
2-GANO	.108*	1													
3-PİKÖ-E	-.165**	-.164**	1												
4-PİKÖ-1	-.123**	-.147**	.948**	1											
5-PİKÖ-2	-.123**	-.130**	.742**	.611**	1										
6-PİKÖ-3	-.180**	-117**	.769**	.616**	.341**	1									
7-RDOÖ	.039	.046	.136**	.112**	.146**	.096*	1								
8-PÇE	-.043	-.097*	.286**	.282**	.163**	.226**	.239**	1							
9-PÇE-1	-.080	-.020	.196**	.203**	.092*	.160**	.212**	.817**	1						
10-PÇE-2	.007	-.113*	.233**	.235**	.121**	.179**	.144**	.904**	.578**	1					
11-PÇE-3	-.040	-.082	.285**	.259**	.175**	.249**	.254**	.617**	.287**	.467**	1				
12-ÇBASD	.051	.066	-.111**	-.096*	.031	-.191**	-.020	-.267**	-.238**	-210	-.233**	1			
13-Aile	-.013	.143**	-.145**	-.134**	-.015	-.189**	.022	-.261**	-.194**	-.237**	-.218**	.798**	1		
14-Arkadaş	.060	.016	-.066	-.065	.097*	-.168**	.062	-.219**	-.218**	-.175**	-.158**	.778**	.518**	1	
15-Özel İnsan	.072	.007	-.053	-.034	.005	-104**	-.095*	-.154**	-.149**	-.097**	-.168**	.792**	.401**	.393**	1

"GANO: Genel Ağırlıklı Not Ortalaması; PİKÖ – E: Problemli İnternet Kullanım Ölçeği – Ergen Formu; PİKÖ-1*:İnternetin Olumsuz Sonuçları;* PİKÖ-2*: Aşırı Kullanım;* PİKÖ-3*: Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık;* RDOÖ*: Rotter Denetim Odağı Ölçeği Saygısı Ölçeği;* PÇE*: Problem Çözme Envanteri;* PÇE-1: *Problem Çözme Yeteneğine Güven;* PÇE-2*: Yaklaşma Kaçınma,* PÇE-3*: Kişisel Kontrol;* ÇBASD: *Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği"*

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

3.5. Araştırmada Kullanılan Değişkenlerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Araştırmada incelenen değişkenlerin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Bağımsız t testi kullanılmıştır. Tablo 3.14. incelendiğinde; araştırmaya katılan kadınlar (*Ort*= 18.80), araştırmaya katılan erkeklere (*Ort*= 17.72) kıyasla aşırı kullanımdan yüksek puan almışlardır (t = 0.13, p <.01). Araştırmaya katılan öğrencilerin PİKÖ-E ve internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda/ rahatlık puanları arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>.05).

Araştırmaya katılan kadınlar (*Ort*= 12.79), araştırmaya katılan erkeklere (*Ort*= 11.53) kıyasla RDOÖ`den yüksek puan almışlardır. Buna göre kadın öğrencilerin, dış kontrol odağı puanlarında erkeklere kıyasla yüksek olduğu söylenebilir (t = 4.38, p< .001).

Araştırmaya katılan kadınlar (*Ort*= 61.04), araştırmaya katılan erkeklere (*Ort*= 57.96) kıyasla ÇBSD ölçeğinden yüksek puan almışlardır (t = 2.14, p<.05). Araştırmaya katılan kadınlar (*Ort*= 22.07), araştırmaya katılan erkeklere (*Ort* =19.81) kıyasla arkadaştan algılanan sosyal destek alt boyutundan yüksek puan almışlardır (t = 4.19, p<.001). Araştırmaya katılan öğrencilerin ÇBSD, aile ve özel insandan algılanan sosyal destek puanları arasında cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>.05).

Araştırmaya katılan öğrencilerin PÇE ve problem çözme yeteneğine güven, yaklaşma kaçınma, kişisel kontrol puanları arasında cinsiyet göre anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>.05).

Tablo 3.14. *Değişkenlerin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması*

Ölçek Alt Boyutları	Cinsiyet	*N*	*Ort.*	*SS*	*t*	*p*
PİKÖ	Kadın	386	58.24	18.16	0.28	.781
	Erkek	262	57.83	18.21		
PİKÖ-1	Kadın	390	26.44	10.44	0.15	.900
	Erkek	265	26.33	10.92		
PİKÖ-2	Kadın	386	18.80	5.23	2.78	.006
	Erkek	265	17.72	4.59		
PİKÖ-3	Kadın	390	13.06	5.40	-1.46	.145
	Erkek	264	13.72	6.05		
RDOÖ	Kadın	379	12.79	3.77	4.39	.000
	Erkek	254	11.53	3.33		
PÇE	Kadın	378	95.49	21.84	-0.21	.831
	Erkek	259	95.81	22.01		
PÇE-1	Kadın	388	24.43	8.20	0.30	.764
	Erkek	266	24.23	8.60		
PÇE-2	Kadın	382	44.57	11,76	-1.23	.221
	Erkek	259	45.73	11,81		
PÇE-3	Kadın	388	17.19	3.96	0.72	.469
	Erkek	266	16.97	3.68		
ÇBASD	Kadın	385	61.04	17,49	2.15	.032
	Erkek	266	57.96	18,70		
Aile	Kadın	389	21.25	6,91	0.81	.417
	Erkek	266	20.77	8,12		
Arkadaş	Kadın	387	22.07	6,44	4.19	.000
	Erkek	266	19.81	6,94		
Özel İnsan	Kadın	388	17.78	8,83	0.59	.558
	Erkek	266	17.37	8,46		

3.6. Problemli İnternet Kullanımının Kullanım Süresi ve Zamanına Göre Karşılaştırılması

Araştırmada kullanılan PİKÖ`nün internete bağlanma zamanı değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerinden LSD testi sonuçları değerlendirilmiştir Tablo 3.15. incelendiğinde; araştırmaya katılan öğrencilerden

internete bağlanma zamanları gece olanlar (*Ort*= 61.28), sabah/öğle (*Ort*= 54.67) ve akşam bağlananlara (*Ort*= 57.64) kıyasla PİKÖ-E yüksek puan almışlardır (*F*= 3.89, *p<0*.05). Aynı şekilde internete bağlanma zamanları akşam olanlar (*Ort*= 57.64) sabah/öğle bağlananlara (*Ort*= 16.91) kıyasla PİKÖ-E yüksek puan almışlardır (*F*= 3.89, *p*< .01).

Araştırmaya katılan öğrencilerden internete bağlanma zamanları gece olanlar (*Ort*= 19.21), sabah/öğle (*Ort*= 16.91) ve akşam bağlananlara (*Ort*= 18.36) kıyasla aşırı kullanımdan yüksek puan almışlardır (*F*= 2.80, *p*<.01). Aynı şekilde internete bağlanma zamanları akşam olanlar (*Ort*= 18.36), sabah/öğle bağlananlara (*Ort* =16.91) kıyasla aşırı kullanımdan yüksek puan almışlardır (*F*= 2.80, *p*<.01).

Araştırmaya katılan öğrencilerin internete bağlanma zamanlarına göre internetin olumsuz sonuçları ve sosyal fayda/ rahatlık puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır (*p*>.05).

Tablo 3.15. *Problemli İnternet Kullanımının İnternete Bağlanan Zamana Göre Karşılaştırılması*

Ölçek Alt Boyutları	Bağlanma Zamanı	*N*	*Ort.*	*SS*	F	*p*
PİKÖ	Sabah/Öğle[a]	84	54.67	16.82	3.88	.02
	Akşam[b]	419	57.64	17.94		
	Gece[c]	145	61.28	19.17		
PİKÖ-1	Sabah/Öğle	84	24.94	9.60	2.80	.06
	Akşam	425	26.11	10.48		
	Gece	146	28.08	11.47		
PİKÖ-2	Sabah/Öğle[a]	84	16.91	4.72	5.68	.00
	Akşam[b]	422	18.36	4.90		
	Gece[c]	145	19.21	5.28		
PİKÖ-3	Sabah/Öğle	84	12.82	5.63	1.53	.22
	Akşam	424	13.19	5.59		
	Gece	146	14.02	5.68		

PİKÖ-1:İnternetin Olumsuz Sonuçları; PİKÖ-2: Aşırı Kullanım; PİKÖ-3: Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık

Araştırmada kullanılan PİKÖ`nün, internete günlük bağlanma süresine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla ANOVA kullanılmıştır. Farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla Post-Hoc testlerinden LSD testi sonuçları değerlendirilmiştir. Tablo 3.16. incelendiğinde; araştırmaya katılan öğrencilerden internete günlük bağlanma süresi 3

saat ve daha fazla olanların (*Ort*=65.81), 1 ve daha az saat (*Ort*=48.26) ve 1-3 saat arasında olanlara (*Ort*=53.48) kıyasla PİKÖ-E`den yüksek puan aldıkları görülmektedir (*F*= 67.07, *p*<.001). Aynı şekilde internete günlük bağlanma süresi 1-3 saat arasında olanların (*Ort*=53.48), 1 ve daha az saat olanlara (*Ort*=48.26) kıyasla PİKÖ-E`den yüksek puan aldıkları görülmektedir (*F*= 67.07, *p*<.001).

Araştırmaya katılan öğrencilerden internete günlük bağlanma süresi 3 saat ve daha fazla olanların (*Ort*=30.42), 1 ve daha az saat (*Ort*=21.82) ve 1-3 saat arasında olanlara (*Ort*=23.57) kıyasla internetin olumsuz sonuçlarından yüksek puan aldıkları görülmektedir (*F*= 49.31, *p*<.001). Aynı şekilde internete günlük bağlanma süresi 1-3 saat arasında olanların (*Ort*=23.57), 1 ve daha az saat olanlara (*Ort*=21.82) kıyasla internetin olumsuz sonuçlarından yüksek puan aldıkları görülmektedir (*F*= 49.31, *p*<.001).

Araştırmaya katılan öğrencilerden internete günlük bağlanma süresi 3 saat ve daha fazla olanların (*Ort*=20.52), 1 ve daha az saat (*Ort*=15.05) ve 1-3 saat arasında olanlara (*Ort*=17.53) kıyasla aşırı kullanımdan yüksek puan aldıkları görülmektedir (*F*= 79.47, *p*<.001). Aynı şekilde internete günlük bağlanma süresi 1-3 saat arasında olanların (*Ort*=17.53), 1 ve daha az saat olanlara (*Ort*=15.05) kıyasla aşırı kullanımdan yüksek puan aldıkları görülmektedir (*F*= 79.47, *p*<.001).

Araştırmaya katılan öğrencilerden internete günlük bağlanma saati 3 saat ve daha fazla olanların (*Ort*=14.87), 1 ve daha az saat (*Ort*=11.49) ve 1-3 saat arasında bağlananlara (*Ort*=12.31) kıyasla sosyal fayda/ rahatlıktan yüksek puan aldıkları görülmektedir (*F*= 24.03, *p*<.001). Aynı şekilde internete günlük bağlanma süresi 1-3 saat arasında olanların (*Ort*=12.31), 1 ve daha az saat olanlara (*Ort*=11.49) kıyasla sosyal fayda/ rahatlıktan yüksek puan aldıkları görülmektedir (*F*= 24.03, *p*<.001).

Tablo 3.16. *Problemli İnternet Kullanımının İnternet Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılması*

Ölçek Alt Boyutları	Günlük Bağlanma Saati	*N*	*Ort.*	*SS*	*F*	*p*
PİKÖ	1 ve daha az saat [a]	150	48.26	15.60	67.07	.00
	1-3 saat arası [b]	193	53.48	13.97		
	3 saat ve daha fazla [c]	305	65.81	18.41		
PİKÖ-1	1 ve daha az saat [a]	150	21.82	8.64	49.31	.00
	1-3 saat arası [b]	196	23.57	8.22		
	3 saat ve daha fazla [c]	309	30.42	11.38		
PİKÖ-2	1 ve daha az saat [a]	151	15.05	4.59	79.47	.00
	1-3 saat arası [b]	194	17.53	4.18		
	3 saat ve daha fazla [c]	306	20.52	4.62		
PİKÖ-3	1 ve daha az saat [a]	151	11.49	4.98	24.03	.00
	1-3 saat arası [b]	195	12.31	4.68		
	3 saat ve daha fazla [c]	308	14.87	6.15		

PİKÖ-1:İnternetin Olumsuz Sonuçları; PİKÖ-2: Aşırı Kullanım; PİKÖ-3: Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık

3.7. Problemli İnternet Kullanımını Yordayan Değişkenlerin Değerlendirilmesi

Çalışmadaki değişkenlerden PİKÖ-E toplam ve alt testlerinden elde edilen puanların kontrol odağı, problem çözme becerisi ve sosyal destek alt ölçeklerinden elde edilen puanlarla ilişkisini ve belirtilen ölçeklerinin PİKÖ-E puanlarını ne ölçüde yordadığını belirlemek amacıyla standart çoklu regresyon analizi uygulanmıştır.

Tablo 3.17`de görüleceği gibi, kontrol odağı, problem çözme becerisi, sosyal destek alt ölçek puanlarının PİKÖ-E puanlarını yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla problemli internet kullanımını bağımlı değişken olarak, kontrol odağı, problem çözme becerisi (yaklaşma kaçınma, kişisel kontrol, problem çözmeye güven) ve sosyal destek alt ölçek puanları (aile, özel insan, arkadaş) da bağımsız değişken olarak belirlenmiş ve çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Tüm bağımsız değişkenler birlikte eşitliğe dahil edildiğinde; bu değişkenlerin problemli internet kullanımı puanı ile ilişkisinin anlamlı düzeyde olduğu belirlenmiştir [$F_{(7,599)}$=8.95, p< .00]. kontrol odağı, problem çözme becerisi alt ölçekleri (yaklaşma kaçınma, kişisel kontrol, problem çözmeye güven) ve sosyal destek alt ölçek puanlarının (aile, özel insan, arkadaş) birlikte dahil edildiği bu modelde, PİKÖ-E puanlarındaki varyansın %8`i açıklanmaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına bakıldığında, modele dâhil edilen bağımsız değişkenlerden kişisel kontrol (β= .16, p<

.05), aile (β= -.11, p< .05) alt ölçeklerinin problemli internet kullanımı puanını anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır. Kişisel kontrolün artması ve aileden algılanan sosyal desteğin azalmasıyla, problemli internet kullanımının arttığı, görülmektedir. Böylece bireylerin kişisel kontrol açısından ve aileden aldıkları sosyal destekleri azaldıkça, problemli internet kullanımında kendilerini yetersiz algıladıkları saptanmıştır. Modelde; kontrol odağı (β= .08, p> .05), problem çözme yeteneğine güven (β= .08, p> .05), yaklaşma - kaçınma (β= .08, p> .05), arkadaş (β= .04, p>.05), özel insan (β= .03, p> .05) alt ölçek puanlarının ise problemli internet kullanımı toplam puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiştir.

Tablo 3.17. *Problemli İnternet Kullanımını Yordayan Değişkenler*

Problemli İnternet Kullanımı				
Çoklu Regresyon Analizi	***B***	***β***	***t***	***p***
Kontrol Odağı	.39	.08	1.95	.05
Problem Çözme Becerisi:				
PCG	.17	.08	1.60	.11
YK	.12	.08	1.57	.12
KK	.77	.16	3.65	.00
Sosyal Destek				
Aile	-.27	-.11	-2.28	.02
Arkadaş	.12	.04	.91	.36
Özel İnsan	.07	.03	.78	.44

R: 0.308 $R^{2:}$ 0.095, $R^2_{(adj)}$: 0.084, $F_{(7, 599)}$: 8.954, * p<.01
PÇG: Problem Çözme Yeteneğine Güven; YK Yaklaşma Kaçınma, KK: Kişisel Kontrol

Tablo 3.18`de görüleceği gibi, kontrol odağı, problem çözme becerisi, sosyal destek alt ölçek puanlarının problemli internet kullanımı alt ölçeği "olumsuz sonuçlar" puanlarını yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla değişkenlerden olumsuz sonuçlar bağımlı değişken olarak, kontrol odağı, problem çözme becerisi (yaklaşma kaçınma, kişisel kontrol, problem çözmeye güven) ve sosyal destek alt ölçek puanları (aile, özel insan, arkadaş) da bağımsız değişken olarak belirlenmiş ve çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Tüm bağımsız değişkenler birlikte eşitliğe dahil edildiğinde; bu değişkenlerin olumsuz sonuçlar puanı ile ilişkisinin anlamlı düzeyde olduğu belirlenmiştir [$F_{(7,604)}$ =8.47, p< .00]. Kontrol odağı, problem çözme

becerisi alt ölçekleri (yaklaşma kaçınma, kişisel kontrol, problem çözmeye güven) ve sosyal destek alt ölçek puanlarının (aile, özel insan, arkadaş) birlikte dahil edildiği bu modelde, PİKÖ-E puanlarındaki varyansın %9`u açıklanmaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına bakıldığında, modele dâhil edilen bağımsız değişkenlerden kişisel kontrolün (β=.15, p<.05) olumsuz sonuçlar puanını anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır. Kişisel kontrol arttıkça, internetin olumsuz sonuçların arttığı görülmektedir. Modelde; kontrol odağı (β=.05, p>.05), problem çözme yeteneğine güven (β= .09, p>.05), yaklaşma - kaçınma (β=.09, p>.05), aile (β=-.09, p<.05), arkadaş (β=.03, p>.05), özel insan (β=.042, p>.05) alt ölçek puanlarının ise olumsuz sonuçlar puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiştir.

Tablo 3.18. *Problemli İnternet Kullanımı - Olumsuz Sonuçları Yordayan Değişkenler*

Olumsuz Sonuçlar				
Çoklu Regresyon Analizi	***B***	***β***	***t***	***p***
Kontrol Odağı	.16	.05	1.32	.19
Problem Çözme Becerisi:				
PCG	.11	.09	1.84	.07
YK	.08	.09	1.76	.08
KK	.43	.15	3.50	.00
Sosyal Destek				
Aile	-.13	-.09	-1.89	.06
Arkadaş	.05	.03	.66	.51
Özel İnsan	.05	.04	.96	.34

R: 0.299, $R^{2:}$ 0.089, $R^2_{(adj)}$: 0.079, $F_{(7, 604)}$: 8.468, *p:* .000, * p<.01
PÇG: Problem Çözme Yeteneğine Güven; YK Yaklaşma Kaçınma, KK: Kişisel Kontrol

Tablo 3.19`da görüleceği gibi, kontrol odağı, problem çözme becerisi, sosyal destek alt ölçek puanlarının "aşırı kullanım" puanlarını yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla değişkenlerden aşırı kullanım bağımlı değişken olarak, kontrol odağı, problem çözme becerisi (yaklaşma kaçınma, kişisel kontrol, problem çözmeye güven) ve sosyal destek alt ölçek puanları (aile, özel insan, arkadaş) da bağımsız

değişken olarak belirlenmiş ve çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Tüm bağımsız değişkenler birlikte eşitliğe dahil edildiğinde; bu değişkenlerin aşırı kullanım puanı ile ilişkisinin anlamlı düzeyde olduğu belirlenmiştir [$F_{(7,600)}$=4.64, p< .00]. Kontrol odağı, problem çözme becerisi alt ölçekleri (yaklaşma kaçınma, kişisel kontrol, problem çözmeye güven) ve sosyal destek alt ölçek puanlarının (aile, özel insan, arkadaş) birlikte dahil edildiği bu modelde, aşırı kullanım puanlarındaki varyansın %4`ü açıklanmaktadır (R^2= .04*).* Standardize edilmiş regresyon katsayılarına bakıldığında, modele dâhil edilen bağımsız değişkenlerden dış kontrol odağı (β=.10, p<.05), arkadaş (β=.16, p<.05), alt ölçeklerinin aşırı kullanım puanını anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır. Dış kontrol odağının artması ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin azalmasıyla internette aşırı kullanımın arttığı görülmektedir. Modelde; problem çözme yeteneğine güven (β= .04, p> .05), yaklaşma - kaçınma (β= .06, p>.05), kişisel kontrol (β= .07, p>.05), aile (β= -.067, p< .05), özel insan (β= .00, p>.05) alt ölçek puanlarının ise PİK – aşırı kullanım puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiştir.

Tablo 3.19. *Problemli İnternet Kullanımı - Aşırı Kullanımı Yordayan Değişkenler*

Aşırı Kullanım				
Çoklu Regresyon Analizi	***B***	***β***	***t***	***p***
Kontrol Odağı	.14	.10	2.45	.01
Problem Çözme Becerisi:				
PCG	.03	.04	.85	.39
YK	.02	.06	1.11	.27
KK	.09	.07	1.51	.13
Sosyal Destek				
Aile	0.04	-.07	-1.35	.18
Arkadaş	.12	.16	3.32	.00
Özel İnsan	.000	.00	.02	.98

R: 0.227, $R^{2:}$ 0.051, $R^2_{(adj)}$: 0.040, $F_{(7, 600)}$: 4.639, *p:* .000, ** p<.01, * p< .05
PÇG: Problem Çözme Yeteneğine Güven; YK Yaklaşma Kaçınma, KK: Kişisel Kontrol

Tablo 3.20`de de görüleceği gibi, kontrol odağı, problem çözme becerisi, sosyal destek alt ölçek puanlarının "sosyal fayda/ rahatlık" puanlarını yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla değişkenlerden sosyal fayda/rahatlık bağımlı değişken olarak, kontrol odağı, problem çözme becerisi (yaklaşma kaçınma, kişisel kontrol, problem çözmeye güven) ve sosyal destek alt ölçek puanları (aile, özel insan, arkadaş) da bağımsız değişken olarak belirlenmiş ve çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Tüm bağımsız değişkenler birlikte eşitliğe dahil edildiğinde; bu değişkenlerin sosyal fayda/ rahatlık puanı ile ilişkisinin anlamlı düzeyde olduğu belirlenmiştir [$F_{(7,603)}$= 7.79, p< .00]. Kontrol odağı, problem çözme becerisi alt ölçekleri (yaklaşma kaçınma, kişisel kontrol, problem çözmeye güven) ve sosyal destek alt ölçek puanlarının (aile, özel insan, arkadaş) birlikte dahil edildiği bu modelde, sosyal fayda/rahatlık puanlarındaki varyansın %7`si açıklanmaktadır (R^2= .07*)*. Standardize edilmiş regresyon katsayılarına bakıldığında, modele dâhil edilen bağımsız değişkenlerden kişisel kontrol (β= .15, p< .05), aile (β= -.13, p< .05), alt ölçeklerinin sosyal fayda/rahatlık puanını anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır. Kişisel kontrolün arttıkça ve arkadaştan algılanan sosyal desteğin azaldıkça sosyal fayda/rahatlığın arttığı görülmektedir. Modelde; kontrol odağı (β= .07, p<.05), problem çözme yeteneğine güven (β= .06, p> .05), yaklaşma - kaçınma (β= .02, p> .05), arkadaş (β= .06, p< .05), özel insan (β= .03, p> .05) alt ölçek puanlarının ise sosyal fayda/ rahatlık puanlarını anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiştir.

Tablo 3.20. *Problemli İnternet Kullanımı - Sosyal Fayda/ Sosyal Rahatlığı Yordayan Değişkenler*

Sosyal Fayda/ Sosyal Rahatlık				
Çoklu Regresyon Analizi	***B***	***β***	***t***	***p***
Kontrol Odağı	.10	.07	1.62	.11
Problem Çözme Becerisi:				
PCG	.04	.06	1.18	.24
YK	.01	.02	.48	.63
KK	.22	.15	3.32	.00
Sosyal Destek				
Aile	-.09	-.13	-2.66	.01
Arkadaş	.05	.06	-1.27	.20
Özel İnsan	.02	.03	.73	.46

R: 0.288, $R^{2:}$ 0.083, $R^{2}_{(adj)}$: 0.072, $F_{(7, 603)}$: 7.786, *p: .000; ** p<.01, * p<* .05
PÇG: Problem Çözme Yeteneğine Güven; YK Yaklaşma Kaçınma, KK: Kişisel Kontrol

4. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu araştırmada; lise öğrencilerindeki problemli internet kullanımının kontrol odağı, problem çözme becerisi ve sosyal destek değişkenleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Buna ek olarak, problemli internet kullanımının ergenlerde cinsiyet, akademik başarı, internet kullanım süresi, bağlanma zamanı ve kullanım amaçları ile ilişkisi incelenmiştir. Bu amaçlar doğrultusunda oluşturulan araştırma sorularına, uygun olduğu düşünülen istatistiksel analizler yapılmış ve istatistiksel analizlerin sonucunda elde edilen bulgular, bu bölümde konuyla ilgili literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

4.1. Problemli İnternet Kullanımının Demografik Değişkenlerle İlişkisinin Tartışılması

Yapılan bu araştırmada, cinsiyete göre problemli internet kullanımı, internet kullanımının olumsuz sonuçları ve internetin sağladığı sosyal fayda/sosyal rahatlık açısından anlamlı bir fark görülmezken; kadınların aşırı kullanım puanlarının erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmalar incelendiğinde, cinsiyetle internet bağımlılığı ilişkisi kapsamında farklı bulgular elde edildiği görülmüştür. Griffiths (1995;1996) yaptığı çalışmalarda internet bağımlılığının kadınlarda daha sık görüldüğünü sonucuna ulaşmıştır (aktaran Soydan, 2015). Odacı ve Berber Çelik`in (2011) yaptıkları araştırmada problemli internet kullanımının kadınlarda daha yüksek olduğu görülmüştür. Aynı şekilde Doğan, Işıklar ve Eroğlu`nun (2008) yaptığı çalışmada da kadınların internet kullanımlarının fazla olduğu görülmüştür. Farklı çalışmalarda erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre problemli internet kullanımlarının yüksek olduğunu gösteren birçok bulguya rastlanılmıştır (Çakır, Balta ve Horzum, 2008; Esen ve Siyez, 2011;

Gürcan, 2010; Masthi, Cadabam, Sonakshi, 2015; Müller ve ark., 2014; Ostovar ve ark., 2016; Özer, 2013; Tsai ve ark., 2009; Zorbaz, 2013). Cinsiyete göre problemli internet kullanımının faklılaşmadığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Subrahmanyam ve Lin, 2007; Reed, Vile, Osborne, Romano, Truzoli, 2015; Şahin, 2014). Cinsiyetler arasında fark bulunmamasının, günümüzde her iki cinsiyetin de internete kolay ulaşabiliyor olmasından kaynaklı olduğu düşünülebilir. Kadınların, erkeklere oranla interneti aşırı kullanımının daha yüksek olmasının toplumsal cinsiyet rolleri açısından açıklanabileceği düşünülmüştür. Erkeklerin daha özgür, iletişim kurmada serbest, istediklerini ifade etme konusunda daha rahat olarak yetiştirildiği toplumumuzda, kadınların duygu, düşüncelerini özgürce ifade edememesi ve davranışlarında kontrollü olmaları gerektiği söylenerek yetiştirildikleri düşünüldüğünde; kadınların interneti dış dünyaya açılan bir kapı, kendini özgür hissettiği, daha rahat ifade ettiği bir ortam olarak gördüğü ve böylece de interneti aşırı kullandıkları yorumu yapılabilir.

Yapılan bu çalışmada, ergenlik döneminin sonuna doğru problemli internet kullanımının azaldığı görülmektedir. Doğan (2013) 12 – 18 yaş grubu ergenler ile yaptığı çalışma sonucunda problemli internet kullanımlarının yaş arttıkça azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmanın bulguları da, literatürdeki bu bilgilerle paralellik göstermektedir. Ancak internet bağımlılığını yaş açısından inceleyen araştırma sayısının az olduğu görülmüştür. Yapılan bazı araştırmalar internet bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır (Alaçam, 2012, Şahin, 2011; Şaşmaz ve ark., 2013; Soydan, 2015). Ergenlik döneminde yaş arttıkça internet bağımlılığı şiddetinin azalmasının; katılımcıların artan yaş ile beraber davranış kontrollerinin gelişmesine, internet kullanımıyla ilgili farkındalıklarının oluşmasına, sorumluluklarının artması ve sınav sistemi ile bağlantılı olarak internet yerine derslerine odaklanmalarıyla ilişkilendirilebileceği düşünülmüştür.

Araştırma sonuçlarına göre, akademik başarı ile problemli internet kullanımı arasında negatif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Bu çerçevede, problemli internet kullanımı arttıkça akademik başarının azaldığı söylenebilir. Soydan (2015), akademik ortalaması yüksek olan öğrencilerin internet bağımlılığı puanlarının düşük olduğunu bulmuştur. Benzer şekilde literatürde bu sonucu destekleyen çalışmalara rastlanılmıştır (Beşaltı, 2016; Derin ve Bilge, 2016;

Doğrusever, 2015; Esen, 2010; Esen ve Siyez, 2011; Gençer, 2011; Morahan - Martin ve Schumacher, 2000; Soydan, 2015; Taçyıldız, 2010 Young, 1996). Akademik başarıyla internet bağımlılığı arasında herhangi bir ilişki olmadığını ortaya koyan çalışmalar da bulunmaktadır (Ceyhan, 2011; Tarı, Cömert ve Ögel, 2009). Araştırmanın bulguları, literatürde yer alan araştırmalarla paralellik göstermektedir. Teknolojiyle birlikte internet kullanımlarının artmasının, özellikle her öğrencide akıllı telefonların bulunmasının, öğrencilerin ders çalışmalarının önünde engel olabileceği ve öğrencilerin derslerine ayırabilecekleri süreyi internette geçirmelerinin, akademik başarılarının azalmasında etkili olabileceği yorumu yapılabilir.

4.2. İnternet Kullanım Özelliklerinin Problemli İnternet Kullanımı Açısından Tartışılması

Bu çalışmada, lise öğrencilerinin çoğunlukla internet kullanımlarının okul performanslarını, aile ilişkilerini ve günlük rutinlerini olumsuz şekilde etkilediği görülmüştür. Farklı araştırmalar incelendiğinde, internet kullanımının katılımcıların okul performanslarını, aile ilişkilerini, günlük rutinlerini negatif yönde etkilediği gösteren çalışmalara da rastlanılmıştır (Banjanin ve ark., 2015; Cheung ve Wong, 2011; Bölükbaş, 2013; Doğan, 2013; Gross, 2004; Kıran Esen ve Gündoğdu, 2010; Li ve ark., 2015; Morsünbül, 2014; Nalwa ve Anand, 2003; Ostovar ve ark., 2016; Reed ve ark., 2015; Sinkkonen, Puhakka ve Merilainen, 2014; Tanrıverdi, 2012; Zorbaz, 2013). Bu sonuçlar değerlendirildiğinde, internet kullanımının öğrencilerin okul performanslarını, aile ilişkilerini ve günlük rutinlerini etkilemesi, mevcut araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir. Uyku ve yemeğin, temel fizyolojik gereksinimlerden biri olduğu düşünüldüğünde, internet kullanımı olan kişiler geç saatlerde ve uzun süreli internet kullanımlarını gerçekleştirdikleri zaman, uyku ve yemek düzenleri bozulabilmekte, yetersiz uyku sebebiyle de okula geç kalma ya da gidememe durumları oluşabilmektedir. Böylece öğrencilerin okul performansları ve günlük rutinlerinin etkilenebileceği, aile içi ilişkilerinin zayıflamasıyla internet kullanımlarının arttığı yorumu yapılabilir.

Araştırmaya katılan lise öğrencilerinin, internete en sık cep telefonundan, ikinci sırada da evden bağlandığı görülmüştür. TÜİK tarafından yapılan 2015 yılı araştırmasına göre, katılımcıların %87.1`inin interneti evden kullandığı, %74.4`ünün

cep telefonu ile internete bağlandıkları bulunmuştur. Bilge ve Derin`in (2016) yaptıkları araştırmada internete en sık internet kafeden ve ikinci sırada da cep telefonundan bağlanıldığı görülmüştür. Yıldız (2010), yaptığı çalışmada internete en sık evden bağlanıldığı bulmuştur. Literatürde öğrencilerin internete en çok cep telefonundan bağlandığını ortaya koyan araştırma sonuçları da mevcuttur (Akın, 2014; Derin ve Bilge, 2016). Cep telefonlarından ve evden internete ulaşım olanaklarının artmasının, internet kullanımının yaygınlaşmasında etkili olduğu düşünülmüştür.

Bu çalışmada, lise öğrencilerinin çoğunlukla interneti film seyretme, müzik dinleme ve video izleme, haberleşme, sosyal paylaşım sitelerine girme, bilgi edinme amaçlı kullandıkları görülmüştür. İnterneti kullanım amaçlarının yer aldığı farklı bir çalışmada internetin, en sık müzik ve film indirme ve arkadaş bulma amacı ile kullanıldığı bulunmuştur (Aslanbay, 2006; aktaran Soydan, 2015). Becker (2000), öğrencilerin interneti sırasıyla en fazla oyun amaçlı, iletişim ve bilgiye ulaşım amaçlı kullandıklarını sonucuna ulaşmıştır. Gross`un (2004) yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre, interneti kadın öğrencilerin çevrim-içi alışveriş ve sohbet için kullandıkları; erkek öğrencilerin ise internette gezinmek ve şiddet içerikli oyunlar oynamak için kullandıkları görülmüştür. Yen ve arkadaşlarının (2007) internet bağımlıları ile yaptığı çalışmaya göre, bağımlıların %42'sinin oyun, %30,3'ünün sohbet, %9'unun pornografi ve %5,3'ünün paylaşım amacıyla internet kullandıkları sonucuna ulaşmıştır. Leung ve Lee (2012) yaptıkları çalışmada, internet bağımlılarının interneti eğlenmek, sosyal sitelere girmek ve çevrim içi oyun oynamak amaçlı kullanmaya yatkın olabileceklerini tespit etmişlerdir. Sevindik`in (2011) çalışmasının sonucunda, interneti e-posta okumak ya da göndermek, gazete dergi okumak, tartışma gruplarına katılmak, online oyun oynamak, alışveriş yapmak, Facebook gibi paylaşım sitelerine katılmak amacı ile kullananlarda problemli internet kullanım ölçeğinden alınan puanlar anlamlı olarak yüksek bulunurken; literatür taramak ve ders çalışmak amaçlı kullananlarda daha düşük bulunmuştur. Durkee ve arkadaşlarının (2012) ergenlerle yapmış oldukları çalışmada, problemli internet kullanıcılarının interneti sıklıkla video izleme, sohbet etme ve sosyal ağlara girme amaçlı kullandıkları tespit edilmiştir. Soydan`ın yaptığı araştırmada (2015), öğrencilerin video, müzik, film indirme ve izleme amaçlı internet kullanımlarının olmasının, internet bağımlılık puan ortalamalarını yükselttiği sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan çalışmalar gözden

geçirildiğinde internetin en sık haberleşme (Whatsapp, Viber vb.), sosyal paylaşım sitelerine girme ve film izleme amaçlı kullanıldığı ve bu sonuçların mevcut araştırma sonuçları ile paralellik gösterdiği görülmüştür. Bu sonuçlar günümüz açısından değerlendirildiğinde bu tarz haberleşme, film izleme ve sosyal paylaşım sitelerinin yaygın kullanılması beklenen bir sonuçtur. Sosyalleşme alanı olarak değerlendirildiğinde, ergenlik döneminde olan birey açısından internet geniş bir mecra olarak görülebilir. İnternet bireye özgür bir ortam sunarak, kişiyi kendi kimliğinin dışında farklı göstermesine olanak sağlayabilir, böylece bireyin sanal ortamda kendisini istediği şekilde sunabileceği düşünülebilir. Bu oluşturulan sanal kimlikte kişi daha konuşkan, daha başarılı, daha popüler gibi özelliklerle karşımıza çıkabilir. Böylece ergen kabul görme ve onay almayı sanal kimliği ile sağlarsa, sosyal desteğini arttırabileceğini düşünebilir. Ayrıca ergen internette birçok yenilikle, bilgiyle, çeşitli oyunlarla geniş bir alanda hareket etmekte ve bu dönemde de cinselliğin keşfinin başlanıldığı öngörüldüğünde internet cinsellikle ilgili kaynaklara ulaşmada kolay ve rahat imkanlar sunabilmektedir. Böylece ergen açısından internet kullanımının daha da artmış olabileceği yorumu yapılabilir. Yaygın kullanımdan dolayı, sosyal medyanın ve internetten film izlemenin gündelik uğraşın bir parçası haline geldiği yorumu yapılabilir. Film izleme oranının yüksek olması, sinemaya gitmek gibi maddi açıdan zorluk yaratmaması ve internetten kolay erişilebilir olmasıyla ilişkili olduğu düşünülebilir. Aynı zamanda internet kullanıcıları; akıllı telefonlar, yaygın internet ağları gibi araç ve kanallar sayesinde istedikleri her an sosyal medyaya erişebilmektedir. Kullanıcıların kişisel bilgilerini kontrollü olarak paylaşabilmeleri ve bu kontrol sayesinde güvende hissetmeleri, arkadaşlarıyla kolaylıkla iletişim kurabilmeleri sebepleriyle sosyal medya kullanım oranının yüksek olduğu ifade edilebilir.

Yapılan bu araştırmada, internet bağımlılığı puanları ile "internetin bir günde ortalama kullanım" süresi arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca katılımcılardan internete günlük bağlanma süresi 3 saat ve daha fazla olanların; 1 saatten az ve 1-3 saat arasında bağlananlara kıyasla problemli internet kullanımı, internetin olumsuz sonuçları, interneti aşırı kullanım, internetin sosyal fayda/rahatlık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçlarıyla, literatürde

yapılan bazı araştırma sonuçlarının paralellik gösterdiği söylenebilir. Yapılan çalışmalarda, internet bağımlılığı puanları ile internet kullanım süresi arasında pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur (Batıgün ve Hasta, 2010; Batıgün ve Kılıç, 2011). Tahiroğlu ve arkadaşları (2008) problemli internet kullanıcılarının haftada 12 saatten fazla interneti kullandığını ve internet kullanım süresiyle patolojik internet kullanımının arttığını belirtmiştir. Benzer şekilde, Yıldız (2010) lise öğrencilerinde problemli internet kullanımının interneti günlük beş saatten fazla kullananlarda yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Görüldüğü gibi literatürdeki birçok araştırma (Balcı ve Gülnar, 2009; Cicioğlu, 2014; Derin ve Bilge, 2016; Çakır Balta ve Horzum, 2008; Frangos ve ark., 2010; Kelleci, Güler, Gölbaşı ve Sezer, 2009; Nalwa ve Anand, 2003; Özer, 2013) araştırmanın bu sonucunu desteklemektedir. Araştırmalar değerlendirildiğinde interneti uzun süre kullanmanın problemli kullanıma yol açtığı sonucuna ulaşılabilir. İnternet kullanım süresindeki artışa neden olabilecek etkenin internete cep telefonuyla bağlantıyı sağlayan akıllı telefonlar olduğu düşünülebilir. Böylece insanların, gün içerisinde birçok kez internet bağlantısı kurabildikleri ve bunun sonucu olarak da internet kullanım süresini arttırdıkları düşünülebilir. Ayrıca kişiler internette geçirilen sürede birçok yenilikle karşılaşabilmekte, internetin görsel büyüsünün etkisinde kalabilmektedirler. Ekranda hareketli olan resimlerin sürekli yer değiştirmesi, ekrandaki canlılık, sürekli gidip gelen ve aslında çıplak gözle yakalayamadığımız ama sürekli olan bir dönüşüm, yani görsel uyarılmanın kendisi ekrandaki canlılığa, internetin olanaklarına bağımlılık oluşturabilmektedir. İnterneti kullanım süresinin artış göstermesi ve bu artışın internet bağımlılığı ile ilişkili olmasının beklenilen bir sonuç olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmada yapılan istatistiksel analizler sonucunda, internete gece bağlanan öğrencilerin sabah, öğle, akşam bağlananlara göre problemli internet kullanım puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yıldız`ın (2010) yaptığı araştırmada da, internete bağlanılan zaman dilimine göre internet kullanımının olumsuz sonuçları, sağladığı sosyal fayda, internetin aşırı kullanımın değişkenlik gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Sevindik (2011) ve Doğan (2013) yaptıkları araştırmalarda, internete bağlanılan zaman diliminin problemli internet kullanımını etkilediğini, internete gece bağlanma oranının 12 – 18 yaş arası ergenlerde yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Bu çerçevede elde edilen bulgular, literatürde birçok

araştırmayla desteklenmektedir (Akbulut ve Yılmazel, 2012 aktaran Ceyhan, 2008; Doğan, 2013). Okul saatlerinin sabah ve öğle saatlerine denk gelmesi, ders saatinde aktif kullanımlarının kısıtlanması, gece saatlerinde denetlenme ve engellenmenin az olması, yüz yüze ilişkilerde sosyalleşme (arkadaşlarıyla görüşme, sosyal aktivite vb.) olanaklarının sınırlı olması ve istedikleri sitelere girebilmelerinin, öğrenciler için gece internet kullanımının problemli kullanım konusunda bir risk faktörü oluşturduğunu düşündürmüştür.

4.3. Problemli İnternet Kullanımının Kontrol Odağı, Problem Çözme Becerisi ve Sosyal Destek ile İlişkilerinin Tartışılması

Rotter`a (1966) göre kontrol odağı, bireyin yaşamındaki olayları ve bunların sonuçlarını nelerle ilişkili bulduğu ile ilgilidir. Yani bireyler için yaşanılan olayların sonuçları, ya kendilerinin kontrolüne ya da kendisi dışındaki etkenlere bağlıdır (aktaran Şahin, Basım, Çetin, 2009). Kontrol odağı ile ilgili literatür araştırmaları incelendiğinde; alkol kullanımı ile ilişkisinin incelendiği çalışmaların daha fazla olduğu görülmektedir. Alkol kullanımı ile dış kontrol odağı arasında ilişkinin olduğunu gösteren farklı çalışmalar bulunmaktadır (Sadava ve Pak, 1993 aktaran Gürdil, 2007; Kırcan, 2006; Pektaş, Mırsal, Kalyoncu, Devran, Beyazyürek, 2003). Literatür incelendiğinde, kontrol odağı ile bağımlılık ilişkisini inceleyen araştırmalara rastlanırken; kontrol odağının internet bağımlılığı ile ilişkisini araştıran çalışmaların kısıtlı olduğu görülmektedir (Chak ve Leung, 2004; Demir, Özköklü Peker ve Turgut Aygün, 2015; Rotsztein, 2003). Bu araştırmanın sonuçlarına göre, problemli internet kullanımı ile kontrol odağı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre dışsal kontrol odağı arttıkça problemli internet kullanımının da artığı söylenebilir. Araştırma kapsamında problemli internet kullanımı ile ilişkisi bulunan değişkenlerin etkilerinin kontrol edilmesi amacıyla yapılan regresyon analizi neticesinde, dış kontrolün sadece internetin aşırı kullanımını anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Dışsal kontrol odağına sahip bireylerin, internet kullanım sürelerini kontrol etmede başarısız oldukları düşünülebilir. İnternetin aşırı kullanımı açısından değerlendirildiğinde, dışsal kontrollü bireyler internet kullanım sorumluluğunu üzerlerine almayarak kullanımın başka faktörlerden kaynaklandığı görüşünü savunabilirler. İnternet uygulamasını ya da uygulamalarını fazla kullanıyor olma sebeplerini; uygulamanın güncellenmiş

olması, yeni özelliklerin eklenmesi, kişilerin paylaşımlarının olması, yeni oyunların eklenmesi ya da online oynanan oyunun bölümünün bitmemiş olması, oyunun uzaması, yeni bir filmin siteye eklenmesi, dizinin yeni bölümünün yayınlanması gibi dışsal faktörlere bağlayabilecekleri ileri sürülebilir.

Yapılan araştırmada, "problem çözme beceri puanları düşük olan öğrencilerin problemli internet kullanımı puanları yüksektir," hipotezine yanıt aranmıştır. Yılmaz (2013), yaptığı çalışmasında, internet bağımlılığı olan öğrencilerin problem çözme becerilerinin düşük olduğunu bulmuştur. Problemli internet kullanımı ile problem çözme becerisinin ilişkisinin araştırıldığı başka bir çalışmada, bilgisayar kullanımının artmasının problem çözme becerisini olumsuz yönde etkilediği görülmüştür (Balkan, 2011). Benzer şekilde literatürde problem çözme becerisinin düşük olmasının internet kullanımını arttırdığına dair sonucu destekleyen başka çalışmalara rastlanılmıştır (Brand-Gruwel, Wopereis, Walraven, 2009; Yılmaz, 2013). Bu çerçevede elde edilen bulgular, bu araştırmayla paralellik göstermektedir. Problemli internet kullanımı ile problem çözme becerisi arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Böylece öğrencilerin problem çözme becerileri konusunda kendilerini yetersiz algıladıkları zaman problemli internet kullanımlarının arttığı saptanmıştır. Araştırma kapsamında problemli internet kullanımı ile ilişkisi bulunan değişkenlerin etkilerinin kontrol edilmesi amacıyla yapılan regresyon analizi neticesinde, tüm problem çözme becerileri içerisinde sadece kişisel kontrolün problemli internet kullanımını, internet kullanımının olumsuz sonuçlarını ve internetin sağladığı sosyal fayda/rahatlığı anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kişisel kontrol, sorunlu durumlarda kişilerin kontrolünü sürdürme yeteneğini belirtmektedir (Çetinkaya, 2013). Ergenlik döneminin de karmaşanın olduğu, değişimi ve gelişimi barındıran, haz ve heyecan arayışının olduğu bir dönem olduğunu düşündüğümüzde, bu dönemde karşılaşılan problemlerle baş edilmeye çalışılır. Fakat bu dönemde karşılaştığı sorunlarla baş etmekte zorlanan birey, yetersizlik, güvensizlik duyguları geliştirebilir. Yani sorunlu durumlarda kişi kontrolünü sürdürme becerisinde yetersiz kalabilir ve böylece birey, bu sorunları unutabileceği ve bu sorunlardan kaçabileceği bir ortama ihtiyaç duyabilir. Bu durumda da zevk ve eğlence unsurlarını içeren, daha iyi anlaşabildiği, kabul gördüğü bir ortam arayışına girebilir. Böylece, problem çözme becerisi düşük

olan ergenler için internetin, gerçek yaşamdaki sorumluluklardan, sorunlardan kaçınmaya yardımcı olan bir araç olabileceği ileri sürülebilir.

Bu araştırmada yapılan istatistiksel analizler sonucunda, problemli internet kullanımı ile sosyal destek arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Aileden algılanan sosyal destek artınca internet kullanımının olumsuz sonuçları ve internetin sağladığı sosyal fayda/rahatlığın azaldığına dair negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Araştırma kapsamında problemli internet kullanımı ile ilişkisi bulunan değişkenlerin etkilerinin kontrol edilmesi amacıyla yapılan regresyon analizi neticesinde algılanan sosyal destek kapsamında aileden algılanan sosyal desteğin problemli internet kullanımını, internetin sağladığı sosyal fayda/rahatlığı; arkadaştan algılanan sosyal desteğin ise internetin aşırı kullanımını anlamlı şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Kraut ve arkadaşları (1998) yaptığı araştırmada, internet kullanımının algılanan sosyal desteği azalttığını bulmuşlardır (aktaran Özcan Keser, 2004). Yeh, Ko, Wu ve Cheng (2008) yaptıkları araştırmada, sosyal destek eksikliğinin internet kullanımını arttırdığı sonucuna ulaşmıştır. Ögel`in (2014) araştırma bulgularına göre, bireyin interneti sosyalleşme amaçlı kullanımının internet bağımlılığı riski oluşturduğu görülmüştür. Bir başka çalışmada ise aile, arkadaş ve öğretmenden sosyal destek sağlanamıyorsa duygusal ihtiyaçlarını karşılamak için kişinin internete yöneldiği belirtilmiştir (Tanrıverdi, 2012; Taçyıldız, 2010). Tsai ve arkadaşlarının (2009) yaptıkları çalışmada, sosyal desteği az olanların, internet bağımlılıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Uz-Baş, Öz-Sosyal ve Aysan (2016) yaptıkları çalışmada, arkadaştan algılanan sosyal destek ile internetin aşırı kullanımı ve internet kullanımının olumsuz sonuçları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Aynı şekilde farklı araştırmalarda da, internet kullanımının fazla olmasının sosyal destek eksikliğine yol açabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Armstrong, Philips ve Saling, 2000; Esen, 2010; Esen ve Siyez, 2011; Gürcan, 2010; Kuzucu ve arkadaşları, 2015; Özcan, 2004; Reed ve arkadaşları, 2015; Tanrıverdi, 2012). Araştırma bulgularıyla literatürdeki bilgilerin benzerlik gösterdiği görülmüştür.

Sosyal ilişkilerin yaşamımızın ayrılmaz bir parçası olduğu düşünülebilir. Birey, sosyal ilişkiler ile bir grubun parçası haline gelebilir, ihtiyaçlarını karşılayabilmek amacıyla çevresiyle iletişim kurabilir, duygusal yönden güçlü bir

birey olabilir. Özellikle ergenlik döneminde, bireylerin sağlıklı sosyal ilişki içerisinde olmaları ve bu ilişkilerden destek görebilmeleri önemlidir. Çünkü birçok karmaşayı barındıran bir dönem olan ergenlikte, birey sağlıklı ilişki kurmayı öğrenemezse, bu desteği sağlayabileceği farklı alanlara yönelebilecektir. Bu alanlardan biri de internet ortamıdır. Günümüzde internet, sanal iletişimi arttırırken bir yandan da internetin kişilerin gerçek hayattan uzaklaşmalarına da yol açabileceği düşünülebilir. Böylece internetteki iletişimin ve interneti kullanımın artmasıyla kişilerin internette sosyal-duygusal beklentilerini karşılamaya çalıştıkları akla getirilebilir. Kişiler beklentilerini bu sanal ortamdan karşılamaya çalıştıkça da gerçek hayattaki aile ve arkadaşlarıyla olan ilişkilerinin zayıflayabileceği ve problemlerin ortaya çıkabileceği ileri sürülebilir. Bunun sebebi olarak gençlerin interneti kullandıkça, kendilerini sanal ortamda istedikleri gibi göstererek tanıtabildikleri ve böylece yüz yüze iletişimden uzaklaştıkları, topluma yabancılaştıkları, aile ve çevreleriyle ilişkilerinin zayıfladığı düşünülebilir. Bu araştırmada, arkadaştan algılanan sosyal desteğin, internetin aşırı kullanımının bir yordayıcısı olduğu da görülmüştür. Ergenlik dönemi, akran desteğinin önemli olduğu bir dönemdir. Günümüzde iletişimin internet üzerinden yapıldığı, oynanılan oyunlar üzerinden sohbet ortamının olduğu göz önünde bulundurulduğunda, bir gruba ait olabilmek için bu kanalların kullanımının tercih edilebileceği ve böylece yüz yüze iletişimin yerini sanal iletişime bıraktığı düşünülebilir. Bu sebepler dolayısıyla da, internet kullanımının akran desteği ile artmış olabileceği ileri sürülebilir.

4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışma 2014–2015 yılında İstanbul ili Anadolu yakasında Kadıköy ve Maltepe ilçelerinde bulunan çeşitli liselerde öğrenim gören öğrencilerin katılımıyla ile sınırlıdır. Ayrıca öğrenciler, seçkisiz olmayan bir biçimde seçilmiştir. Bu sebepler, araştırma bulgularının genellenebilirliğini sınırlandırmaktadır. Aynı çalışma, farklı kültürel özelliklere sahip bölgelerde bulunan liselerde tekrarlanabilir ve sonuçlar karşılaştırmalı biçimde tartışılabilir.

Araştırmanın sınırlılıklarından biri de kullanılan veri toplama araçlarının öz bildirime dayanmasıdır. Kişilerin kendilerine dair bilgi verirken yeterince açık davranmamış olabilecekleri düşünülebilir. Dolayısıyla ulaşılan bulgular bu sınırlılıklar çerçevesinde değerlendirilmelidir.

Korelasyon katsayılarının ve regresyon analizlerinde açıklanan varyansların düşük olması araştırmanın diğer bir sınırlılığıdır.

Araştırmanın bir diğer sınırlılığı, kesitsel desenin kullanılmasıdır. Gelecekte yapılacak boylamsal araştırmalar, ilgili değişkenlerin ilişkilerinin yönü kapsamında daha sağlıklı bilgiler verecektir.

4.5. Gelecekteki Çalışmalar için Öneriler ve Çalışmanın Klinik Doğurguları

Araştırmanın bulgularına ve yorumlara dayanılarak araştırmacılara ve gelecek çalışmalara yönelik bazı öneriler geliştirilmiştir. Literatürde ergenlerde sorunlarla başa çıkma yöntemleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen çok sayıda çalışmaya rastlanılmamıştır. Ergenlerin başa çıkma yöntemleriyle internet bağımlılığı arasındaki ilişkiye yönelik daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. Daha küçük yaştaki ergenler ile benzer çalışmalar yapılarak, problemli internet kullanımı konusunda ergenler için kapsayıcı risk faktörleri belirlenebilir. Çeşitli psikolojik danışma kuramlarına dayalı müdahale programlarının etkililiğini ortaya koyacak çalışmalar yapılabilir.

Problemli internet kullanımı olan öğrencilerin belirlenmesine ve ailelerini de kapsayacak psikolojik müdahalelerin (problem çözme becerileri, kontrol odağı göz önünde bulundurularak) yapılmasına yönelik çalışmalar yürütülmelidir. Problemli internet kullanımı kapsamındaki risk faktörleri göz önünde bulundurularak (kullanım süresi, kullanım amacı, bağlanma zamanı, bağlanma yeri, internet başında geçirilen süre) önleyici çalışmalar oluşturulmalıdır. Hem okullarda hem okul dışında sosyal, kültürel, sanatsal, sportif etkinlikler ve gençlerin gönüllü olarak yer aldıkları sosyal projeleri arttırılmalı, böylece ergenlerin gelişimleri için uygun biçimde zaman geçirmeleri sağlanmalıdır.

KAYNAKLAR

Aboujaoude, E. (2010). Problematic internet use: an overview. *World Psychiatry, 9(2),* 85-90.

Ağır, M. (2007). Üniversite Öğrencilerinin bilişsel çarpıtma düzeyleri ile problem çözme becerileri ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Akın, İ. (2014). Relationship of problematic internet use with alexithymia, emotion regulation, and impulsivity. Master`s Thesis, Bahçeşehir University, Istanbul.

Akınoğlu, O. (2002). eğitim ve sosyalleşme açısından internet kullanımı (istanbul örneği). Yayınlanmamış doktora tezi. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Altınkurt, Y. K. (2012). Üniversite çalışanlarının psikolojik yıldırma algıları ile denetim odağı arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir.

Amichai-Hamburger, Y, (2002). Intemet and personality. *Computers in Human Behavior, 18 (l),* 1-10.

Annak, B. B. (2005). Sosyal destek, sosyal ağ, yaşam kalitesi ve yaşam doyumu: duygu- durum ve anksiyete tanısı alan kişiler ve düzenli hemodiyaliz tedavisi gören hastalar açısından bir karşılaştırma. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi. Mersin.

Arıcıoğlu, A. (2008). Hacettepe üniversitesi eğitim fakültesi öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 1,* 55– 67.

Armstrong, L., Phillips, J. G. & Saling, L. L. (2000). Potential determinants of heavier internet usage. *International Journal Human-Computer Studies, 53,* 537-550.

Arnas, Y. (2005). 3-18 yaş grubu çocuk ve gençlerin interaktif iletişim araçlarını kullanma alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, *4*(4), 59-66.

Ata, E. E., Kelleci M., & Akpınar, Ş. (2011). Üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanımı ile öfke ifade tarzları arasındaki ilişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin,10* (4), 473- 480.

Ayas,T., Horzum,M. B. (2013). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4* (39), 46-57.

Aylar, E. (2012). Bir örnek olay incelemesi: Sosyo-Kültürel Teori bağlamında geleceğe yönelik hedefler ve öz-düzenleme. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 20* (3), 767-782.

Ayhan, B. & Balcı, Ş. (2009). Kırgızistan`da üniversite gençliği ve internet: bir kullanımlar ve doyumlar araştırması, *Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi, 48,* 13 – 40.

Bağcı, T. (2008). Üniversite öğrencilerinin aleksitimi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi (Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Örneği). Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.

Balcı, Ş. & Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılığı profili, *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, *6* (1), 5 – 22.

Balcılar, H. (2008). Türkiye`nin bilgi toplumu olma yolunda bilgi teknolojilerinden internetin kullanımı: muş ilindeki internet kafe kullanıcılarının amaçları üzerinde bir araştırma. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.

Balkan, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin bilgisayar-internet bağımlılığı ve aile fonksiyonları arasındaki ilişki. *E-Journal of New World Sciences Academy, 6(1).* 231- 239.

Banjanin, N., Banjanin, N., Dimitrijevic, I., & Pantic, I. (2015). Relationship between internet use and depression: Focus on physiological mood oscillations, social networking and online addictive behavior. *Computers in Human Behavior, 43,* 308-312.

Batıgün, A. D. & Hasta D. (2010), İnternet bağımlılığı: yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 11*(3), 213 - 219.

Batıgün, A.D. & Kılıç, N. (2011), İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo- demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi, 26*(67),1- 10.

Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, *4(*3), 377-383.

Beard, K.W. (2005). Internet Addiction: A Review of Current Assessment Techniques and Potential Assessment Questions. *Cyberpsychology & Behaviour, 8*(1), 7-14.

Biçer, U. (2014). Sosyal beceri eğitiminin ortaokul öğrencilerindeki internet bağımlılığı düzeyine etkisi. Yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Adana.

Bölükbaş, K. (2003), İnternet kafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir araştırma: diyarbakır örneği. Yüksek lisans tezi. Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı, Diyarbakır.

Büyükşahin Çevik, G. & Çelikkaleli, Ö. (2010). Ergenlerin arkadaş bağlılığı ve internet bağımlılığının cinsiyet, ebeveyn tutumu ve anne-baba eğitim düzeylerine göre incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 19* (3), 225–240.

Brand-Gruwel, S., Wopereis, I., & Walraven, A. (2009). A descriptive model of information problem solving while using internet. *Computers & Education, 53(*4), 1207-1217.

Breslau, J., Aharoni, E., Pedersen, E. R., & Miller, L. L. (2015). *A Review of Research on Problematic Internet Use and Well-Being: With Recommendations for the U.S. Air Force*. Rand Project Air Force Santa Monica Ca. Research Report.

Can, Y. & Kara, B. (2010). İnternet kafeye devam etme alışkanlığı bulunan bireylerin bir alt kültür grubu olarak incelenmesi: Niğde örneği. Sosyoloji Araştırmaları Dergisi, *13*(1).

Canan, F. (2010). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, disosiyatif belirtiler ve sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki. Yayınlanmamış tıpta uzmanlık tezi. Düzce Üniversitesi, Düzce.

Candalgil – Özcan, S. ve Ceyhan A. A. (2006). Denetim Odakları Farklı Lise Öğrencilerinin Bazı Kişisel Özelliklerine Göre Karar Vermede Öz-Saygı ve Stres Düzeyleri. *Eskişehir Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *2*, 71- 87.

Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive–behavioral measurement instrument. *Computers in human behavior, 18(*5), 553-575.

Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior, 26*(5), 1089-1097.

Ceyhan, A. A. ve Ceyhan, E. (2007). *Üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanım düzeyleri ile denetim odağı, antisosyal eğilim ve sosyal normlara uyum düzeyleri arasındaki ilişkiler.* XVI. Eğitim Bilimleri Kongresi sözlü bildiri, Tokat.

Ceyhan, E., Ceyhan, A.A. & Gürcan, A. (2007). Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. [Çevrimiçi sürüm]. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7, 387-416.

Ceyhan, E. (2008). Ergen Ruh Sağlığı Açısından Bir Risk Faktörü: İnternet Bağımlılığı, *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, *15* (2), 109-116

Ceyhan, A. A. & Ceyhan, E. (2009). "Ergenlerde Problemli İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ–E) geliştirme çalışmaları", X. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 21 – 23 Ekin 2009, Çukurova Üniversitesi.

Ceyhan, A. A. (2011). İnternet kullanma temel nedenlerine göre üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanımı ve algıladıkları iletişim beceri düzeyleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 11*(1), 59-77.

Chak, K. M. & Leung, l. (2004). Shyness and locus of control as predictors internet addiction and internet use. *Cyber Psychology and Behaviour*, *7*(5), 559-570.

Cheung, LM., Wong WS. (2011). The effects of insomnia and internet addiction on depression in Hong Kong Chinese adolescents: an exploratory cross-sectional analysis., *J Sleep Res*, *20* (2), 311-317.

Chiu, C. M., Hsu, M. H., & Wang, E. T. (2006). Understanding knowledge sharing in virtual communities: An integration of social capital and social cognitive theories. Decision support systems, *42*(3), 1872-1888.

Cicioğlu, M. (2014). Öğrencilerin problemli internet kullanımı ve siber zorbalık davranışlarına ilişkin görüşleri. Yüksek lisans tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.

Cömert, T.I., (2010). Diğer bağımlılıklar. Ögel, K. (Ed), Sigara alkol ve madde kullanım bozuklukları tanı tedavi ve önleme İçinde, İstanbul: Yeniden Yayınları, (ss. 15-27).

Çakmak, D., Ögel, K. & Tamar, D. (1998). Madde Kullanımı Sorununda Türkiye'nin Yerine Bir Bakış. Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Alkol Madde Araştırma ve Tedavi Merkezi.

Çakmak, M. A. (2011). İnternet Bağımlılığını Yordayan Psikososyal Değişkenlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi.

Çam, Z. & Artar, M. (2014). Ergenlikte yaşam doyumu: okul türleri bağlamında bir inceleme. *Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 2(1),* 23 – 46.

Çetinkale, E. (2006). 11. Sınıf Öğrencilerinin Denetim Odakları, Problem Çözme Becerileri ve Algılanan Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin Cinsiyet ve Akademik Alan Değişkenleri Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi.

Çetinkaya, B. & Kartal, A. (2009).Yüksekokul Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek Durumları ve Sosyal Desteği Etkileyen Faktörler. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi, 4*(12), 4- 20.

Çetinkaya, Ş. (2013). Lise öğrencisi erkek ergenlerde problem eğitiminin problem çözme becerisi, kişilerarası ilişki tarzları ve öfke kontrolü üzerine etkisi. Yüksek lisans tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.

Çilingir, A. (2006). Fen lisesi ile genel lise öğrencilerinin sosyal becerileri ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.

Dalgalı, F, N. (2016). Lise öğrencilerinde yeme tutumları ve internet bağımlılığının bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.

Danışık Demirci, N. (2005). Ergenlerin sürekli öfke ifade tarzları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.

Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in human behavior*, *17*(2), 187-195.

Delagrave, M. (2016). *Ergen Kullanma Kılavuzu*. (Çeviren: Esra Özdoğan). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.

Demir, E. (2006). Birey ve aile yaşamına ilişkin konularda internet kullanımının etkisinin belirlenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Demir, İ., Özköklü Peker, D. ve Turğut Aygün, B. (2015). Ergenlerin problemli internet kullanımının yordanmasında denetim odağı ve yaşam doyumunun rolü. *Mersin üniversitesi eğitim fakültesi dergisi, 11* (3), 720 – 731.

Derin, R. (2006). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin problem çözme becerileri ve denetim odağı düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki (İzmir il örneği). Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Derin, S. & Bilge, F. (2016), Ergenlerde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeyi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 6*(46), 35 – 51.

Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *Sempozyum Dizisi 63*, 19-21.

Dinç, M. (2016). *İnternet bağımlılığı: "Ne bilmeliyiz, ne yapmalıyız"* (3.baskı). İstanbul: Yeşilay Yayınları.

Doğan, H., Işıklar, A., & Eroğlu, S. E. (2008). Ergenlerin problemli internet kullanımının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (18), 106- 124.

Doğan, A. (2013). İnternet bağımlılığı yaygınlığı. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Doğrusever, C. (2015). Ön ergenlerin internet bağımlılığının yalnızlık, sosyal beceriler ve bazı sosyo-demografik değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Adana.

Durkee, T., Kaess, M., Carli, V., Parzer, P., Wasserman, C., Floderus, B., vd. (2012). Prevalence of pathological internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors. *Addiction*, *107* (12), 2210-2222.

D'Zurilla, T. J., & Chang, E. C. (1995). The relations between social problem solving and coping. *Cognitive therapy and research*, *19*(5), 547-562.

Evrensel, E., İpekdal, İ., Kayır, H. & Uzbay, İ. T. (2010). Gata Askeri Tıp Fakültesi'nde gerçekleştirilen madde bağımlılığı konulu paneli dinlenmeye gelenlerde bağımlılık yapıcı madde kullanımının anket yöntemi ile sorgulanması. *Bağımlılık Dergisi, 1*(2), *72-80.*

Esen, E. (2010). Ergenlerde İnternet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Esen, E. & Siyez, D. (2011). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4(36)*, 127-138.

Frangos, C. C., Frangos C. C. & Kiohos, A. P. (2010). Internet addiction among Greek university students: Demographic associations with the phenomenon, using the Greek version of Young's internet addiction test. *International Journal of Economic Sciences and Applied Research, 3 (1),* 49-74.

Gezgin, M. (2010). Suça sürüklenen ergenlerde denetim odağı: İzmir örneğinde bir çalışma. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Gökbüzoğlu, B. (2008). Ergenlerin saldırganlık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Gözcü Yavaş, C. Ö. (2012). Orta ve geç ergenlik dönemindeki ergenlerde tutum ve davranış farklılıkları. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 3(2).*113- 138.

Gözen, D., Kurt, A. S., Canbulat,N. (2014). Çağımızın sağlık sorunu: çocuklarda internet bağımlılığı. *Bağımlılık Dergisi, 15(1),* 34-39.

Gross, E. F. (2004). Adolescent Internet use: what we expect, what teens report. *Applied Developmental Psychology. 25.* 633-649.

Guan, S. S. A., & Subrahmanyam, K. (2009). Youth internet use: risks and opportunities. *Current opinion in Psychiatry*, 22(4), 351-356.

Gülveren, H. (2008). Lise son sınıf öğrencilerinde iç- dış kontrol odağı, sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ile zeka arasındaki ilişkinin araştırılması. Yayınlanmamış lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Gül, S. K., & Güneş İ. D. (2009). Ergenlik Dönemi Sorunları ve Şiddet. *Sosyal Bilimler Dergisi, 11* (1), 79- 101.

Gürcan, N. (2010). Ergenlerin problemli internet kullanımları ile uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Konya.

Gürdil, G. (2007). Üniversite öğrencilerinde travma yaşantısı, stresle başa çıkma tarzları ve iç – dış kontrol odağı inancı ile riskli alkol kullanımı arasındaki ilişki. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Huan, V. S., Ang, R. P., & Chye, S. (2014). Loneliness and shyness in adolescent problematic internet users: the role of social anxiety. *Child Youth Care Forum, 43(5).* 539-551.

İskender, M. & Akın, A. (2010). Social self-efficacy, academic locus of control and internet addiction. *Computers & Education, 54(*4), 1101 - 1106.

Jafarkarimi, H., Sim, A. T. H., Saadatdoost, R., & Hee, J. M. (2016). Facebook addiction among malaysian students. *International Journal of Information and Education Technology*, *6(*6), 465- 469.

Jeromo, N. (2013). Application of the Maslow's hierarchy of need theory; impacts and implications on organizational culture, human resource and employee's performance. International Journal of Business and Management Invention, *2*(3), 39-45.

John Steiner, V., & Mahn, H. (1996). Sociocultural approaches to learning and development: A Vygotskian framework. *Educational psychologist, 31*(3-4), 191-206.

Johansson, A., & Götestam, K. G. (2004). Internet addiction: characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12–18 years). Scandinavian journal of psychology, *45*(3), 223-229.

Johnson, G. (2006). Internet use and cognitive development: A theoretical framework. *E-Learning and Digital Media*, *3(*4), 565-573.

Jun, S., & Choi, E. (2015). Academic stress and Internet addiction from general strain theory framework. Computers in Human Behavior, *49*, 282-287.

Karapetsas, A. V., Karapetsas, V. A., Zygouris, N. C., & Fotis, A. I. (2015). Internet Addiction And Loneliness. Encephalos, *52*, 4-9.

Kasap, H. (2015). 15 -17 yaş grubu ergenlerde sosyal destek, okul başarısı ve aile yapısının madde bağımlılığına karşı koruyucu etkisi. Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

Kelleci M, Güler N, Sezer H. & Gölbaşı Z. (2009). Lise öğrencilerinde internet kullanma süresinin cinsiyet ve psikiyatrik belirtiler ile ilişkisi, *TAF Preventive Medicibe Bulletin*, *8*(3), 223-30.

Kıran Esen, B. & Gündoğdu, M. (2010). The relationship between internet addiction, peer pressure and perceived social support among adolescents. *The International Journal of Educational Researchers, 3*(*1*), 29-36.

Kırcan S. (2006). Ergenlerde akran baskısı ve iç veya dış kontrol odağının madde kullanımı ile ilişkisi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.

Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17 (2*), 231-256.

Korkut, F. (2002). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22*, 177–184.

Kozaklı, H. (2006). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi, Mersin.

Kurtaran Turnalar, G. (2008). İnternet bağımlılığını yordayan değişkenlerin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi, Mersin.

Kuzucu, Y., Bulut, B., Özçelik, Ş. & Soydemir, F. M. (2015). Sosyal destek kontrol edildiğinde cinsiyetin internet bağımlılığı üzerine etkisi. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 6(2),* 11 -19.

Küçükkaragöz, H., Akay, Y. & Canbulat, T. (2013). Rotter iç- dış kontrol odağı ölçeğinin öğretmen adaylarında geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Akademik Bakış Dergisi, 35*, 1 -12.

Krishnamurthy, S., & Chetlapalli, S. K. (2015). Internet addiction: Prevalence and risk factors: A cross-sectional study among college students in Bengaluru, the Silicon Valley of India. *Indian journal of public health, 59*(2), 115.

Leckman, J. F., Vaccarino, F. M., Lombroso, P. J. (2002). Genes and Develıopmental Neurobiology. İçinde Lewis, M, (Ed.). *Child and Adolescent Psychiatry: A Comprehensive Textbook.* (ss: 22 – 30). Mayıs, 10, 2015.

Leung, L. & Lee, P. S. N. (2012). Impact of internet literacy, internet addiction symptoms, and internet activities on academic performance. *Social Science Computer Review, 30 (4*), 403–418.

Li, W., O'Brien, J. E., Snyder, S. M., & Howard, M. O. (2015). Characteristics of ınternet addiction/pathological ınternet use in us university students: a qualitative-method ınvestigation. *Plos one, 10(2).*

Lu, X., & Yeo, K. J. (2015). Pathological internet use among malaysia university students: risk factors and the role of cognitive distortion. *Computers in Human Behavior, 45,* 235-242.

Masalcı Burçak, A. D. (2012). İç denetim programının ergenlerin denetim odağı, öğrenilmiş güçlülük ve savunma mekanizmalarını kullanma biçimi üzerindeki etkisi. Doktora tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Masthi, N. R., Cadabam, S. R., & Sonakshi, S. (2015). Facebook addiction among health university students in Bengaluru. *International Journal of Health & Allied Sciences, 4*(1), 18-22.

Metin, Ö., Saraçlı, Ö., Şenormancı, Ö., Atasoy, N., Çakır-Kardeş, V., Ozan - Açıkgöz, H. ve ark. (2015). Lise öğrencilerinde internet bağımlılığının dehb ve tütün – alkol kullanma ile ilişkisi. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 28(3),* 204 -212.

Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in human behavior*, *16* (1), 13-29.

Müller, K. W., Glaesmer, H., Brähler, E., Woelfling, K., & Beutel, M. E. (2014). Prevalence of internet addiction in the general population: results from a German population-based survey. *Behaviour & Information Technology, 33(*7), 757-766.

Nalwa, K., & Anand, A. P. (2003). Internet addiction in students: a cause of concern. *CyberPsychology & Behavior*, *6* (6), 653-656.

Odacı, H. & Berber. Çelik, Ç. (2011). Üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanımlarının akademik öz-yeterlik, akademik erteleme ve yeme tutumları ile ilişkisi. *e-Journal of New World Sciences Academy, 7(1),* 389-403.

Oğuz, B., Zayim, N., Özel,.D. & Saka, O. (2008). Tıp öğrencilerinin internette bilişsel durumları. *Akademik Bilişim, 30,* 447 – 453.

Orhan, F. & Akkoyunlu, B. (2004). İlköğretim öğrencilerinin internet kullanımları üzerine bir çalışma**.** *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26, 107–116.

Oktan, V. (2015). Üniversite öğrencilerinde problemli internet kullanımı, yalnızlık ve algılanan sosyal destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, *23* (1), 281-292.

Ostovar, S., Allahyar, N., Aminpoor, H., Moafian, F., Nor, M. B. M., & Griffiths, M. D. (2016). Internet addiction and its psychosocial risks (depression, anxiety, stress and loneliness) among ıranian adolescents and young adults: a structural equation model in a cross-sectional study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *14* (3), 257-267.

Ögel, K. (2014). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak* (2. baskı). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Özcan Keser, N. (2004). Üniversite öğrencilerinde internet kullanımının psikososyal durum ile ilişkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

Özcan Keser, N. & Buzlu, S. (2005). Problemli internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: "İnternette Bilişsel Durum Ölçeği`nin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenirliği. *Bağımlılık Dergisi, 6*(1), 19-26.

Özdemir, İ. (2013). Aile yanında yaşayan ve ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek, stresle başa çıkma tarzları, kaygı düzeyleri ve psikolojik belirtiler açısından karşılaştırılması. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Özer, Ş. (2013). Problemli internet kullanımının benlik saygısı ve öznel iyi oluş ile açıklanabilirliği. Yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.

Öztep, İ. C. (2010). Duygusal istismar algılayan ve algılamayan ergenlerin kaygı düzeyleri ve denetim odaklarının karşılaştırılması. Yayınlanmamış lisans tezi. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Öztoprak, M.T. (2001). Bilgisayar iletisim ağlarının büro çalısanları üzerine etkileri ve bir araştırma. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.

Pektaş, Ö., Mırsal, H., Kalyoncu, A., Devran, T., Beyazyürek, M. (2003). Remisyondaki alkol bağımlılarında kontrol odağı. *Bağımlılık Dergisi, 4*(2), 72 -75.

Polat,A., Kulaksızoğlu, I. B. & Vatansever, S. (2002). An adolescent in İstanbul with munchausen`s syndrome. *The international journal of psychiatry in medicine, 32*(3). 311-315.

Reed, P., Vile, R., Osborne, L. A., Romano, M. & Truzoli, R. (2015). Problematic internet usage immune function. *Plos One, 10*(8*),* 1-16.

Rotsztein, B. (2003, April). *Problem internet use and locus of control among college students: preliminary findings.* In *35th Annual Conference of the New England Educational Research Organization.*

Ruffin, N. (2009). Adolescent growth and development. *Virginia Polytechnic Institute and State University, Virginia Cooperative Extension*. 350-850.

Selcen, A. (2009). Denetim odağı eğitim programının ilköğretim 6. 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin denetim odağı düzeyine etkisi. Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Sevindik, F. (2011). Fırat üniversitesi öğrencilerinde problemli internet kullanımı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi. Doktora tezi, İnönü Üniversitesi, Malatya.

Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and anxiety, 17 (4),* 207-216.

Sinkkonen, H. M., Puhakka, H., & Meriläinen, M. (2014). Internet use and addiction among finnish adolescents (15–19 years). *Journal of adolescence, 37*(2), 123-131.

Soydan, Z. M. (2015). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, İstanbul.

Subrahmanyan, K. ve Lin, G. (2007). Adolescents on the net: internet use and well-being. *Adolescence, 42* (168), 659-77.

Susman, E. J. & Rogol, A. (2004). Ruberty and Psychological Development. İçinde Leiner, M. R. & Steinberg, L. (Ed.). *Handbook of Adolescent Psychology.* Nisan, 03, 2015, 15 – 44.

Steinberg L. (2007). Ergenlik. (Çev: Figen Çok.). Ankara. İmge Kitabevi.

Steptoe, A., & Wardle, J. (2001). Locus of control and health behaviour revisited: a multivariate analysis of young adults from 18 countries. *British journal of Psychology*, *92* (4), 659-672.

Şahin, N. H., Basım, N. H. & Çetin, F. (2009). Kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarında kendilik algısı ve kontrol odağı. *Türk Psikiyatri Dergisi, 20* (2), 153-163.

Şahin, N. (2014). Ergenlik problemleri ve baş etme yöntemleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.

Şamiloğlu, Ö. (2006). Teknolojik değişim sürecinde devletin rolü. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.

Şeker, G. (2013). Lise öğrencilerinde meslek kararı verme yetkinliği ve kariyer denetim odağının incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Şencan, B. (2009). Lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyi ile sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi, Adana.

Şimşek, N. (2010). Madde kullanım bozukluğu olan birey ve ailesinin hemşirelik bakımı. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 1*(2), 96-99.

Şaşmaz, T., Öner, S., Kurt, A. Ö., Yapıcı, G., Yazıcı, A. E., Buğdaycı, R., & Şiş, M. (2013). Prevalence and risk factors of Internet addiction in high school students. *The European Journal of Public Health*, *24* (1), 15-20.

Taçyıldız, Ö. (2010). Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin bazı değişkenlere göre yordanması. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.

Tang, J., Yu, Y., Du, Y., Ma, Y., Zhang, D., & Wang, J. (2014). Prevalence of internet addiction and its association with stressful life events and psychological symptoms among adolescent internet users. *Addictive behaviors, 39(3*), 744-747.

Tanrıverdi, S. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.

Tahiroğlu, A. Y., Çelik, G. G., Fettahoğlu, Ç., Yıldırım, V., Toros, F., Avcı, A. ve ark. (2010). Psikiyatrik bozukluğu olan ve olmayan ergenlerde problemli internet kullanımı. *Nöropsikiyatri Arşivi,* 47. 241-246.

Tekeli Gülnur, Ş. (2010). Lise son sınıf öğrencileri ile üniversite öğrencileri arasında bir karşılaştırma: akademik benlik yeterliği, denetim odağı, stresle başa çıkma ve problem çözme becerisi. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Tok, G. (2014). Ortaöğretim öğrencilerinin ebeveynlerinden algıladıkları internet bağımlılığı durumlarının incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Yakın Doğu Üniversitesi, Kıbrıs.

Toplu, E. (2013). Üstün yetenekli ergenlerde görülen mükemmeliyetçi tutumlar ve problem çözme becerilerinin psikolojik iyilik hali ile ilişkisi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Tor, H. & Erden, O. (2004). İlköğretim öğrencilerinin bilgi teknolojilerinden yararlanma düzeyleri üzerine bir araştırma. *The Turkish Online Journal of Educational Technology, 3*(1), 120-130.

Tsai, C. C., & Lin, S. S. (2001). Analysis of attitudes toward computer networks and Internet addiction of Taiwanese adolescents. *CyberPsychology & Behavior, 4*(3), 373-376.

Tsai, H. F., Cheng, S. H., Yeh, T. L., Shih, C. C., Chen, K. C., Yang, Y. C., Yang, Y. K. (2009). The risk factors of internet addiction-a survey of university freshmen. *Psychiatry Research. 167*(3), 294-299.

Tsimtsiou, Z., Haidich, A. B., Spachos, D., Kokkali, S., Bamidis, P., Dardavesis, T., & Arvanitidou, M. (2015). Internet addiction in greek medical students: an online survey. *Academic Psychiatry*, 1-5.

TÜİK (2015, Ağustos). 2015 *yılı hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması* (Sayı 16198). Ankara: T.C. Başbakanlık Türkiye İstatistik Kurumu. http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=16198 adresinden 13 Ocak 2016 tarihinde erişilmiştir.

Uluğ, B. & Öztürk, O. (2008). Psikoaktif madde kullanımına bağlı ruhsal bozukluklar. *Ruh sağlığı ve bozuklukları* İçinde (ss: 687- 735). Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.

Uz- Baş, A., Öz- Soysal, F. & Aysan, F. (2016). Üniversite öğrencilerinde problemli internet kullanımının psikolojik iyi-oluş ve sosyal destek ile ilişkisi1. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 5* (4), 1035 – 1046.

Üneri, Ö. Ş. & Tanıdır, C. (2011). Bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirmesi: kesitsel bir çalışma. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi, 24* (4), 265 – 272.

VanGelder, S.C. (2003). Internet addiction: Is the Internet a "pathological agent" includable as a disorder separate from other psychiatric diagnoses. *Journal of Addictive Disorders, 44,* 1-20.

Wang H, Zhou X, Lu C, Wu J, Deng X & Hong, L. (2011). Problematic ınternet use in high school students in guangdong province, china. *PLoS one, 6*(5), 1-8.

Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., Yarmulnik, A., & Dannon, P. (2015). Internet addiction is associated with social anxiety in young adults. Annals of Clinical Psychiatry, *27*(1), 2 -7.

Wu, J. Y. W., Ko, H. C., & Lane, H. Y. (2016). Personality disorders in female and male college students with ınternet addiction. *The Journal of nervous and mental disease*, *204* (3), 221-225.

Yavuzer, H. (2013). *Çocuk Psikolojisi*. (36. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yeh, Y. C., Ko, H. C., Wu, J. Y. W. & Cheng, C. P. (2008). Gender differences in relationships of actual and virtual social support to internet addiction mediated through depressive symptoms among college students in Taiwan. *Cyberpsychology & behavior*, *11*(4), 485-487

Yen, J. Y., Ko, C. H., Yen, C. F., Wu, H. Y. ve Yang, M. J. (2007). The comorbid psychiatric symptoms of Internet addiction: attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD), depression, social phobia, and hostility. *Journal of adolescent health*, *41*(1), 93-98.

Yen, J. Y., Ko, C. H., Yen, C. F., Chen, S. H., Chung, W. L., & Chen, C. C. (2008). Psychiatric symptoms in adolescents with internet addiction: comparison with substance use. *Psychiatry and clinical neurosciences*, *62*(1), 9-16.

Yeşilyaprak, Y. (2006). *Denetim Odağı.* İçinde Y. Kuzgun ve D. Deryakulu. (Ed.), Farklılıklarla Yaşamak (ss: 233- 252). Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.

Yeonsoo, K., Jin, Y P., Sung, B K., In-Kyung, J., Yun, S.L., Jung-Hyun K. (2010). The effects of Internet addiction on the lifestyle and dietary behavior of Korean Adolescents. *Nutrition Research Practice*, *4*(1), 51-57.

Yıldız, İ. (2010). Lise öğrencilerinde problemli internet kullanımı ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.

Yılmaz, E. (2013). Lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Yılmaz, E., Şahin,Y. L., Haseski, H. İ. ve Erol,O. (2014). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi: Balıkesir ili örneği. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi. Uluslararası E-Dergi*, *4*(1), 133- 144.

Young, K. (1996). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behaviour*, *1*(3), 237-244.

Young, K.S. Yue, X. D. Ying. (2011). Prevalence estimates and etiologic models of ınternet addiction. Young, K.S. & Abreu C.N. (ed), Internet addiction a handbook and guide to evaluation and treatment içinde, New Jersey: John Wiley & Sons, (pp.3-18).

Yücel, N. (2009). Ergenlerin akran ilişkileri ve yalnızlık düzeylerinde evde internet kullanımının etkisinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.

Zorbaz, O. (2013). Lise öğrencilerinin problemli internet kullanımının sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi,Ankara.

EKLER

Ek-1 T.C. Maltepe Üniversitesi Etik Kurul Kararı

maltepe üniversitesi istanbul www.maltepe.edu.tr REKTÖRLÜK — maltepe university istanbul www.maltepe.edu.tr RECTORATE

T.C. MALTEPE ÜNİVERSİTESİ ETİK KURULU KARARI

Karar Tarihi : 15.04.2015

Karar Sayısı : 2015/4-9

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'nün 25.03.2015 tarih ve 14475162-302.08.01-71 sayılı yazısı ile Kurulumuza gönderilen, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programında, Yrd.Doç. Dr. Kuntay ARCAN'ın danışmanlığında öğrenim gören 13 11 06 114 numaralı YL öğrencisi Çağla Begüm YÜCE'nin **"Lise Öğrencilerinde Problemli İnternet Kullanımının Kontrol Odağı, Problem Çözme Becerisi ve Sosyal Destek Değişkenleri Açısından İncelenmesi"** başlıklı yüksek lisans tez önerisi ile ekindeki ölçek ve anket formları incelenmiştir.

Yapılan inceleme ve değerlendirmeler sonucunda:

- Çalışmaya katılanlardan ekte bir örneği verilen "Bilgilendirilmiş Onam Formu" kullanılarak gönüllülük onamı alınması; koşuluyla,

Araştırma önerisinin T.C. Maltepe Üniversitesi Etik Kurul Yönergesi'nin 6. Maddesinde yazılı; **"bilimsel disipline bağlılık, yaşama saygı, zarar vermeme, olası zarar ve riskler konusunda tüm ilgilileri bilgilendirme, insan ve topluma sorumluluk"** gibi ilkelere uygun olduğuna; yayına temel oluşturan araştırmanın tasarım, planlama ve yürütülme aşamalarında katkıda bulunanlara yer verilmesi, eksiksiz ve doğru kaynak gösterilmesi, gereken biçim ve doğrulukta atıflarda bulunulması kaydıyla yapılmasının etik olarak uygun olduğuna;

Toplantıya katılan üyelerin oybirliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Aytekin BERKMAN

Prof. Dr. Nurgün OKTİK

Prof. Dr. Necla ÖZTÜRK

Yrd. Doç. Dr. Zeynep Karaer GÜÇLÜ

Yrd. Doç. Dr. Abbas DÜNDAR

marmaraeğitimköyü 34857 Maltepe - İstanbul
Tel: +90(216) 626 10 50 (pbx) Faks: +90(216) 626 10 70
maltepe@maltepe.edu.tr

marmaraeğitimköyü 34857 Maltepe - İstanbul
Phone: +90(216) 626 10 50 (pbx) Fax: +90(0216) 626 10 70
maltepe@maltepe.edu.tr

Ek-2 İstanbul Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü Onay

T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Milî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411/44/2146175 26/02/2015
Konu: Çağla Begüm YÜCE

MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
(Sosyal Bilimler Enstitüsü)

İlgi: a) 06.02.2015 tarih ve 16 sayılı yazınız.
b) Valilik Makamının 24.02.2015 tarih ve 2070510 sayılı oluru.

Üniversiteniz Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Çağla Begüm YÜCE'nin ***"Lise Öğrencilerinde Problemli İnternet Kullanımının Kontrol Odağı, Problem Çözme Becerisi ve Sosyal Destek Değişkenleri Açısından İncelenmesi"*** konulu tezine dair araştırma çalışması hakkındaki ilgi (a) yazınız ilgi (b) valilik onayı ile uygun görülmüştür.

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

Murat ADALI
Müdür a.
Şube Müdürü

EK:1- Valilik Onayı
2- Ölçekler

Elektronik İmzalı Aslı Sistemimizde Mevcuttur
Adı Soyadı : Mualla ÇELEBİ
Ünvanı : Bölüm Şefi
Tarih :
İmza :

İl Milli Eğitim Müdürlüğü D/Blok Bab-ı Ali Cad. No:13 Cağaloğlu
E-Posta: sgb34@meb.gov.tr

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

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. http://evraksorgu.meb.gov.tr adresinden 1a1a-5eee-3475-a56d-c010 kodu ile teyit edilebilir.

T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411/20/2070510 24/02/2015
Konu: Anket İzni

VALİLİK MAKAMINA

İlgi:a) Maltepe Üniversitesinin 06.02.2015 tarih ve 16 sayılı yazısı.
b) MEB. Yen. ve Eğ. Tek. Gn Md. 07.03.2012 tarih ve 3616 sayılı 2012/13 nolu gen.
c) Milli Eğitim Araştırma ve Anket Komisyonunun 23.02.2015 tarihli tutanağı.

Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Çağla Begüm YÜCE'nin ***"Lise Öğrencilerinde Problemli İnternet Kullanımının Kontrol Odağı, Problem Çözme Becerisi ve Sosyal Destek Değişkenleri Açısından İncelenmesi"*** konulu tezi kapsamında ilimiz Kadıköy, Maltepe ve Üsküdar ilçelerindeki özel ve resmi liselerde öğrenim gören öğrencilere kişisel bilgi formu, problemli internet kullanımı ölçeği- ergen, rotter denetim odağı ölçeği, problem çözme envanteri ve çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğini uygulama istemi hakkındaki ilgi (a) yazı ve ekleri Müdürlüğümüzce incelenmiştir.

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

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Dr.Muammer YILDIZ
Milli Eğitim Müdürü

OLUR
24/02/2015

Yusuf Ziya KARACAEV
Vali a.
Vali Yardımcısı

Ek:1- Genelge
2- Komisyon Tutanağı

İl Milli Eğitim Müdürlüğü D/Blok Bab-ı Ali Cad. No:13 Cağaloğlu
E-Posta: sgb34@meb.gov.tr

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

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. http://evraksorgu.meb.gov.tr adresinden 3544-b585-3fdd-ab9c-fffc kodu ile teyit edilebilir.

EK-3 GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU

Sayın katılımcı;

Bu çalışma, T.C. Maltepe Üniversitesi klinik psikoloji yüksek lisans öğrencisi olan Çağla Begüm Yüce tarafından, Yrd. Doç. Dr. Kuntay ARCAN'IN danışmanlığında yürütülen yüksek lisans tezi kapsamında yapılmaktadır. Bu çalışmanın amacı lise öğrencilerindeki problemli internet kullanımının kontrol odağı, problem çözme becerisi ve sosyal destek değişkenlerine göre göstereceği ilişkinin araştırılmasıdır. Bu amaçla hazırlanan ve eklerde bulunan ölçekleri doldurmanız istenmektedir. Bu soruların doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Lütfen her sayfanın başında yazan yönergeleri dikkatlice okuyarak, size en uygun gelen yanıtı vermeye çalışınız ve mümkün olduğunca boş soru bırakmayınız. Bu çalışma için vereceğiniz yanıtlar başka bir amaçla kullanılmayacak ve kesinlikle gizli tutulacaktır. Yanıtlar tüm katılımcılar çerçevesinde değerlendirileceğinden sizden herhangi bir kimlik bilgisi istenmemektedir. İçtenlikle vereceğiniz yanıtlar bu çalışmaya en büyük katkıyı sağlayacaktır.

Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır ancak, katılım sırasında sorulardan veya herhangi başka bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz çalışmadan istediğiniz zamanda vazgeçme hakkınız bulunmaktadır. Böyle bir durumda anketi uygulayan kişiye, anketi tamamlamadığınızı söylemeniz yeterli olacaktır. Çalışmadan vazgeçmeniz, sizin ve bizim açımızdan hiçbir olumsuz sonuç yaratmayacaktır. Çalışma hakkında daha fazla bilgi almak için Maltepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Bölümü öğrencisi Çağla Begüm Yüce (e-posta: 121106114@std.maltepe.edu.tr) ile iletişim kurabilirsiniz. Çalışmaya katıldığınız için şimdiden teşekkür ederiz.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda kesip çıkabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum. (Formu doldurup imzaladıktan sonra uygulayıcıya geri veriniz).

Tarih:	İmza:

EK – 4. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Aşağıda sosyo-demografik özellikleriniz ve internet kullanımız ile ilgili bazı sorular bulunmaktadır. Lütfen kendiniz için en uygun seçeneği işaretleyiniz

1. Yaşınız:	.....

2. Cinsiyetiniz:	Kadın ( )	Erkek ( )

3. Okulunuz:	Devlet ( )	Özel ( )

4. Okul Türünüz	Anadolu Lisesi ( )	Fen Lisesi ( )	Sosyal Bilimler Lisesi ( )
	Anadolu Öğretmen Lisesi ( )	Güzel Sanatlar ve Spor Lisesi ( )	

5. Sınıfınız	Lise 1 ( )	Lise 2 ( )	Lise 3 ( )	Lise 4 ( )

6. Geçen dönemdeki not ortalamanız:	**.....**

7. Ailenizin <u>aylık toplam geliri</u> (Varsa kira, yardım gibi eve giren tüm gelirleri dikkate alınız.)	1000 TL`den az ( )	1001 TL – 1999 TL arası ( )	2000 TL – 3000 TL arası ( )
	3001 TL – 4000 TL arası ( )	4001 TL – 5000 TL arası ( )	5000 TL ve üzeri ( )

8. Annenizin eğitim durumu	Okur – yazar değil ( )	Okur – yazar ( )	İlkokul mezunu ( )	Ortaokul mezunu ( )
	Lise mezunu ( )	Üniversite mezunu ( )	Yüksek lisans / Doktora mezunu	( )

9. Babanızın eğitim durumu	Okur – yazar değil ( )	Okur – yazar ( )	İlkokul mezunu ( )	Ortaokul mezunu ( )
	Lise mezunu ( )	Üniversite mezunu ( )	Yüksek lisans / Doktora mezunu	( )

10. Ne kadar zamandır (<u>kaç yıldır</u>) internet kullanıyorsunuz?	1 yıldan az ( )	2 – 4 yıl ( )	5 – 7 yıl ( )	8 yıl ve üstü ( )

11.İnternete <u>en çok</u> ne zaman bağlanıyorsunuz?	Sabah ( )	Gün ortası ( )	Akşam ( )	Gece ( )

12. <u>Günde ortalama</u> kaç saatinizi internet kullanımına ayırıyorsunuz?	Her gün girmediğim oluyor ( )	1 saatten az ( )	2 – 3 saat arası ( )
	3 – 4 saat arası ( )	4 – 5 saat arası ( )	5 saat ve üzeri ( )

13. İnternetin başında geçirdiğiniz süreyi değerlendirdiğinizde, internet kullanımına ara vermeden <u>bir oturumda ortalama olarak</u> ne kadar saat internetin başında zaman geçirmektesiniz?			
1 saatten az ( )	1 -2 saat arası ( )	2 -3 saat arası ( )	3 -4 saat arası ( )
4 -5 saat arası ( )	5 -6 saat arası ( )	6 -7 saat arası ( )	7 saat ve fazla ( )

14. Aşağıdaki her bir seçeneği dikkate alarak internet kullanımınızın <u>yaşamınıza olan etkisini</u> değerlendiriniz.

	Olumsuz etkiliyor	Hiçbir etkisi yok	Olumlu etkiliyor
Günlük rutinler	( )	( )	( )
Okul performansı	( )	( )	( )
Aile ilişkileri	( )	( )	( )
Duygusal durum	( )	( )	( )
Sağlık durumu	( )	( )	( )
Öğretmenlerle ilişkiler	( )	( )	( )
Arkadaşlarla ilişkiler	( )	( )	( )

15. İnternete bağlandığınız <u>ortam ve/ veya araç kullanımınızı</u>, aşağıdaki seçenekleri dikkate alarak değerlendiriniz.

	Hiç	Bazen	Oldukça Fazla
Ev	( )	( )	( )
Okul	( )	( )	( )
Cep Telefonu	( )	( )	( )
Bilgisayar (Tablet, notebook, masaüstü)	( )	( )	( )
İnternet Kafe	( )	( )	( )
Diğer (Varsa belirtiniz).....	( )	( )	( )

16. Aşağıdaki her bir seçeneği dikkate alarak <u>günlük</u> internet kullanımınızı değerlendiriniz.

İNTERNETTE;	**HİÇ**	**0-1 SAAT**	**1-2 SAAT**	**2-3 SAAT**	**3-4 SAAT**	**4-5 SAAT**	**5-6 SAAT**	**6 SAAT ve ÜSTÜ**
Sosyal paylaşım siteleri (facebook, twitter, instagram, vb.)	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
Ödev için kaynak tarama – ödev hazırlama	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
E-posta okuma/ yanıtlama	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
Online haber, gazete, dergi okuma	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
Herhangi bir konuda bilgi edinme	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
Haberleşme amaçlı (whatsapp, viber, line, skype,vb.)	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
Film seyretme, müzik dinleme, film-müzik indirme, video izleme	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
Online oyunlar	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
Alışveriş için	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
Yeni insanlarla tanışma	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )
Diğer (Varsa belirtiniz)	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )	( )

EK – 5. PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ÖLÇEĞİ- ERGEN

(PİKÖ-E)

Bu anket, bireylerin internet kullanım davranışlarını betimlemek için hazırlanmıştır. Bu amaçla, ilk önce her bir ifadeyi okuyunuz ve daha sonra her bir ifadenin karşısındaki **1- Hiç Uygun Değil, 2- Nadiren Uygun, 3- Biraz Uygun, 4- Oldukça Uygun,** ve **5- Tamamen Uygun,** seçeneklerinden kendi durumunuza uygun olan bir seçeneği belirleyiniz ve o seçeneğe ait parantezin içerisine çarpı (X) işareti koyunuz. Lütfen, hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.

1. İnternet bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime "birkaç dakika daha" diyorum	1	2	3	4	5
2. İnternette geçirdiğim zaman çoğunlukla uyku süremi azaltıyor	1	2	3	4	5
3. İnternet ortamında elde ettiğim saygıyı günlük yaşamımda bulamıyorum	1	2	3	4	5
4. İnternette, diğer ortamlara göre daha kolay ilişki kuruyorum	1	2	3	4	5
5.İnternette ismimi gizlemek beni daha özgür kılıyor	1	2	3	4	5
6. Çok istememe rağmen interneti uzun süre kullanmaktan bir türlü vazgeçemiyorum	1	2	3	4	5
7. İnternete gerekmedikçe girmekten kaçınıyorum	1	2	3	4	5
8. Yalnızlığımı internetle paylaşıyorum	1	2	3	4	5
9. Birisi internette ne yaptığımı sorduğunda savunmacı ve gizleyici oluyorum	1	2	3	4	5
10.Planladığımın dışında fazladan bir dakika bile interneti kullanmıyorum	1	2	3	4	5
11. İnternette bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum	1	2	3	4	5
12. İnternette, kontrol benden çıkıyor	1	2	3	4	5
13. İnternet yüzünden yemek yemeyi unuttuğum zamanlar oluyor	1	2	3	4	5
14. İnternette daha fazla vakit geçirmek için günlük işlerimi ihmal ediyorum	1	2	3	4	5
15. Sosyal aktiviteler için para harcamaktansa internete erişmek için harcamayı tercih ediyorum	1	2	3	4	5
16. Sürekli ziyaret ettiğim internet sitelerini bir gün dahi girememeye tahammül edemiyorum..	1	2	3	4	5
17. İnternet kullandığım süre boyunca her şeyi unutuyorum	1	2	3	4	5
18. Yapmam gereken işler çoğaldıkça, internet kullanma isteğim de o ölçüde artıyor	1	2	3	4	5
19.İnternet, yapmam gerekenleri ertelemek için vazgeçilmez bir araçtır	1	2	3	4	5
20. İnternet kullanımım, benim için önemli kişilerle olan ilişkilerimde problem yaşamama neden oluyor	1	2	3	4	5
21.İnternet kullanırken başkalarının beni meşgul etmesine öfkeleniyorum	1	2	3	4	5
22. İnterneti kullanmasam bile sürekli aklımda	1	2	3	4	5
23. İnternet kullanmayı bırakamadığım için randevularıma veya derslerime geç kalıyorum	1	2	3	4	5
24. Sabahları uyandığımda bir an önce internete bağlanmak istiyorum	1	2	3	4	5
25. İnternet kullanırken zamanın nasıl geçtiğini hiç anlayamıyorum	1	2	3	4	5
26. İnternet beni kendisine esir ediyor	1	2	3	4	5
27. İnternet yoluyla iletişim kurmayı, yüz yüze iletişim kurmaya tercih ediyorum	1	2	3	4	5

EK-6. ROTTER DENETİM ODAĞI ÖLÇEĞİ (RDOÖ)

Bu bölümde her soruda iki madde çifti bulunmaktadır. Lütfen her cümle çiftinde sizin kendi görüşünüze göre gerçeği yansıttığına en çok inandığınız a veya b seçeneklerinden yalnızca birini seçiniz ve bu seçeneği bir yuvarlak içine alınız. Lütfen, hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.

1	a) Ana babaları çok fazla cezalandırdıkları için çocuklar çok problemli oluyor. b) Günümüz çocuklarının çoğunun problemi, ana-babaları tarafından aşan serbest bırakılmalarıdır.
2	a) İnsanların yaşamındaki mutsuzlukların çoğu biraz da şanssızlıklarına bağlıdır. b) İnsanların talihsizlikleri yaptıkları hataların sonucudur.
3	a) Savaşların başlıca nedenlerinden biri, halkın siyasetle yeterince ilgilenmemesidir. b) İnsanlar savaşı önlemek için ne kadar çaba harcarsa harcasın, her zaman savaş olacaktır.
4	a) İnsanlar bu dünyada hak ettikleri saygıyı er geç görürler. b) İnsan ne kadar çabalarsa çabalasın, ne yazık ki değeri genellikle anlaşılmaz.
5	a) Öğretmenlerin öğrencilere haksızlık yaptığı fikri saçmadır. b) Öğrencilerin çoğu, notların tesadüfi olaylardan etkilendiğini fark etmez.
6	a) Koşullar uygun değilse insan başarılı bir lider olamaz. b) Lider olamayan yetenekli insanlar, fırsatları değerlendirememiş kişilerdir.
7	a) Ne kadar uğraşsanız da bazı insanlar sizde hoşlanmazlar. b)Kendilerini başkalarına sevdiremeyen kişiler, başkalarıyla nasıl geçinileceğini bilmeyenlerdir.
8	a) İnsanın kişiliğinin belirlenmesinden en önemli rolü kalıtım oynar. b) İnsanların nasıl biri olacaklarını kendi hayat tecrübeleri belirler.
9	a) Bir şey olacaksa eninde sonunda olduğuna sık sık tanık olmuşumdur. b) Ne yapacağıma kesin karar vermek kadere güvenmemekten daima daha iyidir.
10	a) iyi hazırlanmış bir öğrenci için, adil olmayan bir sınav hemen hemen söz konusu olamaz b) Sınav soruları derste işlenenle çoğu kez o kadar ilişkisiz oluyor ki, çalışmanın anlamı kalmıyor.
11	a) Başarılı olmak çok çalışmaya bağlıdır; şansın bunda ya hiç ya da çok küçük payı vardır. b) İyi bir iş bulmak, temelde, doğru zamanda, doğru yerde bulunmaya bağlıdır.
12	a) Hükümetin kararlarında sade vatandaş da etkili olabilir. b) Bu dünya güç sahibi birkaç kişi tarafından yönetilmektedir. Ve sade vatandaşın bu konuda yapabileceği fazla bir şey yoktur.
13	a) Yaptığım planları yürütebileceğimden hemen hemen eminimdir. b) Çok uzun vadeli planlar yapmak her zaman akıllıca olmayabilir, çünkü bir çok şey zaten iyi ya da kötü şansa bağlıdır.
14	a) Hiçbir yönü iyi olmayan insanlar vardır. b) Herkesin iyi bir tarafı vardır.

15	a) Benim açımdan istediğimi elde etmenin talihle bir ilgisi yoktur. b) Çoğu durumda, yazı tura atarak da isabetli kararlar verebiliriz.
16	a) Kimin patron olacağı genellikle, doğru yerde ilk önce bulunma şansına kimin sahip olduğuna bağlıdır. b) İnsanlara doğru şeyi yaptırmak bir yetenek işidir; şansın bunda payı ya hiç yoktur yada çok azdır.
17	a) Dünya meseleleri söz konusu olduğunda çoğumuz, anlayamadığımız ve kontrol edemediğimiz güçlerin kurbanıyız. b) İnsanlar, siyasal ve sosyal konularda aktif rol alarak dünya olaylarını kontrol edebilirler
18	a) Birçok insan, raslantıların yaşamlarını ne derece etkilediğinin farkında değildir. b) Aslında "şans" diye bir şey yoktur.
19	a) İnsan, hatalarını kabul edebilmelidir. b) Genelde en iyisi insanının hatalarını örtbas etmesidir.
20	a) Bir insanın sizden gerçekten hoşlanıp hoşlanmadığını bilmek zordur. b)Kaç arkadaşınızın olduğu, ne kadar iyi olduğuna bağlıdır.
21	a) Uzun vadede yaşamımızdaki kötü şeyler, iyi şeylerle dengelenir b) Çoğu talihsizlikler yetenek eksikliğinin, ihmalin, tembelliğin ya da her üçünün birden sonucudur.
22	a) Yeterli çabayla siyasal yolsuzlukları ortadan kaldırabiliriz. b) Siyasetçilerin kapalı kapılar ardında yaptıkları üzerinde halkın fazla bir kontrolü yoktur.
23	a) Öğretmenlerin verdikleri notları nasıl belirlediklerini bazen anlamıyorum. b) Aldığım notlarla çalışma derecem arasında doğrudan bir bağlandı vardır.
24	a) İyi bir lider, ne yapacaklarına halkın bizzat karar vermesini bekler. b) İyi bir lider herkesin görevinin ne olduğunu bizzat belirler.
25	a) Çoğu kez başıma gelenler üzerinde çok az etkiye sahip olduğumu hissederim. b) Şans ya da talihin yaşamında önemli bir rol oynadığına inanmam.
26	a) İnsanlar arkadaşça olmaya çalışmadıkları için yalnızdırlar. b) İnsanları memnun etmek için çok fazla çabalamanın yararı yoktur, sizden hoşlanırsa hoşlanırlar.
27	a) Okullarda atletizme gereğinden fazla önem veriliyor. b) Takım sporları kişiliğin oluşumu için mükemmel bir yoldur.
28	a) Başıma ne gelmişse kendi yaptıklarımdandır. b) Yaşamımın alacağı yön üzerinde bazen yeterince kontrolümün olmadığını hissediyorum.
29	a) Siyasetçilerin neden öyle davrandığını çoğu kez anlamıyorum. b)Yerel ve ulusal düzeydeki kötü idareden uzun vadede halk sorumludur.

EK-7. PROBLEM ÇÖZME ENVANTERİ

Bu anketin amacı günlük yaşam problemlerinize genel olarak nasıl tepki gösterdiğinizi belirlemeye çalışmaktır. Burada söz konusu olan "problemler" kendini karamsar hissetme, arkadaşlarla anlaşamama, bir mesleğe (işe) yönelme konusunda yaşanan belirsizlikler ya da ayrılıp ayrılamam v.b karar verilmesi zor konularda hepimizin başına gelebilecek türden sorunlardır. Lütfen aşağıdaki maddeleri, içtenlikle ve bu tür sorunlarla karşılaştığınızda tipik olarak nasıl davrandığınızı göz önünde bulundurarak cevaplandırınız. Cevaplarınızı böyle sorunlarla karşılaştığınızda **"gerçekten"** ne yaptığınızı düşünerek vermeniz gerekmektedir. Her soru için kendinize su soruyu sormak cevaplandırmanızı kolaylaştırabilir **"Burada sözü edilen davranışı ben ne sıklıkla yaparım ?"** Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendiriniz:

1. Her zaman böyle davranırım **2. Çoğunlukla böyle davranırım** **3. Sık sık böyle davranırım**	**4.Arada sırada böyle davranırım** **5.Ender olarak böyle davranırım** **6.Hiçbir zaman böyle davranmam**

	Her Zaman					**Hiçbir Zaman**
1. Bir sorunu çözmek için kullandığım çözüm yolları başarısız ise bunların neden başarısız olduğunu araştırmam.	1	2	3	4	5	6
2. Zor bir sorunla karşılaştığımda ne olduğunu tam olarak belirleyebilmek için nasıl bilgi toplayacağımı uzun boylu düşünmem.	1	2	3	4	5	6
3. Bir sorunu çözmek için gösterdiğim ilk çabalar başarısız olursa o sorun ile başa çıkabileceğimden şüpheye düşerim.	1	2	3	4	5	6
4. Bir sorunu çözdükten sonra bu sorunu çözerken neyin işe yaradığını, neyin işe yaramadığını ayrıntılı olarak düşünmem.	1	2	3	4	5	6
5. Sorunlarımı çözme konusunda genellikle yaratıcı ve etkili çözümler üretebilirim.	1	2	3	4	5	6
6. Bir sorunu çözmek için belli bir yolu denedikten sonra durur ve çıkan sonuç ile olması gerektiğini düşündüğüm sonucu karşılaştırırım.	1	2	3	4	5	6
7. Bir sorunum olduğunda onu çözebilmek için başvurabileceğim yolların hepsini düşünmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6
8. Bir sorunla karşılaştığımda neler hissettiğimi anlamak için duygularımı incelerim.	1	2	3	4	5	6
9. Bir sorun kafamı karıştırdığında duygu ve düşüncelerimi somut ve açık-seçik terimlerle ifadeye uğraşmam.	1	2	3	4	5	6
10. Başlangıçta sorunu fark etmesem de sorunlarımın çoğunu çözme yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6
11. Karşılaştığım sorunların çoğu, çözebileceğimden daha zor ve karmaşıktır.	1	2	3	4	5	6
12. Genellikle kendimle ilgili kararları verebilirim ve bu kararlardan hoşnut olurum.	1	2	3	4	5	6
13. Bir sorunla karşılaştığımda onu çözmek için genellikle aklıma ilk gelen yolu izlerim.	1	2	3	4	5	6
14. Bazen durup sorunların üzerinde düşünmek yerine gelişigüzel sürüklenip giderim.	1	2	3	4	5	6

1. Her zaman böyle davranırım **2. Çoğunlukla böyle davranırım** **3. Sık sık böyle davranırım**	**4.Arada sırada böyle davranırım** **5.Ender olarak böyle davranırım** **6.Hiçbir zaman böyle davranmam**

	Her Zaman					**Hiçbir Zaman**
15. Bir sorunla ilgili olası çözüm yolu üzerinde karar vermeye çalışırken seçeneklerimin başarı olasılığını tek tek değerlendirmem.	1	2	3	4	5	6
16. Bir sorunla karşılaştığımda, başka konuya geçmeden önce durur ve o sorun üzerinde düşünürüm.	1	2	3	4	5	6
17. Genellikle aklıma gelen ilk fikir doğrultusunda hareket ederim.	1	2	3	4	5	6
18. Bir karar vermeye çalışırken her seçeneğin sonuçlarını ölçer, tartar, birbiriyle karşılaştırır, sonra karar veririm.	1	2	3	4	5	6
19. Bir sorunu çözmek üzere plan yaparken o planı yürütebileceğime güvenirim.	1	2	3	4	5	6
20. Belli bir çözüm planı uygulamaya koymadan önce, nasıl bir sonuç verileceğini tahmin etmeye çalışırım.	1	2	3	4	5	6
21. Bir soruna yönelik olası çözüm yollarını düşünürken çok fazla seçenek üretmem.	1	2	3	4	5	6
22. Bir sorunumu çözmeye çalışırken sıklıkla kullandığım bir yöntem; daha önce başıma gelmiş benzer sorunları düşünmektir.	1	2	3	4	5	6
23. Yeterince zamanım olur ve çaba gösterirsem karşılaştığım sorunların çoğunu çözebileceğime inanıyorum.	1	2	3	4	5	6
24. Yeni bir durumla karşılaştığımda ortaya çıkabilecek sorunları çözebileceğime inancım var.	1	2	3	4	5	6
25. Bazen bir sorunu çözmek için çabaladığım halde, bir türlü esas konuya giremediğim ve gereksiz ayrıntılarla uğraştığım duygusunu yaşarım.	1	2	3	4	5	6
26. Ani kararlar verir ve sonra pişmanlık duyarım.	1	2	3	4	5	6
27. Yeni ve zor sorunları çözebilme yeteneğime güveniyorum.	1	2	3	4	5	6
28. Elimdeki seçenekleri karşılaştırırken ve karar verirken kullandığım sistematik bir yöntem vardır.	1	2	3	4	5	6
29. Bir sorunla başa çıkma yollarını düşünürken çeşitli fikirleri birleştirmeye çalışmam.	1	2	3	4	5	6
30. Bir sorunla karşılaştığımda bu sorunun çıkmasına neden olabilecek benim dışımdaki etmenleri genellikle dikkate almam.	1	2	3	4	5	6
31. Bir konuyla karşılaştığımda, ilk yaptığım şeylerden biri, durumu gözden geçirmek ve konuyla ilgili olabilecek her türlü bilgiyi dikkate almaktır.	1	2	3	4	5	6
32. Bazen duygusal olarak öylesine etkilenirim ki, sorunumla başa çıkma yollarından pek çoğunu dikkate bile almam.	1	2	3	4	5	6
33. Bir karar verdikten sonra, ortaya çıkan sonuç genellikle benim beklediğim sonuca uyar.	1	2	3	4	5	6
34. Bir sorunla karşılaştığımda, o durumla başa çıkabileceğimden genellikle pek emin değilimdir.	1	2	3	4	5	6
35. Bir sorunun farkına vardığımda, ilk yaptığım şeylerden biri sorunun tam olarak ne olduğunu anlamaya çalışmaktır.	1	2	3	4	5	6

EK-8. ÇOK BOYUTLU ALGILANAN SOSYAL DESTEK ÖLÇEĞİ (ÇBASD)

Aşağıda 12 cümle ve her bir cümlenin yanında da cevaplarınızı işaretlemeniz için 1'den 7'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede söylenenin sizin için ne kadar çok doğru olduğunu veya olmadığını belirtmek için o cümlenin yanındaki rakamlardan yalnız bir tanesini daire içine alarak işaretleyiniz. Bu şekilde 12 cümlenin her birine bir işaret koyarak cevaplarınızı veriniz. Lütfen hiçbir cümleyi cevapsız bırakmayınız. Sizce doğruya en yakın olan rakamı işaretleyiniz.

1.hiç katılmıyorum
2.büyük ölçüde katılmıyorum
3.kısmen katılmıyorum
4.ne katılıyorum ne katılmıyorum
5.kısmen katılıyorum
6.büyük ölçüde katılıyorum
7.tamamen katılıyorum

1. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve ihtiyacım olduğunda yanımda olan bir insan *(örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor)* var.	1	2	3	4	5	6	7
2. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim bir insan *(örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor*) var.	1	2	3	4	5	6	7
3. Ailem *(örneğin, annem, babam, eşim, çocuklarım, kardeşlerim*) bana gerçekten yardımcı olmaya çalışır.	1	2	3	4	5	6	7
4. İhtiyacım olan duygusal yardımı ve desteği ailemden (*örneğin, annemden, babamdan eşimden, çocuklarımdan, kardeşlerimden)* alırım.	1	2	3	4	5	6	7
5. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve beni gerçekten rahatlatan bir insan (*örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor*) var .	1	2	3	4	5	6	7
6. Arkadaşlarım bana gerçekten yardımcı olmaya çalışırlar.	1	2	3	4	5	6	7
7. İşler kötü gittiğinde arkadaşlarıma güvenebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
8. Sorunlarımı ailemle *(örneğin, annemle, babamla, eşimle, çocuklarımla, kardeşlerimle*) konuşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sevinç ve kederlerimi paylaşabileceğim arkadaşlarım var.	1	2	3	4	5	6	7
10. Ailem ve arkadaşlarım dışında olan ve duygularıma önem veren insan *(örneğin, flört, nişanlı, sözlü, akraba, komşu, doktor*) var.	1	2	3	4	5	6	7
11. Kararlarımı vermede ailem *(örneğin,, annem, babam,eşim, çocuklarım, kardeşlerim*) bana yardımcı olmaya isteklidir.	1	2	3	4	5	6	7
12. Sorunlarımı arkadaşlarımla konuşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

Çağla Begüm YÜCE

Maltepe Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Eğitim Bilgileri

Lisans (2007-2012): Maltepe Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü

Lise (2003- 2006): Kadıköy Lisesi/ İSTANBUL

İş Bilgileri

Adım Psikoloji Dil ve Konuşma Merkezi (2017 - …): Psikolog

PNP (Psikonöropedia) Eğitim ve Danışmanlık Merkezi (2016 - …): Psikolog

Ceviz Ağacı Anaokulu (2015- ….): Psikolog

Kişisel Bilgiler

Doğum yeri ve tarihi: Kadıköy/İSTANBUL, 13 Ağustos 1989

Yabancı Dil: İngilizce

E-mail: caglabegumyuce@gmail.com