

T.C.
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ERGENLERDE TRAVMATİK
YAŞANTILAR VE PROBLEMLİ İNTERNET
KULLANIMI ARASINDAKİ İLİŞKİDE
STRES VE DUYGU DÜZENLEMENİN ROLÜ

Yüksek Lisans Tezi

Lale UNUR GÜRER

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Mustafa EŞKİSU

Erzincan / 2021

TEZ BİLDİRİMİ

“Ergenlerde Travmatik Yaşantılar ve Problemlı İnternet Kullanımı Arasındaki İlişkide Stres ve Duygu Düzenlemenin Rolü” isimli “**Yüksek Lisans**” tezım tarafımca intihal programı ile incelenmiştir. Buna göre tezimde bilimsel etik ihlali ve intihal olarak nitelendirilebilecek herhangi bir durum olmadığını taahhüt ederim.

Bu çalışmadaki tüm bilgilerin, akademik ve etik kurallara uygun bir biçimde elde edildiğini; aynı zamanda bu kural ve davranışların gerektirdiği gibi, bu çalışmanın özünde olmayan tüm materyal ve sonuçları tam olarak aktardığımı ve referans gösterdiğimi beyan ederim. 26/05/2021

Lale UNUR GÜNER

ERGENLERDE TRAVMATİK YAŞANTILAR VE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ARASINDAKİ İLİŞKİDE STRES VE DUYGU DÜZENLEMENİN ROLÜ

Lale UNUR GÜRER

**Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim
Bilimler Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı**

Yüksek Lisans Tezi, Mayıs, 2021

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi. Mustafa EŞKİSU

ÖZET

Çocukluk çağı travma deneyimleri bireylerin ileri dönemlerdeki yaşantılarını duygusal, davranışsal ve bilişsel olarak olumsuz düzeyde etkileyebilmektedir. Bu olumsuz etkilerden biri de problemli İnternet kullanımıdır. Aşırı ve kontrolsüz bir şekilde İnternetle meşgul olmayı içeren problemli İnternet kullanımı bireylerde fiziksel ve psikolojik açıdan birçok olumsuz etki oluşturabilmektedir. Bu araştırmada da çocukluk çağı ruhsal travma yaşantıları ile ergenlerde problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide; stres, duygu düzenleme güçlüğü, internette duygusal rahatlama ve online sosyal etkileşim tercihinin rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 2019-2020 eğitim- öğretim yılında Türkiye'nin çeşitli illerinden öğrenim görmekte olan 279'u erkek, 558'i kadın toplam 871 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama amacıyla Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (ÇTQ-33), Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği (CİBÖ), Depresyon, Anksiyete, Stres Ölçeği (DASS-21), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ-16), Genelleştirilmiş Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği (GPIKÖ-2) ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

İlişkisel tarama modelinden yararlanılan araştırmada travma yaşantıları, problemli internet kullanımı, stres, duygu düzenleme güçlüğü, internette duygusal rahatlama ve online sosyal etkileşim tercihi arasındaki ilişkiler Yapısal Eşitlik Modeli ile analiz edilmiştir. Değişkenler arasındaki dolaylı ilişkilerin anlamlılığı ise 2000 yeniden örnekleme ile sınanmıştır. Değişkenlerin birbirleriyle ilişkilerinin

belirlenmesi amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Korelasyon analizi sonuçlarına göre modelde ele alınan bütün değişkenlerin birbirleriyle pozitif yönlü anlamlı ilişkiler gösterdiği ortaya konulmuştur. Yapısal eşitlik modellemesi analizi sonuçlarına göre çocukluk çağı travmaları duygu düzenleme güçlüğü ve stres düzeyini, duygu düzenleme güçlüğü de online sosyal etkileşim tercihini ve internette duygusal rahatlamaı anlamlı düzeyde yordamaktadır. Stres, online sosyal etkileşim tercihi ve internette duygusal rahatlama ise problemlı internet kullanımını anlamlı düzeyde yordamaktadır. Modelde yer alan dolaylı etkiler, travmatik deneyimlerin problemlı internet kullanımını stres düzeyi üzerinde yordadığını göstermiştir. Aynı zamanda, duygu düzenleme güçlüğü, online sosyal etkileşim tercihi ve internette duygusal rahatlama üzerinden travmatik yaşantılar ile problemlı internet kullanımı arasındaki ilişkide aracı rolüne sahiptir. Bu araştırmada elde edilen bulgular travmatik deneyimleri olan ergenlerde İnternetin duygusal rahatlama amaçlı kullanılmasının, stres ve duygu düzenleme güçlüğüünün problemlı internet kullanımında önemli bir etken olduğunu ve önleyici çalışmalarda bu değişkenlere yönelik müdahalelerin etkili olabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Çocukluk çağı travmaları, duygu düzenleme güçlüğü, problemlı internet kullanımı, stres

**THE ROLE OF STRESS AND EMOTION REGULATION IN THE
RELATIONSHIP BETWEEN TRAUMATIC EXPERIENCES AND
PROBLEMATIC INTERNET USE AMONG TEENAGERS**

Lale UNUR GÜRER

**Erzincan Binali Yıldırım University, Institute of Social Sciences Institute
Department of Educational Sciences, Guidance and Psychological Counseling
Program**

Master Thesis, May 2021

Thesis Advisor: Asst. Prof. Dr. Mustafa EŞKİSU

ABSTRACT

Childhood trauma can negatively affect individuals' future lives emotionally, behaviorally and cognitively. One of these negative effects is problematic Internet use. Problematic Internet use, including excessive and uncontrolled use of the Internet, can have many negative effects on individuals, both physically and psychologically. Present study aims to examine the role of stress, emotion regulation difficulties, mood regulation on the net and online social interaction preference in the relationship between childhood psychological trauma experiences and problematic Internet use among teenagers. The study group of the research consists of 871 high school students, 279 males and 558 females, studying from various provinces of Turkey in the 2019-2020 academic year. In order to collect data in the current study, Childhood Traumas Scale (CTQ-33), Chen Internet Addiction Scale (CIDS), Depression, Anxiety, Stress Scale (DASS-21), Difficulty in Emotion Regulation Scale (DEGI-16), Generalized Problematic Internet Use Scale (GPIKÖ-2) and Personal Information Form were used.

Present study, using the relational screening model, the relationships between trauma experiences, problematic Internet use, stress, difficulty in emotion regulation, mood regulation on the net and online social interaction preference were analyzed by performing Structural Equation Model. The significance of the indirect relationships

between the variables was tested with 2000 bootstrapping samples and 95% bias-corrected confidence intervals. Pearson Product Moments Correlation analysis was used to determine the relations of the variables with each other. According to the results of the correlation analysis, it was revealed that all the variables considered in the model showed positive and significant relationships with each other. According to the results of structural equation modeling analysis, childhood traumas significantly predicted emotion regulation difficulties and stress levels whereas difficulty in emotion regulation also predicts online social interaction preference and mood regulation on the net. Stress, preference for online social interaction and mood regulation on the net significantly predicted problematic Internet use. Indirect effects in the model showed that traumatic experiences predicted problematic Internet through stress. At the same time, there is a mediating role in the relationship between traumatic experiences and problematic internet use through difficulty in emotion regulation, preference for online social interaction, and mood regulation on the net. The findings of this study show that the use of the Internet for mood regulation in adolescents with traumatic experiences, stress and difficulty in emotion regulation are important factors in problematic Internet use and interventions for these variables can be effective in preventive studies.

Keywords: Childhood traumas, difficulty in emotion regulation, problematic internet use, stress

ÖN SÖZ

Öncelikle yüksek lisans eğitimim boyunca ve bu çalışmanın her aşamasında kıymetli bilgileriyle beni aydınlatan, motivasyonum azaldığında içten desteği ve ilgisiyle beni her zaman destekleyen, sakın, güler yüzlü, pozitif ve samimi yaklaşımıyla tez sürecimi keyifli hale getiren, çalışmamın her aşamasını titizlikle inceleyerek takip eden ve ‘İyi ki yollarımız kesişmiş’ dediğim çok değerli danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Mustafa EŞKİSU’ya sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Katkıları benim için çok kıymetliydi.

Tezimi titizlikle inceleyerek kıymetli bilgilerini benimle paylaşan ve olumlu dönütleriyle tezimi zenginleştiren değerli jüri üyelerim Muş Alparslan Üniversite’nden Dr. Öğr. Üyesi Zekeriya ÇAM’a ve Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi’nden Prof. Dr. Ahmet Ragıp ÖZPOLAT’a çok teşekkür ederim.

Erzincan’dan Muğla’ya uzanan akademik yolculuğuma çıkmama vesile olan, beni bu yolda destekleyen, yardımseverliğine, engin bilgilerine ve hoşgörüsüne hayran olduğum; birlikte güzel anılar biriktirdiğim Muğla Sıtkı Koçman Üniversite’sinin çok değerli akademisyeni Prof. Dr. Ayşe Rezan ÇEÇEN EROĞUL’a teşekkürü bir borç bilirim.

Kendisinden bir dönem ders alma şansına sahip olduğum, grupla psikolojik danışma süreci adına çok şey öğrendiğim, zorlu ders dönemim boyunca destekleyici konuşmaları ve olumlu yorumlarıyla bana çok şey öğreten Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi’nin kıymetli akademisyeni Doç.Dr. Raşit AVCI’ya çok teşekkür ederim.

Erzincan ilinde; abi, arkadaş, baba, dost rolleriyle hayatımın her alanında bana her türlü desteği sunan, yüksek lisans eğitimim boyunca en az benim kadar havaalanında bulunan, yorulduğum anda pes etmemem için elinden gelen her türlü çalışmayı yapan ve hayatımda olduğu için kendimi çok şanslı hissettiğim ve her daim olmasını dilediğim, Erzincan Fatih Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi’nin (FATEM) değerli Müdür Yardımcısı Kemal GECİKEN ve ailesine teşekkürü bir borç bilirim.

Eğitime ve bilime bakış aıllarıyla yüksek lisans eğitimim boyunca bana her türlü desteği sunan, eğitimime devam etmem için beni teşvik eden ve gerekli yasal izinleri sağlayan çok kıymetli okul müdürleri Bahadır SAZLI ve Fatih DEMİRTAŐ’a ve yesi olmaktan her daim mutluluk duyacağım Erzincan FATEM ailesine sonsuz teşekkürleri sunarım.

Yüksek lisans eğitimim boyunca değerli bilgilerini benimle paylaşarak beni her daim motive eden, yardımseverliği ve iyi niyetiyle zorlandığım her an yanımda olan; değerli arkadaşım, meslektaşım Uzman Psikolojik Danışman Mehmet şirin AKÇA’ya çok teşekkür ederim.

Araştırmam için veri toplama aşamasında bana yardımcı olan başta Trabzon Beşikdüzü Anadolu ğretmen Lisesi’nden matematik ğretmenim Kemal GEDİKLİ’ye, meslektaşlarıma, ğretmen arkadaşlarıma ve araştırmaya katılan tüm öğrencilere çok teşekkür ederim.

Eğitim hayatım boyunca kıymetli bilgileriyle bana farklı bakış açıları kazandıran ‘Hayatta En Hakiki Mürşit İlimdir’ sözünü kendisine ilke edinmiş ve üzerimde emeği olan tüm öğretmenlerime ve lisans eğitimim boyunca kendilerinden çok şey öğrendiğim Tokat Gaziosmanpaşa niversitesi’nin kıymetli akademisyenlerine çok teşekkür ederim.

Hayatının baharında henüz 28 yaşında hem anne hem baba rolünü üstlenerek ömrünü  çocuğuna adayan ve bizim için her türlü fedakarlığı yapan, başarmayı, mücadeleyi, emeği, alın teriyle çalışarak onurlu yaşamayı bize öğreten, hayattaki önceliği iyi insan olmayı başarabilmek olan, her zaman bizlere huzurlu olabilmenin yolunu gösteren ve emeklerinin karşılığını asla ödeyemeyeceğim benim cesur ve güzel kalpli annem Efrumiye UNUR’a sonsuz teşekkürleri sunarım. Ayrıca yaşama çok erken yaşlarda veda ederek arkasında sonsuz sevgisiyle bizlere güzel bir kadın bırakan, yaşamı, fikirleri, aydınlık düşünceleri, yetiştirdiği güzel insanlar ve anıları ile hayatımıza her daim ışık olan babam Sıtkı UNUR’u rahmet ve sonsuz minnetle anıyorum. Ayrıca hayattaki en büyük şansım olan, her anımda yanımda olarak beni

destekleyen, huzur ve neşe kaynaklarım, en güzel anılarımın ortakları benim biricik kardeşlerim Arda UNUR'a ve aynı zamanda en tatlı meslektaşım olan Psikolojik Danışman Ezgi UNUR'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak yüksek lisans eğitim sürecime sonsuz bir aşk ve mutluluk sığdırmama neden olan, bu çalışmanın her aşamasında yoğun iş yaşamına rağmen gecem ve gündüzümde yanımda olan, alanı olmadığı halde elinden gelenin fazlasını yaparak benimle birlikte araştıran, öğrenen, heyecanlanan, en güzel anılarımın ve gülümsemelerimin mimarı, ömrümdeki en büyük şansım olan sevgili eşim Avukat Onur Salih GÜNER'e en içten teşekkürlerimi sunuyorum. Seni çok seviyorum...

Anneme...



İÇİNDEKİLER

TEZ BİLDİRİMİ	I
ÖZET	II
ABSTRACT	IV
ÖN SÖZ.....	VI
İÇİNDEKİLER.....	X
TABLolar LİSTESİ	XIII
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	XIV
KISALTMALAR	XV
GİRİŞ.....	1
A. Problem.....	1
B. Önem.....	9
C. Amaç.....	11
D. Sınırlılıklar	13
E. Tanımlar.....	13
BİRİNCİ BÖLÜM.....	15
KURAMSAL ÇERÇEVE	15
A. Problemlİ İnternet Kullanımı	15
1. Kuramsal Modeller ve Tanı Kriterleri.....	16
a) Young'ın İnternet Bağımlılığı Modeli ve Tanı Ölçütleri	16
b) Goldberg'in Tanı Ölçütleri	18
c) Grohol'un Sosyalleşme Modeli.....	19
d) Davis'in Patolojik İnternet Kullanımı Modeli.....	20
e) Caplan'ın Genelleştirilmiş Problemlİ İnternet Kullanımı Modeli	22
2. Problemlİ İnternet Kullanımının Yaygınlığı	25

3. Problemlı İnternet Kullanımı ve İlişkili Faktörler	27
4. Problemlı İnternet Kullanımı ve Etkileri.....	29
B. Çocukluk Çağı Travmaları.....	31
1. Çocukluk Çağı Travmaları ve Etkileri	32
2. Travmatik Yaşantılar ve Problemlı İnternet Kullanımı Arasındaki İlişki	35
C. Stres Kavramı	36
1. Problemlı İnternet Kullanımı, Travma ve Stres İlişkisi	38
D. Duygu Düzenleme Güçlüğü.....	39
1. Problemlı İnternet Kullanımı, Travma, Stres ve Duygu Düzenleme Güçlüğü İlişkisi	40
İKİNCİ BÖLÜM	44
YÖNTEM.....	44
A. Araştırma Modeli	44
B. Çalışma Grubu	44
C. Veri Toplama Süreci.....	45
D. Veri Toplama Araçları	45
1. Kişisel Bilgi Formu	46
2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları Ölçeğı (ÇÇRTÖ-33).....	46
3. Depresyon, Ankisiyete ve Stres Ölçeğı (DASS-21)	46
4. Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeğı (CİBÖ).....	47
5. Genelleştirilmiş Problemlı İnternet Kullanım Ölçeğı (GPIKÖ-2) ...	48
6. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeğı Kısa -Form (DDGÖ-16)	49
E. Verilerin Analizi	49
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....	52

BULGULAR	52
A. Veri Setine Ait Betimleyici İstatistikler.....	52
B. Araştırmanın Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular	53
C. Ölçme Modeli Testine İlişkin Bulgular	53
D. Hipotetik Model Testine İlişkin Bulgular	56
E. Nihai Model Testine İlişkin Bulgular	59
F. Dolaylı Etkiler.....	62
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	65
SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER	65
A. Sonuçlar	65
B. Tartışma	66
C. Öneriler	77
1. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler.....	77
2. Araştırmacılara Yönelik Öneriler.....	78
KAYNAKÇA	79
EKLER	108

TABLolar LİSTESİ

		Sayfa No
Tablo 1	Çalışma Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	44
Tablo 2	Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler	52
Tablo 3	Değişkenler Arası İlişkilere Ait Pearson Korelasyon Matrisi	53
Tablo 4	Ölçme Modeline İlişkin Uyum Değeri Sonuçları	56
Tablo 5	Hipotetik Modele İlişkin Uyum Değeri Sonuçları	56
Tablo 6	Hipotetik Modele Ait Doğrudan Etkilere İlişkin Standardize Değerler ve t Değerleri	58
Tablo 7	Nihai Modele İlişkin Uyum Değerleri Sonuçları	60
Tablo 8	Nihai Modele Ait Doğrudan Etkilere İlişkin Standardize Değerler ve t Değerleri	62
Tablo 9	Tekli ve Çoklu Dolaylı Etkilere İlişkin Bootstrapping İşlem Sonuçları	63

ŞEKİLLER LİSTESİ

		Sayfa No
Şekil 1	Hipotetik Model	12
Şekil 2	Grohol'un Sosyalleşme Modeli	19
Şekil 3	Davis'in Bilişsel Davranışçı Patolojik İnternet Kullanımı Modeli	22
Şekil 4	Caplan'ın Genelleştirilmiş Problemlı İnternet Kullanımı Modeli	24
Şekil 5	Ölçme Modeline Ait Standardize Edilmiş Regresyon Katsayıları	54
Şekil 6	Hipotetik Modele Ait Standardize Edilmiş Regresyon Katsayıları	57
Şekil 7	Nihai Modele Ait Standardize Edilmiş Regresyon Katsayıları	61

KISALTMALAR

APA	:Amerikan Psikiyatri Birliği
CİBÖ	:Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği
DASS	:Depresyon Ankisiyete Stres Ölçeği
DDGÖ	:Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği
DSM	:Ruhsal Bozukluklar Tanısal ve Sayımsal El Kitabı
GPIKÖ	:Genelleştirilmiş Problemlİ İnternet Kullanım Ölçeği
OSET	:Online sosyal Etkileşim Tercihi
PIK	:Problemlİ İnternet Kullanımı
TSSB	:Travma Sonrası Stres Bozukluğu
TÜİK	:Türkiye İstatistik Kurumu

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problem durumu, amacı, önemi, sınırlılıkları ve araştırmada kullanılacak tanımlar ele alınmıştır.

A. Problem

Günümüzde bilişim teknolojileri bireyler tarafından iletişim aracı olarak tercih edilmekte ve internet kullanımı gittikçe artmaktadır. İnternet kullanımının yaygınlığı konusunda Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından yapılan araştırma incelendiğinde; düzenli internet kullanıcısı oranı 2011 yılında %89,5 iken 2020 yılında %98,5 oranına ulaşmıştır. Yaş grupları arasında kullanım oranları incelendiğinde, 16-24 yaş arası bireylerin; bilgisayar kullanım oranı 2004 yılında %32,2 iken 2018 yılında %68,2 olmuştur. İnternet kullanım oranları ise 2004 yılında %26,6 iken 2020 yılında %91,8'e ulaşmıştır. 25-34 yaş arası bireylerin; bilgisayar kullanım oranı 2004 yılında %19,8 iken, bu oran 2018 yılında %61,7'ye yükselmiştir. İnternet kullanım oranları ise 2004 yılında %15,7 iken 2020 yılında %93,5 oranına ulaşmıştır. 45-54 yaş arası bireylerin; bilgisayar kullanımı 2004 yılında %7,9 iken 2018 yılında %32,6'ya ve internet kullanım oranları 2004 yılında %5,5 iken 2020 yılında %75,8 oranına yükselmiştir. 65-74 yaş arası bireylerin bilgisayar kullanım oranı 2004 yılında % 0,4 iken 2018 yılında % 8,5 olmuştur. Bu bireylerin internet kullanım oranları ise 2004 yılında %0,4 iken 2020 yılında %27,1 olmuştur.

Yaş grupları arasında internet kullanım oranları incelendiğinde ise (16-24, 25-34, 45-54, 65-74) ergen grubun kullanım oranının yüksek olduğu görülmektedir (TÜİK, 2020). Bu nedenle ergenler üzerinde internetin etkilerini araştırmak önem arz etmektedir. İnternet World State 2020 Aralık ayı dünya internet kullanımı istatistikleri incelendiğinde nüfus oranlarına göre; Afrika nüfusunun %47,1'i internet kullanırken; Asya nüfusunun %59,5'i, Avrupa nüfusunun %87,2'si, Latin Amerika nüfusunun %71,5'i, Orta Doğu nüfusunun %70,8'i, Kuzey Amerika nüfusunun %90,3'ü ve Okyanusya nüfusunun %67,7'si internet kullanmaktadır (Internetworldstats, 2020). Türkiye'de yaşayan 81 milyon kişinin %64,68'i yani 51 milyon kişi aktif internet kullanıcısı olarak görülmektedir (Internetworldstats, 2020).

Günümüzde internet veya diğer bir ifadeyle sanal ortam, kullanılmaya başlanıldığından beri sürekli geliştirilerek bireylerin çeşitli alanlardaki ihtiyaçlarını karşılayan (Çağır ve Gürge, 2010; Altıntaş, 2016) ve merak edilen her türlü bilgiye hızlı bir şekilde ulaşılmasını sağlayan bir iletişim aracı olmuştur (Bisen ve Deshpande, 2018). Bu iletişim aracının aşırı ve kontrolsüz kullanımı beraberinde birçok problemi getirmiş ve bununla birlikte internet bağımlılığı kavramı ortaya çıkmıştır. Alanyazındaki araştırmalar incelendiğinde internet bağımlılığı ile ilgili net bir tanımlama yapılması konusunda ortak bir görüşe varılamadığına rastlanılmıştır. Alanyazındaki tanımlamalardan bazıları; internet bağımlılığı (Goldberg, 1996), patolojik internet kullanımı (Davis, 2001) ve problemli internet kullanımıdır (Caplan, 2002).

İnternet bağımlılığı ile ilgili net bir tanımlama yapılması konusunda ortak bir görüşe varılamasa da, yapılan tanımlamaların ortak noktaları; internet başında geçirilen sürenin fazlalığı, bireylerin kullanımda kontrolsüz davranmaları, bireylerde yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması ve bireylerin ailevi, çevresel ve sosyal yaşamlarında olumsuz sonuçlara neden olmasıdır (Şehidoğlu, 2014). Bu kapsamda problemli internet kullanımı; çevresel, ailevi, bireysel akademik/mesleki alanda olumsuz bazen de patolojik sonuçlara yol açan bilişsel, psikolojik ve davranışsal boyutların bir araya gelmesiyle oluşan bir sendromdur (Caplan, 2003).

Alanyazında daha çok ortak kavram olarak ‘problemli internet kullanımı’ kavramı kullanılmaktadır (Altıntaş, 2016). Feindel (2019) internet bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı, problemli internet kullanımı, bilgisayar oyunları bağımlılığı, rol oyunları bağımlılığı, kompulsif internet kullanımı, patolojik (hastalıklı) internet kullanımı, patolojik bilgisayar/internet bağımlılığı gibi kavramların birbirinden farklı kavramlar olsa da aslında hepsinin aynı anlama geldiğini belirterek kişinin bilgisayar kullanımı üzerindeki kontrolünü kaybetmesi olarak tanımlamıştır.

İnternet bağımlılığıyla ilgili yapılan çalışmaların son yıllarda artmasının nedeni; internetin özellikle ergen nüfus üzerinde ciddi sorunlara yol açmasıdır (Yıldız, 2010). Alanyazında yer alan çalışmalarda ele alınan sorunlar incelendiğinde; internetin problemli bir şekilde kullanımının aile ilişkilerinde olumsuz etkilerle sonuçlandığı (Akbulut, 2013) bununla birlikte bireyler üzerinde fiziksel (Akyol, 2001), psikolojik

(Ögel, 2012) vb. alanlarda olumsuz sonuçları ortaya çıkardığı görülmektedir. Yalçın ve Bertiz (2019) yaptıkları nitel bir çalışmada interneti problemli bir şekilde kullanan bireylerin yemek yemek gibi günlük temel ihtiyaçlarını dahi karşılayamadıklarını ve bazen bunları unuttuklarını ifade etmişlerdir. Bilgisayar, telefon, tablet vs. araçlarla uzun süre temasta kalındığında ilk sıralarda göz sağlığı ve kas sistemi olumsuz etkilenmektedir. Uzun süre teknolojik aletlere bakma gözlerde kaşınma, yanma, gözlerin yaşarması gibi sorunlar oluşturabilmektedir (Akyol, 2001). İnterneti problemli bir şekilde kullanan bireylerin hareketlerinde ve arkadaşlarıyla etkileşimlerinde azalma meydana geldiği için obezite gibi sorunlara ortam hazırlanmaktadır (Tanır ve ark., 2009). Bilgisayar başında hareketsiz bir şekilde oturmak belirli bölgesel ağrılara neden olabilir. Bu bölgesel ağrılar hafif ağrılardan şiddetliye kadar değişiklik gösterebilir (Makas, 2008). Farkında olmadan uzun süre bilgisayar başında kalan bireylerde problemli internet kullanımı sonucunda hipersomnia ve insomnia gibi ciddi oranda uyku problemleri de ortaya çıkabilmektedir (Özcan, 2004).

Problemli internet kullanımı insanların psikososyal hayatlarını ve kişilik özelliklerini de etkilemektedir. Bireylerin bilgisayar karşısında amaçsızca çevrimiçi olarak kalmaları psikiyatrik ve psikolojik sorunlar oluşturabilmektedir (Ögel, 2012). İnternet kullanımı arttıkça bireyler kendilerini mutsuz ve yalnız hissedebilirler. Bireylerde kendilerine verilen görevleri yerine getirmeme, zorlayıcı işlerden kaçınma, iletişim becerilerinde eksiklik gibi davranışlar görülebilir. Bu davranışların yapılma sıklığı zamanla artarak ileri dönemlerde kalıcı hale gelebilir (Ögel, 2012). Caplan (2007) yaptığı bir çalışmada problemli internet kullanımı ve yalnızlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Odacı ve Kalkan'ın (2010) yaptıkları bir çalışmada interneti problemli bir şekilde kullanan bireylerde kaygı, yalnızlık, depresyon gibi sorunlarla problemli internet kullanımı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Kelleci (2008) interneti problemli bir şekilde kullanan bireylerde, bilgisayar ortamında oynanan oyunların dopamin salgılanmasını tetiklemesi nedeniyle bu durumun dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğuna neden olabileceğini belirtmektedir.

Problemlı internet kullanımı aile ilişkilerini de olumsuz yönde etkilemektedir. Problemlı internet kullanımına sahip bireylerin aile bireyleriyle paylaşımları azalmakta ve bu durum aile ilişkilerini olumsuz etkilemektedir (Akbulut, 2013 Şendağ, 2009). Eldeleklioğlu ve Vural'a (2013) göre aile üyeleriyle duygusal ve sosyal anlamda paylaşımda bulunan ve ailesi tarafından desteklenen bireylerin internet başında geçirdikleri sürenin az olduğu bilinmektedir. Problemlı İnternet kullanımının aile ilişkilerine olumsuz etkileriyle birlikte akademik başarı üzerinde de olumsuz etkileri bulunmaktadır. Derin (2013) ve Yavuz (2018) ergenler üzerine yaptıkları bir araştırmada internet bağımlılığı puanları yüksek olan öğrencilerin akademik başarı puanlarının düşük olduğunu belirtmişlerdir.

Tüm dünyada ve Türkiye'de olduğu gibi internet kullanıcıların sayısı artmakta ve bu artıştaki en yüksek oranı ergen grup oluşturmaktadır (Öztürk ve ark., 2007). İnternetin ergen grupta yaygınlaşmasının nedenlerinden birisi dönemin gelişimsel özelliği olabilir. Ergenler bu dönemde kimlik oluşturma sürecini internet sayesinde daha rahat gerçekleştirebildiği düşüncesiyle interneti daha sık kullanmaya başlamaktadırlar. Bu durum onları problemlı internet kullanıcılarına dönüştürebilmektedir (Huang, 2006). Buradan hareketle problemlı internet kullanımının belirleyicilerinden veya risklerinden birisi olarak ergenlerin içinde bulunduğu gelişim dönemi ve kimlik oluşturma istekleri sayılabilir (Yang ve Tung, 2007). Alanyazında problemlı internet kullanımının yordayıcıları arasında; Lin, Lin ve Wu (2009); ergenlerin can sıkıntısına yatkınlık düzeyleri, Zorbaz ve Tuzgöl - Dost (2014); cinsiyet, sosyal kaygı, akran ilişkileri, Siyez (2014); heyecan ve macera arama, kontrol kaybı, Budak (2017); kişilik özellikleri ve duygu düzenleme güçlüğü, Batıgün ve Kılıç (2011); stres, anne babanın sağladığı zayıf sosyal destek ve düşük öz kontrol, Çevik ve Çelikkaleli (2010); ilgisiz ve ihmalkar anne baba tutumları gibi etkenler olduğunu belirtilmektedir. Ebeveyn tutumlarıyla birlikte çocuklar girişken, sosyal, özgüvenli, dışadönük gibi özellikler gösterebilmenin yanında arkadaşlık ilişkilerinde sorunlar yaşayan, içedönük, yalnız, kendilik algısı olumsuz, depresif durumlar da sergileyebilmektedirler. Ebeveyn tutumları da ergenlerin interneti problemlı bir şekilde kullanmasına neden olabilmektedir (Altıntaş, 2016). Ele alınan bu risk faktörlerinden birisi de problemlı internet kullanımı ve davranış sorunları arasındaki

ilişkidir. Shapira ve arkadaşları (2000) ABD’de 20 problemli internet kullanıcısı bireyle yaptıkları bir çalışmada bu bireylerin yaşamları süresince yakalandıkları ruhsal bir rahatsızlık bulunduğunu ve %70’inde iki uçlu duygudurum bozukluğu olduğunu belirtmişlerdir. Yılmaz (2010) 12-18 yaş arası ergen grupla deneysel olarak yaptığı bir çalışmada internet bağımlılığına sahip katılımcıların kontrol grubuna göre sosyal fobi ve depresyon puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bernardi ve Pallanti (2009) İtalya’da 50 hastayla yaptığı bir çalışmada 15 hastanın internet bağımlılığı tanı kriterlerini karşıladığını ve bu hastalarda; kaygı bozukluğu, anksiyete bozukluğu, sınır kişilik bozukluğu ve çekingen kişilik bozukluğu gibi hastalıkların birlikte görüldüğünü belirtmişlerdir. Bununla birlikte bu hastalarda internet bağımlılığı oranı arttıkça psikolojik belirtilerin şiddetinin de arttığını tespit etmişlerdir. Caplan (2003) kaygı düzeyi yüksek ve kendilik algısı olumsuz olan bireylerin diğerlerine göre interneti problemli bir şekilde kullanmaya daha yatkın olduklarını belirtmektedir. Problemli internet kullanımı birçok psikiyatrik bozuklukla birlikte görülebilmektedir (Arısoy, 2009; Gönül, 2002). Problemli internet kullanıcılarının %50’sinde başka bir psikiyatrik bozukluk bulunduğu ve bu bozukluklardan en çok rastlananlarının madde kullanımı (%38), duygu durum bozukluğu (%33), anksiyete bozukluğu (%10) ve psikotik bozukluk (%14) olduğu bulunmuştur (Arısoy, 2009).

Problemli internet kullanımıyla yakından ilişkili olan psikolojik problemlerden biri de çocukluk çağı travma yaşantılarıdır. Çocukluk çağı travmatik yaşantısı, 18 yaşın altındaki bireylere uygulanan ve çocukların psikolojik, sosyal ve fiziksel gelişimini olumsuz olarak etkileyen ihmal ve istismar yaşantıları dahil her türlü olumsuz travmatik deneyimleri kapsayan bir kavramdır (Hoşceylan, 2018; World Health Organization, 1999). Erken dönem travmatik yaşantılar ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan araştırmalarda çocukluk döneminde istismara uğramanın ve bireylerin yaşadıkları travma deneyimlerinin problemli internet kullanımını arttırdığı bulunmuştur (Schimmenti ve ark., 2017). Benzer şekilde, boşanma gibi çocuklar için travmatik olan bir olay, çocukların psikolojik, akademik, kişisel ve sosyal alanda negatif yaşantılarla karşı karşıya kalmasını etkileyebilmekte ve bu durum da ileriki dönemlerde çocukların yaşamlarında olumsuz

sonuçlardan birisi olan problemli internet kullanımı şeklinde ortaya çıkmaktadır (Kurutaş, 2017; Schimmenti ve ark., 2017; Türkarslan, 2007).

Travmanın ergenler üzerindeki olumsuz etkileri incelendiğinde Demir (2008) yaptığı bir çalışmada travma yaşamış çocukların %56,7'sinin akademik başarısının azaldığını ortaya koymuştur. Zoroğlu ve arkadaşları (2001) araştırmalarında cinsel istismar travması yaşamış olan ergenlerin %45,6'sında kendine zarar verme ve saldırgan davranışlar gibi olumsuz davranışların görüldüğünü belirtmişlerdir. Amerikan Psikiyatri Birliği'ne (2014) göre, travmatik olaya maruz kalmış yetişkinler ve çocuklarda benzer belirtiler görülebilmektedir. Bu belirtiler; uyku sorunları, okul başarısında düşüş, öfke, dikkat ve odaklanma güçlükleri, sosyal ilişkilerde sorun yaşama, üzüntü, suçluluk ve duyguların düzenlenmesinde yaşanan sorunlar olarak belirtilmektedir.

Erken dönem travmatik yaşantılar ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide rol oynayan değişkenlerden birisi de bireylerde travma sonrası ortaya çıkan stres durumu olabilir. Özellikle çocukluk çağında istismara uğrayan bireyler Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) geliştirebilmekte ve giderek olaylara karşı duygusal yanıtlar vermenin etkisiz olduğu düşüncesi geliştirebilmektedirler (Lanius ve ark., 2011). Gümüş ve Kararımak (2018) yaptıkları bir çalışmada son bir yılda travmatik olay yaşamış ergenlerin travmatik stres belirti şiddeti puanlarının yaşamayanlara göre anlamlı düzeyde farklılaştığını ve cinsiyete göre de kadınların erkeklere oranla travma sonrası stres belirti puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Ünal'a (2008) göre aile içerisinde travmatik yaşantıya sebep olabilecek olayların bulunması bireylerde strese neden olmaktadır. Burns ve arkadaşları (2010) üniversite öğrencileriyle yürüttükleri bir çalışmada erken çocukluk döneminde yaşanan duygusal istismar gibi olumsuz yaşantıların travma sonrası ortaya çıkan stresi güçlü bir şekilde yordadığını belirtmiştir. Caplan'a (2010) göre problemli internet kullanımına sahip bireyler günlük hayatta karşılaştıkları stres durumlarından kurtulmak, rahatlamak için internete yönelmektedirler. Bu bireyler başkalarıyla yüz yüze iletişime geçmekten kaygı duymakta, bu kaygı ve stresle baş edebilmek için internete yönelmekte ve bu durumda bireyleri problemli internet kullanıcısına dönüştürmektedir. Bununla birlikte alanyazında yapılan çalışmalarda stres düzeyi ile problemli internet kullanımı arasında

pozitif yönlü anlamlı ilişkiler ortaya konulmuştur (Akın ve İskender, 2011; Baltacı, Akbulut ve Yılmaz, 2021; Campbell, Cummin ve Hughes, 2006; Çıkrıkçı, 2017; Evgin ve Kaplan, 2017; Gülnar, 2016; Kaymak, Birgin, Tekeli, Küt, Akgün, Bakla, Öncel ve Büyükuysal; 2021; Lavoie ve Pychly, 2001; Thomee, Eklöf, Gustafsson, Nilsson, Hasberg, 2017).

Erken dönem travmatik yaşantılar ile problemlili internet kullanımı arasındaki ilişkide rol oynayan değişkenlerden birisi de duygu düzenleme güçlüğü olabilir. Duygu düzenleme güçlüğü; duygunun kabul edilmediği, duygunun farkındalığının olmadığı, duygunun anlaşılır bir şekilde ifade edilemediği ve amaca uygun olmayan davranışların kontrol edilemeyerek duruma uygun duygu düzenleme stratejilerinin kullanılmadığı durumdur (Gratz ve Roemer, 2004). Çocukluk döneminde olumsuz yaşantılara maruz kalan çocukların benlik duygusunda bozulmalarla birlikte duygusal sorunlar yaşadıkları (Kendall-Tackett, 2002) ve bu çocukların ileri dönemlerde olaylara yönelik uygun duygular yaşayamadıkları, duygu düzenlemede güçlükler yaşadıkları ve empati duygularının azaldığı belirtilmektedir (Shipman ve ark. 2007). Dereboy, Demirkapı, Şakiroğlu ve Öztürk (2018) 635 üniversite öğrencisiyle yaptıkları bir çalışmada erken dönem travmatik yaşantıya sahip bireylerin ileri yaşam dönemlerinde duygu düzenleme becerilerinde anlamlı düzeyde güçlükler yaşadıklarını ortaya koymuşlardır. Bilim (2012) yapmış olduğu çalışmada duygu düzenleme güçlüğüne sahip bireylerin kişilerarası ilişkilerde sorunlar yaşadıklarını, bu bireylerin ilişkilerde daha çok ketleyici ilişki tarzına başvurduklarını ve sosyal ilişkileri yetersiz olduğu için bu durumla baş etmek için bireylerin internete daha fazla yöneldiklerini belirtmektedir.

Erken dönem travmatik yaşantılar ile problemlili internet kullanımı arasındaki ilişkide rol oynadığı düşünülen aracı değişkenlerden stres ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiye yönelik araştırmalar mevcuttur. Tull ve arkadaşları (2017) yaptıkları bir çalışmada erken dönem travmatik yaşantıya maruz kalan öğrencilerin travma sonrası oluşan stres belirtileri arttıkça duygu düzenlemede güçlükler yaşadıklarını belirtmişlerdir. Badour ve Feldner (2013) duygu düzenleme güçlüğü ile travmatik yaşantı sonucu oluşan stres belirtileri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır.

Çocukluk çağındaki travmatik deneyimler sonucunda bireyler kendilerinin ve başkalarının duygularının farkında olma ve tanımlamada, kontrol etme ve duyguları anlamlandırmada sıkıntılar yaşamakta (Lanius ve ark., 2011) ve bu bireyler ebeveynleri tarafından olumsuz yaşantılara maruz kaldıkları için aynı zamanda yüksek düzeyde depresyon ve stres yaşamaktadırlar (Krause ve ark., 2003). Çoğunlukla bireyler travmatik olaylar sonucu ortaya çıkan duygu düzenleme sorunları sonucunda olumsuz duygularla baş etmek ve yüzleşmek istememekte ve kendi iç dünyalarına yönelmektedirler (Kara ve ark., 2004). Kendi iç dünyasına çekilen ve olumsuz duygularıyla yüzleşmekten kaçınan bireylerin sosyal ilişkileri bozulmakta ve bireyler başkalarıyla sosyal iletişime geçme konusunda çekingen davranmakta ve bu durum bireyleri sanal iletişime yönlendirmektedir (Örsel ve ark., 2011). Buradan hareketle insanlar gündelik yaşamda arkadaş ve sosyal çevreleriyle yüz yüze iletişime geçmek yerine, bu olumsuz duygulardan kaçarak rahatlamak amacıyla çevrimiçi olarak iletişim kurmakta ve bu iletişimi artırarak devam ettirmektedirler. Bireyler bu ihtiyaçlarını internet sayesinde daha kolay, daha ulaşılabilir ve tehlikesiz bir şekilde sanal olarak sağladıkları için bu durum kontrol edilemeyen bir şekilde problemlili internet kullanımına neden olabilmektedir (Grohol, 1999).

Erken dönem travmatik yaşantılar bireylerde duygu düzenleme güçlüğüne (Öztürk, 2019) ve bu yaşantılar bireylerde stres tepkilerine neden olabilmektedir (Ünal, 2008). Travma sonrası ortaya çıkan stresin belirtileri ve etkileri değerlendirildiğinde stresle baş etmek istemeyen bireyler için internet ortamı rahatlatıcı bir işleve sahip olabilir. Şenol-Durak ve Durak (2011) internet ortamını bireylerin içinde bulunduğu olumsuz durum ve stresle baş etmek istemeyip kaçabileceği bir yer olarak ifade etmektedirler. Gülnar (2016) aile içerisinde yaşanan olumsuz durumlar ve kayıplardan dolayı stres yaşayan bireylerin yaşadıkları bu olumsuz duygudan kurtulmak için internete yöneldiklerini ve interneti sosyal iletişim kurma ve rahatlama amacıyla kullandıklarını belirtmiştir.

Dolayısıyla stres durumundan kaçarak rahatlama sanal ortamlarda arama eğilimi stresli bireyleri problemlili internet kullanıcılarına dönüştürebilmektedir (Durak-Batıgün ve Kılıç, 2011). Stresi artan bireyler de internete daha fazla yönelmektedirler (Odacı ve Çıkrıkçı, 2017). Buradan hareketle ergenlerin interneti bir kaçış, sorunlardan

kurtulma, rahatlama amacıyla bir sığınak olarak değerlendirdikleri anlaşılabılır (Song ve ark., 2004; Taçyıldız, 2010). Buradan hareketle araştırmanın problemini, çocukluk çağı travma yaşantıları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide; stres, duygu düzenleme güçlüğü, internette duygusal rahatlama ve online sosyal etkileşim tercihi değişkenlerinin rolünü belirlemek oluşturmaktadır.

B. Önem

Alanyazında yer alan çalışmalarda çocukluk çağındaki olumsuz yaşantıların ileri yaşam dönemlerinde bireyin sosyal hayatını, kişilerarası ilişkilerini ve şiddete yönelik tutumlarını (Cohen, 2019), kimlik ve kişilik oluşum süreçlerini (Balli, 2019), öznel iyi oluşlarını (Hoşceylan, 2018), bağlanma süreçlerini etkilediği ortaya konulmuştur.

Aynı zamanda çocukluk çağı travmatik yaşantıları bireylerin; duygu düzenleme becerilerini (Kefeli, 2017), savunma mekanizmalarını (Taşkent, 2010), zorbalık ve saldırganlık davranış düzeylerini (Kurutaş, 2017; Tan, 2018), psikolojik dayanıklılıklarını, problemli internet kullanma durumlarını, psikolojik ve zihinsel sağlıklarını (Kaştan, 2015; Kazazoğlu, 2019) ve uyku düzenlerini (Limoncu ve Atmaca, 2018) olumsuz yönde etkiyelebilmektedir.

Amerikan Psikiyatri Birliği'ne (2014) göre, travmatik yaşantıya maruz kalmış yetişkinler ve çocuklarda benzer belirtiler görülebilmektedir. Bu belirtiler; uyku sorunları, okul başarısında düşüş, öfke, konsantrasyon güçlükleri, sosyal ilişkilerde sorun yaşama, üzüntü, suçluluk ve duyguların düzenlenmesinde sorunlar yaşanması gibi belirtilerdir. Demir (2008) yaptığı bir çalışmada travma yaşamış çocukların %56,7'sinin akademik başarısının azaldığını saptamıştır. Zoroğlu ve arkadaşları (2001) yaptıkları bir araştırmada cinsel istismar travması yaşamış olan ergenlerin %45,6'sında kendine zarar verme ve saldırgan davranışlar görüldüğünü belirtmişlerdir.

Travmanın olumsuz etkilerinden biri de kişinin kontrolsüz ve aşırı bir şekilde internet kullanımını içeren problemli internet kullanımıdır (Young, 1998). Çocukluk çağı travmaları ile problemli internet kullanımı arasında ilişkiyi incelemek için yapılan araştırmalarda çocukluk döneminde istismara uğramanın ve bireylerin yaşadıkları travma deneyimlerinin problemli internet kullanımını arttırdığı bulunmuştur

(Schimmenti ve ark., 2017). Benzer şekilde, boşanma gibi çocuklar için travmatik olan bir olay çocukların psikolojik, akademik, kişisel ve sosyal alanda negatif yaşantılarla karşı karşıya kalmasını etkileyebilmekte, bu durum da ileriki dönemlerde olumsuz etkilerden birisi olan problemli internet kullanımı olarak ortaya çıkmaktadır (Kurutaş, 2017; Schimmenti ve ark., 2017; Türkarslan, 2007). Bu nedenle erken dönem travmatik deneyimlerin problemli internet kullanımına nasıl yol açtığını belirlemek önemlidir.

Alan yazında yer alan çalışmalar problemli internet kullanımının çeşitli olumsuz etkilerinin bulunduğunu göstermektedir. Yıldız (2010) sanal ortamın bireylere sağladığı rahatlık ortamı nedeniyle bireylerin başkalarıyla yüz yüze iletişime geçmek yerine çevrimiçi olarak iletişimi tercih ettiğini ve bu durumun yalnızlaşmaya neden olabildiğini belirtmektedir. Bu yalnızlaşma bireylerde depresyon gibi psikolojik sorunlara neden olabilmektedir. Ögel'e (2012) göre problemli internet kullanımına sahip olan bireyler sosyalleşmede ciddi sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Ögel (2012) problemli internet kullanıcılarının toplumsal kimlik kazanmalarının zor olduğunu, toplumun örf, adet ve geleneklerini tam olarak öğrenemediklerini, sosyal grupları tanıyamadıklarını ve bireylerin kendi davranış kalıplarının değil internet davranış kalıplarının geliştiğini belirtmektedir.

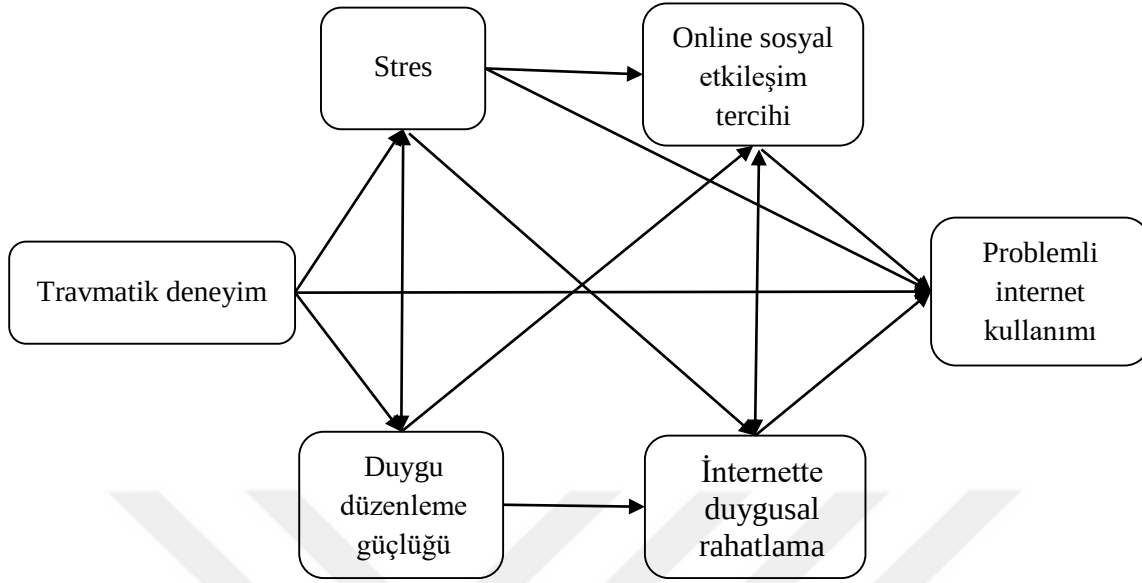
Problemli internet kullanımı ve çocukluk çağı travmalarının ergenler ve bireyler üzerinde olumsuz etkileri bulunmaktadır. İlgili alanyazın çerçevesinde çeşitli açılardan birbirleriyle ilişkileri incelenen ve çocukluk çağı travma yaşantıları ve problemli internet kullanımı değişkenlerinin bireyler ve ergenler üzerinde olumsuz etkileriyle ilgili birçok araştırma bulgusu yer alırken, bu iki değişkenin birbirini nasıl yordadığı, bu ilişkinin altında yatan mekanizmalar ve bu ilişkiye neden olabilecek doğrudan ve dolaylı (aracı) değişkenlerle ilgili çok az şey bilinmekle birlikte yeterli çalışma bulgusuna rastlanılmamıştır. Bu nedenle bu iki değişken arasındaki aracı değişkenlerin belirlenmesine ilişkin araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu nedenle bu çalışmada çocukluk çağı travma yaşantıları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide; stres, duygu düzenleme güçlüğü, online sosyal etkileşim tercihi ve internette duygusal rahatlamamanın rolünün incelenmesinin ilgili alanyazına katkı sunacağı

düşünülmektedir. Bu değişkenlerin birlikte ele alınıp incelendiği çalışmaya rastlanılmaması da çalışmanın önemini artırmaktadır. Bu çalışma ergenlik döneminde problemli internet kullanımı sorunu yaşayan bireylerin anne ve babalarının internet bağımlılığına neden olabilecek aracı değişkenleri kapsamlı bir şekilde ele almalarını sağlayacaktır.

Ergenlik dönemi kimlik ve kişilik oluşumu, zihinsel, psikolojik, biyolojik bir olgunlaşma süreci bakımından kritik bir dönemdir. Dolayısıyla erken dönem olumsuz yaşantılar, bireylerin ileri dönemlerde kimlik ve kişilik oluşum süreçlerini olumsuz etkileyebilmektedir. Buradan hareketle çocukluk çağı travma yaşantıları ile internet bağımlılığının olumsuz etkilerinin ortaya konulması ve bu değişkenler arasındaki ilişkide aracı değişkenlerin belirlenmesi erken dönem müdahaleler için önem taşımaktadır. Bu amaçla internet bağımlılığı ve travmaya yönelik yürütülecek erken dönem ve önleyici psikososyal müdahalelerin planlanması önemlidir. Araştırma bulguları ele alındığında erken dönem travmatik yaşantıların ve problemli internet kullanımının olumsuz etkilerinin azalmasını sağlayabilecek etmenlerin belirlenmesinin ergen ruh sağlığı, ebeveyn-ergen etkileşimi noktasında önemli olduğu düşünülmektedir. Bu kapsamda bu araştırma hem ailelere hem ergenlere yönelik önleyici, koruyucu, iyileştirici ve destekleyici müdahalelerin planlanmasında temel olma konusunda önem taşımaktadır.

C. Amaç

Bu çalışmanın amacı; çocukluk çağı travma yaşantıları, ergenlerde problemli internet kullanımı, stres, duygu düzenleme güçlüğü, internette duygusal rahatlama ve online sosyal etkileşim arasındaki ilişkiyi incelemek ve erken dönem travmatik yaşantıların stres, duygu düzenleme güçlüğü, online sosyal etkileşim tercihi ve internette duygusal rahatlama aracılığıyla problemli internet kullanımı üzerindeki etkisini açıklamaya yönelik Şekil 1’de verilen hipotetik modeli test etmektir.



Şekil 1: Hipotetik Model

Şekil 1’de yer alan ve alanyazın kapsamında oluşturulan hipotetik modele göre erken dönem travmatik deneyimler, bireylerin stres tepkileri, duygu düzenleme güçlüğü ve problemli internet kullanımı ile ilişkilidir. Modelde ayrıca stres ve duygu düzenleme güçlüğü’nün online sosyal etkileşim tercihinin, internette duygusal rahatlama ve problemli internet kullanımını yordaması beklenmektedir. Ayrıca İnternette duygusal rahatlama ile online sosyal etkileşim tercihinin problemli internet kullanımı ile ilişkili olması beklenmektedir. Aynı zamanda alanyazın kapsamında, araştırma kapsamında önerilen modelde stres ve duygu düzenleme güçlüğü ile online sosyal etkileşim tercihi ve internette duygu düzenlemenin birbirleri arasında karşılıklı etkileşim bulunması beklenmektedir. Bu kapsamda bu çalışmada aşağıda sunulan alt amaçlar test edilmiştir.

1. Erken dönem çocukluk çağı travmaları, bireylerin duygu düzenleme güçlüğü ve stres düzeylerini yordamaktadır.
2. Bireylerin stres düzeyleri ve duygu düzenleme güçlüğü, online sosyal etkileşimi tercih etme düzeylerini yordamaktadır.

3. Bireylerin stres ve duygu düzenleme güçlüğü düzeyleri internetin rahatlama amacıyla kullanım düzeylerini yordamaktadır.
4. Bireylerin stres, online sosyal etkileşimi tercih etme düzeyleri ve interneti rahatlama amaçlı kullanımları problemlili internet kullanımı yordamaktadır.
5. Stres ve duygu düzenleme güçlüğü ile online sosyal etkileşim tercihi ve İnternette duygusal rahatlama arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır.

D. Sınırlılıklar

Bu çalışmada veriler çevrimiçi uygulamalar aracılığı ile toplanmıştır. Bu nedenle araştırmada verilerin internete ve internette kullanılabilecek teknolojik cihazlara sahip olma imkanı bulunan katılımcılar ile yürütülmüş olması bu araştırmanın sınırlılıklarından biridir. Ayrıca bu araştırma kesitsel desende yürütülmüş olduğu için araştırmanın sonuçlarından nedensel çıkarımlar yapmak mümkün değildir.

E. Tanımlar

Problemlili İnternet Kullanımı: Çevresel, ailevi, bireysel akademik/mesleki alanda olumsuz bazen de patolojik sonuçlara yol açan bilişsel, psikolojik ve davranışsal boyutların bir araya gelmesiyle oluşan aşırı ve kontrolsüz bir şekilde internet kullanımını içeren bir sendromdur (Caplan, 2003). Bu araştırma kapsamında problemlili internet kullanımı ve internet bağımlılığı birbirlerinin yerine kullanılmıştır.

Çocukluk Çağı Travma Yaşantıları: Çocukluk çağı travmatik yaşantı, 18 yaşın altındaki bireylere uygulanan ve çocukların psikolojik, sosyal ve fiziksel gelişimini olumsuz olarak etkileyen ihmal ve istismar yaşantıları dahil her türlü olumsuz travmatik deneyimleri kapsayan bir kavramdır (Hoşceylan, 2018; World Helath Organisation, 1999).

Duygu Düzenleme Güçlüğü: Bireylerin durumlar, olaylar karşısında duygusal tepkilerini kontrol edemeyip düzenleyemediğinde oluşmaktadır. Duygu düzenleme güçlüğü, duygunun kabul edilmediği, duyguya yönelik farkındalığının olmadığı, duygunun anlaşılır bir şekilde ifade edilemediği ve amaca uygun olmayan davranışların kontrol edilemeyerek duruma uygun olan etkili duygu düzenleme becerilerinin kullanılamaması durumudur (Gratz ve Roemer, 2004).

Online Sosyal Etkileşim Tercihi (OSET): Bireylerin günlük yaşamda başkalarıyla yüz yüze etkileşime geçmek yerine online olarak sanal ortamlarda sosyal etkileşimin tercih etmesi durumudur (Caplan, 2010).

İnternetin Rahatlama Amaçlı Kullanımı: Bireylerin günlük hayatta yaşadıkları olumsuz duygu durumlarında değişiklik yaratmak için interneti bir kaçma ve duygusal rahatlama aracı olarak kullanılmasıdır (Caplan, 2010)

Stres: Stres; bireylerin kendi iyi oluş halleri ve taleplerine yönelik algıladıkları ve var olan tehditler karşısında ortaya çıkan durumla ilgili olarak üstesinden gelemeyeceğini hissetmeleri (Lazarus,1996) ve ortaya çıkan bazı durumlarla baş edemeyecekleriyle ilgili olarak endişe duyma halleridir (Raymond, 2000).

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde problemlili internet kullanımının ilgili alanyazın çerçevesinde ele alınmasının ardından, travmatik deneyim, stres, duygu düzenleme güçlüğü kavramları incelenmiştir.

A. Problemlili İnternet Kullanımı

‘İnternet bağımlılığı’ kavramı ilk olarak Goldberg (1996) tarafından kullanılmıştır. Alanyazındaki araştırmalar incelendiğinde internet bağımlılığı ile ilgili kavram olarak net bir tanımlama yapılması konusunda ortak bir görüşe varılamadığına rastlanılmıştır. Alanyazında internet bağımlılığı farklı kavramlarla ifade edilmiştir. Bu kavramlardan bazıları “internet bağımlılığı” (Arısoy, 2009; Dinç, 2010; Goldberg, 1996; Günüş, 2009; Lin ve Tsai, 2002; Ögel, 2012; Young, 1996), “patolojik internet kullanımı” (Davis, 2001; Gönül, 2002; Young, 2004) ve “problemlili internet kullanımıdır” (Caplan, 2002; Köroğlu, Öztürk, Tellioğlu, Genç, Mırsal, Genç, ve Beyazyürek, 2006; Shapira, Goldsmith, Keck, Khocla ve Mcelroy, 2000). Yapılan araştırmalarda belirtileri ortak olarak alınsa da terim olarak farklı kullanımı devam etmektedir. Alanyazında daha çok ortak kavram olarak ‘problemlili internet kullanımı’ kavramı kullanılmaktadır (Altıntaş, 2016). Feindel (2019) internet bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı, bilgisayar oyunları bağımlılığı, rol oyunları bağımlılığı, kompulsif internet kullanımı, patolojik (hastalıklı) internet kullanımı, patolojik bilgisayar/internet bağımlılığı gibi kavramların birbirinden farklı kavramlar olsa da, aslında hepsinin aynı anlama geldiğini belirterek kişinin bilgisayar kullanımı üzerindeki kontrolünü kaybetmesi olarak tanımlamıştır.

Yapılan tanımlamalarda Davis (2001) patolojik internet kullanımını, kişinin internete girme davranışı üzerinde kontrolünü kaybetmesi ve bunun sonucunda psikolojik, sosyal ve akademik alanda kişinin problemler yaşaması olarak tanımlamaktadır. Young’a (2004) göre internet bağımlılığı, internete girme konusunda kişinin kendisini kontrol edememesi, davranışları üzerinde kontrolünü kaybetmesi, internet olmadığında gerginlik ve öfke halinin yaşanması ve yoksunluk belirtilerinin

ortaya çıkması, tüm bunların sonucunda kişinin bireysel, sosyal ve eğitim yaşantısında sağlıklı ilişkiler kuramaması ve işlevselliğinin giderek bozulmasıdır. Shapira ve arkadaşları (2000) internet bağımlılığını; kişinin genel olarak internet kullanım süresini kontrol etmede yetersiz olması ve dürtü kontrol bozukluğunun bir çeşidi olarak meydana gelen bir rahatsızlık olarak ifade etmektedirler. Caplan'a (2003) göre problemli internet kullanımı, çevresel, ailevi, bireysel akademik/mesleki olumsuz, bazen de patolojik sonuçlara yol açan bilişsel, psikolojik ve davranışsal boyutların bir araya gelmesiyle oluşan bir sendromdur.

İnternet bağımlılığı ile ilgili kavram olarak net bir tanımlama yapılması konusunda ortak bir görüşe varılamasa da yapılan tanımlamaların ortak noktaları, internet başında geçirilen sürenin fazlalığı, bireylerin internet kullanımında kontrolsüz davranmaları, yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması ve bireylerin ailevi, çevresel, sosyal yaşamlarının olumsuz sonuçlarla karşılaşmasıdır (Arısoy, 2009; Şehidoğlu, 2014).

1. Kuramsal Modeller ve Tanı Kriterleri

Problemli internet kullanımını Groholl (1999) sosyalleşme kavramı, Caplan (2003) genelleştirilmiş problemli internet modeli, Goldberg tolerans ve yoksunluk gelişimi gibi kavramlar ve bazı tanı kriterleri, Davis (2010) Patolojik İnternet Kullanımı modeli ve Young (1997) ise sosyal destek gibi kavramları kapsayan 4 aşamalı bir model ile açıklamaktadır.

a) Young'ın İnternet Bağımlılığı Modeli ve Tanı Ölçütleri

Young'ın (1997) problemli internet kullanımı modeli 4 aşamadan oluşmaktadır. Bu aşamalar aşağıda açıklanmıştır.

Sosyal Destek: Kişi internete girdiğinde sürekli olarak aynı siteleri takip edebilir, aynı gruplarla iletişime geçebilir. Bu gruplarla çeşitli platformlarda çevrimiçi oyunlara katılabilir. Kişi günlük hayatta ifade edemediği duygu ve düşüncelerini bu tarz gruplarda ifade edebilir. Bu durum da kişide rahatlama ve internete sürekli girme isteğini tetikleyerek problemli bir kullanıma yol açabilir.

Yaşam Koşulları: Young'a (1997) göre kişilerin içinde bulundukları durumlar da internet kullanım oranını etkileyebilir. Eğer bireylerin aktif olarak çalışabileceği bir

iş ortamı yoksa (emekli, ev hanımı gibi) problemleri internet kullanımına daha yatkın olabilirler. Kişilerin içinde bulundukları ortamlarla beraber kişilik özellikleri de önemlidir. Çekingen, içedönük, başkalarıyla iletişime geçmekte zorlanan kişiler yaşadıkları bu zorlanmalardan kurtulmak ve rahatlamak amacıyla internet ortamında kendilerine uygun gruplar bulabilirler.

Cinselliğe Kolay Erişim: Gerçek hayatta duygusal ve cinsel yakınlık kuramayan kişiler sanal ortamda daha kolay ve rahat iletişime geçebilirler. Cinsel ve fiziksel açıdan kendisini çekici bulmayan bireyler internet ortamında kimliklerini gizleyerek cinsel fantezilerini gerçekleştirebilirler.

Yeni Bir Karakter Yaratma: İnternet aracılığıyla bireyler gerçek kimliklerinden uzaklaşarak sanal ortamda çok daha farklı bir kimliğe bürünebilirler.

Young (1998), internet bağımlılığı olarak tanımladığı problemleri internet kullanımı kavramıyla ilgili tanı ölçütleri oluşturmuş ve yayınlamıştır. Young (1998), kişinin bağımlı olarak tanımlanabilmesi için oluşturduğu 8 maddeden en az beş tanesine sahip olunması gerektiğini belirtmiştir. Bu tanı ölçütleri aşağıda yer almaktadır:

- 1) Kişinin internet kullanımı esnası öncesi ve sonrası yapacağı aktivitelerle ilgili zihinsel olarak bir uğraş içinde olması.
- 2) Sürekli internette olmaya yönelik artan zaman miktarı.
- 3) İnternette geçirilen süreyi azaltamama.
- 4) İnternet kullanımının azaltılması durumunda öfke, huzursuzluk gibi belirtiler içerisinde bulunma.
- 5) İnternete başlangıçta planlanandan çok daha fazla sürede kalma
- 6) İnternetin tahmin edilenden fazla kullanımıyla birlikte ailevi, sosyal ve eğitsel alanda sıkıntılar yaşama.
- 7) İnternetten kopmamak, çevrimiçi olabilmeyi sürdürmek için çevresindekilere yalan söyleme.
- 8) İnterneti yaşadığı olumsuz duygulardan kurtulmak için kullanma.

b) Goldberg'in Tanı Ölçütleri

Goldberg (1996) Young'dan farklı olarak problemli internet kullanımı belirtilerini 6 ay ile değil son 12 ay ile sınırlandırmış ve alkol bağımlılığı tanı ölçütlerini dikkate alarak uyarılama yapmıştır. Problemli internet kullanımına ilişkin bu tanı ölçütleri aşağıda yer almaktadır.

1) Tolerans gelişimi

- a. İnternette alınan hazzı aynı etkide sağlayıp devam ettirmek için kullanım miktarında sürekli artış olması
- b. İnternet kullanım süresinde azalma olmamasına rağmen internette alınan doyumda azalma olması

2) Yoksunluk Gelişimi

Aşağıda belirtilen maddelerden en az 2 tanesinin ilerleyen günlerde ortaya çıkması ve bireylerin bu belirtilerden dolayı mesleki, ailevi ve sosyal alanlarda sıkıntılar yaşaması

- a. Psikomotor ajitasyon
- b. Kaygı
- c. İnternetle ilgili çevrimiçi takıntılı düşünce
- d. İnternetle ilgili hayaller kurma
- e. Farkında olarak ya da olmayarak klavyenin tuşlarına basma
- f. Yukarıda sıralanan durumlardan kurtulmak için internete veya başka ağlara bağlanma

3) İnternette kalma zamanının planlanan süreden çok daha fazla olması

4) İnternet kullanımını kontrol etme isteği fakat bu isteğin başarısızlıkla sonuçlanması

5) İnternetin ortaya çıkardığı olumsuz etkilerden kurtulma isteği

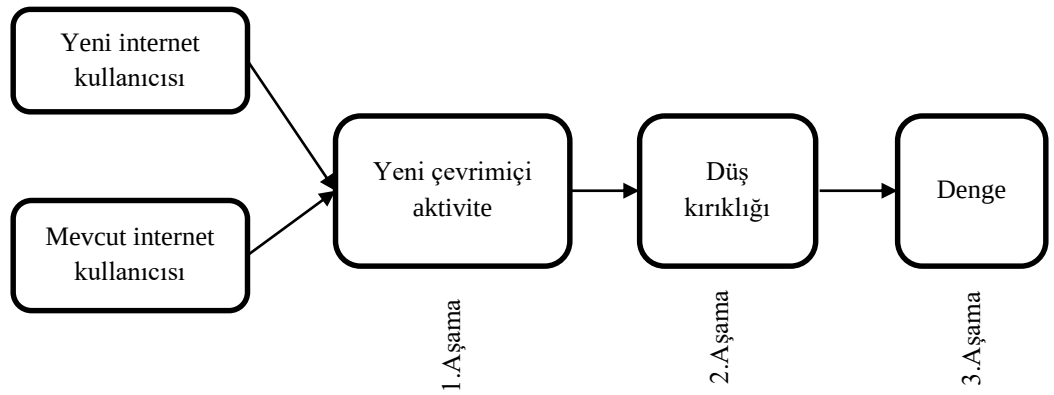
6) İnternetin aşırı kullanımından kaynaklı sosyal, kültürel etkinliklerden veya boş zamanlarda yapılan etkinliklerden vazgeçme ya da azalma meydana gelmesi.

7) İnternet kullanımının problemli bir şekilde devam etmesinden kaynaklı birçok alanda sorunlar yaşanmasına rağmen kullanım miktarının fazlalığı devam eder.

c) Grohol'un Sosyalleşme Modeli

Grohol (1999) internetin ortaya çıktığı anlardan beri kullanımının bu kadar artmasının ve problemli bir şekilde kullanılmasının nedenini sosyalleşme olarak açıklamaktadır. İnternet bireylere günlük hayatın sunamadığı fırsatları sunmaktadır. Günlük hayatta başkalarıyla yüz yüze iletişim kuramayan, içedönük bireylerin internet ortamında çok daha kolay iletişime geçtiklerini belirtmektedir. Gerçek yaşamdaki gibi internet ortamında sosyalleşmek, yeni insanlarla tanışmak, çeşitli gruplara üye olmak daha az risk içerdiği için bireylere çekici gelmektedir.

İnterneti kullanan bireyler ve internetle yeni tanışan bireyler belli aşamalardan geçmektedir. Bu aşamalar, büyülenme, düş kırıklığı ve denge olarak ele alınmaktadır. İnterneti kullanmaya başlayan bireyler çevrimiçi olmanın getirdiği fırsatların, yeni ilişkiler kurmanın, farklı gruplara üye olmanın mutluluğunu yaşamaktadır. Kendisini bir gruba ait hissetmek bireyi büyülemektedir. Hayal kırıklığı aşamasında ise kullanıcılar internetin kendisine sağladığı tüm imkânlarla giderek alışmakta ve daha önce büyülendiği durumlar birey için normalleşmektedir. Normalleşmeye başladıktan sonra artık internet ortamında yapılan aktiviteler birey için monoton hale gelmeye ve birey sıkılmaya başlamaktadır. Üçüncü aşama olan denge aşamasında ise birey ilk yaşadığı büyülenme aşaması ile hayal kırıklığı aşaması arasında bir denge sağlamaktadır. Bu sayede birey sanal ortamın yarattığı duygu ve düşüncelerle gerçek yaşamın farkına varabilmektedir (Grohol, 1999). Aşağıda Şekil 2'de Grohol'un sosyalleşme modeli yer almaktadır.



Şekil 2: Grohol'un Sosyalleşme Modeli <https://psychcentral.com/netaddiction/> adresinden alınmıştır.

d) Davis'in Patolojik İnternet Kullanımı Modeli

Davis'in patolojik internet kullanımı modeli diğer modellerden farklı olarak davranışlara değil bilişlere odaklanmaktadır. Bu modele göre bireylerin patolojik internet kullanımı davranışı geliştirmelerinin altında olumsuz düşünceler yatmaktadır. Bu olumsuz bilişlerin oluşmasında düşük benlik saygısı, ruminatif bilişsel tarz, anksiyete gibi durumlar etkilidir. Davis'e göre bireyler internet sayesinde sosyal yaşamda var olma arzusunu gerçekleştirmektedirler (Davis, 2001).

Davis'e göre patolojik internet kullanımının oluşmasında yakın ve uzak nedenler etkilidir. Yakın nedenler olumsuz bilişlerden oluşmaktadır. Olumsuz bilişler ise ikiye ayrılmaktadır. Bunlar; benlik hakkındaki düşünceler ve dünya hakkındaki düşüncelerdir. Benlik hakkındaki düşünceler ruminasyonları içerir. Birey hayatındaki diğer olayları unutmak ve dikkatini dağıtmak için sürekli interneti düşünmektedir. Birey internet hakkında araştırmalar, okumalar yapmakta ve bu konuyla ilgili olarak arkadaşlarıyla konuşarak bir kısır döngü içerisine girmektedir (Davis, 2001).

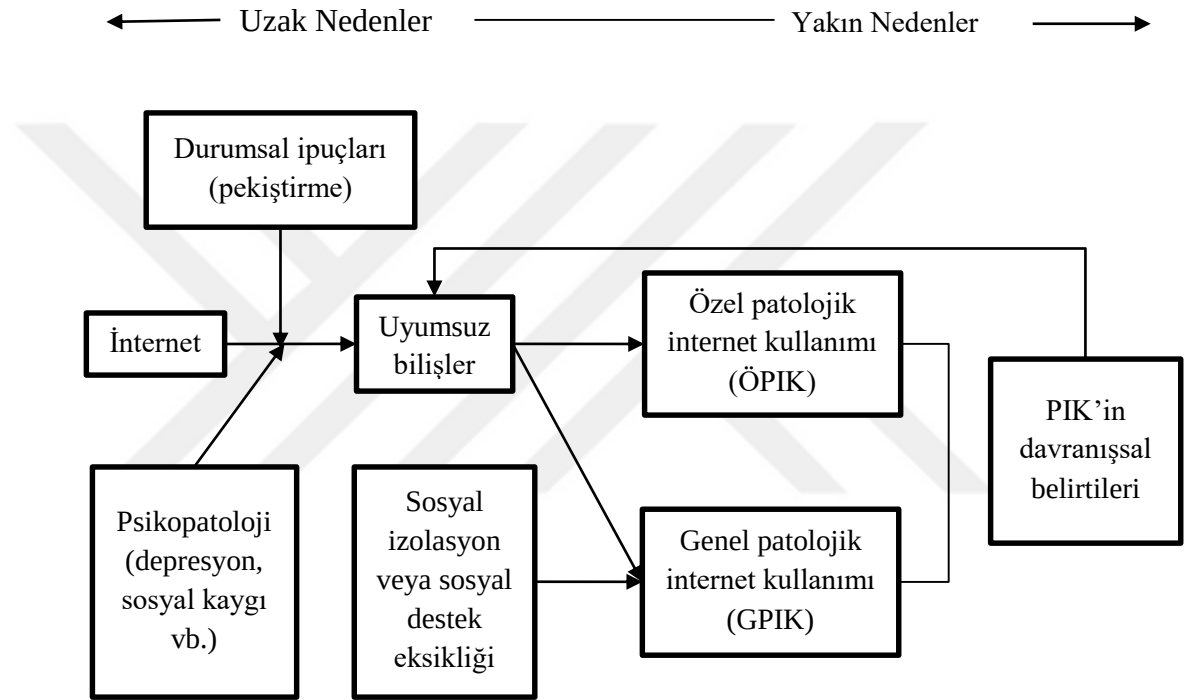
Diğer bir neden ise kişinin kendisiyle ilgili bilişsel çarpıtmalarıdır. Bu bilişsel çarpıtmalar; kendinden şüphe duyma, düşük özyeterlilik, olumsuz kendilik algısıdır. Benlik hakkındaki düşünceler şu tarz bilişleri içerir: 'Ben değersizim.', 'Ben sadece çevrimiçi ortamlarda değerli birisiyim.', 'Ben başarısızım.', 'Kimse bana saygı duymuyor.' şeklinde bilişlerdir. Bu tarz 'ya hep ya hiç' düşünme şekli bireyleri patolojik internet kullanımına sürüklemektedir. Bu düşünce çarpıtmaları bir uyaran olduğunda otomatik olarak hayata geçirilir. Bu nedenle birey bir sohbete girer girmez otomatik olarak bu düşünceleri canlanmaktadır. Bu tür uyumsuz bilişlerin sonucu olarak da birey ya genelleştirilmiş ya da özelleştirilmiş patolojik internet kullanımına sahip olmaktadır (Davis, 2001).

Patolojik kullanıma yol açan uzak nedenler ise, depresyon, kaygı, madde bağımlılığı gibi bireyin var olan patolojik durumlarıyla ilgilidir. Bununla birlikte bireyler ilk kez çevrimiçi ortamlarda pornografiyle karşılaşmakta, hisse alım satımı gibi etkinlikler yapabilmekte ve bu durum onlar için uzak nedenler olsa da patolojik internet kullanımı için çekici hale gelmektedir. Eğer bireylerin internetten aldığı

dönütler olumluysa bu davranışları pekişir ve daha çok internete girme isteği gibi edimsel koşullanma gerçekleşmektedir. Bununla birlikte durumsal tetikleyiciler de bulunmaktadır. Çevrimiçi olarak bilgisayara bağlanan birisi bilgisayarın yazarken veya tuşlarına basarken çıkardığı sestten etkilenebilmekte ve ortamdaki koku gibi durumlar bu davranışı sürdürmede birey için tetikleyici uyaranlar haline gelebilmektedir. Patolojik modelde genel nedenler ve özel nedenler bulunmaktadır. Davis'e göre patolojik internet kullanımının önceden var olan patolojilerin bir sonucu olduğu gibi özel nedenler olduğu varsayılır. Çevrimiçi kumar, pornografi gibi durumlar internet sayesinde fark edilir ve bunun sonucunda aşırı internet kullanımı başlar (Davis, 2001). Genelleştirilmiş problemli internet kullanımı ise, bireyin daha çok sosyal bağlamından kaynaklıdır. Özellikle ailedeki sosyal destek eksikliği, arkadaş eksikliği, sosyal izolasyon buna sebep olabilmektedir. Genelleştirilmiş patolojik internet kullanımı, internette anormal miktarda zaman geçirmeyi ve zaman kaybetmeyi de kapsamaktadır. Hiçbir amaç olmadan birey sohbet odalarında çokça vakit geçirmekte ve bireylerin günlük hayatta sorumlulukları ortaya çıktıkça bireyler internete daha çok yönelmektedirler (Davis, 2001). Davis patolojik internet kullanımı modelini Bilişsel-Davranışçı kuramı temel alarak oluşturmuş ve modelinde internetle ilgili bilişsel davranışçı yaklaşımın temelinde yer alan “bilişler” üzerinde durmuştur. Bilişsel-Davranışçı modelde vurgu bilişler üzerinedir. Bu nedenle patolojik internet kullanımı belirtileri aşağıdaki şekildedir:

- 1) İnternet hakkında takıntılı düşüncelere sahip olma,
- 2) Dürtü kontrolü, internet kullanımının durdurulamaması,
- 3) Bireyin interneti tek arkadaşı olarak görmesi,
- 4) Bireyin interneti kendini tek iyi hissettiği yer olarak görmesi,
- 5) Bireyin internet için büyük paralar harcaması
- 6) Yüzyüze arkadaşlık yerine çevrimiçi etkileşim ve arkadaşlığı tercih etmesi,
- 7) İnternette geçirilen zamanla ilgili olarak arkadaşlarına ve çevresine yalan söyleme ve suçluluk duygusu hissetme.

Davis (2001) tüm bunlarla birlikte sağlıklı internet kullanımı kavramından da bahsetmektedir. İnterneti bilgi edinme amaçlı veya arkadaşlarla iletişim amaçlı kullanılabilen, sürekli gelişen ve heyecan veren günlük yaşamın bir parçası haline gelebilmiş bir araç olarak değerlendirmektedir. Bireyin bu konuda kendisini ayarlaması gerektiğini belirtmektedir. Aşağıda Şekil 3'te Davis'in (2001) patolojik internet kullanımı modeli yer almaktadır.



Şekil 3: Davis'in Bilişsel -Davranışçı Patolojik İnternet Kullanımı Modeli

e) Caplan'ın Genelleştirilmiş Problemlı İnternet Kullanımı Modeli

Caplan (2010), Davis'in (2001) bilişsel davranışçı modeli temel alarak oluşturduğu Patolojik İnternet Kullanımı Modelinden yararlanarak "Genelleştirilmiş Problemlı İnternet Kullanımı" modelini geliştirmiştir. Caplan'a (2010) göre psikosyal sorunları olan bireyler bu sorunlardan kurtulmak ve rahatlamak için internete yönelmekte ve online çevrimiçi iletişimi tercih etmektedirler. Sorunlardan kurtulup rahatlama duygusu, bireylerin kompulsif bir şekilde internet kullanımına neden olmaktadır. Depresif ve sosyal izole bir şekilde yaşantı sürdüren kişiler, interneti

problemleri bir şekilde kullanmakta ve bu kişiler internet kullanımı ve internet ortamında kurdukları sanal iletişimle otomatik düşünceler geliştirmektedirler.

Bu modele göre depresyon ve yalnızlık gibi psikososyal durumlar bireylerin olumsuz bilişsel düşünceler oluşturmalarına yol açarak bireyleri kontrol edilemez bir şekilde internete yönlendirmektedir (Caplan, 2010). Online sosyal etkileşimi tercih eden bireyler günlük yaşamda insanlar tarafından fark edilebilecek olan olumsuz özelliklerini gizleyebilmektedirler. Bu olumsuz özellikler internet ortamında karşı taraf tarafından fark edilemediği için bireyler sanal ortamda kendilerini daha rahat hissederler ve bu durum da onları problemleri internet kullanıcısına dönüştürmektedir (Caplan, 2010). Bireyler günlük hayatta yaşadıkları stres durumlarından kurtulmak için online sosyal etkileşimi tercih ederler. Online ortamlarda karşı tarafa kendilerini daha rahat ve farklı şekilde sunabilmektedirler. Bu durum da onları rahatlatmaktadır. Sonuç olarak bireylerin duygu durumlarını düzenleme, rahatlama ve streslerini azaltmada internete yönelmelerine ve problemleri internet kullanıcısına dönüşmeleri söz konusu olmaktadır (Caplan, 2010).

Caplan'ın (2010) geliştirdiği modelin temel kavramları; Online (çevrimiçi) sosyal etkileşim tercihi, internette duygusal rahatlama, bilişsel meşguliyet, yetersiz öz-düzenleme, kompulsif kullanım ve olumsuz sonuçlar kavramıdır.

Online sosyal etkileşim tercihi (OSET): Yüzyüze iletişim yerine online sosyal etkileşimin tercih edilmesidir. Sosyal açıdan kaygılı, yalnız, düşük sosyal beceriye sahip ve kendini yetersiz hisseden bireyler online etkileşimi tercih etmektedirler. Çünkü online etkileşim daha az tehdit edicidir. Bireyler kendilerini online ortamda daha yeterli hissetmektedirler. Çevrimiçi ortamlarda bireyler olumsuz duygularından ve stres ortamından kaçarak duygularını düzenleyebilmektedirler.

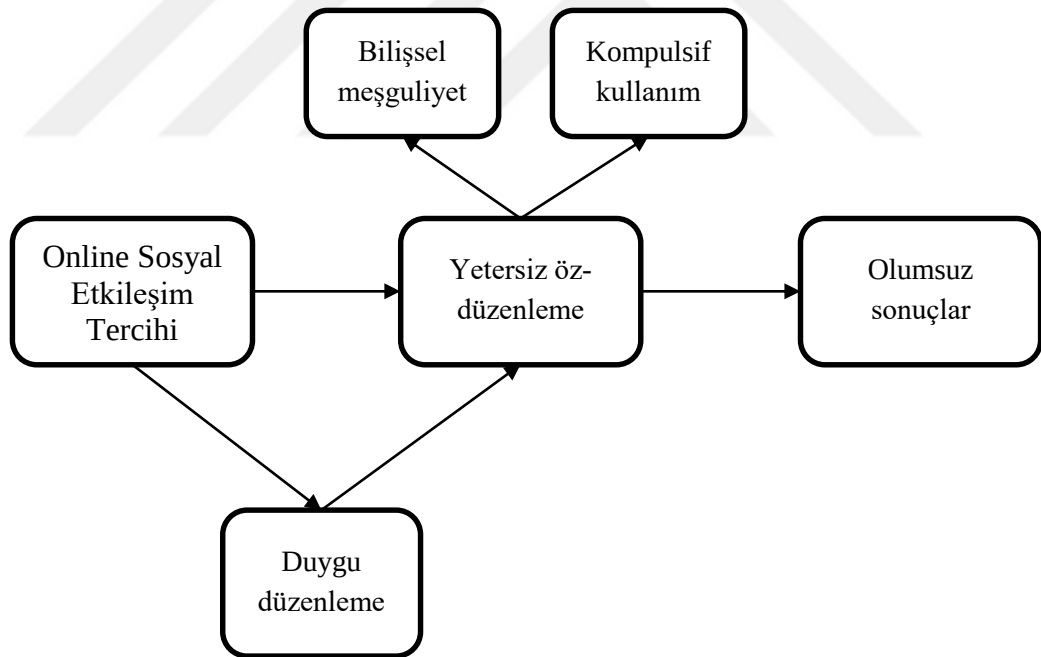
İnternette duygusal rahatlama: Olumsuz duygu durumlarının değiştirilmesi için sanal ortamın tercih edilmesidir. Bireylerin problemleri bir şekilde interneti kullanma motivasyonu internetin duygu durumlarını düzenlemesidir. Olumsuz duygular ve endişeli durumlardan kurtulma isteği problemleri internet kullanımının önemli yordayıcılarıdır.

Yetersiz öz-düzenleme: Kişinin İnternet kullanım davranışıyla ilgili olarak kullanım şeklini ve davranışını ayarlayamaması, kendi davranışlarını yeterince izleyememesidir.

Bilişsel meşguliyet: Bireyin zihninin sürekli internetle meşgul olmasını içeren obsesif düşünce kalıplarını içermektedir. (Örn; İnternete girmeyi düşünmeden duramıyorum, internette neler olduğunu merak etmekten kendimi alamıyorum).

Kompulsif internet kullanımı: Bireyin günlük yaşamın aktivitelerini yapamaz hale gelmesi ve zorlayıcı bir şekilde kendini kontrol edemeyerek internet kullanmaya devam etmesidir.

Olumsuz sonuçlar: Bireylerin interneti aşırı kullanımından dolayı mesleki, kişisel ve sosyal alanda sorunların ortaya çıkmasıdır. Aşağıda Şekil 4'te Caplan'ın (2010) genelleştirilmiş problemli internet kullanımı modeli yer almaktadır.



Şekil 4. Caplan'ın Genelleştirilmiş Problemli İnternet Kullanımı Modeli

2. Problemli İnternet Kullanımının Yaygınlığı

İnternet World State 2020 Aralık ayı dünya internet kullanımı istatistikleri incelendiğinde nüfus oranlarına göre; Afrika nüfusunun %47,1'i, Asya nüfusunun %59,5'i, Avrupa nüfusunun %87,2'si, Latin Amerika nüfusunun %71,5'i, Orta Doğu nüfusunun %70,8'i, Kuzey Amerika nüfusunun %90,3'ü ve Okyanusya nüfusunun %67,7'si internet kullanmaktadır (Internetworldstats, 2020).

Türkiye'de yaşayan 81 milyon kişinin %64,68'i aktif internet kullanıcısı olarak görülmektedir (İnternetworldstats, 2020). We Are Social Digital'in 2021 Ocak ayı raporuna göre dünya nüfusunun %59'u aktif internet kullanıcısı, %53'ü sosyal medya kullanıcısı ve %66'sı mobil kullanıcısıdır.

TÜİK tarafından açıklanan oranlar incelendiğinde; düzenli internet kullanıcısı oranı 2011 yılında %89,5 iken 2020 yılında %98,5 oranına ulaşmıştır. Cinsiyete göre internet kullanım sıklığı oranları incelendiğinde; 2011 yılında kadınların %86,8'i düzenli internet kullanıcısı iken 2020 yılında bu oran % 98,3'e yükselmiştir. Erkeklerde ise 2011 yılında %91,3 iken, 2020 yılında bu oran %98,6'ya yükselmiştir (TÜİK, 2020). Hanelerde bilişim teknolojileri bulunma oranları incelendiğinde; 2004 yılında evlerde masaüstü bilgisayar bulunma oranı %10 iken bu oran 2020 yılında %16,7 olmuştur. Akıllı telefon bulunma oranı 2004 yılında %53,7 iken 2020 yılında %99,4 olmuştur. İstatistiki Bölge Birimleri Sınıflaması 1. Düzey'e göre hanelerde internet erişimi, 2011 yılında %42,9'dan 2020 yılında %90,7'ye yükselmiştir. Yaş grupları arasında kullanım oranları incelendiğinde ise 16-24 yaş arası bireylerin; bilgisayar kullanımı 2004 yılında %32,2 iken 2018 yılında %68,2 olmuştur. İnternet kullanım oranları ise 2004 yılında %26,6 iken 2020 yılında %91,8'dir (TÜİK, 2020).

İnternet bağımlılığıyla ilgili ortaya konulan veriler birçok durumdan etkilenmektedir. Problemli internet kullanımının yaygınlığı ülkeden ülkeye, bölgeden bölgeye değişebilmekte ve bu değişime sosyal, kültürel, ekonomik şartlar gibi değişkenler etki etmektedir. Bununla birlikte problemli internet kullanımının yaygınlığı kullanılan ölçme aracına, örneklem grubunun büyüklüğüne ve özelliklerine göre değişebilmektedir. Ülkemizde tüm dünyada olduğu gibi internet kullanıcıları artmakta ve bu artıştaki en yüksek oranı ve risk grubunu ergenler oluşturmaktadır (Dalbudak ve

Evren, 2014; Doğan, Işıklar ve Eroğlu, 2008; Öner ve Arslantaş, 2018; Öztürk ve ark. 2007; TÜİK, 2019; Young ve De Abreu, 2010; Yüksel ve ark., 2020).

Kaes, Durkee, Brunner, Carli, Parzer ve Wasserman (2014) Avrupa’da 11 ülkede 11,356 ergenle yaptıkları bir çalışmada problemlili internet kullanım oranı yaygınlığını %13,4 olarak belirtmektedirler. Park, Kim ve Cho (2008) Kore’li 903 ergenle yaptıkları bir çalışmada ergenlerin %10,7’sini internet bağımlısı olarak belirtmektedirler. Kim, Ryu, Chon, Yeun, Choi, Seo ve Nam (2006) 1573 lise öğrencisiyle yaptıkları bir araştırmada öğrencilerin %1,6’sının internet bağımlısı olduğunu ve %38’inin ise olası internet bağımlısı olduğunu ortaya koymuşlardır. Morahan-Matin ve Schumacher (2000) 277 lise öğrencisiyle yaptıkları bir çalışmada öğrencilerin %8,1’inin patolojik internet kullanımına sahip olduğunu ortaya koymuşlardır.

Taylan ve Işık (2015) toplam 419 ortaokul ve lise öğrencisiyle yaptığı bir çalışmada öğrencilerin %28,5’inin internet bağımlılık riski puanına sahip olduğunu ve %4,1’inin internet bağımlısı olduğunu belirtmişlerdir. Üçkardeş (2010) 910 üniversite öğrencisiyle yaptığı bir çalışmada öğrencilerin %2’sinin internet bağımlısı ve %20,9’unun ise riskli internet kullanım oranına sahip olduğunu belirtmiştir. Şahin (2011) tarafından 7. ve 8. sınıf olmak üzere toplam 710 öğrenciyle yapılan bir çalışmada öğrencilerin %1,3’ü internet bağımlısı, %14,2’si sınırda-olası internet bağımlısı olarak bulunmuştur. Doğan (2013) İzmir ilinde 12-18 yaş arası toplam 546 öğrenci ile yaptığı bir çalışmada araştırmaya katılan öğrencilerin %12,6’sının internet bağımlısı olduğunu, %38,5’inin risk grubunda olduğunu ve %48,9’unun internet bağımlısı olmadığını belirtmiştir. İnternet bağımlısı olmayan ve riskli grup ve bağımlı grup arasında anlamlı düzeyde fark olduğu ortaya konulmuştur. Canan ve arkadaşları (2010) ‘İnternet Bağımlılık’ Ölçeğini kullanarak 300 lise öğrencisiyle yaptığı bir çalışmada öğrencilerin %11,6’sının internet bağımlısı olduğunu ortaya koymuşlardır. Canbaz ve arkadaşları (2009) 1315 lise öğrencisiyle yaptığı bir çalışmada öğrencilerin %1,2’sinin internet bağımlılığı kriterlerini karşıladığını %19,9’unun ise muhtemel internet bağımlısı olduğunu ortaya koymuşlardır.

3. Problemlı İnternet Kullanımı ve İlişkili Faktörler

Türkiye’de internet kullanıcılarının sayısı sürekli artmakta bu artıştaki en yüksek oranı ve risk grubunu ergenler oluşturmaktadır (Dalbudak ve Evren, 2014; Doğan, Işıklar ve Eroğlu, 2008; Öner ve Arslantaş, 2018; Öztürk ve ark. 2007; TÜİK, 2019; Young ve De Abreu, 2010; Yüksel ve ark., 2020). İnternetin ergen grupta yaygınlaşmasının nedenlerinden birisi ergen bireylerin içinde bulunduğu gelişim dönemidir. Ergenler bu dönemde kimlik oluşturma (Corey, 2015) ve kimlik sorgulama (Delegrave, 2016; Griffiths, 2005) sürecini internet sayesinde daha rahat gerçekleştirebildiğini düşünmektedir. İnternetin kendilerine kimlik deneme ve psikosyal ihtiyaçlarını karşılayacak içerik ve ortamı sağladığı (Ceyhan, 2008) düşüncesiyle interneti daha sık kullanmaya başlamaktadırlar. Bu durum onları problemlı internet kullanıcılarına dönüştürebilmektedir (Huang, 2006). Buradan hareketle problemlı internet kullanımının belirleyicilerinden veya risklerinden birisi olarak ergenlerin içinde bulunduğu gelişim dönemi ve kimlik oluşturma istekleri sayılabilir (Delegrave, 2016; Yang ve Tung 2007). Çetin ve Ceyhan (2014) ergenler üzerine yaptıkları bir çalışmada kararsız ve dağınık kimlik statüleri, psikolojik ihtiyaçlar gibi değişkenlerin internet bağımlılığı toplam varyansının %20’sini açıkladığını, bu değişkenlerin ise internet bağımlılığında önemli yordayıcılar olduğunu belirtmişlerdir.

Alanyazında problemlı internet kullanımının ilişkili olduğu değişkenler çeşitli araştırmalarda ele alınmıştır. Lin, Lin ve Wu (2009); ergenlerin can sıkıntısına yakınlık düzeyleri, Caplan (2010); sosyal beceri zayıflığı, duygusal rahatlama ve online sosyal etkileşim tercihi, Zorbaz ve Tuzgöl Dost (2014); cinsiyet, sosyal kaygı, akran ilişkileri, Günüş ve Doğan (2013); ergenlerin algıladıkları sosyal destek düzeyi, Özcan ve Buzlu (2005); yalnızlık ve depresyon, Esen (2007); akran baskısı, Turnalar (2008); yalnızlık ve benlik saygısı, Kotrotsiou ve arkadaşları (2016); kaygı, stres, depresyon, Yüksel (2010); internet kullanım süresi, cinsiyet ve boş zaman aktiviteleri, Ayas ve Horzum (2013); devam edilen sınıf düzeyi, Siyez (2014); heyecan ve macera arama, kontrol kaybı, Budak (2017); duygu düzenleme güçlüğü ve kişilik özellikleri, Batıgün ve Kılıç (2011); stres, anne babanın yetersiz sosyal destek sağlaması ve düşük öz kontrol, Çevik ve Çelikkaleli (2010); ilgisiz ve ihmalkar anne baba tutumları gibi

etkenlerin problemlı İnternet kullanımı ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Aile içerisinde sağlıklı ilişkilerin ve iletişimin olmaması, aile üyelerinin birlikte vakit geçirmemesi, ailede tutarsız anne baba tutumları ve rol çatışmalarının yaşanması ergenlerin internet kullanımına daha çok yönelmesinde risk faktörleri olarak belirtilmektedir (Ceyhan, 2010; Ceyhan ve Ceyhan, 2011; Young, 1997).

Çocuk ve ergenlerin kişiliğinin oluşmasında çevre, kalıtım vb. gibi faktörlerinin etkili olmasının yanında ebeveyn tutumları da son derecede etkilidir. Ebeveyn tutumlarıyla birlikte çocuklar girişken, sosyal, özgüvenli, dışadönük vb. özellikler gösterebilmenin yanında arkadaşlık ilişkilerinde sorunlar yaşayan, içedönük, yalnız, kendilik algısı olumsuz, depresif özellikler de gösterebilmektedir. Ebeveyn tutumları da ergenlerin interneti problemlı bir şekilde kullanmasına neden olabilmektedir (Altıntaş, 2016). İnternet bağımlısı olan ergenlerin, ailesi tarafından yeteri derecede ilgiyle karşılanmadığı, aile üyeleriyle sosyal ve duygusal anlamda paylaşımda bulunmayan bireyler olduğu bilinmektedir. Aile üyeleriyle duygusal, sosyal anlamda paylaşımda bulunan ve ailesi tarafından desteklenen bireylerin internet başında geçirdikleri sürenin az olduğu bilinmektedir (Eldeleklioğlu ve Vural, 2013). Ergenlik döneminde interneti problemlı bir şekilde kullanan bireylerin aile ilişkilerinde problem yaşadığı bilinmektedir (Şendağ, 2009). Karaer (2018), ailelerin çocuklara olan tutumunun yanında problemlı internet kullanan ergenlerin ailelerini algılama biçimlerinin de önemli olduğunu belirtmektedir. Problemlı internet kullanımı grubundaki ergenler, duygusal ve sosyal destek anlamında ailelerini yetersiz, kendilerini de erişilemez olarak algılamaktadırlar. Çevik ve Çelikkaleli (2010) ebeveynleri ‘ilgisiz ve ihmalkar’ tutuma sahip olan ergenlerin problemlı internet kullanımı puanlarının ebeveynleri ‘izin verici, demokratik ve otoriter’ tutuma sahip olan ebeveynlerin çocuklarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Yetkin aile tutumuna sahip anne ve babaların çocuklarının problemlı internet kullanım oranlarının diğer tutumlara göre daha düşük olduğunu belirtmiştir. Young (2004) ergenlerin interneti problemlı bir şekilde kullanmaya başlamalarının ve olumsuz sonuçlar doğurmasının sebeplerinden en önemlilerinden birisinin ailelerin çocuğa karşı tutumu olduğunu ifade etmiştir. Bunların arasında ailelerin ergenlerin internet kullanım saatlerini, internet ortamında neler yaptıkları gibi durumları denetim

altına almamaları yer almaktadır. Batıgün ve Kılıç (2011) da ailesi tarafından sosyal destek düzeyi düşük olan bireylerin problemlili internet kullanım düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir.

Bu araştırmanın değişkenlerinden ve problemlili internet kullanımıyla yakından ilişkili olan kavramlardan birisi çocukluk çağı travma yaşantılarıdır. Yates, Gregor ve Havilaand (2012) 1470 üniversite öğrencisiyle yaptığı bir çalışmada erken dönem çocukluk çağı travmalarının problemlili internet kullanımını artırdığını ortaya koymuşlardır. Çocukluk çağı travmaları ile problemlili internet kullanımı arasında ilişkiyi incelemek için yapılan araştırmalarda çocukluk döneminde istismara uğramanın ve bireylerin yaşadıkları travma deneyimlerinin problemlili internet kullanımını artırdığı bulunmuştur (Schimmenti ve ark., 2017). Benzer şekilde, boşanma gibi çocuklar için travmatik olan bir olay çocukların psikolojik, akademik, kişisel ve sosyal alanda negatif yaşantılarla karşı karşıya kalmasına neden olmaktadır. Bu durumun da ileriki dönemlerde olumsuz etkilerinden birisi olan problemlili internet kullanımı olarak ortaya çıkmaktadır (Kurutaş, 2017; Schimmenti ve ark., 2017; Türkarslan, 2007).

4. Problemlili İnternet Kullanımı ve Etkileri

İnternet bağımlılığı birçok alanda sorunlara neden olabilmektedir. Bu sorunlar incelendiğinde alanyazında yer alan çalışmalarda problemlili internet kullanımının ergenlerin sosyal ilişkilerini zayıflattığı ve giderek yalnızlaşmalarına neden olabileceği belirtilmektedir (Kalkan, 2012; Seo, Kang ve Yom, 2009; Turkle, 2017; Zorbaz, 2013). Bu sorunlarla birlikte internetin problemlili bir şekilde kullanımı sağlık, akademik başarı (Derin, 2013; Eldeleklioğlu ve Vural- Batk, 2013; Floros ve Siomos, 2013) aile ilişkilerinde olumsuz etkileriyle (Akbulut, 2013) birlikte bireyler üzerinde fiziksel (Akyol, 2001; Makas, 2008), psikolojik (Ögel, 2012) vb. alanlarda da olumsuz etkilere neden olabilmektedir. Problemlili internet kullanımına sahip bireyler giderek yalnızlaştığı ve sosyal izolasyon durumu içerisinde bulunduklarından dolayı akademik, aile, sosyal hayat ve kişilerarası ilişkilerde de sorunlar yaşamaktadırlar (Durak-Batıgün ve Kılıç, 2011; Liu ve ark., 2012). İnternetle çok fazla ilgilenen aile üyeleri birbirleriyle iletişim kurmamakta, birbirlerine duygusal ve psikolojik olarak

yakınlık oluşturmamaktadırlar (Yalçın, 2003). Azalan aile ilişkileri nedeniyle ergenler sosyal ve duygusal ihtiyaçlarını sanal ortamda karşılamak için farklı gruplara üye olabilmekte ve yabancı kişilerle iletişime geçebilmektedirler (Aksüt ve Batür, 2007). Young (2000) internet bağımlılığına sahip bireylerin dürtüsel davrandıklarını, kendilerini ifade etmede zorlandıklarını ve duygusal olarak daha kırılgan olduklarını belirtmiştir. Yavuz (2018) 997 lise öğrencileriyle yaptığı bir çalışmada haftalık internet kullanma sürelerine göre akademik başarısı düşük olan öğrencilerin, orta ve yüksek başarı puanlarına sahip olan öğrencilere göre internet bağımlılığı puanlarının yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Eldeleklioğlu ve Vural-Batık (2013) 206 ergenle yaptığı bir çalışmada problemli internet kullanımına sahip öğrencilerin akademik başarılarının düşük olduğunu ve aynı zamanda bu öğrencilerin yalnızlık puanlarının da yüksek olduğunu belirtmektedir.

İnternetin problemli bir şekilde kullanımı patolojik sorunlara da neden olmaktadır. İnternet bağımlılığı, depresyona (Jun, 2017; Kumar ve Mondal, 2018; Xin ve ark, 2018; Yıldız, 2010), yeme bozukluklarına (Canan, 2016) kaygı ve duygu durum bozukluğuna (Shapira ve ark, 2003) stres ve çeşitli işlevsel bozukluklara neden olabilmektedir (Ainin, Jaafar, Ashraf, ve Parveen, 2017). Lin ve Tsai'a (2013) göre problemli internet kullanımı ergenlerde akademik başarıda düşüklüğe neden olmanın yanında düzensiz uyku ve sonrasında uyku bozukluklarına neden olmaktadır. Bireyler internet başında uzun süre hareketsiz kaldıkları için fiziksel birçok hastalığa açık hale gelirler. İnternet kullanım süresine karşı tolerans ve yoksunluk belirtileri gösteren ergenler daha fazla internette kalmak için kafein içeren içecekler almaya başlamakta ve uyku döngüleri bozulmaktadır. Özcan (2004) farkında olmadan uzun süre bilgisayar başında kalan bireylerde problemli internet kullanımı sonucunda hipersomnia, imsomnia gibi ciddi oranda uyku problemlerinin ortaya çıktığını belirtmektedir. Bozulan uyku döngüsü akademik başarısızlığa da neden olmaktadır (Kumar ve Mondal, 2018).

İnterneti problemli bir şekilde kullanan bireylerde birçok fiziksel sorun meydana gelmektedir. Bu sorunlar obezite, gözlerde yanma, uyku sorunları (Tanır ve ark., 2009) bulanık görme, kas ve eklem ağrıları, duruş bozuklukları, ellerde uyuşmadır (Akyol, 2001; Tateno ve ark., 2016). Problemli internet kullanımı sonucu ortaya çıkan mental

sorunlar ise depresif semptomlar, genel kaygı, sosyal kaygı, dikkat ve odaklanmada ortaya çıkan sorunlardır (Akbulut, 2013). Caplan (2007) yaptığı bir çalışmada yalnızlık ile problemli internet kullanımı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Odacı ve Kalkan'ın (2010) yaptıkları bir çalışmada interneti problemli bir şekilde kullanan bireylerde kaygı, yalnızlık, depresyon gibi sorunlarla problemli internet kullanımı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir.

B. Çocukluk Çağı Travmaları

Bireyler yaşamları boyunca birçok olumsuz durumla karşılaşabilmektedirler. Bu olumsuz durumlarla çeşitli şekillerde baş edebilmektedirler fakat yaşanan bazı olaylar, bireyler için çok daha fazla sarsıcı, tehdit edici olabilmekte ve bu durumlar travmatik yaşantı olarak tanımlanabilmektedir. Bireyler ölüm, hastalık, doğal afet, cinsel saldırı gibi travmatik yaşantılar sonucu öfke, kaygı, stres gibi duygularla yoğun bir şekilde baş etmek zorunda kalabilmektedir.

Travma, bireyin gerçek bir ölümle veya ölüm tehdidi ile fiziksel bütünlüğüne yönelik bir olay yaşaması veya dolaylı veya doğrudan olarak özellikle birincil bakım verenler olmak üzere başkalarının başına gelen olaylara tanıklık etmesi sonucu çaresizlik, kaygı ve şiddetli korku duygusu içerisinde olmasıdır (APA, 2013). Ruhsal travma; kişinin psikolojik sağlamlılığını koruyan düşünsel ve duygusal sistemlerin sarsılması ve bu sarsılmanın bireyde büyük bir şok etkisi yaratmasıdır (Ferenczi, 2018). Baltaş ve Baltaş'a (2009) göre travma insanın fiziksel, ruhsal, zihinsel bütünlüğünü bozarak, günlük yaşamını etkileyen olaylardır.

Çocukluk çağı travmatik yaşantısı ise 18 yaşın altındaki bireylere uygulanan ve çocukların psikolojik, sosyal ve fiziksel gelişimini olumsuz olarak etkileyen ihmal ve istismar yaşantıları dahil her türlü olumsuz travmatik deneyimleri kapsayan bir kavramdır (Hoşceylan, 2018; World Health Organization, 1999). Çocukluk çağından doğrudan ya da dolaylı olarak yaşanan, tanıklık edilen doğal afetler istismar ve ihmal gibi durumlar travma yaşantısı olarak adlandırılır (Öztürk, 2017).

Çocukluk çağı travmatik yaşantıları, bireyin kendisinin ihmali ve istismarı ile birlikte her türlü travmayı (kaza, deprem gibi) kapsadığından kısaca ihmal ve istismar

türlerine de değinilmiştir. 18 yaş altındaki bireylere karşı bilinçli ve kasıtlı olarak yapılan, çocukların fiziksel, duygusal, sosyal gelişimlerine zarar verici davranışlar istismar olarak adlandırılmaktadır. İhmal ise, çocukların beslenme, barınma, eğitim, sağlık, duygusal ve sosyal alanlardaki ihtiyaçlarını pasif olarak karşılanmaması ve çocukların psikolojik hallerini olumsuz yönde etkileyen ileri dönemlerde kalıcı izler bırakan her türlü tutum ve davranışlar olarak adlandırılabilir (Polat, 2001; Zeytinoğlu, 1999). Çocuk istismarı; fiziksel, cinsel ve duygusal istismar olarak, çocuk ihmali ise; fiziksel ve duygusal ihmal olarak ele alınmaktadır. (Aral, 2001; Polat, 2001; Runyan ve ark. 2002; Topbaş, 2004; Traşçı ve Gönen 2007).

Bu tanımlamalar incelendiğinde duygusal istismar; bireylerin psikolojik iyilik haline zarar veren her türlü alay, eleştiri, bağırma, aşağılama gibi sözel davranışlara maruz kalınması halidir (Zoroğlu, 2001). Fiziksel istismar; yetişkinlerin çocuk veya ergenlere uyguladıkları tekme atma, hırpalama, vurma gibi fiziksel ve psikolojik bütünlüğü bozacak her türlü şiddet içerikli fiziksel teması kapsamaktadır (Bernet, 2000). Cinsel istismar; yetişkin bireylerin çocuk ve ergenlerden cinsel haz elde etmek amacıyla yaptığı her türlü cinsel içerikli davranışları kapsamaktadır (Topçu, 2009). Duygusal ihmal; bakım verenlerin çocuğun duygusal olarak varlığının hissettirilmemesi, gözardı edilmesi ve sevilme gibi ihtiyaçlarının karşılanmaması durumudur (Gümüş, 2009). Fiziksel ihmal; çocuk veya ergenlerin eğitim, barınma, beslenme gibi ihtiyaçlarının giderilmemesi durumudur (Topbaş, 2019).

1. Çocukluk Çağı Travmaları ve Etkileri

Alanyazında yer alan çalışmalarda çocukluk çağı travmaları ve olumsuz etkileri incelendiğinde, çocukluk çağında güvensiz bir ortamda yetişen ve travma yaşamış bireyler yetişkinlik döneminde psiko-sosyal sorunlarla birlikte travma sonrası stres bozukluğu yaşamaktadırlar (Barker, 2010; Erden ve Gürdil, 2009). Amerikan Psikiyatri Birliği'ne (2014) göre erken dönem olumsuz yaşantılara maruz kalmış yetişkinler ve çocuklarda benzer belirtiler görülebilmektedir. Bu belirtiler; uyku sorunları, okul başarısında düşüş, öfke, konsantrasyon güçlükleri, sosyal ilişkilerde sorun yaşama, üzüntü, suçluluk ve duyguların düzenlenmesinde sorunlar yaşanması

gibi belirtilerdir. Demir (2008) yaptığı bir çalışmada travma yaşamış çocuk ve ergenlerin %56,7'sinin okul başarısının azaldığını saptamıştır.

Çocukluk çağındaki olumsuz yaşantıların ileri yaşam dönemlerinde bireyin sosyal hayatını, kişilerarası ilişkilerini ve şiddete yönelik tutumlarını (Cohen, 2019), kimlik ve kişilik oluşum süreçlerini (Balli, 2019), öznel iyi oluşlarını (Hoşceylan, 2018), bağlanma süreçlerini ve duygu düzenleme becerilerini (Kefeli, 2017) etkilemektedir. Aynı zamanda travmatik deneyimlerin bireylerin savunma mekanizmalarını (Taşkent, 2010), zorbalık ve saldırganlık davranış düzeylerini (Kurutaş, 2017; Tan, 2018), psikolojik dayanıklılıklarını, problemli internet kullanma durumlarını, psikolojik ve zihinsel sağlıklarını (Kaştan, 2015; Kazazoğlu, 2019) ve uyku düzenlerini (Limoncu ve Atmaca 2018) olumsuz yönde etkilediği ortaya konulmuştur. Pelin-Kılıç (2019) 18-66 yaş aralığında 388 katılımcı ile çocukluk çağı travma türleri ve obsesif kompulsif belirtiler arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, obsesif belirtilerin çocukluk çağı travmalarıyla ilişkili olduğunu ve özellikle kirlenme obsesyonu ile cinsel istismar travması arasında anlamlı ilişkili olduğunu belirtmiştir.

Ateş (2019) Hacettepe Üniversite'sinde öğrenim gören 307 üniversite öğrencisiyle yaşanan travma türü ve travma sonrası stres belirtileri üzerinde algılanan sosyal desteğin ve travma sonrası olumsuz bilişlerin aracı rolünü incelediği çalışmada, travma sonrası bireylerde stres belirtilerinin ortaya çıktığını ve bu belirtiler üzerinde travma sonrası oluşan olumsuz bilişlerin etkisi olduğunu belirtmektedir.

Hebert, Langevin ve Oussaid (2018) 309 cinsel istismar mağduru çocukla yaptıkları çalışmada, cinsel istismar travmasına maruz kalan çocukların içselleştirilmiş ve dışsallaştırılmış davranış problemleri gösterdiklerini, travmaların çocuklarda davranış problemleriyle ilişkili olduğunu ve bu ilişkide duygu düzenlemenin aracı rolü olduğunu belirtmiştir.

Demirkapı (2013) erken dönem travmatik yaşantıların kimlik gelişimi ve duygu düzenlemeye etkisini incelemek amacıyla 17-29 yaş aralığında toplamda 635 üniversite öğrencisiyle yaptığı bir araştırmada erken dönem 'Travmatik Yaşantı

Ölçeği'ne göre belli bir puanın üzerinde olan 199 katılımcıyı araştırmaya dahil etmiştir. Araştırma bulgularına göre, özellikle travma türlerinden çocukluk çağında duygusal ihmal ve istismar travmasına maruz kalmış bireylerin kimlik bocalaması puanlarının anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır.

Aydın (2018) 18 yaş üzeri 205 katılımcı ile yaptığı çalışmasında erken dönem travmatik deneyim yaşayan bireylerin psikolojik sağlamlık ve depresyon düzeyi puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığını belirtmiştir. Bireylerin psikolojik sağlamlık düzeyleri ile çocukluk çağı travmatik yaşantılarından özellikle duygusal istismar ile negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte bireylerin depresyon puanları ile travmatik yaşantıları arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur.

Güloğlu, Kararımak ve Emiral'a (2016) göre çocukluk döneminde ihmal ve istismara uğramış bireylerin ruh sağlığı olumsuz etkilenmekte, şefkat ve merhamet duyguları azalmakta ve dünyanın güvenilir olduğu, kötü olayların kendilerinin başına gelmeyeceği gibi temel inançları sarsılmaktadır. Ruh sağlığını koruyucu etkenlerden olan affetmeyle ilgili 536 katılımcıyla yaptıkları bir araştırmada erken dönem travmatik deneyime sahip bireylerin travmaya maruz kalmayan bireylere göre affetme puanları daha yüksek saptanmış ve travmatik deneyimi olan bireylerin başkalarını ve kendini affetmekte zorlandıklarını belirtmektedirler.

Zoroğlu ve arkadaşları (2011) 839 lise öğrencisiyle çocukluk dönemi ihmal ve istismarın olası sonuçlarını inceledikleri çalışmada ihmalin en sık bildirilen travma türü olduğunu (%16,5) ve katılımcıların %15,9'u duygusal, % 13,5'i fiziksel, %10,7'si cinsel istismara maruz kaldıklarını ve katılımcıların %65,2'sinin herhangi bir travmaya maruz kalmadıklarını belirtmişlerdir. Enstest ilişkinin varlığı katılımcıların %4,4'ü tarafından ifade edilmiştir. Bununla birlikte katılımcıların %5,6'sı farklı üç veya daha fazla travma yaşadıklarını belirtmişlerdir. Erken dönem travmatik yaşantılar ile özkıyım davranışları ve kendine zarar verme arasında güçlü bir ilişki olduğunu saptamışlardır. Kendine zarar verme davranışı kız ve erkeklerde birbirlerine yakın ve %21,4 oranında saptanmıştır. Özkıyım davranışı tüm katılımcılarda % 10,7 olarak saptanmış ve travması olan katılımcılar travmaya maruz kalmayan gruba göre daha

yüksek oranda kendine zarar verme, disosiyatif belirtiler gösterme ve özkıyım girişiminde bulundukları tespit edilmiştir.

Siyez (2003) 15-17 yaş arası 9. sınıf öğrencisi toplam 358 ergenle yaptığı bir çalışmada ergenler tarafından algılanan duygusal istismar puanları arttıkça ergenlerin benlik algısına ilişkin puanlarının düştüğünü, kaygı ve depresyon puanlarının da yükseldiğini saptamıştır.

2. Travmatik Yaşantılar ve Problemlı İnternet Kullanımı Arasındaki İlişki

Alanyazında çocukluk çağında yaşanan travmatik yaşantılar ile problemlı internet kullanımı arasında ilişkiyi gösteren araştırmalar bulunmaktadır (Altunten, 2019; Kurutaş, 2017; Schimmenti ve arkadaşları, 2017; Türkarslan, 2007; Zhang ve Sun, 2012). Kağnıcı (2020) 9. ve 10. sınıfa devam eden toplam 492 ergenle yaptığı bir çalışmada problemlı internet kullanım puanları ile anne ve babadan algılanan duygusal istismar puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Altunten (2019) 365 ergen ile yaptığı çalışmada da benzer bulguları saptamıştır. Kurutaş (2017) üniversite öğrencileri ile çocukluk çağı travmaları, siber zorbalık ve problemlı internet kullanımı ilişkisini incelediği çalışmasında çocukluk çağı ruhsal travmaları ile problemlı internet kullanımı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Dalbudak, Evren, Aldemir ve Evren (2014) internet bağımlılığı üzerine yapmış oldukları çalışmanın sonuçlarında çocukluk çağı ruhsal travma yaşantıları alt boyutları arasından duygusal istismar değişkeninin internet bağımlılığının yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Kircaburun, Griffiths ve Billieux (2019) ergenlerin çocukluk döneminde travma yaşantılarına maruz kalmalarının problemlı sosyal medya kullanımı artırdığını belirtmişlerdir.

Schimmenti, Passanisi, Caretti, Marca, Granieri, Localino ve Billieux (2015) tarafından 358 ergenle yapılan bir çalışmada çocukluk dönemi ruhsal travma yaşantıları, problemlı internet kullanımı ve aleksitimi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konmuştur. Worsley, McIntyre, Bentall ve Corcoran (2018) yaptıkları bir araştırmada depresyon ve bağlanmanın çocukluk çağı travma yaşantıları ile internet bağımlılığı arasında aracı değişken olduğunu belirtmişlerdir. Zhang ve Sun

(2012) 3798 ergen ile yaptığı bir çalışmada çocukluk çağında fiziksel istismar travmasına maruz kalma ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ve bu ilişkiye benlik saygısının kısmi aracılık ettiği bulunmuştur.

Takan (2020) çocukluk çağı travmaları, yalnızlık ve sosyal medya bağımlılığı üzerine 14-18 yaş arası 383 ergen ile yaptığı çalışmada, sosyal medya bağımlılığı ile erken dönem travmatik yaşantılar arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Günlük internet kullanım süresi ve travma türleri sonuçları değerlendirildiğinde 15-21 saat arası internet kullanım süresi yüksek olan öğrencilerin erken dönem travmatik yaşantı puanlarının, internet kullanım süresi daha az olan öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu ortaya konulmuştur.

C. Stres Kavramı

Stres, gelişim dönemleri açısından değerlendirildiğinde ergenler için önemli bir konudur. Ebeveynin kaybı, ekonomik sorunlar, okul yaşamında meydana gelen sorunlar, akran ilişkileri, günlük hayat içerisinde meydana gelen değişimler ergenler için stres kaynaklarıdır (Kulaksızoğlu, 2001).

Stres; bireylerin kendi iyi oluş halleri ve taleplerine yönelik algıladıkları ve var olan tehditler karşısında ortaya çıkan durumla ilgili olarak üstesinden gelemeyeceğini hissetmeleri (Lazarus,1996) ve ortaya çıkan bazı durumlarla baş edemeyecekleri düşüncesi ile endişe duyma halleridir (Raymond, 2000). Stres yaşanan olumsuz olaylar sonucu biyolojik ve fiziksel dengenin bozulmasına fiziksel ve psikolojik olarak zihnin ve bedeninin verdiği tepkidir (Sapolsky, 2004; Şahin, 2014). DSM 5'e göre, travmatik stres bozukluğu ise bireylerin doğrudan veya dolaylı olarak yaşadıkları kayıp, kaza, yakın birinin kaybı, çocuklukta ihmal ve istismar gibi travmatik olaylar sonucunda yeniden yaşantılama, aşırı uyarılma, kaçınma gibi tepkilerin ortaya çıkması olarak tanımlanmaktadır.

Ergenlerde strese neden olan etmenlerin ele alındığı bir çalışmada arkadaşlık ilişkileri, akran zorbalığı, okul değişimi vb. durumlar günlük stresörler olarak tespit edilmişken; şiddet, kayıp, afetler, sağlık problemleri, erken dönem olumsuz travmatik yaşantılar ise ciddi problemlere yol açan şiddetli stresörler olarak belirtilmektedir (Kenny, 2000).

Buradan hareketle bireylerin yaşadıkları travmatik olaylar sonucunda ortaya çıkan yoğun stres yaşantıları bireylerde öfke, suçluluk, kişilerarası ilişkilerde güvensizlik, çatışma gibi duygusal ve davranışsal tepkilerin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Şahin, 2014). Aker ve arkadaşları (2008) erişkin ve ergenlerdeki travmatik stres etkilerini araştırdığı çalışmasında bireylerin kaçınma, yeniden yaşantılama, küntleşme, uyarılmışlık gibi travmatik stres belirtileri gösterdiklerini ve öğrencilerde olası travma sonrası stres bozukluğu (TSSB) sıklığını %5,9, öğretmen ve görevlilerde ise % 26,1 oranında görüldüğünü saptamışlardır.

Lazarus'a (1976) göre stresle başa çıkma; kişinin stres yaratan yaşam olaylarına maruz kalması sonucu oluşan duygusal gerilimini azaltmaya ve kendisini psikolojik olarak güçlü ve iyi hissetmesini sağlamaya yönelik olarak ortaya koyduğu duygusal ve davranışsal tepkilerin bütünü olarak değerlendirilmektedir. Ergenler stresin neden olduğu olumsuz duygulardan kurtulmak ve rahatlamak için; stres karşısında oluşan duygularını yönetme ve düzenleme, davranışlarını gözden geçirme, strese neden olan kaynakları belirleme gibi bir süreç içerisinde bulunmakta ve (Compos ve ark., 2001) aynı zamanda stresin neden olduğu olumsuz duygularla başetmeye çalışmaktadırlar (Eryılmaz, 2009).

Yöndem ve Totan (2008) 10 ve 11. sınıfta öğrenim gören toplamda 584 öğrenci ile ergenlerde zorbalık ve stresle başa çıkma yöntemlerini araştırdıkları bir çalışmada, ergenlerin stresle baş etmede genel olarak aktif bir şekilde sorunla baş etmek yerine pasif bir şekilde durumu kabullendiklerini, çaresizlik hissedip sosyal destek arama gibi yöntemlere başvurduklarını saptamışlardır.

Price ve Stuart (2002) ergenlerin toplumsal konulara ilgi duyma düzeyi ve stresle baş etme yöntemlerini kullanmaları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, toplumsal konularla ilgilenme düzeyi fazla olan ergenlerin, rahatlatıcı etkinliklere yönelme, egzersiz yapma, sorun çözme gibi yöntemler kullandıklarını belirtmektedir. Çiftçi (2002) ergenlerin stresle baş etme yöntemlerini araştırdığı bir çalışmasında kadınların kendilerini suçlama yöntemini erkeklere göre daha çok kullandıklarını belirtmiş ve sosyo-ekonomik düzey arttıkça problem odaklı baş etme yönteminin kullanımının da arttığını belirtmiştir.

Basut ve Erden (2005) suça yönelen 60 ergen ve çıraklık eğitim merkezlerinde hiçbir suç yaşantısı olmayan 60 ergenle stres belirtileri, stresle başa çıkma örüntülerini araştırdığı çalışmasında suça yönelmiş ergenlerin stresle baş etmede bilişsel ve davranışsal kaçınmayı daha çok kullandıklarını, benzer şekilde stresten dikkati uzaklaştırmaya çalışma ve yaşanan olayı düşünmeme gibi yöntemleri kullandıklarını belirtmişlerdir. Araştırmadaki katılımcıların genel olarak stresle baş etmede kendini suçlama, geri çekilme, kadere sığınma gibi yöntemler kullandıkları belirtilmiştir. Ergenlerin stresle baş etmede sıkıntılar yaşadıkları ve etkin baş etme yöntemlerini kullanamadıklarında duygusal (depresyon, kaygı, bedensel şikayetler) ve davranışsal boyutta (dürtüsellik, saldırganlık gibi) belirtilerin ortaya çıktığını belirtmişlerdir.

1. Problemlı İnternet Kullanımı, Travma ve Stres İlişkisi

Haspolat (2019) katılımcıların %8,5'ini ergen grubun oluşturduğu 19-77 yaş arası toplam 246 travmatik yaşantısı olan bireyle yaptığı bir çalışmada, katılımcıların %10'unun 18 yaşından önce cinsel istismar travmasına maruz kaldıklarını belirtmiştir. Araştırma sonuçları incelendiğinde, travma sonrası ortaya çıkan stres belirtilerinin yaşanan travma türüne göre farklılaştığı tespit edilmiştir. İnsan kaynaklı travmaları deneyimleyen bireylerin travma sonrası stres belirti puanları doğal kaynaklı travmaları deneyimleyen kişilere göre daha yüksektir. Bununla birlikte travmatik yaşantı sonrası bireylerin dünyayı anlamlandırılmalarında temel inançlarında sarsıntılar meydana gelmekte ve bu bireylerin travmatik stres belirtilerini daha yüksek düzeyde deneyimlediği sonucuna ulaşılmıştır.

Young (2005) bireyin bebeklik ve çocukluk döneminde yaşadığı erken dönem travmatik deneyimlerin, bireylerin ileri yaşam dönemlerinde kendileri ve dış dünyayla ilgili olarak işlevsiz düşüncelere sahip olmalarına neden olduğunu belirtmektedir. Bu işlevsiz düşünceleri 'uyum bozucu şemalar' olarak adlandırmaktadır. Aksoy ve Ünibol (2021) 'Young Şema Ölçeği'ni kullanarak 14-18 yaş arası toplam 148 öğrenci ile ergenlerde problemlı internet kullanımı ile şema mekanizmaları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında erken dönem uyum bozucu şemalar ile problemlı internet kullanımı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Young Şema Ölçeği internet bağımlılığıyla ilgili çalışmalarda sıklıkla kullanılmakta

(Aksoy ve Ünibol, 2021) ve Horwitz'e (2011) göre ergenlerin duygusal yoksunluk gibi alt şemalara sahip olmaları onları internete yöneltmekte, depresif duygu durumları ve stresli durumlarla baş etme yöntemi olarak interneti kullandıklarını ifade etmektedir.

Hsieh, Shen, Wei, Feng, Huang ve Hwa (2016) Tayvanlı öğrenciler arasında çocuğa kötü muamele, travma sonrası stres bozukluğu ve problemli internet kullanımı arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırma %50,3'ünü erkek öğrencilerin oluşturduğu toplam 6233 dördüncü sınıf öğrencisiyle gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre çocukluk dönemi yaşanan psikolojik ihmal, fiziksel ihmal ve cinsel şiddetin internet bağımlılığını önemli ölçüde yordadığı ve babadan kaynaklı fiziksel şiddetin de anneden kaynaklı fiziksel şiddete göre internet bağımlılığını anlamlı derecede yordadığı belirtilmektedir. Bu bulgularla birlikte çocukluk dönemi olumsuz yaşantılar, problemli internet kullanımı ve travma sonrası stres belirtileri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ortaya konulmuş ayrıca travma sonrası stres bozukluğu ile problemli internet kullanımı arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki ortaya konulmuştur.

D. Duygu Düzenleme Güçlüğü

Çocukluk çağı travmatik yaşantıların önemli ölçüde etkilediği düşünülen alanlardan birisi de duygu düzenlemedir (Matyja, 2005). Erken dönem olumsuz yaşantılarının bazı davranışsal ve psikolojik sorunlara yol açmasında duyguların ifade edilmesinin ve duygu düzenlemenin önemli bir etmen olduğu belirtilmektedir (Pollak, Cicchetti, Hornung ve Reed, 2000; Shipman, Zeman, Penza ve Champion, 2000).

Gross'a (1998) göre duygu düzenleme; bireylerin sahip olabilecekleri duyguların neler olduğunu, bu duyguları hangi ortamlarda ve nasıl deneyimleyerek ifade edebileceklerini etkileyen bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Calkins'e (2010) göre duygu düzenleme duygusal yaşantıları ifade edebilmek, artırmak, azaltmak veya yaşanan duyguyu açığa çıkarmamayı sağlamak amacıyla yapılan bilinçli, bilinçsiz her türlü davranışı içeren bir süreçtir.

Bu araştırmada ele alınan boyutuyla ise duygu düzenleme güçlüğü; bireylerin durumlar, olaylar karşısında duygusal tepkilerini kontrol edemeyip düzenleyememesidir. Duygu düzenleme güçlüğü, duygunun kabul edilmediği,

duygunun farkındalığının olmadığı, duygunun anlaşılır bir şekilde ifade edilemediği ve amaca uygun olmayan davranışların kontrol edilemeyerek duruma uygun olan duygu düzenleme stratejilerinin kullanılamaması durumudur (Gratz ve Roemer, 2004).

Duygu düzenleme özellikle erken çocukluk döneminde ebeveyn çocuk ilişkisine bağlı olarak kazanılması gereken bir beceridir. Çocuklar ebeveynlerin olaylara verdikleri tepkilerden, yaptıkları yorumlamalardan etkilenmektedirler. Bu nedenle erken dönemde olumsuz duygusal durumlara ve ifadelere maruz kalma, aile içi şiddet gibi durumlar çocukların ileri dönemlerde duygularını ifade etme becerisini olumsuz etkileyebilmektedir (Greenberg, Kusche ve Speltz, 1991; Meyer, 2008).

1. Problemli İnternet Kullanımı, Travma, Stres ve Duygu Düzenleme Güçlüğü İlişkisi

Evren, Dalbudak, Topçu, Kutlu ve Elhai (2019) 920 üniversite öğrencisi ile erken dönem çocukluk çağı travmaları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide disosiyatif yaşantılar ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolünü inceledikleri çalışmalarında özellikle duygusal istismar ve fiziksel ihmal gibi çocukluk çağı travmatik yaşantı puanları yüksek olan bireylerin daha fazla problemli internet kullanımına sahip olduklarını ve aynı zamanda bu bireylerin duygu düzenlemede güçlükler yaşadıklarını ortaya koymuşlardır. Duygu düzenleme güçlüğü'nün bu ilişkide kısmı aracı rolü olduğunu tespit etmişlerdir. Aynı zamanda dürtü, açıklık, ayrışma ve duygu düzensizliği gibi disosiyatif yaşantılar alt boyutlarının da bu ilişkide aracı rolünün olduğu tespit edilmiştir. Shipman ve arkadaşları (2007) çocukluk döneminde fiziksel istismar gibi travmatik yaşantılara uğrayan çocukların, fiziksel istismara uğramayanlara göre daha az duygu düzenleme becerisine sahip olduklarını belirtmişlerdir.

Bilim (2012) 18-65 yaş aralığında toplam 802 kişi ile erken dönem travmatik yaşantılar ile genel psikolojik belirtiler ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolünü incelediği araştırmasında, çocukluk çağında istismar düzeyi düşük ve yüksek grupları karşılaştırmış ve çocukluk çağı istismar edilme puanı yüksek olan grubun duygu düzenlemenin tüm alt boyutlarında çok fazla güçlükler yaşadıklarını ortaya koymuştur. Bununla birlikte bu bireylerin kişilerarası ilişkilerde ketleyici tarza daha

fazla başvurdukları ve psikolojik belirtilerinin çok daha fazla olduğu, duygu düzenleme güçlüğü'nün erken dönem travmatik yaşantılar ile genel psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide tam aracı rolünün olduğu saptanmıştır.

Caplan (2010) problemli internet kullanımını patolojik bir sorun olarak değerlendirmemekle birlikte, bu durumu bilişsel ve davranışsal etmenlerin neden olduğu olumsuz bir sonuç olarak ele almaktadır. Bu araştırmada da kullanılan 'Genelleştirilmiş Problemli İnternet Kullanımı (GPIKÖ) ölçeğini bu bakış açısından hareketle geliştirmiştir. Bu nedenle Caplan'a (2010) göre problemli internet kullanımına sahip bireyler günlük hayatta karşılaştıkları stres durumlarından kurtulmak, rahatlamak için internete yönelmektedirler. Bu bireyler başkalarıyla yüz yüze iletişime geçmekten kaygı duymakta ve bu kaygıyla baş etmek için internete yönelmekte, internet ortamındaki sosyal etkileşimi tercih etmektedirler. Bir başka ifadeyle interneti duygu düzenleme aracı olarak kullanmaktadırlar. Bu durum da bireyleri problemli internet kullanıcısına dönüştürmektedir (Caplan, 2010). Bu görüşe paralel olarak Uzun ve Ünal (2018) Caplan'ın geliştirdiği GPIKÖ ölçeğini kullanarak 695 üniversite öğrencisiyle problemli internet kullanımlarını incelediği çalışmasında internette sosyal etkileşim tercihi ile olumsuz duygu durumları düzenleme arasında anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki olduğunu saptamışlardır.

Uzun ve Ünal'a (2018) göre yüz yüze iletişimden kaygı duyan bireyler internet sayesinde bu duygularını düzenlemektedirler. Bu durumda bireylerin sürekli olarak interneti düşünmelerine sebep olarak bireyleri problemli internet kullanıcısına dönüştürmektedir. Ergenler interneti günlük hayatın yarattığı problemlerden ve gerginlikten kaçmak için kullanmakta (Kıran- Esen,2009) ve gerçek ortamlarda insanlarla iletişime geçmenin yarattığı stresten kurtulmak için online sosyal etkileşim aracı olarak interneti tercih etmektedirler (Ceyhan, 2010). Lam, Peng ve Mai'ye (2009) göre internet ortamına kaçışta stres ve aile ilişkilerindeki doyumsuzluk potansiyel risk olarak ele alınmaktadır.

Gülner (2016) 26 üniversitede toplam 2806 öğrenciyle stres yoğunluğu ve internet kullanım türü ve sıklığı arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında katılımcıların %68,5 gibi önemli bir bölümünün stres yaşadığını belirtmiştir. İnterneti psiko-sosyal ihtiyaç giderme ve iletişim amaçlı kullanma düzeyi ile stres alt

boyutlarından “kaçınma” boyutu arasında pozitif yönlü bir ilişki ortaya konulmuştur. Bununla birlikte interneti eğlenme, iletişim amaçlı kullanım ve bilgi edinme amaçlı kullanım ile genel stres puanı arasında da pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur.

Leung’a (2017) göre aile için kayıp-yas süreci, hastalık, ayrılık gibi olumsuz yaşantılara maruz kalan bireyler içinde bulundukları stres durumunu azaltmak için interneti başkalarıyla sosyal etkileşimi devam ettirme aracı olarak kullanmaktadırlar. Ayrıca akademik olarak devam ettikleri okulla ilgili sorun yaşayan ergenlerin de interneti bu problemlerden kurtulmak amacıyla, rahatlama, eğlenme, başkalarıyla sosyal iletişime geçme, internette kendisini başka birisi gibi gösterme ve başkalarının duygularıyla ilgilenme amacıyla bir araç olarak kullanmaktadırlar. İnternetin rahatlatma görevi geçici de olsa yaşanan stres durumlarıyla baş etmede kullanılmaktadır.

Grajewski ve Dragan (2020) 15-67 yaş aralığında 1288 katılımcı ile erken dönem olumsuz çocukluk deneyimleri, bağlanma ve oyun oynama bozukluğu arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, katılımcıların ilişkilerinde kaçınmacı, kaygılı ve endişeli bağlanma stiline sahip olduğunu ve erken dönem olumsuz yaşantılara sahip olmayı internet bağımlılığı geliştirmede risk faktörü olarak tespit etmişlerdir. Bununla birlikte duygusal taciz ve ihmal geçmişi olan çocukların çevrimiçi oyunları daha yüksek oranda tercih ettikleri ve aynı zamanda bu bireylerin depresif belirtilerinin de yüksek olduğu bulunmuştur.

Cheng, Cheung ve Wang’a (2018) göre bireyler şiddet, ihmal ve istismar gibi olumsuz yaşantılarını unutmak, telafi etmek ve psikososyal refahlarına yeniden ulaşmak amacıyla internete yönelmektedirler. Bireyler gerçek yaşamda üzücü bir olayla mücadele etmek yerine sanal dünyaya kaçma arzusu duymaktadırlar. Çünkü sanal dünya bireyler için gerçek hayatın bir taklidi gibidir. İnternet ortamında sanal bir iletişim kurulabildiği ve bireyler gerçek yaşamda gerçekleştiremediği maddi ve manevi hayallerine internet ortamında sahip oldukları için internet bireylere hayali bir lüks sunarak daha çekici hale gelmektedir. Zamanla internet ortamı gerçekliğin yerini almakta ve bireyleri problemlili internet kullanıcısı haline getirebilmektedir.

Sonuç olarak alanyazında yer alan bu bulgulardan hareketle erken dönem travmatik yaşantılar bireylerde stres tepkilerine ve duygu düzenleme güçlüğüne neden

olabildiği ileri sürülebilir. Aynı zamanda stres düzeyi artan bireylerin duygu düzenleme becerilerinde zorlandıkları ve duygu düzenleme becerilerinde güçlük yaşayan bireylerin de stres tepkilerinin arttığı görülmektedir. Bireylerin stres ve duygu düzenleme düzeylerinin birbirini karşılıklı olarak etkilediği görülmektedir. Bireyler ortaya çıkan stres belirtileri ile mücadele etmeyi tercih etmek yerine sanal ortamlara yönelmektedirler. Bu nedenle sanal ortamlar bireyler için rahatlatıcı bir değere sahip olabilmekte ve bu durum bireyleri problemlı internet kullanıcına dönüştürmektedir.



İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, kullanılan ölçme araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizine dair bilgilere yer verilmiştir.

A. Araştırma Modeli

Bu çalışmada erken dönem çocukluk çağı travma yaşantıları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkiyi etkileyen değişkenler, alanyazına dayalı olarak önerilen model kapsamında incelenmiştir. Değişkenler arası ilişkilerin betimlendiği bu model alanyazında ilişkisel tarama modeli olarak kabul edilmektedir (Karasar, 2011). Önerilen hipotetik model yapısal eşitlik modellemesi tekniği kullanılarak test edilmiştir.

B. Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2019-2020 eğitim öğretim yılında çeşitli illerde öğrenim görmekte olan ortaöğretim öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya farklı sınıf düzeylerinden öğrenciler katılmıştır. Çalışma grubuna ait tanımlayıcı istatistikler Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Çalışma grubunun demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları

		f	%
Cinsiyet	Erkek	279	33,3
	Kadın	558	66,7
Sınıf Düzeyi	9	248	29,6
	10	170	20,3
	11	178	21,3
	12	241	28,8
Toplam		837	100

Araştırmaya lise düzeyinde öğrenim görmekte olan 837 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılanların %33,3'ü erkek, %66,7'si kadındır. Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin %29,6'sı 9. sınıf, %20,3'ü 10. sınıf, %21,3'ü 11. sınıf ve %28,8'i 12. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Katılımcıların yaşları 13-19 arasında değişmekte olup ortalaması ise 15,71'dir (Ss=1,349).

C. Veri Toplama Süreci

Araştırma ile ilgili veri toplama sürecine başlamadan önce kullanılacak ölçeklerin Türkçeye uyarlama çalışmasını gerçekleştiren araştırmacılar ile e-posta yoluyla iletişim kurularak ölçek kullanımı için gerekli izinler alınmıştır. Daha sonra Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Etik Kurulundan gerekli izinler ve etik onay (Bknz. EK-1) alınmıştır. Sonrasında ölçekler bir çevrimçi veri toplama aracı üzerinden hazırlanarak araştırmaya ait bağlantı linki oluşturulmuştur. Daha sonra farklı illerde görev yapan psikolojik danışmanlar, okul yöneticileri ve farklı branştaki öğretmenlerle çeşitli sosyal medya araçları ve grupları üzerinden iletişime geçilmiştir. Araştırmanın amacı, gönüllülük gibi ilkeler hakkında bilgi verildikten sonra çalışmaya katılmayı kabul eden okullara oluşturulan bağlantı linki gönderilmiştir. Araştırma bağlantısına tıklayan bireyler ilk olarak çalışmayla ilgili Bilgilendirilmiş Onam formuna (Bknz. EK-2) ulaşarak çalışmayla ilgili detaylı bilgiler edinmişlerdir. Bilgilendirilmiş Onam formunda; araştırmanın amacı, nerede yürütüldüğü, kapsamı, gönüllülük ilkesi, araştırmada kullanılan ölçeklerin cevaplanma süresi, verilerin gizliliği, kişisel bilgilerin korunması gibi konular yer almaktadır. Araştırmaya yönelik soru ve geribildirimler için katılımcılarla mail yoluyla iletişim kurulmuştur. Araştırma kapsamında toplam 1235 öğrenciye ulaşılmıştır.

D. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama amacıyla toplamda beş ölçme aracı kullanılmıştır. Kullanılan bu ölçme araçları; Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları Ölçeği, Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği, Genelleştirilmiş Problemli İnternet Kullanım Ölçeği, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği ve Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği'dir. Ayrıca katılımcılara ait demografik bilgileri toplamak amacıyla 'Kişisel Bilgi Formu' kullanılmıştır.

1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunda katılımcıların; yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi ve bir gün içerisinde internette geçirilen süre hakkındaki sorulara yer verilmiştir.

2. Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları Ölçeği (ÇCRTÖ-33)

Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği kısa formu 28 maddeden, genişletilmiş formu 33 maddene oluşan, Bernstein ve arkadaşları (1994) tarafından geliştirilen bir ölçektir. Ölçek, 5'li Likert (1=Hiçbir zaman, 2=Nadiren, 3=Kimi zaman, 4=Sıklıkla, 5=Çok sık olarak) tipindedir ve duygusal istismar, fiziksel istismar, fiziksel ihmal, duygusal ihmal, cinsel istismar, ve aşırı koruma-kontrol olmak üzere 6 alt boyuttan oluşmaktadır.

Her bir alt boyut için ve ölçeğin tümü için toplam puan elde edilmekte ve alt bölümün puanlarının toplamı toplam ÇCRTÖ puanını vermektedir. Ölçeğin toplam puanı 25-150 arasında değer almaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Şar, Öztürk ve İkikardeş (2012) tarafından gerçekleştirilmiş olup, genişletilmiş 33 maddelik biçiminin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Şar, Necef, Mutluer, Fatih ve Türk-Kurtça (2020) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin bu formu için iç tutarlılık katsayısının ,87 olduğu ortaya konulmuştur. Ölçeğin cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı cinsel istismar alt boyutu için ,90, fiziksel istismar alt boyutu için ,81, duygusal ihmal alt boyutu için ,89 , duygusal istismar alt boyutu için ,88, fiziksel ihmal alt boyutu için ,77, aşırı koruma- kontrol alt boyutu için ise ,84 olarak bulunmuştur.

3. Depresyon, Ankisiete ve Stres Ölçeği (DASS-21)

Depresyon, Ankisiete ve Stres Ölçeği toplamda 42 madde olarak Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından geliştirilmiştir. Daha sonra 4'lü Likert tipinde 21 maddelik kısa formu oluşturulmuştur. Ölçekte toplam 3 alt faktör (depresyon, ankisiete, stres) bulunmakta ve her bir alt faktör için 7 madde bulunmaktadır. Ölçeğin her bir alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 21'dir. Ölçekten alınan puanların artması, depresyon, ankisiete, stres belirtilerinin arttığını göstermektedir.

DASS-21'in Türkçe uyarlama çalışması Yıldırım, Boysan ve Kefeli (2018) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach alpha katsayısı anksiyete alt boyutu için ,87, depresyon alt boyutu için ,89, stres alt boyutu için ,90 bulunmuştur. Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek için gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre orijinal üç boyutlu yapının uyum indeksi değerleri $\chi^2/sd= 2,04$, RMSEA= 0,05; SRMR= ,036; CFI=0,94; TLI=0,93 olarak bulunmuştur. Yapılan araştırmada katılımcıların stres düzeyini belirlemek için ölçeğin stres alt boyutu kullanılmıştır.

4. Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği (CİBÖ)

İnternet bağımlılığı ve bağımlılıktan kaynaklanan sorunları ölçmeye yarayan ölçek, Chen ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 4'lü Likert tipinde (*1=Bana hiç uymuyor, 2=Bana biraz uyuyor, 3=Bana çoğunlukla uyuyor, 4=Bana tamamen uyuyor*) 26 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte; kompulsif kullanım, yoksunluk belirtileri, tolerans, kişilerarası ve sağlıkla ilişkili problemler ve zaman yönetimi problemleri olmak üzere beş alt boyut bulunmaktadır. Ölçekten toplam puan elde edilmekte, 63 puan patolojik internet kullanımı için kesme puan olarak kabul edilmekte ve ölçekten alınan puanların artması patolojik internet kullanımını ve internet bağımlılık düzeyinin arttığını göstermektedir. Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Ceyhan ve arkadaşları (2019) tarafından yapılmış olup, ölçeğin Türkçe versiyonunun iç tutarlık katsayısı ,94 olarak bulunmuştur. Ölçeğin kompulsif kullanım alt boyutu için Cronbach alpha katsayısı ,80, yoksunluk belirtileri alt boyutu için ,81, tolerans alt boyutu için ,76, kişilerarası ve sağlıkla ilişkili problemler alt boyutu için ,84 ve zaman yönetimi problemleri alt boyutu için ise cronbach alfa katsayısı ,77 bulunmuştur. CİBÖ'nün orijinal beş boyutlu yapısının doğrulayıcı faktör analizi sonuçları incelendiğinde uyum indeksi değerleri $\chi^2/sd= 3,88$, RMSEA= 0,06; SRMR= 0,05; CFI=0,85 olarak hesaplanmıştır.

5. Genelleştirilmiş Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği (GPIKÖ-2)

Problemlı internet kullanımına yönelik eğilimin belirlenmesi amacıyla Caplan (2010) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 5'li likert tipinde (1=*Kesinlikle Katılmıyorum*, 5=*Kesinlikle katılıyorum*) toplam 15 maddeden ve beş alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları: Duygu Düzenleme, Online Sosyal Etkileşim Tercihi, Yetersiz Öz-Düzenleme, Bilişsel Meşguliyet ve Olumsuz Sonuçlardır. Ölçek internet kullanımına yönelik eğilimle ilgili olarak genel puan vermekle birlikte her bir alt boyutta problemlı internet kullanımını betimlemektedir. Ölçekten alınan puanların artması problemlı internet kullanımına yönelik eğilimin arttığını göstermektedir. Orijinal ölçeğe ait iç tutarlılık katsayısı ,91'dir. Ölçeğin "online sosyal etkileşim" alt boyutu için cronbach alfa katsayısı ,82, "duygu düzenleme" alt boyutu için ,86, "bilişsel meşguliyet" alt boyutu için ,86, "kompulsif internet kullanımı" alt boyutu için ,87 ve "olumsuz sonuçlar" alt boyutu için ise cronbach alfa katsayısı ,83 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Canoğulları ve Cenkseven Önder (2019) tarafından yapılmış olup, Türkçe versiyonunda Genelleştirilmiş Problemlı İnternet Kullanımı -2'nin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı ,85 olarak bulunmuştur. Ölçeğin "online sosyal etkileşim" alt boyutu için cronbach alfa katsayısı ,51, "duygu düzenleme" alt boyutu için ,83, "Yetersiz öz düzenleme" alt boyutu için ,88, "bilişsel meşguliyet" alt boyutu için ,86, "kompulsif internet kullanımı" alt boyutu için ,82 ve "olumsuz sonuçlar" alt boyutu için ise cronbach alfa katsayısı ,73 olarak bulunmuştur. Orijinal ölçek üzerinde yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçları doğrultusunda ölçeğin Türkçe versiyonunda "kompulsif internet kullanımı" ve "bilişsel meşguliyet" alt boyutları "Yetersiz öz düzenleme" alt boyutunda toplanmış ve ölçeğin Türkçe formunun dört boyurlu yapısına ait doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri $\chi^2/sd= 2,18$, RMSEA= 0,05; SRMR= 0,05; GFI= ,96; AGFI= ,93; NNFI = ,95; CFI=,97 bulunmuştur.

Bu araştırma kapsamında katılımcıların interneti duygusal rahatlama ve duygu durumlarını düzenleme amacıyla kullanım düzeylerini belirlemek için "duygu düzenleme" alt boyutu ve katılımcıların yüzyüze iletişimi tercih etmek yerine online

sosyal etkileşime yönelme düzeylerini belirlemek için “online sosyal etkileşim tercihi” alt boyutu kullanılmıştır.

6. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Kısa -Form (DDGÖ-16)

Bireylerin duygu düzenleme güçlüğü düzeyini belirlemek amacıyla Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 5’li likert tipinde (1=*Hemen hemen hiç*, 2=*Bazen*, 3=*Yaklaşık yarı yarıya*, 4=*Çoğu zaman*, 5=*Hemen hemen her zaman*) toplamda 35 maddeden oluşmaktadır. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Formu, Bjureberg ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekten alınan puanların artması bireylerin duygu düzenlemede güçlükler yaşama düzeyinin arttığını göstermektedir. Ölçek 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar; açıklık, amaçlar, stratejiler, kabul etmeme ve dürtüdür. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Yiğit ve Güzel Yiğit (2017) tarafından yapılmış olup Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı ,92 olarak bulunmuştur. Ölçeğin açıklık alt boyutu için Cronbach alfa katsayısı ,84, amaçlar alt boyutu için ,84, stratejiler alt boyutu için ,87, kabul etmeme alt boyutu için ,78, ve dürtü alt boyutu için ise cronbach alfa katsayısı ,87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonuçları incelendiğinde uyum indeksi değerleri $\chi^2/sd= 2,75$, RMSEA= 0,07; CFI=,94; GFI= ,91; TLI= ,93 olarak hesaplanmıştır.

E. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında katılımcılara ulaşmak amacıyla oluşturulan çevrimiçi davetiyeye toplamda 1235 yanıt almıştır. Veri seti incelendiğinde 90 yinelenen veriye rastlanılmış ve bu veriler çıkarılarak veri seti 1146 kişi olarak kaydedilmiştir. Ayrıca araştırma kapsamında oluşturulan çevrimiçi soru formunun içerisine iki adet kontrol sorusu eklenmiş (Örn. “Bu soruyu okuyorsanız ... seçeneğini işaretleyiniz.”) ve bu sorulardan ilkinde uygun cevap vermeyen 164 gözlem, ve ikinci soruya uygun cevap vermeyen 109 gözlem veri setinden çıkarılmış ve veri seti 872’ye düşürülmüştür.

Veri seti son halini aldıktan sonra araştırma verilerinin analizinde ilk önce veri setinin parametrik istatistiksel analizler için uygunluğunu belirlemek amacıyla, normallik dağılımı, basıklık-çarpıklık katsayılarının hesaplanması gibi ön analizler yapılmıştır. Kline (2011) yapısal eşitlik modellemesinde çarpıklık değerinin ± 3 arası, basıklık değeri için ise ± 10 arası normallik varsayımı için kabul edilebilir değerler

olarak belirtmiştir. Veri setinde çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) katsayılarının kabul edilebilir değerler arasında olduğu görülmüştür. Elde edilen bu değerlerden verilerin normale yakın bir dağılım gösterdiği sonucuna ulaşılabilir (Kline, 2011; Tabachnick ve Fidell, 2013). Ayrıca 874 kişilik veri setinin tek değişkenli normalliğini test etmek için değişkenlere ait standartlaştırılmış puanlar incelenmiş ve z puanları -4 ve +4 dışında (Mertler ve Vanatta, 2005) kalan 35 gözlem veri setinden çıkılarak, 837 katılımcıdan oluşan veri seti ile analizlere devam edilmiştir.

Erken dönem travmatik yaşantılar, duygu düzenleme güçlüğü, stres, online sosyal etkileşim tercihi ve problemleri internet kullanımı arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla Pearson Momentler Çarpımı korelasyon analizi kullanılmıştır.. Daha sonra alanyazın kapsamında oluşturulan hipotetik model, Anderson ve Gerbing'in (1988) iki aşamalı yapısal eşitlik modeli yaklaşımı kullanılarak ilk önce ölçme modeli ile test edilmiş, ikinci aşamada ise önerilen model yapısal eşitlik modeli ile analiz edilmiştir. Yapısal eşitlik modellemesinde, DASS-21 stres alt boyutuna, GPİKÖ-2 online sosyal etkileşim tercihi ve duygu düzenleme alt boyutlarına ait maddeler ile, ÇÇRTÖ, CİBÖ ve DDGÖ-16'ya ait boyutlar ilgili gizil değişkenlerin oluşturmak için gözlenen değişkenler olarak kullanılmıştır. Araştırma kapsamında oluşturulan model üzerinde yer alan dolaylı etkiler ise 2000 ön-yüklem yöntemiyle elde edilen %95 güven aralığı değerleri aracılığıyla incelenmiştir.

Alanyazında uyum değerleri incelendiğinde Kline'a göre (2011) modelde uyum iyiliği değerlendirmesi için kay kare testi, yakınlığın kareler ortalamasının karekökü (RMSEA), karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI) ve standardize edilmiş artık değerler kareler ortalamasının karekökü (SRMR) başta olmak üzere en az dört değer raporlaştırılması ve ilgili referans değerler aralığında yer alması gerekmektedir (Kline, 2011). Bununla birlikte modelde karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI) değeri, artan uyum indeksi (IFI), Tucker- Lewis indeksi (TLI), göreceli uyum indeksi (RFI), ve normlaştırılmamış uyum indeksi (NFI) değerlerine de yer verilmiştir.

İyi uyum ölçütleri için referans değer aralıkları $0 \leq \chi^2/sd \leq 3$, $RMSEA \leq ,05$, $SRMR \leq ,05$, $TLI \geq 0,95$, $CFI \geq ,95$ ve $IFI \geq 0,95$ değer aralıklarında ve kabul edilebilir uyum ölçütlerinin ise $3 \leq \chi^2/sd \leq 5$, $RMSEA \leq ,08$, $SRMR \leq ,10$, $TLI \geq 0,90$, $CFI \geq ,90$ ve $IFI \geq 0,90$ değer aralığında yer alması gerekmektedir (Brown, 2015; Kline,

2011) Bu kapsamda modelin uyum değerleri alanyazında kullanılan ve veri setine uygun olan uyum indeksleri ile incelenmiş ve raporlaştırılmıştır. Veri analizinde SPSS 22. Paket Programı ve SPSS AMOS programı kullanılmıştır.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amaçları doğrultusunda ulaşılan bulgulara yer verilmiştir. Bu doğrultuda öncelikle önerilen hipotetik modelde yer alan değişkenler arasındaki ilişkilere ait bulgulara ve betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Daha sonra önerilen hipotetik model test edilerek sonuçlar raporlaştırılmış ve modelin önerdiği iyileştirme endeksleri sonrasında nihai model oluşturulmuştur. Son olarak ise, nihai model üzerinde yer alan dolaylı etkilerin hesaplanmasına yönelik bulgulara yer verilmiştir.

A. Veri Setine Ait Betimleyici İstatistikler

Araştırmada elde edilen bulgularına ilişkin gerekli analizler ve yorumlamalar yapılmadan önce betimleyici analizler yapılarak Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Değişkenlere ait betimsel istatistikler

	Min-Max	$\bar{X}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık	α
ÇÇRTÖ	25-150	55,96	9,98	1,458	2,343	,79
STRES	0-21	6,04	4,62	,896	,346	,81
DDGÖ	16-80	36,78	14,63	,791	,013	,94
OSET	3-15	6,86	2,84	,318	-,539	,60
İDD	3-15	8,91	3,31	-,219	-,816	,80
CİBÖ	26-104	42,68	13,31	1,188	1,263	,94

Not: N=837, $\bar{X}$: Aritmetik Ortalama, Ss: Standart Sapma, α : Cronbach Alfa, ÇÇRTÖ: Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, DDGÖ: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, CİBÖ: Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği, OSET: Online sosyal etkileşim tercihi, İDD: İnternette duygu düzenleme

Yukarıda Tablo 2’de görüldüğü gibi Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği’nin Cronbach alfa katsayısı ,79’dur. Stres Ölçeği’nin Cronbach alfa katsayısı ,81, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği’nin Cronbach alfa katsayısı ,94, Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği’nin Cronbach alfa katsayısı ,94 ve Genelleştirilmiş Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği’nin online sosyal etkileşim tercihi alt boyutu için Cronbach alfa katsayısı ,60 ve duygu düzenleme alt boyutu için Cronbach alfa katsayısı ,80 olarak

bulunmuştur. Tablo 2'ye göre tüm ölçeklerin normallik ve iç tutarlılık düzeyi açısından kabul edilebilir değerlere sahip olduğu görülmektedir.

B. Araştırmanın Değişkenleri Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular

Araştırmada test edilecek modeldeki değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkileri Pearson Momentum Korelasyon analizi ile incelenmiştir. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilere ait bulgular Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Değişkenler arası ilişkilere ait pearson korelasyon matrisi

	1	2	3	4	5	6
1.ÇÇRTÖ	1	,315	,372	,237	,278	,321
2.STRES		1	,678	,151	,344	,524
3.DDGÖ			1	,160	,390	,478
4.OSET				1	,344	,307
5.İDD					1	,492
6.CİBÖ						1

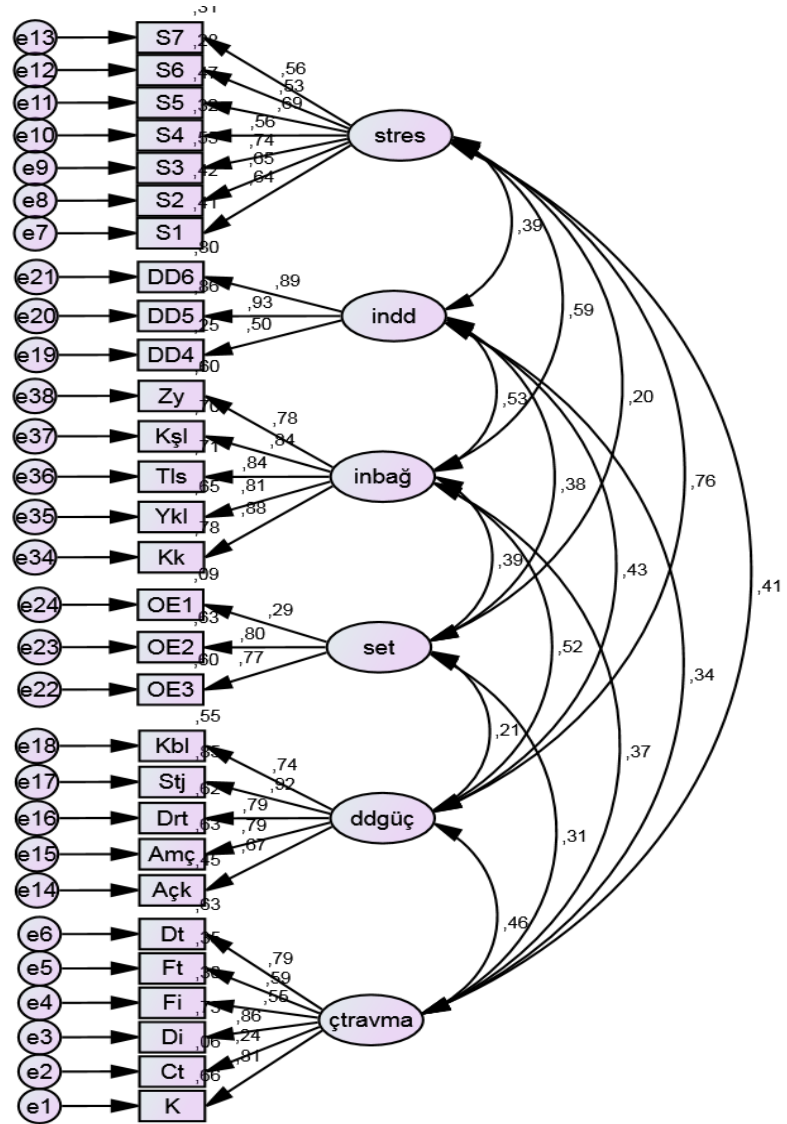
Not: n=837, bütün ilişki katsayıları $p<.01$ düzeyinde anlamlıdır. **ÇÇRTÖ**: Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği, **DDGÖ**: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği, **CİBÖ**: Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği, **OSET**: Online sosyal etkileşim tercihi, **İDD**: İnternette duygu düzenleme

Tablo 3'de görüldüğü gibi değişkenler arasında düşük, orta ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgulara göre çocukluk çağı travma ile stres, duygu düzenleme güçlüğü, online sosyal etkileşim tercihi, duygu düzenleme güçlüğü ve problemlili internet kullanımı arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde araştırmanın bağımsız değişkeni stres ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde ileri düzey bir ilişki, stres ile problemlili internet kullanımı arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Aynı zamanda duygu düzenleme güçlüğü problemlili internet kullanımı ile orta düzeyde pozitif yönde ilişkilidir. Online sosyal etkileşim tercihi ile duygu düzenleme güçlüğü ile problemlili internet kullanımı arasında da orta düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur.

C. Ölçme Modeli Testine İlişkin Bulgular

Yapısal eşitlik modelinde ilk önce araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilerin serbest bırakılarak değişkenler arasındaki ilişkinlerin doğrulayıcı faktör analizi ile

incelendiği ölçme modeli test edilmiş ve değişkenler arasındaki standardize edilmiş regresyon katsayıları Şekil 5'te verilmiştir.



Şekil 5. Ölçme modeline ait standardize edilmiş regresyon katsayıları

Not. İndd: İnternette Duygu Düzenleme, İnbağ: İnternet Bağımlılığı, Set: Online Sosyal Etkileşim Tercihi, Ddgüç: Duygu Düzenleme Güçlüğü, Çtravma: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları, S: Stres, DD: Duygu Düzenleme Zy: Zaman Yönetimi, Kşl: Kişilerarası, Tls: Tolerans, Ykl: Yoksunluk, Kk: Kompulsif Kullanım, OE: Online Etkileşim, Kbl: Kabul Etmeme, Stj: Stratejiler, Drt: Dürtü, Amç : Amaçlar, Açk : Açıklık, Dt: Duygusal Taciz, Ft: Fiziksel Taciz, Fi : Fiziksel İhmal, Di : Duygusal İhmal, Ct: Cinsel Taciz, K: Koruma

Ölçme modelinde gizil değişkenler ile ilgili oldukları gözlenen değişkenler arasındaki katsayıların $p < ,01$ düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Buna göre stres

gizil değişkeni ile gözlenen değişkenler arası ilişki katsayısı ,53 ile ,74 arasında değişmektedir. İnternette duygu düzenleme gizil değişkeni ile gözlenen değişkenler arası ilişki katsayısının ,50 ile ,93, İnternet bağımlılığı gizil değişkeni ile gözlenen değişkenler arası ilişki katsayısının ,78 ile ,88 online sosyal etkileşim gizil değişkeni ile gözlenen değişkenler arası ilişki katsayısının ,29 ile ,80 arasında değiştiği bulunmuştur. Duygu düzenleme güçlüğü gizil değişkeni ile gözlenen değişkenler arası ilişki katsayısı ,67 ile ,92 arasında, çocukluk çağı travma yaşantısı gizil değişkeni ile gözlenen değişkenler arası ilişki katsayısı ise ,24 ile ,86 arasında değişmektedir.

Ölçme modelinde yer alan gizil değişkenler arasındaki ilişkilere baktığımızda; stres, internette duygu düzenleme, internet bağımlılığı, online sosyal etkileşim tercihi, duygu düzenleme güçlüğü ve çocukluk çağı travmaları gizil değişkenleri arasındaki tüm yolların $p < ,01$ düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Buna göre çocukluk çağı ruhsal travma yaşantıları stres ($\beta = ,41, Sh = ,107, p < .001$), duygu düzenleme güçlüğü ($\beta = ,46, Sh = ,248, p < .001$), internette duygusal rahatlama ($\beta = ,34, Sh = ,113, p < .001$), online sosyal etkileşim tercihi ($\beta = ,31, Sh = ,143, p < .001$) ve internet bağımlılığı ($\beta = ,37, Sh = ,432, p < .001$) ile pozitif yönde ilişkilidir. Stres ile duygu düzenleme güçlüğü ($\beta = ,76, Sh = ,057, p < ,001$), internette duygusal rahatlama ($\beta = ,39, Sh = ,021, p < .001$), online sosyal etkileşim tercihi ($\beta = ,20, Sh = ,024, p < .001$) ve internet bağımlılığı ($\beta = ,59, Sh = ,089, p < .001$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Duygu düzenleme güçlüğü ile internette duygusal rahatlama ($\beta = ,43, Sh = ,049, p < .001$), online sosyal etkileşim tercihi ($\beta = ,21, Sh = ,053, p < .001$) ve internet bağımlılığı ($\beta = ,52, Sh = ,189, p < .001$) pozitif yönde ilişkilidir. İnternette duygusal rahatlama ile online sosyal etkileşim tercihi ($\beta = ,38, Sh = ,029, p < .001$) ve internet bağımlılığı ($\beta = ,53, Sh = ,100, p < .001$) arasında anlamlı pozitif bir ilişki bulunmaktadır. Son olarak online sosyal etkileşim tercihi internet bağımlılığı arasında anlamlı pozitif ilişki bulunmaktadır ($\beta = ,39, Sh = ,110, p < .001$). Aşağıda Tablo 4'te ölçme modeline ait uyum değerleri sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 4. Ölçme modeline ilişkin uyum değeri sonuçları

Uyum İndeksleri	Değerler
X ² /Sd	2,99
RMSEA	,049
SRMR	,044
CFI	,94
NNFI	,91
IFI	,94
RFI	,90
TLI	,93

Tablo 4’te görüldüğü gibi ölçme modelinde uyum değerleri χ^2 /sd 2,99, RMSEA= ,049, CFI= ,94, IFI= ,94, TLI= ,93, RFI= ,90, NNFI= ,91, ve SRMR değeri ise ,044 olarak bulunmuştur. Bu verilere göre ölçme modelinin önerilen hipotetik modeli test etmek için iyi uyum değerlerine sahip olduğu görülmektedir.

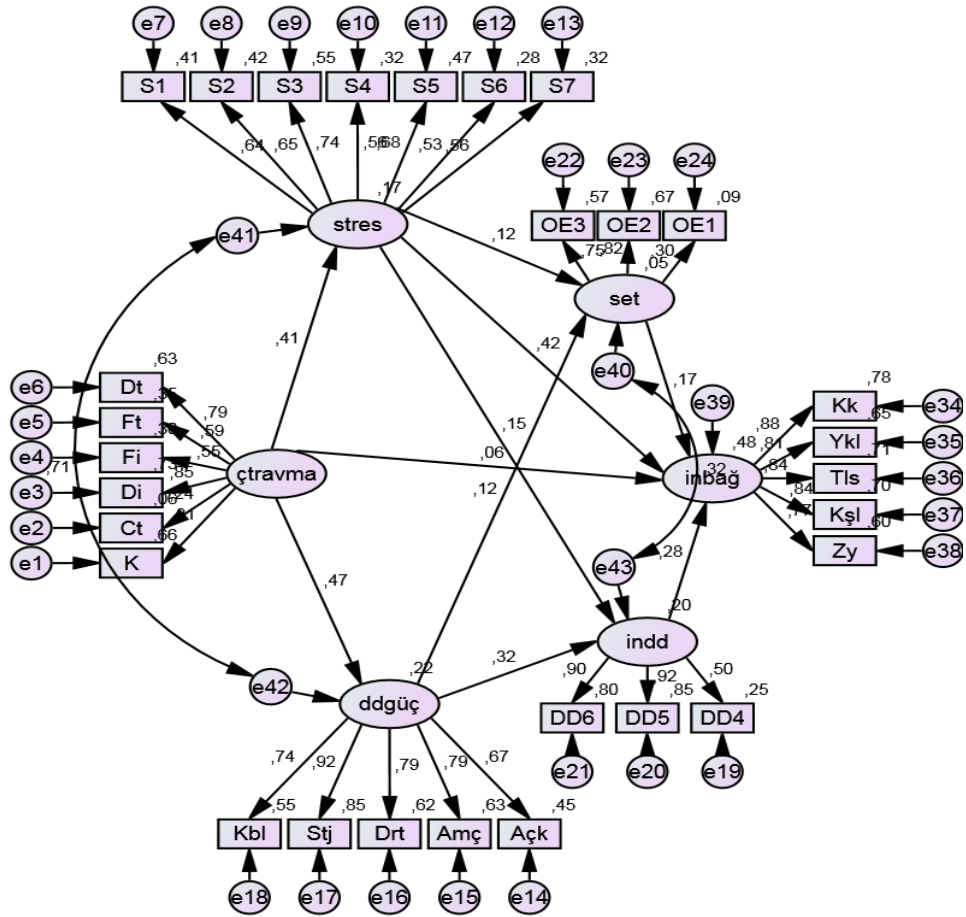
D. Hipotetik Model Testine İlişkin Bulgular

Ölçme modeli doğrulandıktan sonra, bu araştırma kapsamında önerilen hipotetik model test edilmiş ve hipotetik mole ait uyum değerleri Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5. Hipotetik modele ilişkin uyum değeri sonuçları

Uyum İndeksleri	Değerler
X ² /Sd	3,07
RMSEA	,050
SRMR	,050
CFI	,94
NNFI	,91
IFI	,94
RFI	,90
TLI	,93

Tablo 5’de görüldüğü gibi hipotetik modelin uyum değerleri; χ^2 /sd 3,07, RMSEA= ,05, CFI= ,94, IFI= ,94, TLI= ,93, RFI= ,90, NNFI= ,91, SRMR değeri ise ,050 olarak bulunmuştur. Bu verilere göre hipotetik modelin iyi uyum değerlerine sahip olduğu görülmektedir. Hipotetik model ve bu modelde yer alan standartlaştırılmış regresyon katsayıları Şekil 6’da görülmektedir.



Şekil 6. Hipotetik modele ait standardize edilmiş regresyon katsayıları

Not. İndd: İnternette Duygusal Rahatlama, İnbağ: İnternet Bağımlılığı, Set: Online Sosyal Etkileşim Tercihi, Ddgüç: Duygu Düzenleme Güçlüğü, Çtravma: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları, S: Stres, DD: Duygu Düzenleme Zy: Zaman Yönetimi, Kşl: Kişilerarası, Tls: Tolerans, Ykl: Yoksunluk, Kk: Kompulsif Kullanım, OE: Online Etkileşim, Kbl: Kabul Etmeme, Stj: Stratejiler, Drt: Dürtü, Amç : Amaçlar, Açk : Açıklık, Dt: Duygusal Taciz, Ft: Fiziksel Taciz, Fi : Fiziksel İhmal, Di : Duygusal İhmal, Ct: Cinsel Taciz, K: Koruma

Şekil 6’da yer alan hipotetik modelde gizil değişkenler ile ilgili oldukları gözlenen değişkenler arası yollara ait katsayılar ,06 ile ,47 arasında değiştiği ve tüm yolların $p < ,01$ düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Hipotetik modelde yer alan

gizil değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik standardize edilmemiş ve standardize edilmiş yol katsayıları, standart hata ve t değerleri Tablo 6’da görülmektedir.

Tablo 6. Hipotetik modele ait doğrudan etkilere ilişkin değerler

Yapısal İlişkiler			B	β	S.E	CR (t)
Ç.Travma	→	Stres	,69	,414	,007	9,627**
Ç.Travma	→	Ddgüç	,183	,467	,016	11,388**
Ddgüç	→	Set	,072	,125	,043	1,681
Ddgüç	→	İndd	,147	,321	,031	4,751**
Stres	→	İndd	,162	,151	,071	2,265**
Stres	→	Set	,156	,117	,103	1,512
Set	→	İnbağ	,589	,175	,122	4,813**
İndd	→	İnbağ	1,187	,281	,168	7,059**
Stres	→	İnbağ	1,917	,424	,191	10,050**
Ç.Travma	→	İnbağ	0,42	,055	,026	1,634

Not. ** $p < .001$ İndd: İnternette Duygusal Rahatlama, İnbağ: İnternet Bağımlılığı, Set: Online Sosyal Etkileşim Tercihi, Ddgüç: Duygu Düzenleme Güçlüğü, Çtarvma: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları

Şekil 6’da ve Tablo 6’da yer alan bulgulara göre çocukluk çağı travmalarından strese giden yolun istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ($\beta = ,41$ $p < ,05$). Benzer şekilde çocukluk çağı travmalarından duygu düzenleme güçlüğüne giden yolun ($\beta = ,46$ $p < ,05$) ve duygu düzenleme güçlüğünden internette duygusal rahatlamaya giden yolun istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ($\beta = ,32$ $p < ,05$). Stresin internette duygusal rahatlamayı ($\beta = ,15$ $p < ,05$) ve internet bağımlılığını pozitif yönde anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur ($\beta = ,42$ $p < ,05$). Ayrıca internet bağımlılığının online sosyal etkileşim tercihi tarafından pozitif düzeyde anlamlı olarak yordandığı ($\beta = ,17$ $p < ,05$) ve internette duygusal rahatlamadan internet bağımlılığına giden yolun da istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ($\beta = ,28$ $p < ,05$).

Çocukluk çağı travmaları ve internet bağımlılığı arasındaki standardize edilmiş beta katsayısının düşük olduğu ve istatistiksel olarak bu yolun anlamlı olmadığı bulgulanmıştır ($\beta = ,055$ $p > ,05$). Benzer şekilde stresten online sosyal etkileşim tercihinin giden yol ($\beta = ,11$ $p > ,05$) ve duygu düzenleme güçlüğünden online sosyal

etkileşime giden yolun da istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür ($\beta = ,11 p > ,05$).

Bu bulgulardan hareketle analizin bu aşamasında her bir ilişkinin anlamlılık düzeyi başka bir ilişkiyi etkilediğinden; anlamsız olmayan yolların aynı anda modelden çıkartılması yerine anlamlılık düzeyi en düşük olan yol öncelikle modelden çıkarılmıştır. Buradan hareketle ilk olarak çocukluk çağı travmalarından internet bağımlılığına giden yol öncelikle modelden çıkarılmış ve sonrasında analiz tekrar edilerek tahminler ve model uyum değerlerine bakılmıştır. Daha sonra sırasıyla anlamlılık düzeyi düşük olan streten online sosyal etkileşime giden yol ve duygu düzenleme güçlüğünden online sosyal etkileşime giden yol kaldırılarak her bir işlemten sonra analiz tekrar edilerek elde edilen bulgular incelenmiştir.

Ayrıca modele ait ‘iyileştirme endeksleri (modification indices)’ incelendiğinde DASS-21 stres alt boyutunun 2. ve 5. maddesine ait hata varyansları olan “e8” ve “e11” arasında oluşturulabilecek ilişkinin modeli iyileştireceği ve ki-kare değerini 88,36 puan aşağı çekeceği görülmektedir. Bu hata terimlerinin bağlı olduğu gözlemlenen değişkenler (soru maddeleri) incelendiğinde Stres Ölçeği’nin (ek..) 2. maddesi (*Kendimi gevşetip salıvermek zor geldi*) ve 5. maddesinin (*Gevşeyip rahatlamakta zorluk çektim*) birbiri yerine kullanılabileceği ve anlamsal olarak benzer oldukları düşünülerek, bu iki maddenin hata varyansları arasında bir ilişki kurulmuştur. Bu işlemlerden sonra elde edilen nihai modele ait bulgular aşağıda incelenmiştir.

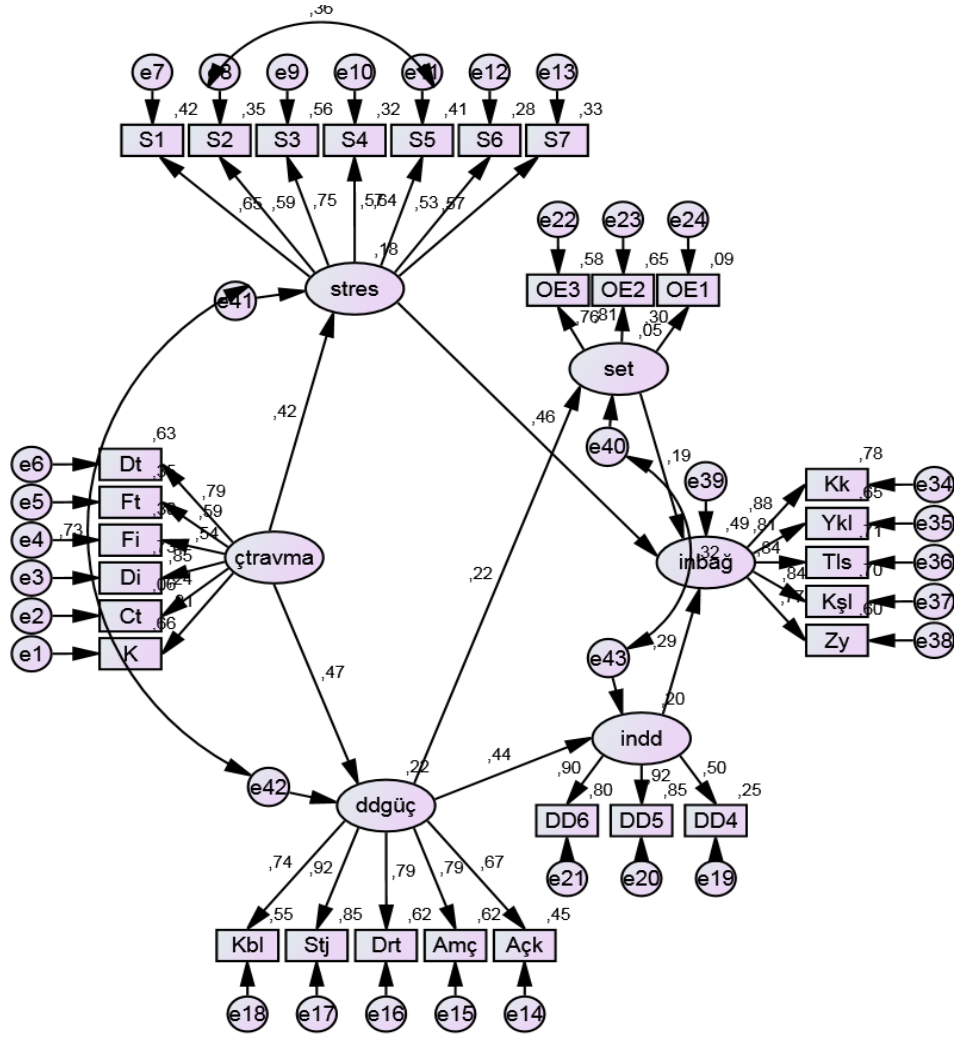
E. Nihai Model Testine İlişkin Bulgular

Araştırma kapsamında önerilen model üzerinde “iyileştirme endeksleri” doğrultusunda yapılan iyileştirmeler sonucunda elde edilen “nihai modele” ait model uyum istatistiklerinde belirgin düzeyde iyileşmeler olduğu gözlenmiş ve model uyum istatistikleri Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7. Nihai modele ilişkin uyum değerleri sonuçları

Uyum İndeksleri	Değerler
χ^2/Sd	2,81
RMSEA	,040
SRMR	,051
CFI	,95
NNFI	,92
IFI	,95
RFI	,91
TLI	,94

Tablo 7’de görüldüğü gibi nihai modelin uyum değerleri; χ^2/sd 2,81, RMSEA= ,04, CFI= ,95, IFI= ,95, TLI= ,93, RFI= ,91, NNFI= ,91, ve SRMR= ,051 olarak bulunmuştur. Bu verilere göre nihai modelin mükemmel uyum değerlerine sahip olduğu görülmektedir. Bunlarla birlikte hipotetik model veya nihai modelin hangisinin daha kabul edilebilir olduğuna karar vermede, Bayesian Information Criterion (BIC) değerleri de karşılaştırılmıştır. Buna göre hipotetik modele ait BIC değeri 1593,397, nihai modele ait BIC değeri ise 1491,271 olarak hesaplanmıştır. Daha düşük BIC değerine sahip olan modelin daha uyumlu olduğu ve BIC değerinde meydana gelen en az 10 puanlık düşüşün, düşük BIC değerine sahip olan modelin daha tercih edilebilir olduğunu gösterdiği (Raftery, 1995) göz önüne alınarak nihai modelin kullanılmasına karar verilmiştir. Nihai model kapsamında elde edilen değişkenlere ait standardize edilmiş regresyon katsayıları Şekil 7’de yer almaktadır.



Şekil 7. Nihai modele ait standardize edilmiş regresyon katsayıları

Not. İndd: İnternette Duygusal Rahatlama, İnbağ: İnternet Bağımlılığı, Set: Online Sosyal Etkileşim Tercihi, Ddgüç: Duygu Düzenleme Güçlüğü, Çtravma: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları, S: Stres, DD: Duygu Düzenleme Zy: Zaman Yönetimi, Kşl: Kişilerarası, Tls: Tolerans, Ykl: Yoksunluk, Kk: Kompulsif Kullanım, OE: Online Etkileşim, Kbl: Kabul Etmeme, Stj: Stratejiler, Drt: Dürtü, Amç: Amaçlar, Açk: Açıklık, Dt: Duygusal Taciz, Ft: Fiziksel Taciz, Fi: Fiziksel İhmal, Di: Duygusal İhmal, Ct: Cinsel Taciz, K: Koruma

Şekil 7’de yer alan nihai modelde gizil değişkenler ile ilgili oldukları gözlenen değişkenler arası yollara ait katsayıların ,24 ile ,92 arasında değiştiği ve tüm yolların $p < ,01$ düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Nihai modelde yer alan gizil değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik standardize edilmemiş ve standardize edilmiş yol katsayıları, standart hata ve t değerleri Tablo 8’de görülmektedir.

Tablo 8. Nihai modele ait doğrudan etkilere ilişkin değerler

Yapısal İlişkiler		B	β	S.E	CR (t)
Ç.Travma → Ddgüç		,184	,471	,016	11,458**
Ç.Travma → Stres		,072	,422	,007	9,798**
Ddgüç → Set		,127	,220	,024	5,180**
Ddgüç → İndd		,202	,442	,022	9,355**
Set → inbağ		,624	,187	,121	5,168**
İndd → inbağ		1,224	,290	,166	7,385**
Stres → inbağ		2,028	,456	,174	11,678**

Not: **p<.001, İndd: İnternette Duygusal Rahatlama, İnbağ: İnternet Bağımlılığı, Set: Online Sosyal Etkileşim Tercihi, Ddgüç: Duygu Düzenleme Güçlüğü, Çtarvma: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları

Tablo 8’de görüldüğü üzere, nihai modele göre çocukluk çağı travma yaşantıları duygu düzenleme güçlüğü ($\beta = ,47$, $p < ,01$) ve stres düzeyini ($\beta = ,42$, $p < ,01$), anlamlı şekilde yordamaktadır. Benzer şekilde duygu düzenleme güçlüğü, online sosyal etkileşim tercihi ($\beta = ,22$, $p < ,01$) ve internette duygusal rahatlama düzeyini ($\beta = ,44$, $p < ,01$) anlamlı şekilde yordamaktadır. Online sosyal etkileşim tercihi ($\beta = ,18$, $p < ,01$), internette duygusal rahatlama ($\beta = ,29$, $p < ,01$) ve stres ($\beta = ,45$, $p < ,01$) internet bağımlılığını anlamlı şekilde yordamaktadır.

Bununla birlikte stres ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkide kovaryans değeri ,156 ($p < ,01$) ve internette duygusal rahatlama ve online sosyal etkileşim tercihi arasında kovaryans değeri ise ,526 ($p < ,01$) olarak bulunmuştur. Stres değişkeni ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişki katsayısı ,32 ($p < ,01$) ve internette duygusal rahatlama ve online sosyal etkileşim tercihi arasındaki ilişki katsayısı ise ,73 ($p < ,01$) olarak hesaplanmıştır.

F. Dolaylı Etkiler

Nihai modelde yer alan doğrudan etkilerle birlikte değişkenler arasındaki dolaylı etkiler Preacher ve Hayes (2008) tarafından önerilen ön-yükleme yöntemiyle elde edilen %95 güven aralığı katsayılarının hesaplanması ile incelenmiştir. Bu kapsamda

2000 önyükleme örneklemini kullanarak hesaplanan standardize edilmemiş ve standardize yol katsayıları ve %95 güven aralığı değerleri Tablo 9’da yer almaktadır.

Tablo 9. Nihali modele ait dolaylı etkiler

Yapısal İlişkiler	B	% 95 Güven Aralığı		Std. (β)
		Alt	Üst	
çtravma --> dđgüç --> set	0,023	0,015	0,034	0,103*
çtravma --> dđgüç --> set --> inbağ	0,015	0,008	0,025	0,103*
çtravma --> dđgüç --> indd	0,037	0,030	0,047	0,208*
çtravma --> dđgüç --> indd --> inbağ	0,046	0,034	0,059	0,208*
çtravma --> stres --> inbağ	0,145	0,114	0,183	0,193*
dđgüç --> set --> inbağ	0,079	0,046	0,133	0,041*
dđgüç --> indd --> inbağ	0,248	0,189	0,316	0,128*

Not: *p<.001, İndd: İnternette Duygusal Rahatlama, İnbağ: İnternet Bağımlılığı, Set: Online Sosyal Etkileşim Tercihi, Dđgüç: Duygu Düzenleme Güçlüğü, Çtarvma: Çocukluk Çağı Ruhsal Travmaları

Tablo 9’da yer alan dolaylı etkilere ait standardize edilmiş değerler incelendiğinde çocukluk çağı travma yaşantıları online sosyal etkileşim tercihini duygu düzenleme güçlüğü aracılığıyla anlamlı şekilde yordamaktadır ($\beta = ,103$, %95 GA= ,015-,034, $p < .01$). Ayrıca çocukluk çağı travma yaşantıları internet bağımlılığını, duygu düzenleme güçlüğü ve online sosyal etkileşim tercihi aracılığıyla anlamlı şekilde yordamaktadır ($\beta = ,103$, %95 GA= ,008-,025, $p < .01$). Çocukluk çağı travma yaşantıları, duygu düzenleme güçlüğü üzerinden internette duygusal rahatlama üzerinde dolaylı etkiye sahiptir ($\beta = ,203$, %95 GA= ,030-,047, $p < .01$).

Çocukluk çağı travma yaşantıları internet bağımlılığını duygu düzenleme güçlüğü ve internette duygusal rahatlama aracılığıyla anlamlı şekilde yordamaktadır ($\beta = ,208$, %95 GA= ,034-,059, $p < .01$). Ayrıca çocukluk çağı travma yaşantıları internet bağımlılığını stres aracılığıyla anlamlı şekilde yordamaktadır ($\beta = ,193$, %95 GA= ,114-,183, $p < .01$). Bununla birlikte çocukluk çağı travma yaşantılarının internet bağımlılığı üzerinde dolaylı etkisi bulunmakta ve stresin bu etkiye aracılık ettiği görülmektedir ($\beta = ,193$, %95 GA= ,011-,018, $p < .01$). Duygu düzenleme güçlüğü de

($\beta = ,041$, %95 GA= ,046-,013, $p < .01$) internet bağımlılığını online sosyal etkileşim tercihi aracılığıyla anlamlı şekilde yordamaktadır. Son olarak duygu düzenleme güçlüğü internet bağımlılığını internette duygusal rahatlama aracılığıyla yordamaktadır ($\beta = ,128$, %95 GA= ,189-,316, $p < .01$)



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmada elde edilen sonuçlara yer verilmiş ve bu sonuçlar ilgili alan yazın kapsamında tartışıldıktan sonra araştırma kapsamında elde edilen sonuçlara göre araştırmacılara ve uygulayıcılara yönelik öneriler geliştirilmiştir.

A. Sonuçlar

Araştırmada alan yazıla dayalı olarak önerilen hipotetik modelin test edilmesi ve çocukluk çağı travma yaşantıları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide rol oynayan değişkenlerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda; stresin, duygu düzenleme güçlüğü, online sosyal etkileşim tercihinin ve internette duygusal rahatlamanın çocukluk çağı travmaları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide yordayıcı ve aracı etkileri yapısal eşitlik modellemesi ile incelenmiştir. Araştırma kapsamında ulaşılan sonuçlar aşağıdaki gibi listelenebilir:

- Çocukluk çağı travmatik yaşantılar, stres, duygu düzenleme güçlüğü, online sosyal etkileşim tercihi, duygusal rahatlama ve problemli internet kullanımı değişkenleri arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğu bulunmuştur.
- Modelde değişkenler arası doğrudan sonuçlara baktığımızda çocukluk çağı travma yaşantıları stres düzeyini ve duygu düzenleme güçlüğü anlamlı düzeyde yordamaktadır. Buna göre çocukluk çağı travmatik yaşantı deneyimi arttıkça bireylerin yaşadıkları stres düzeyi artmakta ve daha fazla duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları söylenebilir.
- Duygu düzenleme güçlüğü, online sosyal etkileşim tercihinin ve internette duygusal rahatlama ve stres düzeyini anlamlı şekilde yordamaktadır. Bu sonuca göre duygu düzenlemede güçlük yaşayan bireyler internet ortamında sosyal etkileşime daha çok yönelmekte ve bu bireylerin aynı zamanda duygularını düzenlemede güçlükler yaşama düzeyleri arttıkça interneti duygusal rahatlama amacıyla kullanma düzeyleri artmaktadır.
- Online sosyal etkileşim tercihi, internette duygusal rahatlama ve stres düzeyi problemli internet kullanımını anlamlı düzeyde yordamaktadır.

- Çocukluk çağı travma yaşantıları online sosyal etkileşim tercihini duygu düzenleme güçlüğü aracılığıyla yordamaktadır.
- Çocukluk çağı travmaları problemli internet kullanımını duygu düzenleme güçlüğü ve online sosyal etkileşim tercihi aracılığıyla yordamaktadır.
- Çocukluk çağı travma yaşantıları internette duygusal rahatlamayı duygu düzenleme güçlüğü aracılığıyla yordamaktadır.
- Çocukluk çağı travmaları problemli internet kullanımını duygu düzenleme güçlüğü ve internette duygusal rahatlama aracılığıyla yordamaktadır.
- Çocukluk çağı travma yaşantıları problemli internet kullanımını dolaylı olarak yordamakta ve stresin bu etkiye aracılık ettiği görülmektedir.
- Duygu düzenleme güçlüğü problemli internet kullanımını online sosyal etkileşim tercihi aracılığıyla yordamaktadır.
- Duygu düzenleme güçlüğü problemli internet kullanımını dolaylı olarak yordamakta ve internette duygusal rahatlamanın bu etkiye aracılık ettiği görülmektedir.

B. Tartışma

Bu çalışmada çocukluk çağı travmatik yaşantılar ile problemli internet kullanımı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Alanyazında yapılan çalışmalarda çocukluk çağı travmatik yaşantılar ile problemli internet kullanımı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki ortaya konulmuştur (Aksoy ve Ünibol, 2021; Altunten, 2019; Dalbudak ve ark., 2014; Eşkisü, 2021; Evren, Evren, Dalbudak, Topçu, Kutlu ve Elhai, 2019; Grajewski ve Dragan, 2020; Kağnıcı, 2020; Koronczai ve ark., 2013; Sahakihara, Haga, Kinjo ve Osaki, 2019 ve Schimmenti ve ark., 2017). Örneğin; Kırçaburun ve arkadaşları (2020) 14-18 yaş arası toplam 388 ergen ile çocukluk çağında duygusal kötü muameleye maruz kalma ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide pozitif yönlü bir ilişki olduğunu belirtmiş ve çocukluk çağında duygusal kötü muameleye maruz kalan çocukların sosyal medyayı problemli bir şekilde kullanma oranlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Bununla birlikte bu ilişkide olumsuz beden algısının aracı rolü olduğu da bulunmuştur. Bu çalışmada ise bu ilişkiye stres ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracılık ettiği

belirlenmiştir. Eşkisü (2021) da üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmasında çocukluk çağı travmatik yaşantı deneyimleri ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ve bu ilişkide online disosiyatif deneyimlerin aracı rolü olduğunu ortaya koymuştur. Disosiyatif deneyimlerin yoğun duygusal durumlardan bir kaçış yolu olduğu düşünüldüğünde, bu çalışmanın bulguları ile benzerlik gösterdiği sonucuna ulaşılabilir.

Benzer şekilde Worsley, McIntyre, Bentall ve Corcoran (2018) çocukluk çağı travmatik yaşantılar ile sorunlu sosyal medya kullanımı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Bununla birlikte bağlanma ve depresyonun da bu ilişkide aracı değişken olduğunu belirtmişlerdir. Depresif belirtileri yüksek olan bireylerin bu durumu hafifletmek ve sıkıntılardan kurtulmak için internete yöneldiklerini belirtmişlerdir. Bu bulgu da, bu çalışma elde edilen internetin rahatlama amaçlı kullanımı bulgusunu desteklemektedir. Benzer şekilde travma ile internet kullanımı arasındaki pozitif ilişki bulunmasının yanında bu çalışmadan farklı olarak farklı aracı değişkenlerin de aracı etkileri ortaya konulmuştur. Örneğin; Yates, Gregor ve Haviland (2012) çocukluk dönemi kötü muamele ile problemli internet kullanımı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu ilişkide aleksitiminin kısmi aracı rolünün olduğunu belirtmişlerdir. Erken dönem olumsuz yaşantıların gençlerin duygu düzenleme süreçlerini olumsuz yönde etkilediğini ve patolojik sorunlara neden olabileceğini belirtmişlerdir. Söz konusu araştırma bulguları da travmaların duygu düzenleme süreçlerini etkilediği sonucunun ortaya koymaktadır. Benzer şekilde Zhang ve Sun (2012) de 3798 ergen ile yaptığı bir çalışmada fiziksel istismar ile çocukluk dönemi olumsuz yaşantılar ile problemli internet kullanımı arasında pozitif yönlü bir ilişki ortaya koymuşlar ve bu ilişkide çalışmamızdan farklı olarak benlik saygısının aracı rolü olduğunu belirtmişlerdir.

Bu çalışmada ayrıca çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide stres değişkeninin aracı rolü olduğu ortaya konulmuştur. Yapılan farklı çalışmalarda da bu araştırma bulgusu ile benzer sonuçlar ortaya konulmuştur ve travmatik yaşantılar ile stres arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Alpay, Aydın ve Bellur, 2017; Ateş, 2019; Durak-Batıgün ve Kılıç, 2011; Gao, Chen, Mao, Wang, Fu, Dai, 2020; Zheng, Jia, Haspolat, 2019;

Hsieh, Shen, Wei, Feng, Huang., ve Hwa, 2016; Odacı ve Çıkrıkçı, 2017; Schimmenti ve ark., 2017; Türkarslan, 2007; Kurutaş, 2017 ve Ünal, 2008).

Yapılan çalışmalara bakıldığında Tull, Barrett, McMillan, ve Roemer (2007) travmaya maruz kalmış bireylerin travma sonrası stres belirtileri şiddeti arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde Alpay, Aydın ve Bellur (2017) yaptıkları araştırmalarında bu çalışmayla benzer bulgulara ulaşmış ve çocukluk çağı travmatik yaşantılarının bireylerin stres düzeyini artırdığını ve bu ilişkide duygu düzenleme güçlüğüünün kısmı aracı rolü olduğunu ortaya koymuşlardır. Gao ve arkadaşları (2020) 6169 ergen ile yaptıkları çalışmalarında da çocukluk döneminde olumsuz travmatik deneyim yaşayan ergenlerin yaşamayanlara göre Covid-19 salgın sürecinde kaygı düzeyi ve travma sonrası stres belirtilerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Ateş (2019) de yaptığı çalışmada travma sonrası bireylerde stres belirtilerinin ortaya çıktığını ve bu belirtiler üzerinde travma sonrası oluşan olumsuz bilişlerin aracı etkisi olduğunu belirtmektedir.

Aynı zamanda alanyazında yapılan çalışmalarda stres ile problemli internet kullanımı arasında da pozitif yönlü anlamlı ilişkiler ortaya konulmuştur (Akın ve İskender, 2011; Baltacı, Akbulut ve Yılmaz, 2021; Campbell, Cummin ve Hughes, 2006; Çıkrıkçı, 2017; Evgin ve Kaplan, 2017; Gülnar, 2016; Kaymak, Birgin, Tekeli, Küt, Akgün, Bakla, Öncel ve Büyükuysal, 2021; Lavoie ve Pychly, 2001; Thomee, Eklöf, Gustafsson, Nilsson ve Hasberg, 2017). Gülnar (2016) katılımcılarda stres yoğunluğu ve internet kullanım sıklığını araştırdığı çalışmasında katılımcıların % 68,5'i gibi önemli bir bölümünün stres yaşadığını belirtmiştir. Bununla birlikte genel stres puanı ve internet kullanım düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Lavoie ve Pychly (2001) de yaptıkları çalışmada benzer sonuçlara ulaşmışlardır. ABD, Kanada gibi ülkelerdeki katılımcılar ile internet üzerinden yaptığı bir çalışmada katılımcılarından %50'den fazlasının interneti rahatlama amaçlı olarak yaşadıkları stresten uzaklaşmak amaçlı kullandıklarını belirtmişlerdir. Bununla birlikte internet kullanımının birçok olumsuz sonucu olmasına rağmen bazı bireylerin interneti olumsuz ruh sağlıklarını tedavi etme ve stresten uzaklaşma aracı olarak gördüklerini ortaya koymuşlardır. Odacı ve Çıkrıkçı (2017) yaptıkları araştırmada, bireylerin stres düzeyi artıkça problemli internet

kullanım düzeylerinin de arttığını belirtmişlerdir. Campbell, Cummin ve Hughes (2006) da yaptıkları çalışmalarında benzer bulguları ortaya koymuşlar ve stres ve depresyon düzeyi yüksek bireylerin internete daha fazla yöneldiklerini ve internette online kalma sürelerinin daha fazla olduğunu belirtmişlerdir. Benzer şekilde Thomee, Eklöf, Gustafsson, Nilsson ve Hasberg (2017) 1127 öğrenciyle internet kullanımı, stres ve depresyon arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında kadın katılımcıların erkeklere göre daha fazla internete yöneldiklerini ve yüksek düzeyde internet kullanımı ile depresyon semptomları ve stres arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki ortaya koymuşlardır.

Kavaklı ve Yalçın (2019) yaptıkları çalışmalarında internet bağımlılığının algılanan stres düzeyini yordadığını ve aynı zamanda bu ilişkide algılanan sosyal desteğin aracı rolü olduğunu belirtmişlerdir. Akın ve İskender (2011) çalışmalarında internet bağımlılığı ve stres arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Aynı zamanda bu çalışmadan farklı olarak internet bağımlılığının depresyon ve anksiyete düzeyini de artırdığını belirtmişlerdir. Benzer şekilde Çalışkan, Caner Evgin ve Kaplan (2017) günde 4 saatten fazla internete bağlı bulunan bireylerin %70,3'ünün orta düzey strese sahip olduklarını ve internete bağlı kalma süresi arttıkça bireylerin stres düzeyi puanlarının da arttığını ortaya koymuşlardır. Bununla birlikte stres ve internet bağımlılığının karşılıklı olarak birbirini etkilediğini belirtmektedirler. Kaymak, Birgin, Tekeli, Küt, Akgün, Bakla, Öncel ve Büyükuysal (2021) yaptıkları çalışmalarında öğrencilerde çevrimiçi oyun bağımlılığının artmasıyla stres, depresyon ve anksiyete puanlarının da arttığını ortaya koymuşlardır. Baltacı, Akbulut ve Yılmaz (2021) yaptıkları çalışmalarında Covid-19 salgınının; ergenlerde stres, mutsuzluk, kaygı gibi durumları artırdığını ve bu nedenle problemlili internet kullanımının da arttığını belirtmektedirler.

Bununla birlikte alanyazında farklı bulgular da ortaya konulmuştur. Örneğin; Korkmaz (2014) ergenler ile depresyon, anksiyete stres ve internet bağımlılığı ilişkisini araştırdığı çalışmasında internet bağımlılığı, depresyon ve anksiyete arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtilirken, stres değişkeni ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirtilmiştir. Bununla birlikte

internet bağımlılığını yordamada interneti arkadaş bulma ve sohbet amaçlı kullanımın depresyon ve anksiyete ile ilişkisinde güçlü bir aracı değişken olduğu belirtilmiştir.

Bu çalışmada çocukluk çağı travmatik yaşantılar ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü olduğu ortaya konulmuştur. Yapılan farklı çalışmalarda da bu araştırma bulgusu ile benzer sonuçlar ortaya konulmuştur. Erken dönem travmatik yaşantılar ile bireylerde duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkilerin olduğu belirtilmiştir (Alpay, Aydın ve Bellur, 2017; Bilim ve Yılmaz, 2012; Demirkapı, 2013; Dereboy ve ark., 2018; Evren, Evren, Dalbudak, Topçu, Kutlu ve Elhai, 2019; Greenberg, Kusche ve Speltz, 1991; Hebert, Langevin ve Oussaid, 2018; Karaoğlu ve Erzi, 2019; Öztürk, 2019; Meyer, 2008; Pollak, Cicchetti, Hornung ve Reed, 2000; Shipman, Zeman, Penza ve Champion, 2000).

Yapılan çalışmalara bakıldığında Tull, Barrett, McMillan, ve Roemer (2007), erken dönem travmatik yaşantılara maruz kalmanın duyguları tanıma ve düzenlemede sorunlara neden olduğunu belirtmişlerdir. Burns, Jackons ve Harding (2010) tarafından yapılan başka bir çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmış ve çocukluk çağında fiziksel, cinsel ve duygusal istismara maruz kalmış kişilerin maruz kalmayanlara oranla duygu düzenleme becerilerinde güçlükler yaşadıkları belirtilmiş ve duygu düzenleme güçlüğünün özellikle çocukluk dönemi duygusal ve fiziksel istismar travması ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkide aracı bir değişken olduğu belirtilmiştir. Kayar (2021) çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile depresif belirtiler ve kendine zarar verme davranışı arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü olduğunu ortaya koymuştur.

Kahraman ve Çankaya (2020) da yaptıkları çalışmalarında çocukluk dönemi travmatik yaşantılarla duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Akyl (2019) çocukluk çağı travmaları ile bilişsel duygu düzenleme becerileri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. İlikçi- İygün (2019) yaptığı çalışmada çocukluk çağı travmalarının duygu düzenleme becerilerinden özellikle kendini ve başkalarını suçlama, pozitif bakış açısı, plana odaklanma gibi alt boyutlar üzerinde olumsuz etkilerinin olduğunu ortaya koymuştur.

Dereboy ve arkadaşları (2018) yaptıkları bir çalışmada benzer sonuçlara ulaşmışlar ve çocukluk dönemi travmatik yaşantısı bulunan bireylerin duygu düzenleme becerilerinde güçlükler yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bununla birlikte bu çalışmadan farklı olarak çocukluk çağı travmalarının kimlik gelişimi ve psikopatolojiyi etkilediğini belirtmişler ve çocukluk çağı travmaları ile patolojik sorunlar arasında duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü olduğunu ortaya koymuşlardır. Bilim (2012) de yaptığı bir çalışmada benzer sonuçlara ulaşmıştır. Çocukluk çağı örselenme yaşantılarının bireylerin duygu düzenleme becerilerini etkilediği sonucunu ortaya koymuştur. Bilim'e (2012) göre duygu düzenleme becerilerinde güçlük yaşayan bireylerde ileri dönemde psikolojik belirtilerin ortaya çıktığını ve bu bireylerin kişilerarası ilişkilerde sorun yaşadığını ortaya koymuştur. Bununla birlikte çocukluk çağı örselenme yaşantıları ile psikolojik belirtiler arasında duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü olduğunu belirtmiştir. Farklı bir araştırmada Burns, Jackons ve Harding (2010) çocukluk çağında fiziksel, cinsel ve duygusal istismara maruz kalmış kişilerin maruz kalmayanlara oranla duygu düzenleme becerilerinde güçlükler yaşadıkları belirtilmiş ve duygu düzenleme güçlüğünün özellikle çocukluk dönemi duygusal ve fiziksel istismar travması ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkide aracı bir değişken olduğu belirtilmiştir.

Bu çalışmada duygu düzenleme güçlüğünün problemli internet kullanımını dolaylı olarak yordadığı görülmektedir. Alanyazında yapılan çalışmalarda da duygu düzenleme güçlüğü ile problemli internet kullanımı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konulmuştur (Akin, 2014; Chun, 2016; Evren, Evren, Dalbudak, Topçu, Kutlu ve Elhai, 2019; Ercengiz ve Şar, 2017; Barut, 2019; Karaer, 2018; Tok ve Güzel, 2020; Şakiroğlu, 2019; Yıldız, 2017). Benzer şekilde Evren, Evren, Dalbudak, Topçu, Kutlu ve Elhai (2019) de üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarında erken dönem çocukluk çağı travmaları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolü olduğunu ortaya koymuşlardır. Budak (2017) 522 katılımcı ile yaptığı araştırmasında problemli internet kullanımı ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Aynı zamanda bu araştırmada sosyotropik kişilik özellikleri ile duygu düzenleme güçlükleri arasında pozitif yönlü bir ilişki ortaya

konulmuş ve sosyotropik kişilerin insan ilişkilerinde yaşadıkları kayıp vs. gibi durumlardan dolayı stres yaşadıkları ve duygularını düzenlemede zorluklar yaşadığı belirtilmiştir. Bu durumun da bireylerin internet bağımlılığı geliştirmesine neden olduğunu ortaya konulmuştur. Bu araştırma bulgusu yapılan bu çalışma ile yüksek düzeyde benzerlik göstermektedir. Stres ve duygu düzenlemede güçlükler yaşamamanın problemli internet kullanımı yordadığı bu araştırmanın bulguları arasındadır. Tok ve Güzel (2020) yaptıkları çalışmada bağlanma, duygu düzenleme güçlüğü ve telefon bağımlılığı arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün özellikle strateji ve dürtüsellik alt boyutları ile akıllı telefon bağımlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Aynı zamanda duygularını düzenlerken nasıl düzenleyeceğini stratejik olarak bilmeyen ve dürtüsel davranan bireylerin akıllı telefonlara daha çok yöneldiklerini belirtmişlerdir. Ateş ve Sağar (2021) yaptıkları çalışmalarında duygu düzenleme becerilerinin problemli internet kullanımını anlamlı şekilde yordadığını ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde Karaer (2018) yaptığı çalışmada duygu düzenleme güçlüğü ölçeği alt boyutlarından olan “açıklık, strateji ve dürtü” ile problemli internet kullanımı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Şakiroğlu (2019) öz-kontrol, duygu düzenleme ve gençlerin sorunlu akıllı telefon kullanımlarını incelediği çalışmasında duygu düzenleme becerilerinde güçlükler yaşayan gençlerin sorunlu akıllı telefon kullanım puanlarının yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Ercengiz ve Şar (2017) 426 ergen ile yaptığı araştırmasında duygu düzenleme güçlüğü'nün problemli internet kullanımının yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. Aynı zamanda bu araştırma Ergenlerde Duygu Düzenleme Ölçeği'nin alt boyutlarından “dışsal işlevsel duygu düzenleme” alt boyutu ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu ve ergenlerin duygularını düzenleyebilmesi için dışarıdan birilerinin sosyal desteğine ihtiyaç duyduklarını belirtmiştir. Yıldız (2017) de ergenler üzerine yaptığı çalışmada benzer sonuçları ortaya koymuştur.

Araştırmanın aracı değişkenlerinden stres ile duygu düzenleme güçlüğü de birbirlerini karşılıklı olarak etkilemektedirler. Yapılan çalışmada çocukluk çağı travmaları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkiye stres ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aracılık ettiği ortaya konulmuştur. Elde edilen bulgulara göre

çocukluk çağı travmatik yaşantıları bireylerde stres düzeyinin artmasına ve aynı zamanda bu bireylerde duygu düzenleme becerilerinde güçlükler yaşanmasına neden olabilmektedir. Duygu düzenleme becerilerinde güçlükler yaşayan ve stres düzeyi artan bireylerin interneti daha fazla kullandıkları ve bu durumda bağımlılığın dönüşebildiği düşünülmektedir. Bu bulguya paralel olarak Tull, Barrett, McMillan, ve Roemer (2007) yaptıkları araştırmalarında duygu düzenlemede sorunlar yaşayanın travma sonrası stres belirtilerinin şiddetinin artmasına aynı şekilde travma sonrası stres belirtilerinin artmasının da duygu düzenlemeyi zorlaştırdığını ifade etmektedirler. Travmaya maruz kalmış bireylerin travmayı hatırlatan olaylarla karşı karşıya gelmeleri durumunda duygusal olarak zorlandıkları ve bu durumun da travmatik stres belirtilerini artırdığını belirtmektedirler. Travmatik stres belirtilerinin artması fizyolojik olarak uyarılma seviyesini artırdığından duyguları düzenlemek daha zor hale gelmektedir. Benzer şekilde Alpay, Aydın ve Bellur (2017) yaptıkları araştırmalarında bu çalışmayla benzer bulgulara ulaşmış ve travma sonrası oluşan stres düzeyi ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Burns, Jackons ve Harding (2010) de yaptıkları çalışmalarında, duygu düzenleme güçlüğü ile travma sonrası stres bozukluğu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Stresin artmasıyla duygu düzenlemede güçlükler yaşayan bireylerin internet sayesinde bu rahatsız edici duygularını düzenleyebildikleri ve böylece internete sürekli girmek isteyerek problemlili bir şekilde internet kullanmaya başladıkları bilinmektedir (Ceyhan, 2010; Kıran-Esen, 2009; Uzun ve Ünal, 2018).

Bu araştırma kapsamında elde edilen bir diğer bulgu ise çocukluk çağı travmatik yaşantılarının problemlili internet kullanımını online sosyal etkileşim tercihi ve internette duygusal rahatlama aracılığıyla yordamasıdır. Aynı zamanda bu aracı etkiye stres ve duygu düzenleme güçlüğü de anlamlı düzeyde etki etmektedir. Alanyazında bu değişkenlerin doğrudan ele alındığı bir çalışmaya rastlanılmamakla birlikte yapılan çalışmalarda bu araştırma bulgularıyla yüksek düzeyde benzer sonuçlara ulaşılmış ve çalışmalar bu araştırma bulgularını desteklemektedirler. Örneğin; Lavoie ve Pychly (2001) yaptıkları çalışmada katılımcılarından %50'den fazlasının interneti rahatlama amaçlı olarak yaşadıkları stresten uzaklaşmak amaçlı kullandıklarını belirtmişlerdir.

Benzer şekilde Gülnar (2016) yaptığı bir çalışmada interneti psiko-sosyal ihtiyaç giderme ve başkalarıyla online ortamda iletişime geçme amaçlı kullanım düzeyi ile stres alt boyutlarından “kaçınma” alt boyutu arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Eşkisu (2021) yaptığı çalışmada çocukluk  ağı travmatik deneyimler ile disosiyatif yaşantılar arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ve disosiyatif yaşantı deneyimi olan bireylerin günlük yaşamda zorlandıkları durumlardan kaçınarak internete yöneldiklerini ve bu durumunda internet bağımlılığını artırdığını ortaya koymuştur. Benzer şekilde Kılıç (2019) da yaptığı çalışmasında çocukluk dönemi travmatik yaşantı deneyimlerinin disosiyatif yaşantıları artırdığını ve bireylerin travmanın yarattığı stresle baş etmede ve kaçınmada disosiyasyonun savunma mekanizması olarak kullanıldığını belirtmiştir.

Groholl’a (1999) göre internet bireylere sanal sosyalleşme imkanı sağlamakta ve Valkenburg ve Peter’e (2008) göre de ergenler sanal ortamda çeşitli psikososyal ve gelişimsel ihtiyaçlarını karşılayarak kimlik denemelerinde bulunmaktadırlar. Yang ve Tung (2007) ergenlerin içinde bulundukları gelişim dönemi itibarıyla gerçek yaşamda kimlik oluşturma sürecinde zorlandıklarını ve interneti gerçek yaşamdaki sorunlardan kaçmak amacıyla kullandıklarını belirtmektedirler. Benzer şekilde Taçyıldız (2010) arkadaşlarına göre ailesiyle sağlıklı iletişim kuramayan ve paylaşımda bulunamayan ergenler, gerçek hayatta bu sorunları   zemediklerinde ailesi ve çevresiyle etkileşime geçememekte ve bu sorunlardan kaçmak ve kendilerince çözüm yolu olduğunu düşünerek sanal bir ortamda etkileşime girmektedirler.

Sahakihara, Haga, Kinjo ve Osaki (2019) yaptıkları çalışmalarında problemlili internet kullanımına sahip olan annelerin sahip olamayanlara göre çocuklarını daha çok travmatik olaylara maruz bıraktıklarını (vurma, bağırma, saldırganlık, duygusal istismar vb) ortaya koymuşlardır. Aynı zamanda bu araştırma bulgularıyla paralel olarak annelerin yaşadıkları stres durumlarından uzaklaşmak ve rahatlamak için internete daha fazla yöneldiklerini belirtmektedirler. Özellikle 3 yaşında çocuğu olan annelerin daha fazla stres yaşadığını çünkü bu dönemdeki çocukların bağımsız hareket etmek istediğini ve bu durumun da anneleri strese sokarak internete yöneldiklerini ortaya koymuşlardır. Leung (2017) ve Cheng, Cheung ve Wang’a (2018) göre bireyler yaşadıkları travmatik olayları unutmak ve rahatlamak için internete yönelmektedirler.

Bireyler gerçek hayatta stresli durumlarla mücadele etmek yerine sanal ortamı tercih etmektedirler ve bu durumda onları problemlili internet kullanıcısına dönüştürmektedir.

Başkalarıyla yüz yüze iletişime geçmekte stres yaşayan bireyler internet sayesinde bu rahatsız edici duygularını düzenleyebilmektedirler. Böylece internete sürekli girmek istemektedirler (Ceyhan, 2010; Kıran-Esen, 2009; Uzun ve Ünal, 2018). Benzer şekilde Lam, Peng ve Mai'ye (2009) göre internet ortamına kaçışta stres potansiyel risk faktörü olarak ele alınmaktadır.

Benzer şekilde yapılan başka bir çalışma bulguları da bu araştırma bulgularını desteklemektedir. Örneğin; Canoğulları ve Güçray (2017) 644 ergen üzerine yaptıkları çalışmalarında İnternet bağımlılık düzeyi yüksek olan ergenlerin aynı zamanda sosyal kaygı düzeylerinin ve psikolojik ihtiyaç düzeylerinin de yüksek olduğu sonucunu ortaya koymuşlardır. Yapılan bu çalışma sonuçlarına göre ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarını (özerklik, ilişki, yeterlik) karşılamak için internete yöneldikleri ve ergenlerin günlük hayatta karşılayamadıkları ihtiyaçlarını internet sayesinde karşılayabildiklerini ve başkalarıyla iletişime geçmede sosyal kaygı yaşayan ergenlerin başkalarıyla internet sayesinde daha rahat iletişime geçtiklerini ve bu durumun da onları rahatlattığını ortaya koymuşlardır. Öztapak (2018) da ergenler üzerine yaptığı nitel bir çalışmada ergenlerin interneti mutlu olmak, sosyalleşmek ve rahatlamak amacıyla kullandığını belirtmiştir. Bununla birlikte Doğrusever (2021) ergenler üzerine yaptığı bir çalışmada da benzer sonuçları ortaya koymuş ve ergenlerin stresten uzaklaşma amacıyla internete yöneldiklerini tespit etmiştir. Sezer (2013) tarafından yapılan farklı bir çalışmada bu araştırma bulgularıyla ters yönde paralel sonuçlar elde edilmiştir. İnterneti problemlili bir şekilde kullanan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin azaldığı ve bu durumunda bireyin sosyal ilişkilerini olumsuz yönde etkilediği ortaya konulmuştur. Araştırmada yaşadığı olumsuz durumlardan uzaklaşmak için internet ortamında sosyalleşme ve rahatlama sağlayan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin azaldığı belirtilmektedir.

Alanyazında yer alan tüm bu çalışmaların sonuçları, bu araştırma sonuçları ile benzer şekilde; çocukluk dönemi travmatik yaşantıya maruz kalan bireylerin yaşadıkları travmatik olaylar sonucunda stres yaşadıklarını aynı zamanda travmatik yaşantıların bireylerin duygu düzenleme becerilerini olumsuz etkilediği ve bunun

sonucunda bireylerin yaşadıkları stresten kurtulma ve olumsuz duygularla baş edebilmek adına rahatlama ihtiyacı duyduklarını belirtmektedir. İnternet ortamı bireylerin geçici de olsa rahatlama ihtiyacını karşılamakta ve gerçek hayatta başkalarıyla iletişime girmede stres yaşamadan onlara kolayca rahatlama duygusu sağlamaktadır. Tüm bu durumların sonucunda bireyler problemleri bir şekilde internete yönelmekte ve interneti olumsuz duygu ve durumlardan kurtulmada kaçış yeri olarak değerlendirmektedirler. Kim, Larose ve Peng (2009) bireylerin yaşamla ilgili sorunları azaltmak ve bu sorunlardan kaçarak rahatlamak için interneti bir araç olarak kullandıklarını, Coget, Yamauchi ve Suman (2002) günlük yaşamda başkalarıyla iletişim kuramayan bireylerin sanal arkadaşlığa yöneldiğini ve böylece yalnızlık, stres gibi olumsuz duygularını giderdiğini, Moody (2001) bireylerin internete yönelmesinde yalnızlık duygusundan daha kolay ve rahat bir şekilde kurtulma isteğinin etkili olduğunu, Morahan ve Schumacher (2003) bireylerin interneti olumsuz duygu durumlarını düzeltme ve kendilerine duygusal destek bulma amacıyla kullandıklarını belirtmişlerdir. Gökler ve Turan (2020) Covid-19 salgınıyla birlikte bireylerde travmatik etkiler ve bazı psikososyal sorunlar oluşabileceğini ve bireylerin bu durumlarla başetmek ve yaşadıkları stres durumlarından uzaklaşmak için internete yöneldiklerini belirtmişlerdir. Benzer şekilde Kiraly, Pozenta, Stain, King, Hodgins ve arkadaşları (2020) Covid-19 pandemisinin bireylerde stres düzeyinin artmasına neden olduğunu ve bu durumun sonucunda bireylerin problemleri bir şekilde internete yönelerek rahatladıklarını belirtmektedirler.

Caplan (2010) da geliştirdiği modelde bu araştırma bulgularını destekler düzeyde benzer sonuçlara değinmiştir. Caplan'a (2010) göre problemleri internet kullanımına sahip bireyler günlük hayatta karşılaştıkları stres durumlarından kurtulmak, rahatlamak için internete yönelmektedirler. Bu bireyler başkalarıyla yüz yüze iletişime geçmekten kaygı duymakta ve bu kaygıyla başetmek için internete yönelmekte ve internet ortamındaki sosyal etkileşimi tercih etmektedirler. Bir başka ifadeyle interneti duygu düzenleme aracı olarak kullanmaktadırlar. Bu durum da bireyleri problemleri internet kullanıcısına dönüştürmektedir (Caplan, 2010).

C. Öneriler

Bu bölümde araştırma sonuçlarına dayalı olarak alanda çalışan uygulayıcılara ve araştırmacılara yönelik önerilere yer verilmiştir.

1. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

1) Araştırma bulguları çocukluk çağı travmatik yaşantıları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide stres düzeyinin aracı rolü olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bulgular doğrultusunda okullarda çalışan okul psikolojik danışmanları veya çeşitli kurumlarda çalışan ruh sağlığı uzmanları çocukluk döneminde travmaya maruz kalmış ergenlere yönelik olarak ‘stresle baş etme’ becerileri kazandırabilirler. Böylece ergenlerin travmanın yaratmış olduğu stres durumlarıyla ilgili olarak daha sağlıklı bir şekilde baş etme yöntemleri geliştirebilecekleri düşünülmektedir.

2) Araştırma sonuçlarına göre çocukluk çağı travma yaşantıları ile ergenlerde problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğüünün aracı rolü olduğu ortaya konulmuştur. Duygu düzenleme becerileri erken dönemde kazanılan ve ileri dönemde bireylerin davranışlarını etkileyebilen bir beceridir. Bu nedenle ergenlere duyguların farkındalığı, duyguların ifade edilebilmesi, duyguların kabulü, duyguların kontrolü gibi duygu düzenleme becerileri kazandırılabilir. Böylece bireyler ergenlik dönemi ve yetişkinlik döneminde daha sağlıklı bir şekilde duygularını düzenleyebilir ve böylece etkili kişilerarası iletişim şekli geliştirebilirler.

3) Araştırma bulguları travmatik deneyimleri olan ve duygularını düzenlemede güçlük yaşayan ergenlerin sanal ortamda sosyal etkileşim tercihinin problemli internet kullanımını yordadığını ortaya koymaktadır. Bu durumun oluşmasında ayrıca diğer insanlarla yüz yüze iletişime geçmede zorlanma rol oynamış olabilir. Buna göre alanda çalışan ruh sağlığı uzmanları erken çocukluk döneminden başlayarak ergenlere ‘etkili iletişim becerileri, sosyal beceriler, çatışma çözme yöntemleri, atılganlık ve sosyal kaygı ile baş etme becerileri gibi eğitimler verebilirler. Böylece bireylerin sağlıklı bir şekilde internete bağımlı hale gelmeden sosyal etkileşim düzeyinin geliştirilmesine destek sağlanmış olabilir.

4) Araştırma bulgularına göre çocukluk çağı travmatik yaşantıları internet bağımlılığını, internette duygusal rahatlama aracılığıyla yordamaktadır. Travmatik

yaşantıya maruz kalmış ergenlerin olumsuz duygu ve yaşantılarla karşılaştıklarında bu durumlarla sağlıklı bir şekilde baş edemediklerinden duygusal rahatlama amacıyla internete yöneldikleri görülmektedir. ocuk ve ergenlerle çalışan ruh sağlığı uzmanlarının ergenlere ‘sosyalleşme’ ‘boş zamanı değerlendirme etkinlikleri’ ve ‘nefes egzersizleri ve gevşeme teknikleri’ gibi becerileri kazandırmaları, ergenlerin rahatlama ve kaçış amaçlı olarak internet kullanım düzeylerini azaltabilir.

2. Araştırmacılara Yönelik neriler

1) Ergenler zerine yapılan bu çalışmanın değişkenlerinin (stres, duygu düzenleme güçlüğü, online sosyal etkileşim tercihi ve duygusal rahatlama) etkileri niversite öğrencileri, yetişkinler gibi farklı yaş gurupları üzerinde incelenebilir.

2) Bu araştırmada incelenen yapısal modelin dışında araştırmacılar problemlili internet kullanımına yol açabilecek ve aracılık etkisi olabileceği düşünülen farklı aracı değişkenlerle (kişilik özellikleri, sosyal kayęı, sosyal fobi, bireylerin yılmazlık düzeyleri, bilinçli farkındalık, vs) yönelik çalışmalar gerçekleştirebilirler.

3) Bu araştırma herhangi bir okul türü ve bölge sınırlaması olmadan geniş bir grup üzerinde yapılmıştır. Daha ayrıntılı sonuçlar ve ilişkiler elde edebilmek adına küçük bir grupla derinlemesine (nitel çalışma, durum çalışması vb) alışmalar yapılabilir.

4) Araştırmada test edilen modele ilişkin olarak deneysel çalışmalar gerçekleştirilebilir ve modelin etkililiği araştırılabilir. Çocukluk dönemi travmaya maruz kalmış ergenler ile travmatik deneyime sahip olmayan ergenlerin stres, duygu düzenleme güçlüğü ve online sosyal etkileşimi tercih etme durumları deney ve kontrol grubu oluşturularak ortaya çıkan sonuçlar karşılaştırıp incelenebilir.

5) Bu araştırma ergen grup üzerinde kesitsel desende gerçekleştirilmiştir. Sonraki çalışmalarda travmatik deneyimlerin problemi internet kullanımı üzerindeki etkileri ve diğer değişkenlerin rolü boylamsal olarak incelenebilir.

KAYNAKÇA

- AİNİN, S., JAAFAR, N. I., ASHRAF, M., ve PARVEEN, F., “Exploring the Role of Demographics and Psychological Variables in İnternet Addiction”, *Social Science Computer Review*, Cilt. 35, Sayı. 6, 2017, s. 770-780.
- AKBULUT, Y., “Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar ve İnternet Kullanımının Gelişimsel Sonuçları”, *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt. 3, Sayı. 2, 2013, s. 53-68.
- AKER, A. T., SORGUN, E., MESTÇİOĞLU, Ö., KARAKAYA, I., KALENDER, D., ACAR, G., ve ACİCBE, Ö., “İstanbul'daki Bombalama Eylemlerinin Erişkin ve Ergenlerdeki Travmatik Stres Etkileri”, *Türk Psikoloji Dergisi*, Cilt. 23, Sayı. 61, 2008, s. 63-71.
- AKIN, A., ve İSKENDER, M., “İnternet Addiction and Depression, Anxiety and Stress”, *International Online Journal of Educational Sciences*, Cilt. 3, Sayı. 1, 2011, s. 138-148.
- AKIN, İ., “Relationship of Problematic İnternet Use With Alexithymia, Emotion Regulation and Impulsivity,” Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul, 2014.
- AKSOY, F., ve ÜNÜBOL, H., “Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ile Şema Mekanizmaları Arasındaki İlişki”, *Bağımlılık Dergisi*, Cilt. 22, Sayı. 2, 2021, s. 103-113.
- AKSÜT, M. ve BATÜR, Z., “İnternet Perspektifinde Ergenlerin Sosyalleşme ve İletişim Kurma Süreci”, *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt. 2, Sayı. 3, 2017.
- AKYIL, A., “Çocukluk Çağı Travmaları, Bilişsel Duygu Düzenleme ve Psikolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Diyarbakır ve Mardin Örneği”, Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul, 2019.
- AKYOL, İ., “Bilgisayar Kullanımı ile ilgili Sağlık Sorunları”, *Sürekli Tıp Eğitim Dergisi*, Mart, 2001.
- ALPAY, E. H., AYDIN, A., ve BELLUR, Z., “Çocukluk Çağı Travmalarının Depresyon ve Travma Sonrası Stres Belirtileri İle İlişkisinde Duygu

- Düzenleme Güçlüklerinin Aracı Rolü” , *Klinik Psikiyatri Dergisi*, Cilt. 20, Sayı. 3, 2017, s. 218-226.
- ALTINTAŞ, S., “Ortaokul Öğrencilerindeki Problemlı İnternet Kullanımı ile Algılanan Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul, 2016.
- ALTUNTEN, İ., “Ergenlerde Algılanan Duygusal İstismar ile Problemlı İnternet Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2019.
- AMERİKAN PSİKİYATRİ BİRLİĞİ (APA), *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı*. 2. Bs., (çev. Köroğlu, E), Hekimler Yayın Birliğı, Ankara, 2014.
- ANDERSON, J. C., ve GERBİNG, D. W., “Structural Equation Modeling İn Practice: A Review and Recommended Two-Step Approach”, *Psychological Bulletin*, Cilt. 103, Sayı. 3, 1988, s. 411.
- ARAL G., “Çocuk Hakları Çerçevesinde Çocuk İhmal ve İstismarı”, *Milli Eğitim Dergisi*, Cilt. 151, 2001, s. 36-39.
- ARISOY, Ö., “İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi”, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2009, s. 55-67.
- ASLAN, N., “Ergenlerde İnternet Bağımlılığı, Yaygınlığı, Nedenleri ve Sonuçları Üzerine Bir Araştırma,” *Journal of International Social Research*, Cilt, 12, Sayı. 65, 2019.
- ATEŞ, B. ve SAĞAR, M. E., “Üniversite Öğrencilerinde Bilişsel Esneklik ve Duygu Düzenleme Becerilerinin İnternet Bağımlılığı Üzerindeki Yordayıcı Rolü”, *Uşak Üniversitesi Eğitim Araştırmaları Dergisi*, Cilt. 7, Sayı .1, 2021, s. 87-102.
- ATEŞ, Z., “Üniversite Öğrencilerinde Travmatik Yaşantı Türü ve Travma Sonrası Stres Belirtileri İlişkisinde Travma Sonrası Bilişler ve Algılanan Sosyal Desteğin Aracı Rolünün İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2019.

- ATMACA, M., “A Case Of Problematic İnternet Use Successfully Treated With An SSRI-Antipsychotic Combination”, *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, Cilt. 31, Sayı. 4, 2007, s. 961- 962.
- AYAS, T. ve HORZUM, M. B., “İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Aile İnternet Tutumu”, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, Cilt. 4, Sayı. 39, 2013, s. 46-57.
- AYAZSEVEN, Ö.C., “Ergenlerde Problemli İnternet Kullanımını Önlemeye Yönelik Bilişsel-Davranışçı Temelli Psikoeğitim Çalışmasının Etkisi, Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana, 2019.
- AYDIN, E., “Çocukluk Çağı Travmatik Yaşantılarının Psikolojik Sağlamlık ve Depresyon Belirtileri Üzerine Etkisi”, Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018.
- BADOUR, C., ve FELDNER, M., “Trauma-Related Reactivity and Regulation of Emotion: Associations With Posttraumatic Stress Symptoms”, *Journal of Behaviour Therapy and Experimental Psychiatry*, Cilt. 44 Sayı. 1, 2013, s. 69-76.
- BALAMAN, F., ve KARATAŞ, A., “Lise Öğrencilerinin İnternet Ortamında Sosyal Paylaşım Sitelerini Kullanım Amaçları ve Sosyal Paylaşım Unsurları”, *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, Cilt. 1, Sayı. 1, 2012.
- BALCI, Ş. ve AYHAN, B., “Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanım ve Doyumları Üzerine Bir Saha Araştırması”, *Selçuk İletişim Dergisi*, Cilt. 5, Sayı. 1, 2007, 174-197.
- BALLI, A., “Bir Grup Üniversite Öğrencisinin Çocukluk Çağı Travmaları ve Fedakârlık Doyumlarının Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Gelişim Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2019.
- BALTACI, Ö., AKBULUT, Ö. F., ve YILMAZ, E., “Problemli İnternet Kullanımında Güncel Bir Risk Faktörü: COVID-19 Pandemisi”, *Humanistic Perspective*, Cilt. 3, Sayı. 1, 2021, s. 97-121.
- BALTAS, A. ve BALTAS, Z., “Stres ve Başa Çıkma Yolları” 15. Bs., Remzi Kitabevi, İstanbul, 1996.

- BARKER, G. A., “The Effects of Trauma on Attachment”, <http://www.ccaa.net.au/documents/TheEffectsOfTraumaOnAttachment.pdf>, 2010.
- BARUT, B. “Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyi İle Algılanan Sosyal Destek ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep, 2019.
- BASUT, E., ve ERDEN, G., “Suça Yönelen ve Yönelmeyen Ergenlerin Stres Belirtileri ve Stresle Başa Çıkma Örüntüleri Yönünden İncelenmesi”, *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, Cilt, 12, Sayı. 2, 2005.
- BATIGÜN, A. D., ve KILIÇ, N., “İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler/The Relationships Between Internet Addiction, Social Support, Psychological Symptoms and Some Socio-Demographical Variables”, *Türk Psikoloji Dergisi*, Cilt. 26, Sayı. 67, 2011.
- BERNET, W., “Child Maltreatment”, B, Sadock., ve V, Sadock (eds). *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, Philadelphia, Lippincott Williams and Wilkins, 2000, s. 2878-2889.
- BİLİM, G. Y., ve YILMAZ, B. T. D., “Çocukluk Çağı Örselenme Yaşantıları: Duygu Düzenleme, Kişilerarası Tarz ve Genel Psikolojik Sağlık Açısından Bir İnceleme,” Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, 2012.
- BJUREBERG, J., LJOTSSON, B., TULL, M. T., HEDMAN, E., SAHLİN, H., LUNDH, L. G., BJAREHED, J., DİLILLO, D., MOORE, T.M., GUMPERT C.H., ve GRATZ, K.L., “Development And Validation of A Brief Version of The Difficulties In Emotion Regulation Scale: The Ders-16” *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, Cilt. 38, Sayı. 2, 2016, s. 284-296.
- BONANNO G. A., ve BURTON C.L. “Regulatory Flexibility: an Individual Differences Perspective On Coping And Emotion Regulation”, *Perspectives on Psychological Science*, Cilt. 8, Sayı. 6, 2013, s. 591-612.

- BOSTWICK, J., M., ve BUCCI, J., A., Internet Sex Addiction Treated With Naltrexone. *Mayo Clin Proc*, Cilt. 83, 2008, s. 226-230.
- BOZKURT, H., ŞAHİN, S., ve ZOROĞLU, S. “İnternet Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme”, *Çağdaş Tıp Dergisi*, Cilt. 6, Sayı. 3, 2016, s. 235-247.
- BROWN, T. A., Methodology İn The Social Sciences. Confirmatory Factor Analysis For Applied Research (2nd ed.). The Guilford Press, 2015.
- BUDAK, C.F., “İnternet Bağımlılığının Yordayıcıları Olarak Sosyotropi-Otonomi Kişilik Özellikleri ve Duygu Düzenleme Güçlüğü”, Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2017.
- BUGUN, İ., YARDIMCI, H., ERTEMEL, S., ÖĞÜN, A. M., ve DİNÇSES, E., “Üniversite Öğrencilerinin Bilgisayar Kullanımına İlişkin Bilgi, Davranışları ve İlişkili Sağlık Sorunları,” *Marmara Tıp Fakültesi Dergisi*, Cilt,19, Sayı. 3, 2006, s. 27.
- BURNS, E. E, JACKSON, J. L, VE HARDİNG, H. G., “Child Maltreatment, Emotion Regulation, And Posttraumatic Stress: The İmpact of Emotional Abuse”, *Journal of Aggress Maltreat Trauma*, Cilt. 19, 2010, s. 801-819.
- CALKİNS, S.D., “Commentary: Conceptual and Methodological Challenges To The Study of Emotion Regulation and Psychopathology”, *Journal of Psychopathology and Behavioral Assesment*, Cilt, 32, 2010, s. 92–95.
- CAMPBELL, A.J., CUMMING, S.R., ve HUGHES, I., “Internet Use by The Socially Fearful: Addiction or Therapy”, *CyberPsychology ve Behavior*, Cilt. 9, Sayı. 1, 2006, s. 69-81.
- CANAN, F., “The Relationship Between İnternet Addiction and Eating Disorders”, *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, Cilt. 21, Sayı. 1, 2016, s. 137-138.
- CANBEK, G., ve SAĞIROĞLU, Ş., “Çocukların ve Gençlerin Bilgisayar ve İnternet Güvenliği”, *Politeknik Dergisi*, Cilt. 10, Sayı. 1, 2007, s. 33-39.
- CANOĞULLARI, Ö., VE GÜÇRAY, S. S., “İnternet Bağımlılık Düzeyleri Farklı Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Psikolojik İhtiyaçları, Sosyal Kaygıları ve Anne Baba Tutum Algılarının İncelenmesi”, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt. 26, Sayı. 1, 2014, s. 42-57.

- CANOĞULLARI-AYAZSEVEN, Ö. ve CENKSEVEN-ÖNDER, F., “Genelleştirilmiş Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği-2’nin Türkçe’ye Uyarlama Çalışması”, *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, Cilt. 11, Sayı. 18, 2019, s. 1540-1565.
- CAPLAN, S. E., “A Social Skill Account of Problematic Internet Use”, *Journal of Communication*, Cilt. 55, Sayı. 4, 2005, s. 721- 736.
- CAPLAN, S. E., “Problematic Internet Use And Psychosocialwell-Bening: Development of A Theory Based Cognitive-Behavioral Measurement Instrument Computer İn Human Behavior”, *Science Journals*, Cilt. 18, Sayı. 1, 2002, s. 553-575.
- CAPLAN, S. E., “Proference For Online Social Interaction : A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Bening”, *Communication Research*, Cilt. 30, 2003, s. 625-648.
- CAPLAN, S. E., “Relations Among Loneliness, Social Anxiety, and Problematic İnternet Use” *Cyber Psycehology and Behavior*, Cilt. 10, Sayı. 2, 2007, s. 234–242.
- CAPLAN, S. E.,” Theory and Measurement of Generalized Problematic Internet Use: A Two-Step Approach”, *Computers in Human Behavior*, Cilt. 26, 2010, s. 1089-1097.
- CEYHAN, A. A. ve CEYHAN, E., “Üniversite Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyleri ile Denetim Odağı, Antisosyal Eğilim ve Sosyal Normlara Uyum Düzeyleri Arasındaki İlişkiler”, 16. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat. 2007.
- CEYHAN, A. A., “Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanım Düzeylerinin Yordayıcıları” *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, Cilt.18, Sayı. 2, 2011, s. 85-94.
- CEYHAN, E., “Ergen Ruh Sağlığı Açısından Bir Risk Faktörü: İnternet Bağımlılığı”, *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, Cilt. 15, 2008, s. 109-116.
- CEYHAN, E., BOYSAN, M., ve KADAK, M. T., “Associations Between Online Addiction, Attachment Style, Emotion Regulation, Depression and Anxiety İn General Population: Testing The Proposed Diagnostic Criteria For İnternet

- Addiction”, *Sleep and Hypnosis: A Journal of Clinical Neuroscience and Psychopathology*, Cilt. 21, Sayı. 2, 2019, s. 123-139.
- CEYHAN, E., ve CEYHAN, A. A., “Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar ve İnternet Kullanımının Gelişimsel Sonuçları ”, *Bilgisayar II*, 2011, s. 165-188.
- CHEN, S.H., WENG, L. J., SU, Y. J., WU, H. M., ve YANG, P.F., “Development of A Chinese Internet Addiction Scale and Its Psychometric Study”, *Chinese Journal of Psychology*, Cilt. 45, Sayı. 3, 2003, s. 279-94.
- CHENG, C., CHEUNG, M. W. L., ve WANG, H.Y., “Multinational Comparison Of İnternet Gaming Disorder and Psychosocial Problems Versus Well-Being: Meta-Analysis Of 20 Countries”, *Computers in Human Behavior*, Cilt. 88, 2018, s. 153–167.
- CHUN, J., “Effects Of Psychological Problems, Emotional Dysregulation, and Self-Esteem On Problematic İnternet Use Among Korean Adolescents”, *Children and Youth Services Review*, Cilt. 68, 2016, s. 187-192.
- COGET, J. F., YAMAUCHİ, Y., ve SUMAN, M., “The İnternet, Social Networks and Loneliness”, *It & Society*, Cilt. 1, Sayı. 1, 2002, s. 180.
- COHEN, Z.P., “Üç Kuşak Kadın Yetişkinin Çocukluk Çağı Travmaları, Dissosiyasyon ve Şiddete Yönelik Tutumları Bakımından İncelenmesi”, Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul, 2019.
- COLWELL, J., ve PAYNE, J., “Negative Correlates Of Computer Game Play İn Adolescents”, *British Journal of Psychology*, Cilt. 91, 2000, s. 295-310.
- COMPAS, B.E., CONNOR-SMİTH, J., SALTZMAN, H., THOMSEN, A.H., ve WATSWORTH, M., “Coping With Stres During Childhood and Adolescence: Problems, Progress, and Potential İn Theory and Research”, *Psychological Bulletin*, Cilt. 127, Sayı. 1, 2001, s. 87-127.
- COREY, G., “*Theory and Practice Of Counseling and Psychotherapy*” Nelson Education, Canada, 2015.
- ÇAĞIR G. ve GÜRGAN, U., “The Relationship Between The Levels Of High School and University Students’ Problematic Use Of İnternet and Their Perceived

- Wellness and Loneliness Levels”, *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt. 24, 2012, s. 70-85.
- ÇALIŞKAN, Z. I., CANER, N., EVGİN, D., ve KAPLAN, B., “ Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanım Durumları ve Algıladıkları Stres Düzeyleri”, *Journal of Human Sciences*, Cilt. 14, Sayı. 3, 2017, s. 2541-2552.
- ÇETİN, B. A., ve CEYHAN, A. A., “Ergenlerin İnternette Kimlik Denemeleri ve Problemleri İnternet Kullanım Davranışları. *The Turkish Journal on Addictions*, Cilt. 1, Sayı. 2, 2014, s. 5-46.
- ÇETİNKAYA, M., “İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının İncelenmesi” , Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2013.
- ÇEVİK, U. P. D. G. B., ve ÇELİKKALELİ, Ö.. “Ergenlerin Arkadaş Bağlılığı ve İnternet Bağımlılığının Cinsiyet Ebeveyn Tutumu ve Anne Baba Eğitim Düzeylerine Göre İncelenmesi”, *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt. 19, Sayı. 3, 2010.
- ÇİFTÇİ, M. P. “Bir Grup Lise Öğrencisinin Stresle Başa Çıkma Yolları İle Strese Karşı Dayanıklılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2002.
- ÇUBUKÇU, A., “Türkiye’de Dijital Vatandaşlık Algısı ve Bu Algıyı İnternetin Bilinçli, Güvenli ve Etkin Kullanımı İle Artırma Yöntemleri”, *Middle Eastern & African Journal of Educational Research*, Cilt. 5, Sayı. 148, 2013.
- DALBUDAK, E., EVREN, C., ALDEMİR, S. ve EVREN, B. “The Severity Of Internet Addiction Risk and İts Relationship With Severity Of Borderline Personality Features, Childhood Traumas, Dissociative Experiences, Depression and Anxiety Symptoms Among Turkish University Students, *Psychiatry Research*, Cilt. 219, Sayı. 3, 2014, s. 577-582.
- DALBUDAK, E., ve EVREN, C. “The Relationship Of Internetaddiction Severity With Attention Deficit Hyperactivitydisorder Symptoms İn Turkish University Students; İmpact Of Personality Traits, Depression and Anxiety”, *Comprehensive Psychiatry*, Cilt. 55, 2014, s. 497-503.

- DAVİS, R. A., “A Cognitive - Behavioral Model Of Pathological Internet Use”, *Computers in Human Behavior*, Cilt. 17, 2001, s. 187-195.
- DELAGRA, M., “*Ergen Kullanma Kılavuzu*”, (Çev. Özdoğan, E.), Yapı Kredi Yayınları, 2016.
- DEMİR, M., “Çocuk ve Ergenlerin Cinsel İstismarı Sonrasında Akut Stres Bozukluğu ve Travma Sonrası Stres Bozukluğu Özelliklerinin İncelenmesi”, Uzmanlık Tezi, Uludağ Üniversitesi, Bursa, 2008.
- DEMİRKAPI, E. Ş., “Çocukluk Çağı Travmalarının Duygu Düzenleme ve Kimlik Gelişimine Etkisi ve Bunların Psikopatolojiler İle İlişkisi, Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın, 2014.
- DEREBOY. Ç., DEMİRKAPI, E., ŞAKİROĞLU, M., ve ÖZTÜRK, C.Ş., “Çocukluk Çağı Travmalarının, Kimlik Gelişimi, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Psikopatoloji İle İlişkisi”, *Türk Psikiyatri Dergisi*, Cilt. 29, Sayı. 3, 2018, s. - 53- 147.
- DERİN, S., “Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş”, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2013.
- DERİN, S., ve BİLGE, F., “Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş Düzeyi”, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, Cilt. 6, Sayı. 46, 2016, s. 35- 51.
- DERRYBERRY, D., VE ROTHBART, M. K. (1988). Arousal, affect, and attention as components of temperament. *Journal of Personality and Social PEpsychology*, 55(6), 958.
- DİNÇ, M., “*İnternet Bağımlılığı*”, Ferfir Yayınları, İstanbul, 2010.
- DOĞAN, A., “İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı” Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2013.
- DOĞRUSEVER, C. “Ergenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi”, *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt. 21, Sayı. 1, 2021, s. 23- 42.

- DURAK - BATIGÜN, A. ve KILIÇ, N., “İnternet Bağımlılığı İle Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler Ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler, *Türk Psikoloji Dergisi*, Cilt. 26, Sayı. 67, 2011, s. 1–10.
- ELDELEKLİOĞLU J., ve VURAL-BATIK, M., “Predictive Effects Of Academic Achievement, İnternet Use Duration, Loneliness And Shyness On İnternet Addiction,” *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt. 28, Sayı. 1, 2013, s. 141-152.
- ELDEN, S. ve HATUN, O., “İnternet Bağımlılığı İle Başa Çıkma Bilişsel Davranışçı Yaklaşımın Kullanılması: Bir Olgu Sunumu. *The Turkish Journal on Addictions*, Cilt. 2, Sayı.1, 2015, s. 53-83.
- ERCENGİZ, M., ve ŞAR, A. H., “Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Yordayıcı Olarak Duygu Düzenlemedeki Rolü” *Sakarya Universty Journal of Education*, Cilt. 7, Sayı. 1, 2017, s. 183-194.
- ERDEN, G. ve GÜRDİL, G., “Savaş Yaşantılarının Ardından Çocuk ve Ergenlerde Gözlenen Travma Tepkileri ve Psiko-Sosyal Yardım Önerileri,” *Türk Psikoloji Yazıları*, Cilt. 12, 2009, s. 1- 13.
- EREN- GÜMÜŞ, A.ve KARAIRMAK, Ö., “İstanbul’da Bazı Devlet Liselerinde Eğitim Gören, Travmaya ve Stres Yükleyici Olaylara Maruz Kalan Ergenlerin Travmatik Belirti Şiddetinin Karşılaştırılması”, *Klinik Psikiyatri*, Cilt. 21, 2018, s. 261-270.
- EROL, B., “Bilişsel - Davranışçı Yaklaşım Dayalı Psiko- Eğitim Programının Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanım Düzeylerine Etkisi”, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara, 2019.
- ERYILMAZ, A., “Ergenlik Döneminde Stres ve Başa Çıkma”, *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt. 6, Sayı. 2, 2009, s. 20-37.
- ESEN, E., “Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi,” Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, 2010.
- EŞKİSU, M., “Childhood Trauma and Internet Addiction: Do Dissociation Or Online Dissociation Have A Mediating Role?,” *International Journal of Eurasian Education and Culture* , Cilt. 6, Sayı. 12, 2021, s. 501-516.

- EVREN C, EVREN B, DALBUDAK E, TOPCU M, KUTLU N ve ELHAİ, J.D.,
“Severity Of Dissociative Experiences and Emotion Dysregulation Mediate
The Relationship Between Childhood Trauma and Internet Addiction
Symptom Severity Among Young Adults”, *Düşünen Adam The Journal of
Psychiatry and Neurological Sciences*, Cilt. 32, 2019, s. 334-344.
- FEİNDEL, H., “*İnternet Bağımlılığı*,” (Çev. Dirim, A.), İletişim Yayınları , İstanbul,
2019.
- FERENCZİ, S., “*Psikolojik Travma*”. 4. bs., Cem Yayınevi, İstanbul, 2018.
- FLOROS, G., VE SİOMOS, K. (2013). The relationship between optimal parenting,
Internet addiction and motives for social networking in adolescence.
Psychiatry research, 209(3), 529-534.
- GAO, J., ZHENG, P., JIA, Y., CHEN, H., MAO, Y., CHEN, S., ... ve DAI, J., “Mental
Health Problems and Social Media Exposure During COVID-19
Outbreak”, *Plos One*, Cilt, 15, Sayı. 4, 2020.
- GOLDBERG, I. , “Internet addiction disorder”. *Social and Behavioral Sciences*, Cilt.
191, 1996, s. 1372- 1376.
- GÖKLER, M. E., ve TURAN, Ş., “Covid-19 Pandemisi Sürecinde Problemlili
Teknoloji Kullanımı. *Estüdam Halk Sağlığı Dergisi*, Cilt. 5, 2020, s. 108-114.
- GÖNÜL, A. S., “Patolojik İnternet Kullanımı (İnternet bağımlılığı/Kötüye
kullanımı)”, *Yeni Symposium*, Cilt. 40, Sayı. 3, 2002, s. 105-110.
- GRAJEWSKİ, P., ve DRAGAN, M., “Adverse Childhood Experiences, Dissociation,
and Anxious Attachment Style As Risk Factors Of Gaming Disorder”,
Addictive Behaviors Reports, Cilt, 11, 2018.
- GRATZ, K. L.,ve ROEMER, L., “Multidimensional Assessment Of
Emotionregulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and
Initialvalidation Of The Difficulties İn Emotion Regulation Scale”, *Journal of
Psychopathology and Behavioral Assessment*, Cilt 26, Sayı. 1, 2004, s. 41–54.
- GREENBERG, M. T., KUSCHE, C. A. ve SPELTZ, M., “Emotional Regulation, Self-
Control and Psychopathology: The Role Of Relationships İn Early Childhood”,
In D. Cicchetti & S. Toth (Eds.), *Internalizing and Externalizing Expressions*

- Of Dysfunction. Rochester Symposium On Developmental Psychopathology*, Sayı, 2, Cambridge University Press, New York, 1991, s. 21–55.
- GRIFFITHS, M., “A ‘Components’ Model of Addiction Within Biopsychosocial Framework,” *Journal of Substance Use*, Cilt.10, 2005, s. 191-197.
- GROHOL, J.M., “Internet Addiction Guide,” *Recuperado El*, Cilt. 6, 1999, s. 25-26.
- GROSS, J. J., “The Emerging Field of Emotion Regulation: an Integrative Review,” *Review of General Psychology*, Cilt. 2, Sayı. 3, 1998, s. 271-299.
- GÜLOĞLU, B., KARAIRMAK, Ö., VE EMİRAL, E., “Çocukluk Çağı Travmalarının Tinsellik ve Affetme Üzerindeki Rolü,” *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, Cilt. 17, Sayı. 4, 2016, s. 309-316.
- GÜMÜŞ, G., “Kasıtlı Kendine Zarar Verme Davranışı Olan Ergen ve Genç Erişkin Hastalarda Çocukluk Çağı Travmaları,” Uzmanlık Tezi, İstanbul, 2009.
- GÜNEŞ, A., “Çocuk Eğitiminde Doğru Bilinen Yanlışlar,” 107. bs., Timaş Yayınları, İstanbul, 2014.
- GÜNÜÇ, S. VE DOĞAN, A., ”The Relationships Between Turkish Adolescents'Internet Addiction, Their Perceived Social Support and Family Activities,” *Computers in Human Behavior*, Cilt. 29, 2013, s.2197-2207.
- GÜNÜÇ, S., “İnternet Bağımlılık Ölçeği’nin Geliştirilmesi ve Bazı Demografik Değişkenler ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi,” Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van, 2009.
- HASPOLAT, A., “Travma Sonrası Stres Belirtileri ve Travma Sonrası Büyüme: Temel İnançlardaki Değişim, Ruminasyonlar ve Bilgece Farkındalığın Rolü,” Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara , 2019.
- HAYES, A. F.,”Introduction To Mediation, Moderation, And Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach,” Guilford Publications, 2018.
- HEBERT, M., LANGEVIN, R., ve OUSSAÏD, E.,” Cumulative Childhood Trauma, Emotion Regulation, Dissociation, and Behavior Problems In School-Aged Sexual Abuse Victims,” *Journal of Affective Disorders* ,Cilt. 225, 2018, s.306-12.

- HIZARCI, Ö.,”Problemlı Cep Telefonu Kullanımı, Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (Gkk), Yaşam Doyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi,” Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2018.
- HORWITZ A.G, HİLL R.M, VE KİNG C. A.,”Specific Coping Behaviors İn Relation To Adolescent Depression And Suicidal İdeation,” *Journal Adolesc*, Cilt.34, 2011, s.1077– 1085.
- HOŞCEYLAN, E.,”Toplumsal şiddet Ve Çocukluk Çağı Travmaları İle Fiziksel Sağlık, Ruhsal Durum ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkinin Araştırılması,” Yüksek Lisans Tezi, Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2018.
- HSİEH, Y. P., SHEN, A.C., WEİ, H. S., FENG, J. Y., HUANG, S. C. ve HWA, H. L., “Associations Between Child Matreatment, PTSD, and Internet Addiction Among Taiwanese Students,” *Computers in Human Behavior*, Cilt. 56, 2016, s. 209-214.
- HUANG,Y., ”Identity and İntimacy Crisis and Their Relationship To İnternet Dependence Among College Students,” *Cyberpsychol Behavior*, Cilt. 9, 2006, s. 571-576.
- İŐIKLI S., ve KESER E., “*Travma Sonrası Stres Bozukluğunda Duygular ve Duygu Düzenleme*” (Vatan S, editör.) Duygu Düzenleme. 1. Bs., Türkiye Klinikleri, Ankara, 2000, s. 55-63.
- İLİKÇİ- İYGÜN, M., “Genç Yetişkin Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmalarının Duygu Düzenleme Becerileri Ve Kaygı Düzeyleri İle İlişkilerinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018.
- İNAN, A., “İlköğretim II. Kademe ve Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı,” Yayınlanmış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum, 2010.
- İYGÜN, İ. M.,“Genç Yetişkin Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmalarının Duygu Düzenleme Becerileri ve Kaygı Düzeyleri İle

- İlişkilerinin İncelenmesi,” Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018.
- JUDİTH, H., “*Travma ve İyileşme*,” (Çev. Taner Tosun), Literatür Yayıncılık, İstanbul, 2007, s. 214-232.
- JUN, W., “An Analysis Work On Correlation Of İnternet Addiction and School Age Groups,” *Cluster Computing*, Cilt.20, Sayı.1, 2017, s. 879-882.
- KAGNİCİ, E., “Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ile Algılanan Duygusal İstismar ve İyi Oluş Arasındaki Yordayıcı İlişkiler,” Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya, 2020.
- KAHRAMAN, B. B., ve ÇANKAYA, P. K., “Kendine Zarar Verme Davranışı Olan Erişkinlerde Çocukluk Çağı Travmaları, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Başa Çıkma Tutumları,” *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, Cilt. 21, Sayı. 4, 2020, s. 349-358.
- KALKAN, M., “Predictiveness Of İnterpersonal Cognitive Distortions On University Students' Problematic İnternet Use,” *Children and Youth Services Review*, Cilt. 34, Sayı. 7, 2012, s. 1305-1308.
- KARAER, Y., “Patolojik İnternet Kullanımı Olan Ergenlerde Anne Baba Tutumları, Algılanan Sosyal Destek ve Duygu Düzenleme Becerileri,” Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2018.
- KARAMAN, K. ve KURTOĞLU, M., “Öğretmen Adaylarının İnternet Bağımlılığı Hakkındaki Görüşleri,” *11. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri (Akademik Bilişim)*, 2009, s. 641-650.
- KARAOĞLU, M., ve ERZİ, S., “Yeme Tutumları ve Travmatik Yaşantılar: Öz Şefkat ve Duygu Düzenlemenin Aracı Rolü,” *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, Cilt. 1, Sayı. 3, 2019, s. 145-151.
- KARASAR, N., “*Bilimsel Araştırma Yöntemi*,” Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2011.
- KAŞTAN Y., “Türkiye’de Göç Yaşamış Çocukların Eğitim Sürecinde Karşılaşılan Problemler,” *Uluslararası Sosyal ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, Cilt. 2, Sayı. 4, 2015, s. 216-229.

- KAVAKLI, M., ve YALÇIN, S. B., “İnternet Bağımlılığı ve Algılanan Stres İlişkisinin Algılanan Sosyal Destek Açısından İncelenmesi,” *Bağımlılık Dergisi*, Cilt. 20, Sayı. 4, 2019, s. 175-184.
- KAYA, Z., İKİZ, F. E., ve ASICI, E., ”Fen Lisesi Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımı ile Psikolojik Semptomları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi,” *International Journal of Human Sciences*, Cilt. 13, Sayı. 1, 2016, s. 451-465.
- KAYAR, A., “Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmasının Depresif Belirtiler ve Kendine Zarar Verme Davranışı ile İlişkisinde Öz Eleştirinin ve Duygu Düzenleme Güçlüğü’nün Aracı Rolünün İncelenmesi,” Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2021.
- KAYMAK, E. H., BİRGİN, F. N., TEKELİ, G., Gökçe, K. Ü. T., AKGÜN, H., BAKLA, H., ... ve BÜYÜKUYSAL, M. Ç., “Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Çevrimiçi Oyun Bağımlılığının Stres, Anksiyete, Depresyon ve Başarı Üzerine Etkisi,” *Batı Karadeniz Tıp Dergisi*, Cilt. 5, Sayı. 1, 2021, s. 33-43.
- KAZAZOĞLU, A., “Üniversite Öğrencilerinin Çocukluk Çağı Travmaları İle Psikolojik Dayanıklılıkları Arasındaki İlişkiye Aleksitimik Özelliklerinin Etkisinin İncelenmesi,” Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2019.
- KEFELİ, M.C. “Bipolar Bozuklukta Bağlanma, Çocukluk Çağı Travmaları, Disosiyasyon ve Aleksitimi Arasındaki İlişkiler,” Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Van, 2017.
- KELLEÇİ, M., “İnternet, Cep Telefonu, Bilgisayar Oyunlarının Çocuk ve Gençlerin Ruh Sağlığına Etkileri,” *TAF Preventive Medicine Bulletin*, Cilt. 7, Sayı. 3, 2008, s. 253-256.
- KEMP, S., "Digital, Social and Mobile,” We Are Social, January, [http:// we are social.com/uk/special reports/ digital-in](http://wearesocial.com/uk/special-reports/digital-in), 2017.
- KENDALL-TACKETT K., “The Health Effects Of Childhood Abuse: Four Pathways By Which Abuse Can İnfluence Health,” *Child Abuse Negl*, Cilt. 26, 2002, s. 715-29.

- KENNY, D.T., “Psychological Foundations Of Stress And Coping: A Developmental Perspective,” *Stress and Health: Research and Clinical Applicaitons*. Amsterdam, Gordon Breach/Harwood Academic Publishers, 2000.
- KILIÇ, B. S. S. P., “Obsesif Kompulsif Belirtilerin Çocukluk Çağı Travma Türleri ve Dissosiyatif Yaşantılarla İlişkisi,” Yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi, İstanbul, 2019.
- KIRAN- ESEN, B., “Çeşitli Değişkenlere Göre İnternet Bağımlılığının Yordanması,” *E-Journal of New World Sciences Academy- Education Sciences*, Cilt. 4, Sayı. 1, 2009.
- KİM, H. K. VE DAVIS, K. E., “Toward a Comprehensive Theory of Problematic İnternet Use: Evaluating the Role of Self-Esteem, Anxiety, Flow, and the Self-Rated İmportance of İnternet Activities,” *Computers in Human Behavior*, Cilt. 25, 2009, s. 490-500.
- KİM, J. U., “The Effect Of A R/T Group Counseling Program On The İnternet Addiction Level And Self-Esteem Of İnternet Addiction University Students,” *International Journal of Reality Therapy*, Cilt. 27, Sayı. 2, 2008, s. 4–12.
- KİM, J., LAROSE, R., ve PENG, W., “Loneliness As The Cause And The Effect Of Problematic İnternet Use: The Relationship Between İnternet Use And Psychological Well-Being,” *Cyberpsychology & Behavior*, Cilt. 12, Sayı. 4, 2009, s. 451-455.
- KİM, K. , RYU, E. , CHON, MY. , YEUN, EJ. , CHOİ, SY. , SEO, JS. VE NAM, BW., “İnternet Addiction In Korean Adolescents and Its Relation To Depression and Suicidal Ideation: A Questionnaire Survey,” *International Journal of Nursing Studies*, Cilt. 43, Sayı. 2, 2006, s. 185– 192.
- KİRALY, O., POTENZA, M. N., STEİN, D. J., KİNG, D. L., HODGİNS, D. C., SAUNDERS, J. B., ... ve DEMETROVİCS, Z., “Preventing Problematic İnternet Use During The COVID-19 Pandemic: Consensus Guidance,” *Comprehensive Psychiatry*, Cilt. 100, Sayı. 152180, 2020.
- KİRCABURUN, K., GRİFFİTHS, M. D. ve BİLLİEUX, J., “Childhood Emotional Maltreatment and Problematic Social Media Use Among Adolescents: The

- Mediating Role of Body Image Dissatisfaction,” *International Journal of Mental Health and Addiction*, 2019, s. 1-12.
- KİRCABURUN, K., GRİFFİTHS, M. D., ve BİLLİEUX, J., “Childhood Emotional Maltreatment And Problematic Social Media Use Among Adolescents: The Mediating Role Of Body İmage Dissatisfaction,” *International Journal of Mental Health and Addiction*, Cilt. 18, Sayı. 6, 2020, s. 1536-1547.
- KLİNE, R. B., “Principles and Practice of Structural Equation Modeling (5th ed.),” The Guilford Press, New York, 2011, s.3-427.
- KORKMAZ, M. ve KIRAN-ESEN, B., “Güvenli İnternet Kullanımı Konusunda Uygulanan Akran Eğitiminin Ergenler Üzerindeki Etkisi,” *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, Cilt. 4, Sayı. 38, 2012, s. 180–187.
- KORKMAZ, Y., “Lise Öğrencilerinin Depresyon, Anksiyete, Stres ve İnternet Bağımlılığı İlişkisinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması,” Yüksek lisans tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep, 2014.
- KORONCZAI, B., KÖKÖNYEI, G., URBAN, R., KUN, B., PAPAY, O., NAGYGYÖRGY, K., GRİFFİTHS, M. D., VE DEMETROVİCS, Z., “The Mediating Effect Of Self-Esteem, Depression And Anxiety Between Satisfaction With Body Appearance And Problematic İnternet Use,” *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, Cilt. 39, 2013, s. 259–265.
- KOTROTSİOU, S., KATSAVRİA, V., KOTROTSİOU, E., GOURGOULİANİS, K., GOUVA, M., PARALİKAS, T., ve HATZOGLOU, C., “The İnternet Addiction and The Correlation with The Socio-Economic Crisis İn Students Of University Of Applied Sciences Of Thessaly (TEI Of Thessaly),” *European Psychiatry*, Cilt. 33, 2016, s. 366.
- KÖROĞLU, G., ÖZTÜRK, Ö., TELLİOĞLU, N., GENÇ, Y., MIRSAL, H. ve BEYAZYÜREK, M., “Problemlı İnternet Kullanımıyla Başvuran İki Uçlu Bir Hasta Nedeniyle Psikiyatrik Ek Tanı Tartışması: Olgu Sunumu,” *Bağımlılık Dergisi*, Cilt. 7, Sayı. 3, 2006, s. 150-154.

- KRAUSE E.D, MENDELSON T, Ve LYNCH T.R., “Childhood Emotional Invalidation and Adult Psychological Distress: The Mediating Role Of Emotional İnhibition,” *Child Abuse Negl*, Cilt. 27, 2003, s. 199-213.
- KULAKSIZOĞLU, A., “*Ergenlik Psikolojisi*,” Remzi Kitabevi, İstanbul, 2001.
- KUMAR, M., VE MONDAL, A., “A Study On Internet Addiction And Its Relation To Psychopathology and Self-Esteem Among College Students,” *Industrial Psychiatry Journal*, Cilt. 27, Sayı. 1, 2018, s. 61.
- KURUTAŞ, M., “Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyet ile İnternet Bağımlılığı ve Çocukluk Çağı Travmaları Arasındaki İlişki,” Yüksek Lisans Tezi, Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, 2017.
- KUZU, A., “İnternet Ve Aile,” *Aile ve Toplum Eğitim, Kültür Araştırma ve Dergisi*. Cilt. 9, Sayı. 31, 2011.
- LAM, L.T, PENG, Z.W,ve MAİ, J.C., “Factors Associated With İnternet Addiction Among Adolescents,” *Cyberpsychol Behav*, Cilt. 12, 2009, s. 551-555.
- LANİUS, R.A., BLUHM, R.L., ve FREWEN, P.A., “How Understanding The Neurobiology Of Complex Post-Traumatic Stress Disorder Can Inform Clinical Practice: A Social Cognitive and Affective Neuroscience Approach,” *Acta Psychiatrica Scandinavica*, Cilt. 124, Sayı. 5, 2011, s. 331-348.
- LAVOIE, J. A .A ve PYCHYL,T. A., “Cyberslacking and The Procrastination Superhighway: A Web-Based Survey Of Online Procrastination, Attitudes, and Emotion,” *Social Science Computer Review*, Cilt. 19, Sayı. 4, 2001, s. 431-444.
- LAZARUS, R. S., “Psychological stress and the coping process,” McGraw-Hill, New York, 1966.
- LAZARUS, R.S., “Patterns of Adjustment,” McGraw-Hill Book Company, New Jersey, 1976.
- LEE, H. C., “A Study On Developing The Internet Game Addiction Diagnostic Scale and The Effectiveness Of Cognitive-Behavioral Therapy For Internet Game Addiction. Doctoral Dissertation,” Korea University, Seoul, 2001.
- LEUNG, L., “Stressful Life Events, Motives For Internet Use, and Social Support Among Digital Kids,” *CyberPsychology & Behavior*, Cilt. 10, Sayı. 2, 2007, s. 204-214.

- LİMONCU S., ve ATMACA A. B., “Çocuk Merkezli Afet Yönetimi,” *Yıldız Teknik Üniversitesi Mimarlık Fakültesi E- Dergisi*, Cilt. 13, Sayı. 1, 2018, s. 132-143.
- LİN, C. H., LİN, S. L., ve WU, C. P., “The Effects Of Parental Monitoring and Leisure Boredom On Adolescents’ İnternet Addiction,” *Adolescence*, Cilt. 44, 2009, s. 993-1004.
- LİN, S. S. J., ve TSAİ, C. C., “Sensation Seeking and İnternet Dependence Of Taiwanese High School Adolescents,” *Computers in Human Behavior*, Cilt. 18, 2002, s. 411-426.
- LOVİBOND, P. F. ve LOVİBOND, S. H., “The Structure Of Negative Emotional States: Comparison Of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS) With The Beck Depression and Anxiety Inventories,” *Behaviour Research and Therapy*, Cilt. 33, Sayı. 3, 1995, s. 335-343.
- MAKAS, Y., “Lise Öğrenimi Gören Gençlerin İnternet Kullanımının Psikososyal Durum İle İlişkisi,” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul, 2008.
- MATYJA, A., “The İmpact Of Childhood Physical and Psychological Abuse On Emotion Regulation And Psychological Distress.” Unpublished Master’s Thesis, Northern Illinois University, 2005.
- MERT, M., H.İ. BÜLBÜL, ve SAĞIROĞLU, Ş., “Milli Eğitim Bakanlığına Bağlı Okullarda Güvenli İnternet Kullanımı,” *Tubav Bilim Dergisi* , Cilt. 5, Sayı. 4, 2012, s. 1-12.
- MERTLER, C. A., ve REINHART, R. V., *Advanced and Multivariate Statistical Methods, Practical Application And İnterpretation*. Taylor & Francis, 2016.
- MOBLE, M., ve WİLSON, M., “Cultural Aspects Of İnternet Usage: A Preliminary İnquiry. Educational Technology,” *Research and Development*, Cilt. 46, Sayı. 3, 1998, s. 109-113.
- MOODY, E. J., “İnternet Use And İts Relationship To Loneliness,” *Cyber Psychology & Behavior*, Cilt. 4, Sayı. 3, 2001, s. 393-401.

- MORAHAN-MARTİN, J. ve SCHUMACHER, P., “Incidence and Correlates of Pathological Internet Use Among College Students,” *Computers in Human Behavior*. Cilt. 161, 2000, s.13- 29.
- MORAHAN-MARTİN, J., ve SCHUMACHER, P., “Loneliness And Social Uses Of The Internet,” *Computers In Human Behavior*, Cilt. 19, Sayı. 6, 2003, s.659-671.
- ODACI, H., ve ÇIKRIKCI, Ö., “Problemlı İnternet Kullanımında Depresyon, Kaygı ve Stres Düzeyine Dayalı Farklılıklar,” *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, Cilt. 4, Sayı. 1, 2017, s. 41-61.
- ÖGEL, K., “*İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başetmek*”, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul, 2012.
- ÖNER, K., ve ARSLANTAŞ, H., “Internet Addiction İn Highschool Students, Affecting Factors and Relationship Between İnternet Addiction and Depression Risk,” *Journal Medical Brasovean*, Cilt. 1, 2018, s. 38-49.
- ÖZCAN, N. K. ve BUZLU, S., “ Problemlı İnternet Kullanımının Belirlemede Yardımcı Bir Araç: “İnternette Bilişsel Durum Ölçeği’nin Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik ve Güvenilirliği”. *Bağımlılık Dergisi*, Cilt 6, Sayı. 1, 2005, s. 19- 26.
- ÖZCAN, N., “Üniversite Öğrencilerinde İnternet Kullanımının Psikososyal Durum İle İlişkisi,” Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, 2004.
- ÖZTABAK, M. Ü., “Problemlı İnternet Kullanımı Olan Ergenlerin İnternet Kullanımına İlişkin Duygu ve Görüşlerinin İncelenmesi,” *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, Cilt. 8, Sayı. 15, 2018, s. 1022-1055.
- ÖZTÜRK, M., “Üniversite Öğrencilerinde Travmatik Yaşam Olayları İle Alkol/ Madde Kullanımı Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Dürtüselliğin Aracı Rolünün İncelenmesi,” Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2019.
- ÖZTÜRK, Ö., ODABAŞIOĞLU, G., ERASLAN, D., GENÇ, Y. ve KALYONCU, Ö.A., “İnternet Bağımlılığı: Kliniği ve Tedavisi,” *Bağımlılık Dergisi*, Cilt. 8, 2007, s. 36-41.

- PARK, S.K., KİM, J.Y. ve CHO, C.B., “Prevalence Of Internet Addiction and Correlations With Family Factors,” Among South Korean Adolescents Adolescence, Cilt. 43, Sayı. 172, 2008, s. 895-909.
- PARK, T. Y., KİM, S. VE LEE, J., “Family Therapy For An Internet-Addicted Young Adult With İnterpersonal Problems,” *Journal of Family Therapy*, Cilt. 36, 2014, s. 394–419.
- PEKER, A., “İnsani Değerler Yönelimli Psiko-Eğitim Programının Problemli İnternet Kullanımı ve Siber Zorbalık Üzerindeki Etkisi,” Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya, 2013.
- POLAT, O., “Çocuk ve Şiddet,” Der Yayınları, İstanbul, 2001, s.138-150.
- POLLAK, S., CİCCHETTİ, D., HORNING, K. ve REED, A., “Recognizing Emotions İn Faces: Developmental Effects Of Child Abuse and Neglect. *Developmental Psychology*, Cilt. 36, 2000, s. 679-688.
- POLLAK, S.D. ve SİNHA, P., “Effects Of Early Experience On Children’s Recognition Of Facial Displays Of Emotion,” *Developmental Psychology*, Cilt. 38, Sayı. 5, 2002, s. 784–791.
- PREACHER, K. J., ve HAYES, A. F., “Assessing Mediation İn Communication Research, The Sage Sourcebook Of Advanced Data Analysis Methods For Communication Research”, London, 2008, 13-54.
- PREACHER, K. J., ve HAYES, A. F., “SPSS and SAS Procedures For Estimating İndirect Effects İn Simple Mediation Models,” *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, Cilt. 36, Sayı. 4, 2004, s. 717-731.
- PRICE, J. ve STUART, A. D., “A Phenomenological Investigation Of The Experience Of Siblings Of Traumatic Head Injury Survivors”, *Social Work Practitioner-Research*, Cilt. 14, Sayı. 1, 2002, s. 80-95.
- RAFTERY, A. E., “Bayesian Model Selection İn Social Research”, *Sociological Methodology*, Cilt, 25, 1995, s. 111–164.
- RAHMANİ, S., ve LAVASANI, M. G., “The Comparison Of Sensation Seeking and Five Big Factors Of Personality Between İnternet Dependents and Non-Dependents”, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, Cilt. 15, 2011, s. 1029–1033.

- RAYMOND, C., "Stress The Real Millennium Bug", *Stress News*, Cilt 12, Sayı. 4, 2000.
- ROOIJ, A.J., ZINN, M. F., SCHOENMAKERS, T. M. ve MHEEN, D., "Treating Internet Addiction With Cognitive-Behavioral Therapy: A Thematic Analysis Of The Experiences Of Therapists. *Int J Ment Health Addiction*", Cilt. 10, 2012, s. 69-82.
- RUNYAN, D., WATTAM, C., IKEDA, R., HASSAN, F., ve RAMIRO, L., "*Child Abuse and Neglect By Parents and Other Caregivers*", In E.G. Krug, L. L. Dahlberg, J. A. Mercy, A. B., Zwi, & R. Lozano, (Ed), *World report on violence and health*. WHO, Geneva, 2002.
- SAKAKIHARA, A., HAGA, C., KINJO, A. ve OSAKI, Y., "Association Between Mothers Problematic Internet Use and Maternal Recognition of Child Abuse", *Child Abuse and Neglect*, Cilt, 96, 2019, s. 1-8.
- SAPOLSKY, R. M. "*Why Zebras Don't Get Ulcers: The Acclaimed Guide To Stress, Stressrelated Diseases, and Coping-Now Revised And Updated*", Macmillan. 2004.
- SARIÇAM, H., "The Psychometric Properties Of Turkish Version Of Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) In Health Control and Clinical Samples", *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research*, Cilt. 7, Sayı. 1, 2018, s. 19-30.
- SCHIMMENTI, A., PASSANISI, A., CARETTI, V., LA MARCA, L., GRANIERI, A., IACOLINO, C., ve BILLIEUX, J., "Traumatic Experiences, Alexithymia, and Internet Addiction Symptoms Among Late Adolescents: A Moderated Mediation Analysis. *Addictive Behaviors*, 64, 2017, s. 314-320.
- SCHIMMENTI, A., PASSANISI, A., CARETTI, V., MARCA, L. L., GRANIERI, A., LOCALINO, C. Ve BILLIEUX, J. "Traumatic Experiences, Alexithymia, and Internet Addiction Symptoms Among Late Adolescents: A Moderated Mediation Analysis" *Addictive Behaviors*, Cilt, 64, 2015, s. 314-320.
- SEO, M., KANG, H. S., ve YOM, Y.-H. "Internet Addiction and Interpersonal Problems In Korean Adolescents", *CIN: Computers Informatics Nursing*, Cilt 27, Sayı. 4, 2009, s. 226-233.

- SEVİNDİK, F. “Fırat Üniversitesi Öğrencilerinde Problemli İnternet Kullanımı ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Belirlenmesi”, Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Malatya, 2011.
- SHAPIRA, N. A., GOLDSMİTH, T. D., KECK, P. E., KHOSLA, U. M. ve MCELROY, S. L. “Psychiatric Features Of Individuals With Problematic İnternet Use,” *Journal of Affective Disorder*, 2000, Sayı, 57, Cilt, 1, s. 267-272.
- SHİPMAN, K. L, SCHNEİDER, R., FİTZGERALD, M. M., “Maternal Emotionsocialization İn Maltreating and Non-Maltreating Families: Implications Forchildren’s Emotion Regulation” *Social Development*, Cilt. 16, 2007, s. 268-85.
- SHİPMAN, K., ZEMAN, J., PENZA, S. ve CHAMPİON, K., “Emotion Management Skills İn Sexually Maltreated and Nonmaltreated Girls: A Developmental Psychopathology Perspective”, *Development and Psychopathology*, Cilt. 12, 2000, 47-62.
- SİYEZ, D. M., “Duygusal İstismara Maruz Kalan ve Kalmayan Ergenlerin Benlik Algıları İle Depresyon ve Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması”, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2003.
- SİYEZ, D. M., “Lise Öğrencilerinde Problemli İnternet Kullanımının Yordayıcıları Olarak Heyecan Arama ve Cinsiyet”, *The Turkish Journal on Addictions*, Cilt. 1, Sayı. 1, 2014, 63-97.
- SONG, I., LAROSE, R. EASTİN, M., ve LİN, C., “İnternet Gratifications and İnternet Addiction: Onthe Uses and Abuses of New Media”, *Cyberpsychol Behav* , Cilt.7, Sayı. 4, 2004, s. 384 -94.
- ŞAHİN, M. “İlköğretim Okulu Öğrencilerindeki İnternet Bağımlılığı”, Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, İstanbul, 2011.
- ŞAHİN, N. H., “Stres ve Stres Yönetimi, Örgütsel Davranış” 3. Bs., Beta Yayınları, 2014, s. 90-105.
- ŞAKİROĞLU, M., “The Effect Of Self Control And Emotion Regulation Difficulties On The Problematic Smart Phone Use Of Young People” *Uluslararası Eğitim Programları ve Öğretim Çalışmaları Dergisi*, Cilt 9, Sayı. 2, 2019, s. 301-308.

- ŞAR, V., NECEF, I., MUTLUER, T., FATİH, P., ve TÜRK-KURTÇA, T., “A Revised and Expanded Version Of The Turkish Childhood Trauma Questionnaire (CTQ-33): Overprotection-Overcontrol As Additional Factor”, *Journal of Trauma & Dissociation*, 2020.
- ŞAR, V., ÖZTÜRK, P. E., ve İKİKARDEŞ, E., “Validity and Reliability Of The Turkish Version Of Childhood Trauma Questionnaire”, *Turkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, Cilt. 32, Sayı. 4, 2012, s. 1054.
- ŞEHİDOĞLU, Z., “15-17 Yaş Grubu Ergenlerde Bilinçli Farkındalık Düzeyi İle Problemlili İnternet Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2014.
- ŞENDAĞ, S., ve ODABAŞI, F., “İnternet bağımlılığı: Çocukların psikososyal gelişimi” 2009.
- ŞENOL-DURAK, E., ve DURAK, M. “The Mediator Roles Of Life Satisfaction and Self-Esteem Between The Affective Components Of Psychological Well-Being and The Cognitive Symptoms Of Problematic Internet Use”, *Social Indicators Research*, Cilt. 103, Sayı. 1, 2011, s. 23–32.
- TABACHNICK, B. G. ve FIDELL, L. S., “Using Multivariate Statistics”, Pearson, Boston, 2013.
- TACİYILDIZ, Ö., “Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması, ”Yüksek Lisans Tezi”, Ege Üniversitesi, İzmir, 2010.
- TAKAN, R., “Yalnızlık ve Çocukluk Çağı Travmalarının Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerinde İlişkinin İncelenmesi,” Yüksek Lisans Tezi, Yakınoğu Üniversitesi, Lefkoşa, 2020.
- TAN, Ö.C., “Zorbalığa Maruz Kalmış Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları ve Dissosiyasyon, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul, 2018.
- TAŞ, M., “İnternetin Kötüye Kullanımında Ebeveynin Çocukluk Çağı Travmaları, Tutumları ve Erken Dönem Şemalarının Rolünün İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2018.

- TAŞKENT, A., “Alkol ve Madde Bağımlıları İle Bağımlılığı Olmayan Bireylerin Savunma Mekanizmaları Açısından Karşılaştırılması, Çocukluk Çağı Travmaları, Disosiyatif Yaşatılar ve Bağımlılık Şiddetinin Savunma Mekanizmaları Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi,” Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2010.
- TATENO, M., TEO, A. R., SHİRASAKA, T., TAYAMA, M., WATABE, M., ve KATO, T. A., “Internet addiction and self-evaluated attention-deficit hyperactivity disorder traits among Japanese college students”, *Psychiatry and Clinical Neuroscience*, Cilt.70, Sayı. 12, 2016, s. 567-572.
- TAYLAN, H. H., VE IŞIK, M., “Sakarya’da Ortaokul ve Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı”, *Turkish Studies- International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, Cilt. 10, Sayı. 6, 2015, 855-874.
- THOMEE, S., EKLÖF, M., GUSTAFSSON, E., NİLSSON, R., VE HAGBERG, M., “Prevalence of Perceived Stress, Symptoms of Depression and Sleep Disturbances in Relation to Information and Communication Technology (ICT) Use Among Young Adults – an Explorative Prospective Study”, *Computer Human Behavior*, Cilt. 23, Sayı. 3, 2007, s. 1300-1321.
- TIRAŞCI, Y. ve GÖREN, S., “Child Abuse and Neglect”, *Dicle Medical Journal*, Cilt. 34, Sayı. 1, 2007, s. 70-74.
- TOK, E. S. S., ve GÜZEL, H., “Akıllı Telefon Bağımlılığı, Bağlanma ve Duygu Düzenlemenin İlişkisi: Mizaç ve Karakter Özelliklerinin Aracı Rolü” *Klinik Psikoloji Dergisi*, Cilt. 4, Sayı. 1, 2020, 48-62.
- TOPBAŞ, B., “Kuramsal Çerçveden OKB” *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*. 2019, Cilt. 3, Sayı. 2, s. 94-109.
- TOPBAŞ, M., “İnsanlığın Büyük Bir Ayıbı: Çocuk İstismarı”, *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, Cilt. 3, Sayı. 4, 2004, s. 76-80.
- TOPÇU, S., “*Cinsel İstismar*”, Phoenix Yayınevi, Ankara, 2009.
- TULL, M., BARDEEN, J., DİLILLO, D., MESSMAN-MOORE, T., ve GRATZ, K., “A Prospective Investigation Of Emotion Dysregulation As A Moderator Of The Relation Between Posttraumatic Stress Symptoms and Substance Use Severity” *Journal of Anxiety Disorders*, 2015, s. 60- 2952.

- TURKLE, S., “Alone Together: Why We Expect More From Technology and Less From Each Other: Hachette UK”, 2017.
- TÜİK, (Türkiye İstatistik Kurumu)., “Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması”, 2020.
- TÜRKARSLAN, N., “Boşanmanın Çocuklar Üzerine Olumsuz Etkileri ve Bunlarla Başetme Yolları,” *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, Cilt. 11, Sayı. 11, 2007.
- UZUN, A. M., ve ERHAN, Ü., “Üniversite Öğrencilerinin Genelleştirilmiş Problemleri İnternet Kullanımlarının İncelenmesi”, *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, Cilt. 11, Sayı. 1, 2018, s. 83-100.
- ÜÇKARDEŞ, E. A., “Mersin Üniversitesi Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi”, Tıpta Uzmanlık Tezi, Mersin Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Mersin, 2010.
- ÜNAL, F., “Ailede Çocuk İstismarı ve İhmali”, *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Cilt, 12, Sayı. 1, 2008, s. 9-18.
- VALKENBURG, P. M, ve PETER, J., “Adolescents’ Identity Experiments On The İnternet. Consequences For Social Competence and Selfconcept Unity”, *Commun Res* , Cilt. 35, 2008, s. 208-231.
- WOLFE, D. A., SCOTT, K., WEKERLE, C., ve PİTTMAN, A. L., “Child Maltreatment: Risk Of Adjustment Problems and Dating Violence İn Adolescence”, *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, Cilt, 40, Sayı. 3, 2001, s. 282-289.
- WORLD HEALTH ORGANİZATİON., “Report of the Consultation on Child Abuse Prevention WHO”, World Health Organization, Geneva, 1999.
- WORSLEY, J. D., MCINTYRE, J. C., BENTALL, R. P. ve CORCORAN, R., “Childhood Maltreatment and Poblematic Social Media Use The Role of Attachment and Depression”, *Psychiatry Research*, Cilt, 267, 2018, s. 88-93.
- XİN, M., XİNG, J., PENGFEİ, W., HOURU, L., MENGCHENG, W., ve HONG, Z., “Online Activities, Prevalence Of İnternet Addiction and Risk Factors Related To Family And School Among Adolescents İn China”, *Addictive Behaviors Reports*, Cilt. 7, 2018, s. 14-18.

- YALÇIN, C., “Sosyolojik Bir Bakış Açısıyla İnternet” *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt. 27, Sayı. 1, 2003, s. 77-89.
- YALÇIN, S., VE BERTİZ, Y. (2019). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığının etkileri üzerine nitel bir çalışma. *Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Dergisi (BEST Dergi)*, 3(1), 27-34.
- YANG, S.C ve TUNG, C. J., “Comparison Of İnternet Addicts and Nonaddicts İn Taiwanese High School”, *Comput Human Behavior*, Cilt. 23, 2007, s. 79-96.
- YARGIÇ, L.İ., TUTKUN, H.,ve ŞAR, V., “Reliability and Validity of the Turkish Version of the Dissociative Experiences Scale. Dissociation: Progress in the Dissociative Disorders”, 1995, Cilt. 8, Sayı. 1, s. 10-13.
- YASİN, A., “Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuk ve Ergenlerde Patolojik İnternet Kullanımı, Saldırganlık ve Siber Zorbalık İlişkisinin Değerlendirilmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın, 2018.
- YATES, T. M., GREGOR, M. A., ve HAVİLAND, M. G., “Child Maltreatment, Alexithymia, and Problematic İnternet Use İn Young Adulthood”, *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, Cilt, 15, Sayı. 4, 2012, s. 219-225.
- YAVUZ, O., “Ergenlik Döneminde İnternet Bağımlılığının Okul Başarısı Üzerinde Etkileri”, *OPUS –Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, Cilt. 8, Sayı. 15, 2018, s. 1056-1080.
- YILDIZ, İ., “Lise Öğrencilerinde Problemlı İnternet Kullanımı İle Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları Arasındaki İlişki”, Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas, 2010.
- YILDIZ, M. A., “Emotion Regulation Strategies As Predictors Of İnternet Addiction and Smartphone Addiction İn Adolescents,” *Journal of Educational Sciences and Psychology*, Cilt. 7, Sayı .1, 2017, s. 66-78.
- YILMAZ, D., “Çocuk Ruh Sağlığı ve Anabilim Dalına Başvuran Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar Oyunu ve İnternet Kullanımı İle Utangaçlık ve Sosyal Fobi İlişkisinin İncelenmesi,” Uzmanlık Tezi, Uludağ Üniversitesi, Bursa, 2010.

- YILMAZ, F.M., “Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşlarının Problemleri İnternet Kullanımı ve Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi,” Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul, 2013.
- YILMAZ, Ö., BOZ, H., ve ARSLAN, A., “Depresyon Anksiyete Stres Ölçeğinin(Dass 21) Türkçe Kısa Formunun Geçerlilik-Güvenilirlik Çalışması,” *Finans Ekonomi ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Cilt. 2, Sayı. 2, 2017, s. 2602-2486.
- YİĞİT, İ. ve YİĞİT, M.G., “Psychometric Properties of Turkish Version of Difficulties in Emotion Regulation Scale-Brief Form (DERS-16)”, *Curr Psychol*, Cilt. 38, Sayı. 1, 2017, s. 503–1511.
- YOUNG, K. S., “Cyber-Disorders: The Mental Health Concern For The New Millennium,” *CyberPsychology and Behavior*, Cilt. 3, Sayı. 5, 2000, s. 475-479.
- YOUNG, K. S., “Internet Addiction,” *American Behavioral Scientist*, Cilt. 48, 2004, s. 402-441.
- YOUNG, K. S., “Psychology Of Computer Use: XL. Addictive Use Of The İnternet: A Case That Breaks The Stereotype,” *Psychological Reports*, Cilt. 79, 1996, s. 899-902.
- YOUNG, K. S., ve DE ABREU, C. N., “Internet Addiction: A Handbook And Guide To Evaluation And Treatment: John Wiley & Sons,” 2010, s. 173-190.
- YOUNG, K. S., “Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon And İts Consequences,” *American behavioral scientist*, Cilt. 48, Sayı. 4, 2004, s. 402-415.
- YOUNG, K.S., “Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder,” *CyberPsychology and Behavior*, Cilt. 1, Sayı. 3, 1998, s. 237-244.
- YOUNG, K.S., “What Makes The Internet So Addictive: Potential Explanations For Pathological Internet Use? Paper Presented At The Annual Meeting Of The,” *American Psychological Association*, Cilt. 15, 1997, s.1-5.
- YÖNDEM, Z. D. ve TOTAN, T., “Ergenlerde Zorbalık ve Stresle Başetme,” *Çukurova Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt. 8, Sayı. 2, 2008, s. 53-68.

- YU, J. J., KİM, H., ve HAY, I., “Understanding Adolescents Problematic Internet Use from a Social/Cognitive and Addiction Research Framework,” *Computers in Human Behavior*, Cilt. 29, Sayı. 6, 2013, s. 2682–2689.
- YÜCEL, N. ve GÜRSOY, F., “Ergenlerin Akran İlişkileri İle Yalnızlık Düzeylerinde İnternet Kullanımının Etkisi, (Ed., M, Kalkan ve C, Kaygusuz),” *İnternet Bağımlılığı Sorunlar ve Çözümler*, Anı Yayıncılık, Ankara, 2013.
- YÜKSEL, R., KOCAİRİ, C., ARSLANTAŞ, H., ve SÖYLEMEZ, B., “Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler,” *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, Cilt. 9, Sayı. 1, 2000, s. 19-28.
- ZEYTİNOĞLU, S., “Sağlık, Sosyal, Hizmet, Hukuk ve Eğitim Alanlarında Çalışanların Türkiye’de Çocuk İstismarı ve İhmali İle İlgili Görüşleri, Çocuk İstismarı ve İhmali,” Pelin Ofset, Ankara, 1999.
- ZHANG, Z. H. ve SUN, Y. H., “Relationship of Childhoooh Physical Abuse and Internet Addiction in Adolescence: The Mediating Role of Self-Esteem,” *China J Epidemiol*, Cilt. 33, Sayı. 1, 2012, s. 50-53.
- ZORBAZ, O. ve TUZGÖL -DOST, M., “Lise Öğrencilerinin Problemli İnternet Kullanımının Cinsiyet, Sosyal Kaygı ve Akran İlişkiler Açısından İncelenmesi,” *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt. 29, 2014, s. 298-310.
- ZORBAZ, O., “Lise Öğrencilerinin Problemli İnternet Kullanımının Sosyal Kaygı ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi,” Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, 2013.
- ZOROĞLU, S. S, TÜZÜN, U., ŞAR, V., ÖZTÜRK, M., ERÖCAL-KORA, M., ve ALYANAK, B., “Çocukluk Dönemi İstismar ve İhmalinin Olası Sonuçları,” *Anadolu Psikiyatri Dergisi* Cilt. 2, Sayı. 2, 2001, s. 69-78.

EKLER

EK-1. Etik Kurul Onayı



T.C
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
İNSAN ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU KARARI

Etik Kurul Toplantı Tarihi	28/09/2020
Protokol No	08/08
Araştırma Başlığı	Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Yaşantıları İle Ergenlerde Problemlili İnternet Kullanımı Arasındaki İlişki: Stres, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ve Online Sosyal Etkileşimin Rolü
Araştırma Türü	Nicel-İlişkisel Tarama
Araştırmacılar	1-Lale UNUR (Sorumlu Araştırmacı) 2-Dr. Öğr. Üyesi Mustafa EŞKİSU (Tez Danışmanı)
Karar	Başvuru dosyanıza ait araştırmanız etik açıdan uygun bulunmuştur.

Not: Etik Kurul Onayı, uygulama ve/veya veri toplama için araştırmacının ilgili kurum veya kuruluşlardan izin alma sorumluluğunu ortadan kaldırmaz.

e-imzalıdır

Prof. Dr. Hüseyin Hüsnü BAHAR
İnsan Araştırmaları Etik Kurul Başkanı

Bu belge 5070 sayılı e-İmza Kanununa göre Doc. Dr. Hüseyin Hüsnü BAHAR tarafından 09.10.2020 tarihinde e-imzalanmıştır. Evetğiniz <http://evetkilidogrulama.erciincan.edu.tr> linkinden F568E19FXB koda ile doğrulayabilirsiniz.

EK-2. Bilgilendirilmiş Onay Formu

Değerli Katılımcı;

Bu araştırma Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilimdalı Doktor Öğretim Üyesi Mustafa Eşkisü danışmanlığında yüksek lisans tezi kapsamında "Ergenlerde Problemlı İnternet Kullanımının Yordayıcılarını" belirlemek amacıyla gerçekleştirilmektedir.

Araştırmaya lise 9, 10, 11 ve 12. sınıf öğrencileri katılabilir. Öz-değerlendirmeye dayalı soru formları aracılığıyla veriler toplanacaktır ve bunun için sizden 10-15 dakika ayırmanız beklenmektedir. Soru formlarında internet kullanım şekliniz, erken dönem olumsuz yaşantılar ve bazı psikolojik özellikler hakkında sorular yer almaktadır. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Yaşınızın 18 altında olması durumunda bu çalışmaya katılmaya velinizin de onay vermesi gerekmektedir. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, içtenlikle cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir.

Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir. Araştırmaya yönelik soru ve geri bildirimleriniz için xxx@gmail.com mail adresine ulaşabilirsiniz. Araştırmaya zaman ayırıp destek verdiğiniz için teşekkür ederiz.

EK-3: Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz:

☐ Kadın ☐ Erkek

2.Yaşınız:.....

3. Sınıf Düzeyiniz:

☐ 9.sınıf ☐ 10.sınıf ☐ 11.sınıf ☐ 12.sınıf

4. Bir gün içerisinde internette (cep telefonu, bilgisayar, tablet dahil) ne kadar süre vakit geçirirsiniz? (Lütfen saat olarak belirtiniz)

.....

 47 / 47

Psk.Dan.Lale UNUR

EK-5: Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Ölçeği Kullanım İzni



Lale Unur

29 Eyl 2020 Sal 13:04

Sayın Hocam Merhabalar, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışma bölümü yüksek lisans öğrencisiyim. "Çocukluk Çağı Ruhsal T.



30 Eyl 2020 08:50



Kullanabilirsiniz. ekte yeni versiyonu yer almakta. Başarılar dilerim.

Vedat Şar, MD

Professor and Chair, Department of Psychiatry

Koç University School of Medicine (www.ku.edu.tr) &

Koç University Hospital (www.kuh.ku.edu.tr), Istanbul, Turkey

...

EK-6: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Kullanım İzni

EK-7: Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni



Lale Unur

Alıcı: ebubekir.ceyhan ▾

29 Eyl 2020 12:34



Sayın Hocam Merhabalar,

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışma bölümü yüksek lisans öğrencisiyim. “Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Yaşantıları ile Ergenlerde Problemlı İnternet Kullanımı Arasındaki İlişki: Stres, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Online Sosyal Etkileşimin Rolü” konulu tez çalışmam için veri toplama aracı olarak izniniz olursa Türkçe’ye uyarlama çalışmasını yaptığınız ‘Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği’ nizi kullanmak istemekte ve ölçekle ilgili gerekli bilgileri talep etmekteyim.

Teşekkür ederim, iyi çalışmalar diliyorum.

Saygılar

--
Psk.Dan.Lale UNUR



Ebubekir Ceyhan <e

Alıcı: ben ▾

29 Eyl 2020 13:45



Merhaba hocam,

Tabi ki kullanabilirsiniz, tezimde ölçek ve bilgiler var diye hatırlıyorum.

Ayrıca yardımcı olmak isterim ama covid-19 pozitifim yerimden kalkamıyorum.

Kolaylık diliyorum.

İyi çalışmalar.

EK-8: Depresyon, Anksiyete ve Stres (DASS-21) Ölçeği Kullanım İzni



Lale Unur ·

29 Eyl 2020 12:57



Sayın Hocam Merhabalar,

Erzincan Binalı Yıldırım Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışma bölümü yüksek lisans öğrencisiyim. “Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Yaşantıları ile Ergenlerde Problemlili İnternet Kullanımı Arasındaki İlişki: Stres, Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Online Sosyal Etkileşimin Rolü” konulu tez çalışmam için veri toplama aracı olarak izniniz olursa geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını yaptığımız Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği (DASS-21)’nizi kullanmak istemekte ve ölçekle ilgili gerekli bilgileri talep etmekteyim.

Teşekkür ederim, iyi çalışmalar diliyorum.

Saygılar

--

Psk.Dan.Lale UNUR

ÖZER YILMAZ <

Alıcı: ben ▾

29 Eyl 2020 14:13



Sayın Lale Hanım. Öncelikle çalışmanızda başarılar dilerim.

Çalışmanızda Türkçe formatının geçerlilik güvenilirlik çalışmasını yaptığımız DASS 21’i kullanmanızı memnuniyetle kabul ederiz.

EK-9: Çocukluk Çağı Travmaları Ölçeği (CTQ-33) Örnek Maddeler

Bu sorular **çocukluğunuzda ve ilk gençliğinizde (20 yaşından önce)** başınıza gelmiş olabilecek bazı olaylar hakkındadır. Her bir soru için sizin durumunuza uyan rakamı daire içerisine alarak işaretleyiniz. Sorulardan bazıları özel yaşamınızla ilgilidir; lütfen elinizden geldiğince gerçeğe uygun yanıt veriniz. Yanıtlarınız gizli tutulacaktır.

	Hiç bir zaman	Nadiren	Kimi zaman	Sıklıkla	Çok sık olarak
Çocukluğumda ya da ilk gençliğimde...					
1. Evde yeterli yemek olmadığından aç kalırdım.					
2. Benim bakımımı ve güvenliğimi üstlenen birinin olduğunu biliyordum.					
3. Ailemdekiler bana ‘salak’, ‘beceriksiz’ ya da ‘tipsiz’ gibi sıfatlarla seslenirlerdi.					
4. Anne ve babam ailelerine bakamayacak kadar sıklıkla sarhoş olur ya da uyuşturucu alırlardı.					
5. Ailemde önemli ve özel biri olduğum duygusunu hissetmeme yardımcı olan biri vardı.					

EK-10. Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği (CİBÖ) Örnek Maddeler

Açıklama: Aşağıda sizinle ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. SON 3 AY İÇİNDE , her bir ifade için size uyan durumun rakamsal ifadesini soru numaralarının sol tarafındaki “_____” kısmına numaralandırarak yazınız.			
1	2	3	4
Bana hiç uymuyor	Bana biraz uyuyor	Bana çoğunlukla uyuyor	Bana tamamen uyuyor

Son 3 AYDAKİ durumunuz

1. – Bana birden fazla kere internete bağlanarak çok fazla zaman harcadığımı söylendi.
2. – Belirli bir zaman internete bağlanmadığımda, kendimi gergin hissederim.
3. – Gittikçe daha uzun süreleri internette geçirdiğimi fark ederim.
4. – İnternet olmadığı veya bağlanılamadığı zaman kendimi huzursuz ve asabi hissederim.
5. – İnternette kendimi enerji dolu hissederim.

EK-11. Depresyon, Anksiyete ve Stres Ölçeği (DASS-21) Örnek Maddeler

Açıklama: Aşağıda sizinle ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. **SON 1 HAFTA İÇİNDE**, durumunuzla ilgili olan ifadeyi lütfen işaretleyiniz.

Son 1 Haftadaki Durumunuz	Bana uygun değil	Bana Biraz Uygun	Bana Genellikle Uygun	Bana Tamamen Uygun
1.Olaylara aşırı tepki vermeye meyilliyim				
2. Kendimi gevşetip salıvermek zor geldi				
3. Sinirsel enerjimi çok fazla kullandığımı hissettim				
4. Alınan olduğumu hissettim				

EK-12. Duygu Düzenleme Güçlüğü      -Kısa Form (DDGÖ-16)  rnek Maddeler

Açıklama: L ften aşağıdaki her bir ifadeyi okuyunuz ve size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

	Hemen hemen hi�	Bazen	Yakla�ık yarı yarıya	�o�u zaman	Hemen hemen her zaman
1. Duygularıma bir anlam vermekte zorlanırım.					
2. Ne hissetti�im konusunda karma�a ya�arım.					
3. Kendimi k�t� hissetti�imde i�lerimi bitirmekte zorlanırım					
4. Kendimi k�t� hissetti�imde kontrolden �ıkarım.					
5. Kendimi k�t� hissetti�imde uzun s�re b�yle kalaca�ıma inanırım.					

EK-13. Genelleştirilmiş Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği-2 (GPIKÖ-2)

Örnek Maddeler

Açıklama: Lüften aşağıdaki her bir ifadeyi okuyunuz ve size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. İnternetteki sosyal etkileşimi yüz yüze iletişime tercih ederim.					
1. Benim için internetteki sosyal etkileşim yüz yüze ilişkilerden daha rahattır.					
2. İnsanlarla yüz yüze iletişim kurmaktansa internetten iletişim kurmayı tercih ederim					
3. Kendimi yalnız hissettiğimde başkalarıyla konuşmak için interneti kullanırım.					