

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

ERGENLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI İLE SINAV KAYGISI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Vedat YALÇINÖZ

İZMİR

2017

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

ERGENLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI İLE SINAV KAYGISI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Vedat YALÇINÖZ

Danışman

Doç. Dr. F. Ebru İKİZ

İZMİR

2017

YEMİN

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı ile Sınav Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi” adlı çalışmamın, tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yaparak yararlanmış olduğumu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Vedat YALÇINÖZ

21 Aralık 2017

TEŞEKKÜR

Bir bütün olarak yaşamın kendisinin de, yüksek lisans süreci gibi, içerisindeki herhangi bir kesitin de “yolculuk” metaforuyla açıklanabileceğinden hareketle;

öncelikle yolculuğumun her aşamasında bana katlanan ve yol gösteren danışmanım Doç. Dr. F. Ebru İKİZ’e,

yolculuğumun özellikle son zamanlarında bana eşlik eden ve yolculuğumun pek çok noktasında izi olan karım Seda YALÇINÖZ’e,

yolculuğumun geçmişi olan annem Meryem YALÇINÖZ’e

ve yolculuğumun geleceği olan oğlum Oğuz Kağan YALÇINÖZ’e

yolda yürüyüşünü örnek aldığım ağabeyim Fuat YALÇINÖZ’e

yolumu daha iyi görmem ve anlamam için bakış açım ve sorgulayıcılığımı sağladığı eşsiz katkılardan dolayı Adnan BARBAS’a,

bana yolculuğun her evresinde yeni şeyler öğrenilebileceğini gösteren Hayal DEMİRCİ’ye,

yolculuk deneyimleriyle bana yardımcı olan meslektaşlarım Özge SAKARYA ÇINKI, Burcu ÖZKAN DENİZ, Esin TÜRKOĞLU, Emel TÜYLÜOĞLU, Şeyma KÜÇÜKÖZER ÇAVDAR’a ve Enes YAVUZ’a,

bana gösterdiği anlayış sayesinde çok şeyi yapmama olanak sağlayan değerli büyüğüm İhsan POLAT’a,

ve son olarak, beni yolumdan döndürmeye ve hedefime ulaşmamı engelleyerek, bilmeden ya da farkında olmadan beni isteklendiren ve yolda daha büyük bir istekle yürümemi sağlayan herkese ve her şeye teşekkür ederim.

Vedat YALÇINÖZ

Aralık 2017

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR	i
İÇİNDEKİLER	ii
TABLolar LİSTESİ.....	v
ÖZET.....	vi
ABSTRACT	viii
BÖLÜM 1.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	8
1.3. Problem Cümlesi	10
1.4. Alt Problemler	10
1.5. Sayıtlılar	10
1.6. Sınırlılıklar.....	11
1.7. Tanımlar	11
1.8. Kısaltmalar	12
2. BÖLÜM	13
İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR.....	13
2.1. Ergenlik	13
2.1.1. Psikanalitik Kuram	14
2.1.2. Psikososyal Kuram	16
2.1.3. Bilişsel Kuram	17
2.1.4. Bireysel Farklılıklar Kuramı	18
2.1.5. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	18
2.1.6. Kişilerarası Kuram	19
2.1.7. Özünü Yineleme Kuramı	20
2.2. Kaygı	21
2.3. Sınav Kaygısı	22

2.4. İnternet.....	26
2.5. Sorunlu İnternet Kullanımı.....	26
3. BÖLÜM	30
YÖNTEM.....	30
3.1. Araştırma Modeli	30
3.2. Evren ve Örneklem.....	30
3.3. Veri Toplama Araçları.....	31
3.3.1. Westside Sınav Kaygısı Ölçeği (WTAS).....	31
3.3.1.1. Ölçüt Ölçek Geçerliliği.....	31
3.3.1.2. Güvenirlik	32
3.3.1.3. Madde Analizi.....	32
3.3.2. Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ).....	32
3.3.2.1. Geçerlik.....	33
3.3.3. Kişisel Bilgi Formu	33
3.4. Verilerin Toplanması.....	33
3.5. Verilerin Analizi.....	33
4. BÖLÜM	35
BULGULAR VE YORUM	35
4.1. Örneklemi Tanıtıcı Bulgular.....	35
4.2. Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular	39
Araştırmanın birinci alt problemi:	39
Araştırmanın ikinci alt problemi:.....	41
Araştırmanın üçüncü alt problemi:	43
Araştırmanın dördüncü alt problemi:.....	45
Araştırmanın beşinci alt problemi:	47
5. BÖLÜM	55
SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER	55
5.1. Sonuç	55
5.1.1. Cinsiyete göre ergenlerin problemlı internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?	63

5.1.2. Anne-Baba birliktelik durumuna göre ergenlerin problemli internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?	63
5.1.3. Okul türüne göre ergenlerin problemli internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?	64
5.1.4. Sınıf tekrarı durumuna göre ergenlerin problemli internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?	66
5.1.5. Akademik başarı düzeyine göre ergenlerin problemli internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?	66
5.2. Öneriler.....	67
KAYNAKÇA	69
EKLER.....	75
EK 1: WESTSIDE SINAV KAYGISI ÖLÇEĞİ.....	75
EK 2: PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ÖLÇEĞİ- ERGEN (PİKÖ-E)	77
EK 3: KİŞİSEL BİLGİ FORMU	79
EK 5: ÖLÇEKLERİ UYGULAMA KULLANIM İZİNLERİ	83

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1 Ergenlerin Cinsiyete Göre Dağılımı.....	35
Tablo 2 Ergenlerin Anne-Babalarının Medeni Durumuna Göre Dağılımı.....	37
Tablo 3 Ergenlerin Okul Türüne Göre Dağılımı	37
Tablo 4 Ergenlerin Sınıf Tekrarına Göre Dağılımı	38
Tablo 5 Ergenlerin Başarı Durumuna Göre Dağılımı	38
Tablo 6 Cinsiyet Durumuna Göre Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeyleri İlişkin Mann Whitney U Analizi Sonuçları.....	39
Tablo 7 Anne-Baba birliktelik Durumuna Göre Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeyleri İlişkin Mann Whitney U Analizi Sonuçları	41
Tablo 8 Okul Türüne Göre Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeyleri İlişkin Mann Whitney U Analizi Sonuçları.....	43
Tablo 9 Sınıf Tekrarı Durumuna Göre Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeyleri İlişkin Mann Whitney U Analizi Sonuçları	46
Tablo 10 Akademik Başarı Düzeyine Göre Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeyleri İlişkin Kruskal Wallis-H testi Analizi Sonuçları	48
Tablo 11 Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyleri ve Alt Boyutları İle Sınav Kaygısı Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analizi.....	52

ÖZET

ERGENLERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI İLE SINAV KAYGISI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Bu çalışmanın amacı, lise son sınıf öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeyleri ile sınav kaygısı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemektir. Araştırmanın evreni; 2016-2017 eğitim-öğretim yılında İzmir ili Bergama İlçesinde öğrenim gören lise öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise İzmir ilinin Bergama ilçesinde öğrenim görmekte olan lise 12. sınıf öğrencilerinden çok aşamalı tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiş olan 17-18 yaş ortalamalı, 242'si kız 286'sı erkek toplam 528 kişiden oluşmaktadır.

Verilerin toplanmasında, Westside Sınav Kaygısı Ölçeği (WSKÖ), Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği (PIKÖ-E) ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 23.0 istatistiksel veri analizi programı kullanılmıştır.

Bu amaç doğrultusunda öğrencilerin sınav kaygısı düzeyleri belirlenmiş ve onların sınav kaygısını etkileyebilecek olan değişkenler araştırılmıştır. Aynı zamanda öğrencilerin problemlı internet kullanım düzeyleri tespit edilmiş ve sınav kaygısı düzeylerini etkileme durumu incelenmiştir. Bu kapsamda öğrencilerin cinsiyeti, okul türü, sınıf tekrar durumu ve anne-baba birlikteliği ile akademik başarı düzeyleri belirlenmiş ve değişkenlerle ilişkisi incelenmiştir.

Araştırmanın sonunda, problemlı internet kullanımının cinsiyete göre değişkenlik gösterdiği saptanmıştır. Araştırmaya katılan kız öğrencilerinin problemlı internet kullanımının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Anne Baba Birliktelik Durumu ile Sınav Kaygısı ve Problemlı İnternet Kullanımı arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Meslek lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin sınav kaygısının Anadolu lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca Anadolu lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin problemlı internet kullanma düzeylerinin meslek lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf tekrarı durumlarıyla sınav kaygıları arasında ve yine sınıf tekrarı durumlarıyla problemli internet kullanımları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Akademik başarı düzeyi düşük öğrencilerin akademik başarı düzeyi yüksek olanlara göre sınav kaygısının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik, Kaygı, İnternet, Problemli İnternet Kullanımı, Sınav Kaygısı



ABSTRACT

THE INVESTIGATION OF THE LEVEL OF TEST ANXIETY AND PROBLEMATIC INTERNET USE OF ADOLESCENTS

The aim of this research is to examine the relationship between the exam anxiety levels and the problematic internet using level of adolescents. The research was composed of 17-18 age average, 242 girl students and 286 boy students and totally 528 high school students living in Bergama, İzmir who had education between 2016-2017 education period chosen by multistage random sample technique.

The data were collected by “West Side Test Anxiety Scale (WSTAS)”, “Problematic Internet Using Scale (PIUS)” and a questionnaire, which was developed by the researcher to gather demographic information of the participants. Data were analysed by SPSS 23 statistical data analyzing programme.

In accordance with this purpose; students’ exam anxiety levels have been determined and the factors which effects students anxiety levels for exams have been searched. Concurrently students’ problematic internet using levels have been determined and the effects on exam anxiety status is analyzed. In this context students’ gender, school type, grade retention status and family togetherness, academic success status are determined and examined the variables relationships.

At the end of the research, it was determined that the use of problematic internet changed according to gender. It was determined that the women students who participated in the research had higher use of problematic internet than male students. There was no significant relationship between Parent Share Status and Problem Awareness and Problematic Internet Usage. It has been determined that the students who continue their education in vocational high schools have higher test anxiety than the students studying in Anatolian High School. Furthermore, it was determined that the students who are studying in Anatolian High School had higher use of problematic internet than the students who study in vocational high school. There was no significant relationship between classroom recall, test anxiety and classroom recall of problematic internet users.

The level of academic achievement was lower than that of those with a higher academic achievement level.

Key Words: Adolescence, Anxiety, Internet, Problematic Internet Using, Test Anxiety



BÖLÜM 1

GİRİŞ

Araştırmanın bu bölümünde problem durumu, problem cümlesi, araştırmanın amacı ve önemi anlatılmaktadır. Bununla birlikte araştırmanın sayıtları, sınırlılıkları ve bazı terimlerin araştırma içerisindeki tanımlarına yer verilmektedir. Ayrıca kısaltmalar hakkında açıklamalar bulunmaktadır.

1.1.Problem Durumu

Dünyada internet kullanımı hızla yaygınlaşmaktadır. Hemen hemen tüm bilim dallarında internet kullanımı araştırmaya değer bir konu olarak göze çarpmaktadır. İnternetin farklı amaçlar için kullanımı ve bu kullanım şekilleri ile düzeylerinin hem bireysel hem de toplumsal açıdan yarattığı etkiler, psikolojik danışmanlık çalışmaları kapsamında yoğun olarak incelenmektedir (Batıgün ve Kılıç, 2011). Geçmişten bu güne pek çok farklı davranış probleminden söz edilmeye başlanması da internetin yaygınlaşması ve insanlar tarafından farklı amaçlar için ve çok sık kullanılmasıyla başlamıştır.

Bireyin yaşamındaki sosyal, akademik ve mesleki alanlarda işlevselliğine olumsuz yansıyabilen problemlerli internet kullanımı, bilişsel ve davranışsal belirtilerden oluşan çok bileşenli bir olgudur (Caplan, 2005). Kim ve Davis'e (2009) göre; interneti problemlerli kullanma olgusu bireylerin yaşamındaki farklı alanlarda özellikle yaşamlarının aile, iş gibi önemli alanlarında bozulmalar yaşamaları olarak ve internet kullanımını sürekli olarak istemeleriyle başa çıkmada yetersizlik hissetmeleri olarak tanımlanmaktadır. Bunun yanı sıra, internetin problemlerli

kullanımı, Morahan-Martina ve Schumacher (2000) tarafından, internetin kontrolsüzce yoğun kullanımı ve bireyin yaşamına önemli derecede zarar vermesi olarak betimlenmiştir. Davis (2001) ise problemli internet kullanımını, sıradışı davranışlar ve uyumsuz düşünceleri de içeren patolojik bir sorun olarak nitelemektedir. Young (2007)'a göre internet bağımlılığı bireyin internet kullanımını kontrol etme becerisini etkileyen ve bozan, bireyin ilişkilerine bağlı, meslek hayatına dair ve hatta sosyal yetilerinde sorunlara neden olacak şiddette onu etkileyen yeni olan ve hatta yaygın olarak pek de bilinmeyen aslında klinik kökeni olan ciddi bir ruhsal bozukluk olarak tanımlamaktadır.

Problemli internet kullanımının gelişmesinin temel belirleyicilerden birisi bireylerin interneti kullanma amaçlarıdır. Bireyin bilgi sağlama amacının yanı sıra daha önceden tanımadığı insanlarla sosyalleşmesi, ilişki kurması ve sonrasında da eğlenmek için internet kullanıyor olması, problemli internet kullanım seviyesini arttırmaktadır. Bu nedenle problemli internet kullanımında bir risk faktörü olarak interneti sosyal iletişim ve eğlenme için kullanıyor olmak belirmektedir (Ceyhan, 2010). Bu olguya ait olarak Davis, Flett ve Besser (2002) tarafından dört boyutlu bir şema ortaya konmuştur. Bu dört boyut: Dikkat dağınıklığı, yalnızlık ve depresyon, dürtü kontrolünde azalma ile sosyal rahatlık sağlamadır.

Alanyazın taramasında, problemli internet kullanımının gerekçeleri ve ortaya çıkardığı sonuçlara ilişkin bazı araştırmalara rastlanmaktadır. Problemli internet kullanımı ile bireyin izole olması, sosyal örüntülerinin zayıflaması, reddedilmeye karşı duyarlılık, geciktirme, oyalanma ve hem mesleki hem de akademik sorunlarla arasında bir korelasyon olduğu vurgulanmıştır (Davis, Flett ve Besser, 2002). Koch ve Pratarelli'nin (2004) üniversitede okuyan 240 öğrenciyle yaptığı bir araştırmada içedönük kişilerin, isimlerin geçmediği sosyal etkinlikler kapsamında; erkeklerin ise karşı cins merkezli faaliyetlere katılmak amacıyla interneti kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Ceyhan ise (2008b), 437 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmasında katılımcıların internete sıklıkla gece saatlerinde bağlandığı, interneti kullanmaktaki ana motivasyonel nedenlerin ise hem akraba hem de arkadaşlarıyla iletişim kurmanın yanı sıra güzel zaman geçirme şeklinde sıralandığını belirlemiştir.

İnternetin ergenler üzerindeki zarar verici etkilerini anlayabilmek için ilk olarak ergenlik dönemi özelliklerini incelemek gerekmektedir. Problemlı internet kullanımının en belirgin nedenini sıklıkla ergenlerin gelişimsel ihtiyaçları oluşturmaktadır (Ceyhan, 2008b). Kimlik arayışı döneminde olan ergen için ailesinden ayrılma ve yaşıtlı gruplarıyla yakınlaşma, onun ana psikolojik gereksinimlerinden biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu dönemde yaşıtlarla kabul görme ve sosyal açıdan onaylanma önem kazanmaktadır (Kaygusuz, 2013). İnternet iletişim kurma aracı olarak ergenler tarafından sık kullanılmakta ve ergenler bu ilişkilerinde zorlanmadan onaylanabilmekte ve kabul görebilmektedirler (Tsai ve Lin, 2003). Kimlik edinme ve geliştirmede zorluk yaşayan bu gençler bu sayede, internet ortamını, gerçek hayattaki yükümlülüklerden ve esas kimliklerinden uzaklaşmaya yardım edebilen yer olarak değerlendirebilmektedir (Yang ve Tung, 2007).

Ergenlerde gelişimsel ihtiyaçlarla birlikte internet kullanımı tutum ve davranış kalıpları da problemlı internet kullanımının gelişmesine yol açabilmektedir (Ceyhan, 2008b). Araştırma yapmak, ödevleri yapmak bununla birlikte sosyal iletişim kurmak için kullanmanın yanı sıra ergenler sık sık müzik dinlemek ve film indirmek, oyun oynamak, hatta pornografi gibi sebeplerle internete girmektedirler (Turnalar Kurtaran, 2008). Genç ya da ergen bireylerin Young'a (2004) göre internetin kötüye kullanımına sebep olan faktörleri ücretsiz ve sınırsız internet erişimini elde etme, diğer sosyal sosyal etkinlikleri gözardı edip tamamen interneti hedefleme, internet erişiminin ailesi tarafından denetlenmemesi ve hatta engellenmemesi, internette yapılan etkinliklerin saklanabilmesi, gerçek hayattaki korkuların, takıntıların ve eksikliklerin internet ortamında rahatça gizlenip farklı bir kimliğin üstlenebilmesi, ona bürünmesi olarak ifade edilmektedir.

İnternet kullanımının sağlıklı olması ile ilgili yapılan kuramsal açıklamalardan Davis'e (2001) göre, bilişsel veya davranışsal düzeyde hiçbir olumsuzluk hissetmeden, normal bir zaman diliminde, belirli bir hedefe uygun olarak internet kullanımı olarak betimlenebilir (Özcan ve Buzlu, 2005). Yılmaz (2013) ise kişinin,

interneti kişiliğinin bir parçası olarak değil, amaçlarına ulaşmada kullanılan bir unsur olarak görebilmesi ve internette kurulan iletişim ile gerçek hayatta kurulan iletişimin farklı olduğunun bilincinde olabilmesi” olarak açıklamaktadır. “Sağlıksız internet kullanımı”nın karakteristik nitelikleri olarak ise onu kullanmanın önüne geçememek, devamlı olarak interneti düşünmekten kendini alıkoyamamak ve internete ulaşamama anlarında belirtilerin ortaya çıkması düşünülebilir (Young, 1999). Sağlıksız kullanımı açıklarken, internet hakkında takıntılı bir şekilde düşünmek, interneti kullanma arzusu ve dürtüsünü kontrol edememek, internete erişimi kısıtlayamamak ve yoksunluk belirtileri olarak açıklamaktadır (Young, 1999: Akt: Davis,2001). Bunun yanında problemli internet kullanımıyla akıl sağlığı bozuklukları arasında bir ilişkinin varlığı kesin olarak ortaya konulmamıştır (Shapiro, Goldsmith, Keck ve ark., 2000).

Suler (1999) ise interneti sağlıklı olarak amaçlı bir biçimde kullanan bireyin, internet ile güncel yaşamı arasındaki etkinliklerini bağdaştırabileceğini ifade etmektedir. İnternet kullanımının sağlıksız olması ise, gerçek gündelik yaşamdan çoğunlukla soyutlanmış ve tamamen “çevrimiçi” yaşanarak gerçek yaşamdan izole olarak sürdürülen bir yaşamla sonuçlanır (Peker, 2013). Problemli internet kullanımında bu nedenle çevirim içi geçirilen zamanın bir işlevselliğe bir katkısı yoktur fakat kişinin hayatına internet kullanımının getirdiği problemler vardır (Morahan-Martina ve Schumacher, 2000).

İnternetin kullanım yaygınlığı ve ünü arttıkça, aşırı kullanımı gibi sorunlar ortaya çıkmaya başlamıştır. Bu aşırı kullanım insanların yaşamlarını zararlı şekilde etkilemeye başlamıştır. Bu konuyla ilgili araştırmalar incelendiğinde, bu aşırı kullanımın sonucu olarak, hem problemli internet kullanımı hem de internet bağımlılığının çoğaldığı gözlenmektedir (Peker, 2013).

Araştırmalara göre, problemli internet kullanımında bireyin gerçek yaşamını yönetmesinde güçlüklerle sonlanmış olan bilişsel, duygusal ve davranışsal belirtilerden oluşan çok bileşenli bir sorundur (Caplan, 2002, 2003, 2005a, 2005b; Davis, 2001; Davis et al., 2002; Morahan-Martin & Schumacher, 2003).

Anksiyete kavramı psikoloji alanyazınında kaygı ya da iç sıkıntısı, hatta bunaltı ve endişe terimleri ile sıklıkla ifade edilir (Ünsal, 2007). Korku ile karıştırılabilen bir duygu durumu olan kaygı durumundaki birey mevcut durumu sanki kötü bir şey olacakmış duygusuyla kucaklar ve kaynağını tam olarak bilemeden kaygılanır. Öyle ki bu endişe durumu tedirginlik veya gerilme olarak daha hafif duygulardan başlayarak değişen, panik olma düzeyine varabilen daha yoğun şiddetlerde deneyimlenebilir. Kaygı yaşama anında bireyin kalp atışının hızı, nefes alıp veriş ve kas gerginliğinde artma, terleme ve ağızda kuruluk, kan basıncında yükselme ve idrarın sıklaşması görülebilir. Bu değişimlerin tümü organizmanın ani tehlike ile karşılaştığında gösterdiği “savaş ya da kaç” tepkisinin devreye girdiğini göstermektedir (Hood, 2016). İşte bu yönüyle anksiyete ya da kaygı organizmanın algıladığı bir tehlikeye bağlı olarak hissettikleri sonucunda ortaya çıkan doğal bir tepki olarak yorumlanabilir. Herkesin yaşamında yer alan bir duygu olan anksiyete sadece bireyin mesleki, sosyal ve kişisel özgül yaşamındaki işlevselliğini olumsuz etkilediğinde patolojik bir duruma diğer bir deyişle bir anksiyete bozukluğuna dönüşmektedir (Baldwin ve Hirschfeld, 2005).

Kaygı, fiziksel veya ruhsal bir tehdit olasılığı ya da tehlike algısı ile ilgilidir. Bireyin tehlikeli olarak algıladığı herhangi bir durum ya da duyumda bir “kaygı programı” devreye girer. Kaygı programı vücutsal, bilişsel ve davranışsal açıdan pek çok değişikliklerin oluşmasına yol açan bütünsel yapıdan oluşur. Bu bütünsel kaygı programının yapısı türümüzün gelişimsel özellikleriyle ilişkili olan ve esasında insanın saf ve gerçek tehlikelerle dolu çevresel faktörlerden korunmasını kolaylaştırır. Öte yandan kaygı bozukluklarında, tehlike gerçekte var olmaktan çok düşünsel olarak var sayılan bir durum olup, kaygı duyulan etkene verilen tepki ise olması gerekenden çok fazladır. Bu sebeple kaygı programı işlevsel olmaktan ziyade, çeşitli kısır döngülere sebep olarak, kaygı bozukluklarının şiddetlenmesine ve kronikleşmesine neden olur.

Her ne kadar kaygı olumsuz bir durum olarak değerlendirilse de organizmayı koruma ve tehlikelerden uzaklaştırma işlevi de bulunmaktadır. Zararına olabilecek

durumlara karşı tedbir almasını, olası olumsuz sonuçlara karşı kendisini hazırlamasını ve zor koşullarda bireyin motivasyonunu arttırarak daha çok çaba harcamasını sağladığı için organizma açısından olumlu yönleri de mevcuttur (Akgün, Gönen ve Aydın, 2007).

Sınava girme durumunda olma ya da benzer şekilde bir değerlendirilme durumunun yol açabileceği olumsuz sonuçlarla veya başarısızlıkla bağlantılı endişe yaşamanın beraberinde getirdiği olgusal, psikolojik ve davranışsal tepkiler sınav kaygısı olarak nitelendirilmektedir (Zeidner, 1998). Başka bir ifadeyle sınav kaygısı; bireyin herhangi bir şekilde sınanması anında yaşadığı rahatsızlığın yanı sıra hissettiği yoğun kaygısı ve hatta endişesidir (Onyeizughbo, 2010).

Sınav kaygısı, kaynağı çok erken yaşlarda oluşan duygusal bir sorundur. Çocuğa uygulanan tavizsiz disiplin, kısıtlayıcı anne-baba tutumları, okuldaki eğitim-öğretim anlayışının otoriter oluşu ve hem negatif etki yaratan hem de oldukça soğuk mizaç ile birlikte inciten eleştirilerde bulunan öğretmenler, bunun yanı sıra ceza vermeler, notu düşürme veya doğrudan düşük not verme sebebiyle çocuğun sınıfını geçmek için şartlarının zorluğu sınava yönelik kaygısının küçücük yaşlarından itibaren gelişmesine yol açacak koşullara zemin hazırlamaktadır. Sınav kaygısının gelişmesine neden olan önemli etkenlerden bazıları da okul başarısızlıklarının çok sık olması, yetişkinlerin çocuk hakkındaki olumsuz ve rencide edici değerlendirmelerinin yanı sıra bu değerlendirmelerin bireyin oluşturduğu benlik algısına yönelik olarak tehdit olması duygusudur (Öner, 1990).

Alanyazın incelendiğinde sınav kaygısının başarısızlık ve diğer kişiler tarafından olumsuz ve yıpratıcı olarak değerlendirilmekten korkulması gibi nedenlerle ilişkili olduğunu görülmektedir. Ayrıca kendine duyduğu güvenin düzeyi ile benlik saygısı düzeyi gibi kişiye özgü nitelikleri sınav kaygısının düzeyi açısından ciddiye alınmalıdır. Çalışmalar bir de ebeveynlerden görülen baskının çocuğun yüksek düzeyde kaygı yaşamasıyla ilişkili olduğuna işaret etmektedir. Ailesi çocuk üzerinde hangi düzeyde baskı yaratır ve bu doğrultuda çocukta ne kadar yüksek ve çocuğun yapamayacağı gerçekçi olmayan beklentiler içinde olursa, çocuğun kaygı

düzeyi de o oranda artmaktadır. Ebeveynin çocuğa yönelttiği baskı ile onların yüksek düzeydeki gerçekleştirilemeyecek beklentilerinin çocuğun yaşadığı sınav kaygısı ile bağlantısına baktığımızda, çocuğa baskı yapılması yerine tam tersi olarak daha destekleyici bir yaklaşımın tercih edilmesi çok anlamlı görülebilmektedir (Koçanoğlu, 2014).

Sınav kaygısı oluşumu üzerinde etkili olan etkenler, bireyin girdiği sınavın önemine ilişkin yaptığı değerlendirmeler, sürecine ve sonucuna ne anlam yüklediği, sınav öncesinde ve esnasında o sınava ilişkili olarak zihninde gelişen görüntüler ve imajlardır. Ayrıca, çocuğun ya da gencin sınavın ardından oluşabilecek olası durumlara ve hatta sonrasında elde edebileceği ya da kaybedeceğine ilişkin neye değer verdiğine göre değişecek değerden oluşmaktadır (Öner, 1990).

Gerek dünyada gerekse ülkemizde yaşanan çok boyutlu değişim süreci üniversite eğitime verilen önemi arttırmaktadır. Ülkemiz koşulları dikkate alındığında üniversitede eğitim görmek isteyen kişilerin, bir sınava girmeden bu isteklerine kavuşmaları olası değildir. Üniversite sınavlarına bu sebeple her yıl çoğunlukla ergenlerden oluşan iki milyondan fazla kişi katılmaktadır. Üniversite öğrencisi olmayı amaçlayan adaylar, lise yıllarından başlayarak yoğun çalışma sürecine girip, iki milyona yakın yaşıtı ile yarışıp, sonucunda yeterli bir puan almak zorundadır (Yıldırım ve Ergene, 2003). Çoğu birey için bu koşullarda üniversite giriş sınavı süreci bunaltıcı hale gelmekte ve çeşitli psikolojik sorunlar yaşamalarına neden olmaktadır. Sınav kaygısı hem üniversite sınavlarına hazırlık sürecinde hem de sınav anında ergenlerin yaşadığı sorunlardan birisidir. Spielberger'e (1972) göre bu olgu tam anlamıyla bir duygu durumudur. Bu duygu durumu; bireyin gerçek performansının ortaya çıkmasını engelleyen bilişsel, duyuşsal, davranışsal özellikleri olan, bireyde gerginlik yaratan bir durumdur ve genelde resmi bir sınav ya da değerlendirme durumunda ortaya çıkar (Akt.,Yıldız, 2007). "Takıntı" ve "duyuşsallık" olarak iki boyutlu bir yapıda olan sınav kaygısının bu boyutları değerlendirildiğinde, takıntı, bireyin kendisi hakkında yaptığı olumsuz değerlendirmeler ve sahip olduğu olumsuz düşüncelerdir. Diğer bir deyişle, sınav kaygısının zihinsel yönüne göndermede bulunan ve kişinin sınav sırasında yetersizlik

hissedeceğine, bu sorunun üstesinden gelemeyeceğini düşünmesine ve kendi hakkındaki bu gibi negatif düşüncelerin dikkatsizliğe yol açmasına neden olan bir süreç olarak açıklanabilir. Sınav kaygısının duyuşsal-fizyolojik tarafını oluşturan sürecin adı ise duyuşsallıktır. Her türlü somatik belirtiler, özellikle kalp atış hızının artması, aşırı terleme, ciltte kızarma, mide bulantıları, öfke, gerginlik gibi fiziksel tepkiler de duyuşsallık çatısı altında değerlendirilebilir (Öner, 1990). Alanyazın incelendiğinde sınav kaygısı ile ilgili çok çeşitli araştırmanın yapılmış olduğu ve bu konunun güncel olarak araştırmalarda yer aldığı görülmektedir. Şahin, Günay ve Batı'nın (2006) lise öğrencileri üzerinde yapmış oldukları bir araştırmada; öğrencilerin sınavdan çok önce kaygılarının artmaya başladığı ve sınav esnasında da kaygılarının çok yüksek olduğu bulunmuştur. Yıldırım'ın (2007) yaptığı çalışmada da, araştırmaya katılan öğrencilerin % 46'sında çok yüksek düzeyde sınav kaygısı olduğu ortaya çıkmıştır. Sınav kaygısının öğrenciler üzerindeki etkilerinin değerlendirildiği bir başka araştırmanın sonuçları ise üniversite giriş sınavına hazırlanan öğrencilerin kaygı düzeyinin, genel cerrahi hastalarının kaygı düzeyinden çok daha yüksek olduğunu göstermiştir (Baltaş, 1992). Bu öğrencilerin çoğunluğu uyku uyuyamadıklarını, kazanamadıkları takdirde mahvolacaklarını, yemek yiyemediklerini ve yaşamdan zevk alamadıklarını ileri sürmüşlerdir. Ayrıca, çok sayıda araştırma sonucu da sınav kaygısının akademik başarıyı düşürdüğünü ve öğrencilerin gerçek performanslarını göstermelerini engellediğini ortaya koymaktadır. (DordiNejad ve ark., 2011; Koçkar, Kılıç ve Şener, 2002; Yıldırım ve Ergene, 2003).

Lise son sınıf öğrencisi ergenler ise yoğun bir sınav hazırlık süreci içinde oldukları ve sonunda meslek seçiminde bulunma gereklilikleri nedenleriyle sınav kaygısı yaşayabilirler, bu nedenle kritik bir dönemdedirler. Tüm bunlardan hareketle; gençler için önemli bir sorun olduğu açıkça anlaşılan sınav kaygısının, değişen teknoloji ile ortaya çıkan bir başka durum olan problemlili internet kullanımı ile ilişkisinin ortaya konularak bunun ergenlerin eğitim süreçlerine olan etkisi değerlendirilmek amaçlanmıştır.

1.2.Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı, lise son sınıf öğrencilerinin problemli internet kullanım düzeyleri ile sınav kaygısı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemektir. Bu çalışmada öğrencilerin sınav kaygısı düzeyleri belirlenmiş, aynı zamanda öğrencilerin problemli internet kullanım düzeyleri tespit edilmiş ve sınav kaygısı ile problemli internet kullanımını etkileyebilecek olan değişkenler araştırılmıştır. Ayrıca sorunlu internet kullanımı ve sınav kaygısının öğrencilerin cinsiyetlerine, okul türüne, sınıf tekrar durumuna, anne-baba birliktelik durumuna ve akademik başarı düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmıştır.

İnsan yaşamındaki en önemli dönemlerden biri olan ergenlik dönemi, ülkemiz eğitim sisteminde ayrı bir öneme sahiptir çünkü sınava dayalı bir eğitim ve öğretim sistemi olan ülkemizin gençlerinin öğrenim görecekları liseleri ve üniversiteleri yani mesleki geleceklerini belirleyecek olan pek çok sınav bu döneme denk gelmektedir.

Her ne kadar 2017-2018 eğitim-öğretim yılı itibarıyla Milli Eğitim Bakanlığı ve Yükseköğretim Kurumu Başkanlığı tarafından sınav sistemlerinde değişikliklere gidilmiş olsa da, geçtiğimiz yıllarda ülkemizde Temel Eğitimden Ortaöğretime Geçiş (TEOG) sınavlarına ortalama 1.100.000, Yükseköğretime Geçiş Sınavı (YGS)'na ortalama 2.200.000 ve Lisans Yerleştirme Sınavları (LYS)'na ise ortalama 1.600.000 öğrenci girmektedir. Bu kadar büyük bir kitle ile birlikte bir sıralama sınavına girmek, her aday üzerinde ciddi bir baskı oluşturmakta ve kaygıyı tetiklemektedir.

Erözkan (2004)'a göre; sınav kaygısı, pekçok ülkede ilkokuldan sonrası eğitim ve öğretime hazırlanma aşamasında yoğun olarak yaşanan, öğrencilerin birçok olumsuzluğu da yaşamasına neden olan ve bu nedenle araştırmacıların sıklıkla incelediği popüler bir konudur.

Çağımız internet çağı olduğu için ve gençlerin çoğu zamanı ve uğraşısı internet kullanımı ile geçtiği için, interneti ne derece sağlıklı ve sağlıklı kullanımlarının belirlenmesi ve bunu etkileyen faktörlerin belirlenmesi önemli

görülmektedir. Ayrıca üniversite sınavına giriş aşamasında olan ve meslek seçecek olan 12. sınıfta okuyan ergenlerin sınav kaygısı düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi ve problemlili internet kullanımının sınav kaygısı düzeyleri ile ilişkisinin olup olmadığının incelenmesi önemli görülmektedir. Sonuçlar gençlerin sınav kaygılarını aşmaları ve interneti daha verimli kullanabilmeleri için yürütülecek psikolojik danışmanlık ve rehberlik çalışmalarına ışık tutacaktır.

1.3. Problem Cümlesi

Ergenlerin problemlili internet kullanım düzeyleri ile sınav kaygısı düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

1.4. Alt Problemler

1. Ergenlerin problemlili internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
2. Ergenlerin problemlili internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri anne-baba birliktelik durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
3. Ergenlerin problemlili internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri okul türüne göre farklılaşmakta mıdır?
4. Ergenlerin problemlili internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri sınıf tekrarı durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
5. Ergenlerin problemlili internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri akademik başarı düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

1.5.Sayıtlılar

1. Araştırmaya katılan öğrencilerin kullanılan veri toplama araçlarını doğru ve içten bir şekilde yanıtladıkları varsayılmaktadır.
2. Kullanılan veri toplama araçlarının istenilen bilgiyi elde etmede geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

1.6. Sınırlılıklar

1. Araştırmanın örnekleme, yalnızca lisede öğrenim görmekte olan öğrencilerle sınırlı tutulmuştur.
2. Problemlili İnternet Kullanımına ilişkin veriler, öğrencilerin “Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği”ne verdiği yanıtların dürüstlüğü ile sınırlıdır
3. Sınav kaygısına ilişkin veriler, öğrencilerin “Westside Sınav kaygısı ölçeği”ne verdikleri yanıtların dürüstlüğü ile sınırlıdır.
4. Öğrencilerin demografik bilgileri ile ilgili veriler, “Kişisel Bilgi Formu”na verdikleri yanıtların dürüstlüğü ile sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Sınav Kaygısı: Akademik performansa etki eden davranışlar bütünüdür ve yetersiz ders çalışma becerilerini, aşırı fizyolojik tepkileri ve sınavla ilişkili olmayan zihinsel etkinlikleri kapsar. Kaygılı davranışları içeren aşırı tepkiler olarak da tanımlamaktadır (Kirkland & Hollandsworth, 1980).

Problemlili İnternet Kullanımı: İnterneti farklı amaçlar için farklı zamanlarda çok ve aşırı kullanımından dolayı bireyin yaşamında hem ailesiyle olan hem de iş hayatındaki önemli boyutlarında bozulmalar yaşamasının yanı sıra sürekli olarak internet kullanımı dürtüsünü kendi kendine kontrol etmede başarısızlık yaşamasıdır (Kim ve Davis, 2009).

1.8. Kısaltmalar

PİK: Problemli İnternet Kullanımı

PİKÖ: Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği

SK: Sınav Kaygısı

WSKÖ: Westside Sınav Kaygısı Ölçeği

KBF: Kişisel Bilgi Formu



2. BÖLÜM

İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde ergenlik, kaygı, sınav kaygısı, internet ve sorunlu internet kullanımı kavramları ve bu kavramları açıklayan kuramlara yer verilmiştir.

2.1. Ergenlik

Dilimizde “Ergen” sözcüğü, İngilizce’deki “adolescent” sözcüğünün karşılığı olarak kullanılmaktadır ki bu sözcüğün kökeni de Latince’de olgunlaşmak, büyümek anlamında kullanılan “adolescere” eyleminin kökünden gelmektedir. “Ergenlik” yapısal olarak bir durumu değil, daha çok bir süreci belirtir (Yavuzer, 1993).

Stanley Hall, insan gelişiminde ergenlik dönemini ayrı bir dönem olarak ele alan ilk bilim insanıdır. Ergenlik, fiziksel ve duygusal süreçlere bağlı olarak ortaya çıkan, bireyin cinsel olarak hormonal ve aynı zamanda hem psikolojik hem de sosyal açıdan da olgunlaşması ile başlayan, bağımsızlık arayışını da içeren, net olarak belirli olmayan bir zamanda sona eren, fiziksel, psikolojik ve sosyal değişikliklerin hızlı bir şekilde gerçekleştiği bir dönem olarak açıklanmıştır (Çuhadaroğlu, 2000).

Ergenlik, psikolojik, sosyal, gelişimsel ve biyolojik değişikliklerle örülüdür. Ergenin sosyalleşmesi, kendi toplumunda yaşamını sürdürebilmesi için gereksinim duyduğu asgari düzeyde öğrenmeyi de içeren bir süreçtir (Derman, 2008).

İnsan yaşamının farklı evreleri arasındaki geçişlerde kesin yaş sınırları olmamakla birlikte gelişimin ardışık bir süreç olduğu da gözden kaçmamalıdır. Bu gelişme tüm insanlar için büyük ölçüde benzerdir. Gelişme sürecinde tamamlanması

gereken gelişim görevleri yerine getirilir. Her gelişme aşaması bir sonraki aşama için öncül konumundadır. İnsanın tüm yönleriyle nasıl biri olacağı, ten, saç ve göz rengi, karakter özellikleri, duygusal tepkileri, boyu ve kilosu ya da bilişsel özellikleri önceki kuşaklardan genetik aktarımlarla ve çevresel şartlarla ilgilidir. Genel anlamda, “buluğa ermek” çocukluktan ergenliğe geçişin bir belirtisi olarak görülmektedir. Farklı ırklardan, farklı iklimlerden ve farklı beslenme koşullarında büyüyen çocuklarda ergenliğe girme yaşları da farklılaşabilmektedir (Neyzi ve Alp, 1977).

Ergenlik, çocuklar ve çocukların ailelerinde çeşitli değişikliklerin olduğu bir dönemdir. Çocuklar, hormonları aracılığıyla yetişkin olmaya başladıkça hem fiziksel hem duygusal değişimler yaşarlar. Zaman zaman mutlu, zaman zaman üzgündürler ve çoğu zaman da böyle hissetmelerinin nedenlerini ifade edemezler ve bu dönemde bireyler yaşadıkları sorunları çözerken olgunlaşma yaşarlar (Türnüklü ve Şahin, 2004: 46).

Ergenlik dönemi, hakkında pek çok yayın bulunan ve pek çok kuram tarafından açıklanmaya çalışılan bir dönemdir. Ergenlik dönemini açıklamaya çalışan bazı kuramların görüşleri şu şekildedir.

2.1.1.Psikanalitik Kuram

Psikanalitik kuram, ergenlik dönemine, çocukluk dönemine oranla ikinci derecede önem vermiştir. Klasik psikanalitik kuram, ergenlik sırasında kişilikte çok az değişiklik yaşandığı için çocukluğun yetişkin kişiliğinde oynadığı rolü daha önemle vurgulamaktadır. Yeni Freudcular olarak bilinen ve başını Anna Freud’un çektiği bazı önemli kuramcılar, ergenlik sırasında gerçekleşen gelişim ve değişimlere uygulamak için klasik psikanalitik kuramın ilkelerini geliştirmiştir. Ancak psikanalitik kuramcılarının ergenlik dönemine bakışlarını anlamak için öncelikle Freud’un çocukluk dönemini nasıl tanımladığını bilmek gerekir. Psikanalitik kuramın gelişimsel aşamalarının ilki oral dönem (Doğum-2 yaş arası), ikincisi anal dönem (2-4 yaş arası), ardından fallik dönem (4 yaş civarı) ve gizil (latent) dönemdir (6-12 yaş arası). Bu dönemler bireysel olarak farklı yaş dönemlerinde başlayabilir ya da bitebilir (Kulaksızoğlu, 2002).

Ergenlik dönemini de kapsayan genital dönem ise gelişimsel dönemlerin sonuncusudur. Ortalama olarak 11-13 yaşlarından genç yetişkinlik dönemine kadar süren bu dönem, cinsel dürtülerin gücünün de arttığı bir dönemdir. Çünkü fizyolojik olgunluğa erişme, bazı hormonların etkinliğinin artmasını beraberinde getirir. Bu dürtüsel yoğunlaşma, önceki gelişim dönemlerindeki bazı çatışmaların tekrar yaşanmasına yol açar. Karşı cinsten kişiler, bu dönemde ergenlerin ilgisini daha çok çeker. Bu kişiler çoğunlukla fiziksel ya da bilişsel olarak ergene anne/babasını çağrıştıran kişilerdir. Ergenlik döneminde birey “narsist” olmaya eğilim gösterir ve bunu görüntü ve düşünceleri dahil, yoğun olarak kendisiyle ilgilenererek yapar. En küçük bir eleştiride bile çok savunmacı olurlar ve saldırgan olarak sürekli kendine odaklanır. Bu durumun en önemli nedeni, bu yeni süreçte başkalarının ergeni nasıl algıladıklarının kendisi için önemli olmasındandır. Psikanalitik kuramda belirtildiği gibi bu süreçte savunma mekanizmalarının artması olasıdır ancak bireyin kendi içine bakmasının olumlu etkileri de bu dönemde görülür. Aşamalı olarak benlik algılarını yeniden şekillendirmeye başlayan ergenler, ergenliğin ilerleyen kısımlarında daha fazla özsaygı ve daha belirgin bir kimlik kazanabilirler (Kulaksızoğlu, 2002).

Bu sürecin amacı, ergen bireyin karşı cinsten kişilerle olgun ilişkiler kurabilmeyi öğrenmesi ve bunu yaparken anne/babasına olan bağımlılığından kurtulmasıdır. Sosyalleşme, grupsal aktivitelere katılma, meslek seçimiyle ilgili fikirler ve evlenme arzusu, karşı cinse ilgiye ek olarak ortaya çıkar. Toplumun değer yargılarına uygun çıkarımlar üretme, bireyin ergenlik dönemindeki en yoğun çabalarındandır. Özdenetim mekanizmaları, doğru-yanlış kavramları, cinsiyet rollerini içselleştirme, seçim yapabilme ve karar verme gibi becerileri bu dönemde yapılan denemelerle kazanılmaya çalışılır. Bu dönemin gelişimsel görevlerini yerine getiren ergen birey yetişkinliğe sağlıklı adım atmış olur. Öte yandan Psikanalitik kurama göre ergenlik, geçici bir rol belirleme sürecidir. Çeşitli roller, düşünceler, idealler ve değerler denenir, benimsenir, sonra terk edilir ve yenileri aranır. Zaman zaman yıkıcılığa kadar varabilen kararlı bir bağımsızlık zaman zaman bebeci bir bağımlılık gösteren ergen ileri geri hareket eder. Bu dönem çözülemeyen sorunlar, ilerleyen süreçte kimlik sorunu olarak ortaya çıkabilir. Psikanalitik kuramcılar

arasında Anna Freud, ergenlik dönemini ele alan kişiler içinde ilk sıradadır. Erken çocuklukta deneyimlerinin ergenlikten çok yetişkin kişiliği üzerinde etken olduğunu öne süren Anna Freud, bununla beraber ergenlik döneminde bazı uyum çabalarının yoğun olarak yaşandığını da ifade eder (Kulaksızoğlu, 2002).

Hall gibi Anna Freud da karmaşa ve stres dönemi olarak açıkladığı ergenliğin bu özelliğini aynı zamanda gerekli olarak niteler çünkü karmaşa ve stresin olmayışı her zaman olumluluk arzemez. Ebeveynler için ergenin uysal ve uyumlu olması iyi olabilir ama bu durum olgunlaşma ve özerkleşme alanlarında isteksizlik olarak da değerlendirilebilir. Yoğun stres ve karmaşa, uyumlu olmayı güçleştirebilir ancak tamamen stresten arınmak da uygunsuz olabilir (Akt. Adams, 2000). Ergenler son derece bencildirler. Öte yandan ise pek çok durumda, inandıkları kişi ya da değer için kendilerini feda ederler. Seçtikleri bir öndere gözü kapalı itaat etmekle, kurallara karşı çıkmak arasında gidip gelirler. Zaman zaman yorulmaksızın çalışırlar zaman zaman da isteksiz ve bitkin olurlar. Ergenin bu çelişkilerini olağan gören ve yaşadığı gel-gitlerin gelişim sürecinin işaretleri olarak değerlendiren Anna Freud, bu çelişki dönemini ergenliğin zorunlu ve yaşanması gereken bir kısmı olarak belirtmekte, ergen bireyin bu dönemi sağlıklı atlatmadan olgun, yetişkin bir bireye dönüşmeyeceğini de ifade etmektedir. Bu açıklamalara bakıldığında, Hall'ın ergenliği tanımlayışıyla Psikanalitik kuramın açıklamasının benzeştiği düşünülebilir (Kulaksızoğlu, 2002).

2.1.2. Psikososyal Kuram

İnsanın gelişimini, çevresel etkenlerle genetik aktarım arasındaki etkileşim süreci olarak gören Erik Erikson'a göre kişinin yaşamı sekiz dönemde ele alınabilir. Ergenliği, normatif bir kriz süreci olarak değerlendiren Erikson'a göre ergen birey bu dönemde, çevresinde ve kendisinde ne olup bittiğini algılamaya ve ilerleyen süreçte neler olabileceğini düşünmeye başlar. Ergenler, "ben kimim" sorusuna cevap ararken, sağlıklı bir bireysel kimlik duygusuna ulaşma gayreti içindedirler. Bu dönemdeki krizi sağlıklı atlatarak kişiliğinde belli bir bütünlüğe ulaşan ergen birey, kimlik kazanmış olur. Kimliğin kazanılmasıysa, çocukluk sorunlarının çözülmesi ve yetişkinler dünyasının sorunlarıyla yüzleşebilmek anlamına gelir. Bu sorunların

çözümü kültürel olarak farklılık gösterebileceği gibi kişisel olarak da farklılık gösterebilir (Kulaksızoğlu, 2002).

Sorunlar bir sonraki basamağa geçmeden yaşanmış olmalıdır. Bir noktada, yaşanan sorunların sağlıklı bir biçimde çözülmemiş olması, profesyonel bir yardım alınmadığı durumda, ileriki aşamalarda gelişimsel sürecin yavaşlamasına neden olabilir. Erikson'un karmaşa ve strese bakış açısı Hall'ın bakış açısına göre değişiktir. Erikson, tıpkı Spanger'ın yaptığı gibi ergenin biricik olduğuna ve hatta aynı kültürel ortamda birbirine yakın olarak yetişen iki bireyin bile var olmadığına inandığı için ergenliği fazlasıyla bireysel bir süreç olarak niteler. Çeşitli toplumlarda gençler, benzeşen sorunlarla karşılaşabilirler ancak her biri bu sorunları değişik şekillerde çözerler. Bu nedenle ergenlik mutlaka çalkantılı ve hatta iç ve sosyal çatışmaların çok yaşandığı bir gelişim aralığı olarak değerlendirilmeyebileceği de ileri sürülmektedir. Erikson, kimlik kazanma sürecinde ergenin kendisini, diğer insanların gözündeki kendisi ile karşılaştırdığını ifade eder. Ergenlik sürecindeki gelişimsel görevlerin tamamlanması yetişkinliğe de yansıtacak ve bireyin sağlıklı bir yetişkin kimliği kazanması sağlanacaktır (Kulaksızoğlu, 2002).

2.1.3. Bilişsel Kuram

Çocuk ve ergenlerde düşüncenin gelişimini sistematik olarak inceleyen ilk bilim insanlarından biri olan J. Piaget, ergen bireylerin bilişsel gelişimine dair bugün sahip olduğumuz bilgilerimizin büyük ölçüde kaynağı olarak görülebilir. Piaget, bireylerin ilk üç dönemi yani duyu-hareket, işlem öncesi, somut işlemler dönemlerini tamamladıktan sonra, yaklaşık olarak 11-12 yaş civarında soyut (formal-biçimsel) işlemler dönemine girdiklerini ifade eder. Bu kurama göre ergen bireyler, gelişimin son evresi olan soyut işlemler dönemindeyler. Bu noktadan hareketle ergenlik, dönemin özellikleriyle de örtüşerek, çeşitli seçeneklerin değerlendirme ve düşünme yeteneğinin geliştiği dönemdir (12 yaş ve sonrası). Bu dönemde birey varsayımlarda bulunabilir, mantıksal çıkarımlar yapabilir, somut ya da soyut olarak sunulan karmaşık problemleri sistematik olarak çözebilirler. Ergenlerin gündelik yaşantılarına uyum sağlama yöntemi olarak bilişsel ve entelektüel aktiviteler

geliştirdiklerini belirten Piaget'e göre bilişsel yapılar, ergenlerin çevrelerini anlamak için kullandıkları bilişsel birimlerin iç sistemidir. Ergenler geliştikçe bilişsel yapılar giderek çoğalır, gelişim gösterir; Piaget'in kuramına göre ergenlerin aslında bilişsel yapıları gelişiyor demektir (Adams, 2000).

Soyut düşünce ya hep ya hiç durumu değildir. Yani ergenin bir aşamadan diğer bir aşamaya geçişi bir anda olmaz. Bu değişim zaman içinde yavaşça gerçekleşir. Öte yandan son yıllarda yapılan araştırmalar bu durumu daha farklı olarak ortaya koymuş ve soyut düşünme becerisinin 12-13 yaşlarında kazanıldığı değerlendirilmesini yanıtlamaktadır. Bu alanda yapılan araştırmalarda ortak görüş 16 yaşından önce çok küçük bir azınlığın gelişmiş soyut düşünce aşamasına ulaşabildiği yönündedir. Bu da zekânın soyut düşünce gelişimiyle ilintili olduğunu ortaya koymaktadır. Bazı çalışmalarda yetişkinlik döneminde dahi, ciddi sayıda insanın halen soyut gelişimsel düşünceyi kazanamamış olabileceğini ortaya koymuştur (Akt. Özbay, 2000).

2.1.4. Bireysel Farklılıklar Kuramı

Spranger, ergenlik gelişimini bireyin özgünlüğü kavramını kullanarak açıklamıştır. Bu noktadan hareketle, ergen bireyi üç farklı grupta değerlendirmiştir. İlk gruptakiler karmaşa ve kaygı ile sorun yaşayanlardır. Bu ergenler için çocukluktan yetişkinliğe geçiş son derece zor ve acı vericidir. İkinci grupta ergenliği zarar görmeden, sakin ve rahat geçiren bireyler vardır. Üçüncü gruptakilerse, ilk iki grubun ortasında yer alır. Bu ergenler kendi gelişim süreçlerine doğrudan katılırlar. Bunalım yaşayabilirler ama bilinçli olarak baş edebilir ve üstesinden gelmeye çalışırlar. Ergenliğin özelliği yani ergenin kaygılı olup olmaması ergenin kişilik yapısıyla ilgilidir (Kulaksızoğlu, 2002).

2.1.5. Sosyal Öğrenme Kuramı

Sosyal öğrenme kuramının temellerini ergenlik dönemine adapte etmeye çalışan Mc. Candless insan davranışlarının, içsel dürtülerin etkisiyle, hayal kırıklığı,

saldırganlık, kaygı, merak ve bağımlılık gibi öğrenilmiş ve öğrenilmemiş dürtü ve isteklerin bireyler için itki olduğunu varsaymaktadır. Her birey, hangi davranışlarının hangi dürtülerinin sonucu olarak ortaya çıkacağını ve bu davranışının nasıl ve ne yönde süreceğini deneme yanılma yoluyla öğrenmiş olur (Kulaksızoğlu, 2002)..

Bandura ise modellemenin kişilik gelişimine etkisini açıklamaya çalışmıştır. Bandura ve Walters (1959)'a göre ergen bireyler, yetişkinleri taklit ederler. Bandura'nın çıkarımlarına göre yetişkin bireyler, ergen bireylerin davranışlarını biçimlendirmede kendi davranışlarını kullanarak ciddi bir etki yaratabilirler. Kısaca Bandura, ergen bireyin gelişiminde çevreden gelen sosyal uyarıcıların öngörülebilir aşamalara oranla çok daha etkili olduğunu öne sürmektedir.

Ergenlik döneminin karmaşık ve kaygılı bir süreç olduğu çıkarımına karşı olan Bandura'ya göre ancak yeterince toplumsallaşmamış ergenler, ergenlik döneminde bunalım geçirirler. Ergenlikte saldırgan tutumlar gösteren gençlerin tutumları doğal büyüme sancısı olarak değerlendirilemez, bu ergenlere aileleri uygun eğitimi vermemiştir. Bandura düzenli, tutarlı, sevgi dolu ailelerin çocuklarının bu evreyi daha sorunsuz tamamladığını ifade eder. Bu bölüme kadar ergenliği karmaşık ve kaygı evresi olarak açıklayan kuramcılara yer verilmiştir. Bu bölümden sonraysa ergenliği daha farklı değerlendiren kuramcılara değinilecektir ki bunlar, buraya kadar olanların aksine, ergenliğin bir uyum evresi olduğu konusunda aynı görüşü paylaşmaktadırlar ve bu noktadan hareketle ergenliği normal yaşayan gençlerin de olduğunu varsaymaktadırlar (Kulaksızoğlu, 2002).

2.1.6. Kişilerarası Kuram

İnsanlar arası gereksinimlerin tatmin olmasının gerekliliğine odaklanan, sevgi, güvende olma, yakınlık, eşitlikçi ilişki gibi gereksinim örüntülerini tanımlayan Sullivan, bireyler için güvende olma duygusunun, herşeyden daha öncelikli olduğunu ve bu duygunun, insanlar için “kaygıdan kurtulma gereksinimi” olduğunu belirtmiştir (Yanbastı, 1990).

Kaygının ortaya çıkmasında bireyler arası ilişkilerin önemli olduğunu belirten Sullivan'a göre, kaygı, bağımlılık ve çaresizliğinin insanın bebeklik evresinde neredeyse kaçınılmaz olmasından dolayı ortaya çıkar. Yani bebeğin hayatta kalması için başkalarıyla iletişim kurma zorunluluğu vardır. Böylece fizyolojik ihtiyaçlar, kolayca bireylerarası gereksinimlere dönüşür ve bebek, davranışlarını çevresindekilerden gelecek tepkilere göre düzenlemeyi öğrenir. Bebeğin ilk iletişim kurduğu kişi anne olduğundan annenin tepkilerindeki değişiklikler bebekte kaygı uyandırabilir. Bebek de bu kaygıdan kaçınmak için annenin negatif tepki verdiği davranışlardan sakınmayı öğrenir. Sullivan'a göre ergenlik ise bir "cehennemdir." Bu durum, sosyo-kültürel yapının, gençleri, ergenlik dönemindeki cinsel ilginin karşı cinse yönelmesi konusunda hazırlamaması, hatta ket vurmasıyla ilgilidir (Köknel, 1995).

2.1.7. Özünü Yineleme Kuramı

Darwin'in insan evrimi teoreminden yola çıkarak insanın da çeşitli evrelerinden bahseden Hall (1844-1924) ergenlik karmaşası kavramını psikolojiye katarak insan yaşamının en önemli dönemlerinden birini, daha doğru anlamamızı sağlamıştır.

Her gelişim dönemi kendi görev ve sorumluluklarını tamamlamak için verilmiş yeni şans, evrimin döngüsü gibi tekrarlayan spiral bir döngüdür. Ancak ergenlik dönemi bu döngüde daha büyük bir çapa sahiptir. İkinci doğum olarak da düşünülmesi gereken bir dönemdir. Bebeklik ve çocukluk döneminden en büyük farkı artık medeni bir ırkın üyesi olarak; sosyal sorumlulukları, sosyal iyilik, adalet, sosyal refah, seçimler ve sorumluluklar, idealler gibi kendi ve ailesi dışındaki bireylerinde etkisini hissediyor ve kendi etkisini hissettirme çabası içine giriyor olmasıdır. Bu yeniden doğuşun en büyük sancılarında biri daha önceki gelişim döneminden getirdiği kişisel çıkar ve kendi refahına dönük duygularından vazgeçme ve sürdürme isteği arasında yaşadığı içsel mücadeledir. Bu dönemin insana en değerli katkısının, yeniden yapılanmak için aileden kopma ve bireysel bir varlık olarak becerilerini geliştirme çabası olduğunu belirtir (Kulaksızoğlu, 2002).

Hall bilgileri, gelişim ve evrim arasındaki bağı kurmak için kullanmaya ısrar etse de; bu gün ilginç ama yanlış temeller üzerine oturtulmuş çarpık bir bina olmaktan ileri gidememiştir. Öncelikle tek bir kültür üzerinden genellediği insanoğlu sadece kültürüyle değil onun alt yapısını oluşturan genleriyle de gelişimsel örüntüler arasındaki farkları göstermektedir.

2.2. Kaygı

19. yüzyılda Freud'un çalışmalarından sonra kaygı çalışma ve araştırma yapmak isteyenlerin en çok tercih ettiği konular arasına girdi. Freud kaygıyı, tehlike ve tehdit içeren bir durum karşısında etkili bir karşı koyma davranışı gösterememenin ardından hissedilen duygu olarak tanımlamıştır. İçgüdü ve dürtülerin ortaya çıkmadan geri döndürülmesi, baskılanması sonucu kullanılmayan gücün etkisi olarak düşünmüştür. Freud bir süre sonra bu görüşünü daha geniş bir açıdan değerlendirmeye başlamıştır. Kaygıyı benliğin tehlike durumunu algılamasına bağlamıştır. Aslında tehlikenin varlığı değil algılanışı ve sürekli bunun için işaretler arıyor olmak durumunda çaresizlik duygusunun öncülü olduğunu anlatmıştır (Yalom, 2001 s.74).

Hissedilen bu çaresizlik günlük yaşam becerilerine de etki eder. Bireylerde olumlu ve olumsuz etkileri sezilen tehdidin yoğunluğuna, süresine, şiddetine göre farklılık gösterir.

Işık'a (1996) göre kaygı, tehlike olarak değerlendirilen bir durum karşısında bireyin hissettiği rahatsızlık ve endişe durumu olarak açıklanabilir. Kişinin daha katı olması, daha ilkel davranışlara gerilemesi, genel olarak endişeli olması ve karşı tarafı memnun etmeye aşırı odaklanması kaygı düzeyinin yüksek olmasıyla ilgili olabilir. Öte yandan orta düzeydeki kaygının bireyi uyaran, onu tehlikelerden koruyan ve motive eden bir yapısı olduğu söylenebilir. Bunların olabilmesi için kaygının iyi yönetilmesi gereklidir (Akgün, Gönen ve Aydın, 2007).

Freud ve Horney kaygı olgusu hakkında zıt düşüncelere sahiptir. Freud çocukluk dönemindeki aşırı doyurulmuş, doyumsuz, sınırsız kişilerin yaşamlarındaki tehdit edicileri kontrol edemedikleri için yaşadıklarını söylerken, Horney de çocukluk yıllarında kabul görmemiş korunmamış kişilerin bu durumla başa çıkmadıklarını hatta bu duyguyu yaşamak yerine ölümü bile tercih edebileceklerinden bahsetmiştir (Gökçedağ, 2001, s. 19).

Kaygı, May'e göre yok olma tehdidine karşı gösterilen bir oluş biçimidir. Varoluş potansiyeli üzerinde hissedilen bu tehdide karşı bireyin özgürlüğünden bile kaçınmayı tercih edebileceğini böylelikle yok olma tehdidine teslim olarak bu durumla başedebildiğini söylemektedir. Kaygıyı öz bilinci harap ettiği için en büyük acılardan biri olarak tanımlar (Gökçedağ, 2001, s. 21).

Belirli şartlarda evrensel kabul gören kaygının, normal insan davranışlarında yıkıcı, engelleyici etkisi dışında yapıcı ve yaratıcı etkisini kabul etmek gerekir. Bazen bir kısım kaygı çalışma, başarma ve olumsuzluklardan uzaklaşmak ilerletici davranışlara sevk eder. Patolojik insan davranışlarında kaygı çok daha fazla vurgu edilen duygulardan biri halindedir (Başarır, 1990, s.1).

Kaygı, insanlarda farklı fizyolojik süreçlere neden olmaktadır. En sık tanımlanan kalp atış hızının artması, titreme, ağız kuruluğu, ses biçiminde değişiklik aşırı terleme, idrar tutamama vb.dir. Kaygılı bir kişiyi acil bir durum altında bir türlü ne yapacağını bilemeyen panik halinden tanıyabilirsiniz. Korku ve kaygının fiziksel belirtileri birbirine benzese de ayırıcı üç temel farklılık sayesinde ayrımı sağlanabilir: Kaynak, şiddet ve süre. Korkuda kaynak bellidir, şiddeti hızlı yükselir ve kaynak ortadan kalkınca hızla düşer. Kaygıda ise belirgin net bir kaynak olmayabilir, şiddeti daha azmış gibi görünse de çok daha uzun süreli olduğu için bazen korkuya göre çok daha yıkıcı olabilir. (Cüceloğlu, 2000, s, 277).

2.3. Sınav Kaygısı

Kaygının olumlu gücünü kullanabilen gençler için sınav kaygısı güdüleyici bir etken olarak hayatlarında yer alabildiği gibi bu gençler kaygıyı bilinçli olarak kullanma becerilerini de geliştirebilmektedirler.

Sınav kaygısının duygusal ve eğitsel sorunlara yol açtığı gençlerde, önemli sınav dönemlerinde somatik belirtilerin artmasıyla yaşamlarının tüm alanlarının olumsuz etkilendiği görülmektedir. Daha sakin ve kontrollü olunması gereken bir zamanda her an panik ve kayıp duygusu ile yaşamaya çalışmak büyük sorunlara yol açabilmektedir (Ergene, 1994).

Öztürk'e (2004) göre kaygı, kişinin hafif bir tedirginlikten, kötü bir şey olacakmış gibi hissettiği sıkıntı, endişe ve panik derecesine varan yoğunluklarda yaşanan bir duygudur. Ergenlikte ebeveyn tutumları, okul başarısı, sınavlar ve arkadaşlık ilişkileri gibi etkenler gencin çatışmalarını ve kaygılarını artırıcı bir etkiye sahiptir. Birbirine anlamlı derecede yakın bulunan bu kavramlar hafif bir tedirginlikten öleceğim duygusuna kadar varan bir skalada yaşanabilir. Kaygıda iç tehdit veya bilinç dışı mekanizmalar ön plandadır. Bu da kontrolü zorlaştırır. Korkuda ise tehdit kaynağı bireyin dışındadır ve dışarda görülen bilinen bir kaynağı kontrol etmek bazen çok daha kolay olabilir. Kaygıda kaynak bireyin kendi içindedir ancak göremediği, bilemediği, tanımlayamadığı biçimde varolabilir. Bilinmeyen bir şeyle bilinçli bir başetme sağlamak zordur. Korkuda kaynak bilindiği için bilinçli bir başetme yoluyla gözlenir ve ölçülür bir değişim sağlanabilir.

Okul yaşamında en çok yaşanan kaygı çocukların ve gençlerin başarılarının değerlendirilmesine karşı geliştirdikleri sınav kaygısı olarak görülmektedir. Sınav ortamında görülen ve rahatsız edici olarak değerlendirilen bir dizi davranışsal, fizyolojik, duysal ve duygusal öğelerin bileşenidir. Kaygı, geçici (durumluk) ve sürekli kaygı olmak üzere ikiye ayrılır. Her birey tehlikeli durumlarda kaygı, korku ve tedirginlik duyar. Bu kaygı normal ve geçicidir. Spielberger, buna durumluk kaygı adını vermektedir. Dıştan gelen tehlikelere bağlı olmayıp, kişinin özdeğerlerinin tehdit edildiğini düşündüğü, sürekli huzursuz ve stres içinde yaşadığı kaygıya ise sürekli kaygı denir. Bu bilgiyi temel aldığımızda sınav kaygısı durumluk bir kaygı

çeşididir Kaygı nedeniyle varolan performansını gösteremeyen bireyler bu kaygıyla başetmek yerine sıklıkla vazgeçmeyi seçebilmektedir. Daha az rekabet içeren okullar, gerçek performansının altındaki sınıflar, başarısız olmaktan kaçmak için düşük statü deki meslekleri tercih etmeye çalışmaktadırlar (Anshel, 1994).

Sınav kaygısı, duyusallık ve endişe olmak üzere iki boyutta incelenmektedir. Birinci boyut zihinsel uğraşların yoğun olduğu sınavın sonucuna ilişkin olumsuz beklentiler nedeniyle oluşan düşünce, inanç ve duygulardır. Tek bir sınavda gösterdiği başarısızlığın tüm yaşamın ve kişiliğin başarısızlığı gibi algılanması durumunda sonraki her performansta yaşanan kaygı durumudur. İkinci boyutu olan duyusallıkta ise normal bir işleyişteki bedenin ilk boyuttaki etkisinin beden üzerindeki yansıması olarak ya da bedenin beyinden önce verdiği tepkiler olarak düşünebiliriz. O zaman ilk boyut durdurulabilir ya da bu duygu ile ilgili kontrol sağlanabilirse ikinci boyut yani bedene aktarılan etkiler ortadan kalkmış olur. Düşünce ve inanç sistemindeki olumlu bir değişim böylece zihinsel ve bedensel düzenlemeye götürebilir (Anshel, 1994).

DeVito ve Koplik (1987) sınav kaygısını test kaygısı olarak adlandırmışlar ve sınav stresi altında yaşanan durumluk kaygı olarak ele almışlardır. Öte yandan McDonald (2001) sınav kaygısını, kaygı duygusuyla tanımlanan geniş bir grup kaygı içinde özel bir formdur ve temel olarak olumsuz değerlendirme ile ilgilidir demiştir (akt. Korkut, 2004). Değerlendirilme korkusunun iki ögesinden birisi bilişsel ögedir ve olumsuz düşünceler sonucu duyguların rahatsız edici olmasına işaret etmektedir. İkinci öge olan duyusal öge ise; kas gerginliği, kalp atışının artması, terleme, hasta hissetme ve titreme gibi fizyolojik boyutu içermektedir (akt. Korkut, 2004). Kaygı bir duygu olduğuna göre duyguların nasıl ortaya çıktığı bilinirse kaygı ile baş etme sağlanabilmektedir.

Bazen bireylerin olaylara verdiği anlam uzun yıllar içinde ki gözlem ve yorumları sayesinde ortaya çıkarken, bazen de yaşanan olayın gerçekliğinden daha uzak olarak yorumlanması bu duruma neden olabilir. Böylece otomatik bir yapının ilk hatları ortaya çıkmaya başlar. Farkında bile olmadan uzun yıllar sürebilecek bir

sarmalın içine girilmiş olunur. Hatalı düşünme ve bu nedenle ortaya çıkan kaygı durumuyla başatmenin düşünce düzenleme süreci ile zorlayıcı sarmalın dışına çıkmayı başarabilir (Sakarya, 2001). Bunun için dört aşamalı düşünce düzenleme çalışmaları yapılabilir. Bunlar:

1. Otomatik Düşünceleri Ortaya Çıkarmak: Bireyin üzerinde düşünmeden, daha öncesinde planlama yapmadan yargılamaksızın, düşünmeksizin çabuk ve otomatik olarak ortaya çıkardığı ve doğrudan temel işlevsel olmayan şemaları ya da sayıltıları yansıtır. Bu sayıltılar birey tarafından doğru kabul edilmektedir (Savaşır, 1998). Otomatik düşüncelerin ortaya çıkarılmasında aşağıdaki teknikler kullanılabilir;

- a. Sorunun diğer parçalarına odaklanılmakta (örnek; ruh hali, davranış) ve bunlara eşlik eden düşünceler sorulmaktadır.
- b. Görüntü üzerinde odaklanılmakta ve akla gelen her sözcük sorulmaktadır.
- c. Sorunlu bir bireyin rolüne girilerek, düşüncede yeniden durumu oluşturma yapılmakta ve bu durumda aklına ne geliyor diye sorulmaktadır (Kabakıt, 1998).

2. Altta Yatan Gerekçi Olmayan İnançları Saptama: Bilişsel çarpıtmanın temelinde gerekçi olmayan inançlar yatmaktadır. Otomatik düşüncelerin ortaya çıkartılabilmesi için bu altta yatan inançların belirlenmesi gerekmektedir. Gerçekçi olmayan inançların sonucunda birey kaygı, olumsuz ruh hali, depresyon ya da öfke yaşamaktadır (Kabakıt, 1998).

3. Gerçekçi Olmayan İnançları Sorgulama: Otomatik düşüncelerin gerçekçi olup olmadığını sorgulamak için bazı sorulardan örnekler şöyle sıralanabilir (Kabakıt, 1998):

- Kişi, durum ya da olaylarla ilgili fikirleriniz duygularınıza mı yoksa gerçeklere mi dayanıyor?
- Beklentileriniz gerçekçi olmayan, çok yüksek beklentiler olabilir mi?
- Siyah / beyaz şeklinde mi düşünüyorsunuz?
- Kontrolünüzde olan şeyleri çok mu abartıyorsunuz?

- -Meli -malı biçiminde mi düşünüyorsunuz?
- Olumsuz olaylar üzerinde mi odaklanıyorsunuz?
- Olayları kişiselleştiriyor musunuz? vb.

4. Gerçekçi Olmayan İnançlar Yerine Akla Uygun Alternatif Düşünceler

Üretme: Otomatik düşüncelerin değiştirilebilmesi için öncelikle altta yatan gerçekçi olmayan inançların listelenmesi gerekmektedir. Liste oluşturulduktan sonra, bunların yerine olabilecek alternatif inançlar belirlenir ve bireyle birlikte yeni belirlenen alternatif inançların uygulama planı yapılarak test edilir (Savaşır, 1998).

2.4. İnternet

Bugüne kadar İnternet'in ne olduğuna ilişkin birçok tanım yapılmıştır. “Tüm dünyadaki bilgisayarları birbirine bağlayan bir alan ağı” tanımı kabul gören tanımdır (Mambretti, 1999). İnternet'in “tüm dünyayı saran bağlantılar ağı” olarak tanımlanması; onun “dünya çapında bir ağ”, İngilizce adıyla “World Wide Web” kısaca “www” olarak adlandırılmasını sağlamıştır (Odabaşı, 1998).

Çocuklara yepyeni bir dünyanın kapısını açan ve hayatımızda önemli bir yer tutan internet, hem çocuklara hem de ailelere yeni fırsatlar ve deneyimler sunmaktadır. Çocuklar, internetin etkin kullanımı ile zaman ve mekân sınırlaması olmadan her an bilgiye ulaşabilmekte, kendi yapıtlarını da dünyaya ulaştırabilmektedirler (Orhan ve Akkoyunlu, 2004).

2.5.Sorunlu İnternet Kullanımı

Alanyazında “sorunlu internet kullanımı” kavramı “bireyin psikolojik, sosyal, akademik ve mesleki yaşamı üzerinde internet kullanımının olumsuz sonuçlara yol açması” şeklinde tanımlanmış ve sıklıkla “zamanı boşa harcama”, “kontROLSÜZLÜK”, “ekonomik ve sosyal olumsuzluklarla” bağdaştırılmıştır (Beard ve Wolf, 2001;

Büyükaslan & Kırık, 2013; Caplan, 2002; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Sanders, 2000, Scherer, 1997; Young, 1996, Young & Rogers, 1998;).

Ögel'e (2012, s, 107) göre "sorunlu internet kullanımı", "patolojik internet kullanımı", "internetin kötüye kullanımı", "aşırı internet kullanımı", "internet kullanım bozukluğu", "siber bağımlılık", "kompulsif internet kullanımı" ve "internet bağımlılığı" gibi kavramlar hep aynı anlamı ifade etmektedir ve bu kavramlar üzerinde henüz tam bir ortak tanım yoktur. Bu ise, aynı dili konuşma, araştırma yapma ve sorunu anlama gibi konularda güçlükler doğurmaktadır. Ögel'e göre bağımlılık "alışkanlıktan sonraki safhadır. Alışkanlıkların rutine binmesi ve aşırı ölçüde yapılması bağımlılığın oluşmasıyla yakın ilişki içerisindedir" (Eşitti, 2015). Ögel, İnternet bağımlılığının belirtilerini şöyle sıralamıştır:

1. Duyarlılık gelişimi
2. Yoksunluk
3. Başarısız bırakma girişimleri
4. Zarar görmeye rağmen kullanmayı sürdürme
5. Hedeflenenden fazla kullanmak, kontrol edememek
6. Sorumluluk ve yükümlülüklerini yerine getirememek
7. Zaman harcama
8. Psiko-sosyal işlevlerde bozulma

İnternet, bir ortam, bir araçlar topluluğu (Akgül, 2002) olarak da değerlendirilmektedir. Bu ağ ya da ortam içinde birçok iletişim aracı mevcuttur. Bu doğrultuda internet; öğrenme, araştırma, iletişim, eğitim ya da başka her türlü ortam olmaya adaydır. Bugün toplumsal hayatın önemli bir konumu haline gelen internet, ortam olarak içinde birçok araç barındırmaktadır. Bu araçların toplumsal yaşamda kullanılan araçlara olan yakınlığı ve pratik kolaylığı sebebiyle, internet kullanımı hızla yaygınlaşmıştır. Bu nedenle, internet yerleşik her sistemde olduğu gibi eğitim sistemine de etraflıca etki etmiştir. İnternet'in eğitim sistemini, iletişime hız kazandırma, eğitim hizmetini yaygınlaştırma, kaliteyi yükseltme, esneklik kazandırma, etkileşimi artırma (Alkan, Deryakulu ve Şimşek, 1995) gibi pek çok

yönden etkilediği ifade edilebilir. Ayrıca internet, eğitimde zaman ve mekân kavramlarını da değiştirmiş; eğitimi okul temelli olmaktan çıkararak okul dışına taşımış; evlerde internet kullanımının artmasıyla birlikte evleri etkili birer öğrenme mekânına çevirmiştir. Günümüzde internet; aileler, öğrenciler ve öğretmenler için önemli bir bilgi kaynağı olarak görülmektedir (Pfoeffler, 2002). Bu yüzden, ailelerin çoğu çocuklarının yararına olacağı düşüncesiyle ev interneti edinme yoluna gitmektedir. Ancak elbette ki ev ortamındaki bilgisayar veya internetin eğitim amaçlı kullanılması, ailenin desteğiyle alakalıdır (Attewel ve Battle, 1999).

İnternet, sunmuş olduğu imkânların yanı sıra, bazı riskleri de içermektedir. Gerçek hayattaki tehlikeler, internet ortamında da karşımıza çıkabilmektedir. Yetişkinler internette herhangi bir olumsuzlukla karşılaştığında bunun üstesinden gelebilirlerken, çocuklar bu konuda desteğe ihtiyaç duymaktadırlar. Çocuklar için interneti çekici kılan üç ortam vardır. Bunlar web siteleri, elektronik posta ve sohbet odalarıdır (Orhan ve Akkoyunlu, 2004).

İnternetin beklenenden de hızlı yaygınlaşması, patolojik aşırı kullanıma bağlı problemlerin de ortaya çıkmasına neden olmuştur. Patolojik aşırı kullanım ve bunun sonucunda meydana gelen sosyal hayattan çekilme, bireylerarası iletişimde bozulma, zarar gören evlilik ilişkileri, akademik başarıda düşme, kişisel gelişim sorunları, ekonomik sorunlar, uykusuzluk ve yorgunluk gibi şikâyetler ve uzun süre bilgisayar başında hareketsiz kalmaya bağlı gelişen fiziksel problemler internet kullanımının negatif sonuçları olarak görülmektedir (Kutlu, Savcı, Demir ve Aysan, 2016).

Alanyazında genel olarak erkeklerin sorunlu internet kullanımlarının kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir (Bayraktar, 2001; Batıgün ve Kılıç, 2011; Ceyhan, 2008a; Çelik ve Odacı, 2012; Gürcan, 2010; Mottram ve Fleming, 2009; Yang ve Tung, 2007). Bununla birlikte, sorunlu internet kullanımında cinsiyet farklılığı görülmediğine ilişkin sınırlı sayıda araştırma bulgusu elde edilmiştir (Ceyhan, 2011; Smahel, Brown ve Blinka, 2012). Lise öğrencilerinin problemli internet kullanımlarında cinsiyete ilişkin bu farklılıkların temelinde

toplumsal cinsiyet rollerindeki farklılaşmaların da etkili olabileceği söylenebilir (Zorbaz ve Dost, 2014).

Tüm bu bilgilerden hareketle internetin, toplumda birçok kesim tarafından kullanılmasına ve risk oluşturmaya birlikte, henüz kimlik oluşturma sürecinde bulunan ergenler için daha büyük bir risk faktörü olduğu görülmektedir. Buna ek olarak özellikle ergenlerin önemli bir kısmının, üniversiteye hazırlık gibi kritik bir zaman aralığı içerisinde bulunması, geleceğe yönelik hedeflerin belirlenmesi ve bu hedeflere ulaşmak için ciddi bir çaba sarf etmesi beklenirken ortaya çıkabilecek internet bağımlılığının hem zaman hem de motivasyon yönünden de ciddi kayıplar oluşturacağı söylenebilir (Derin, 2013).

3. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, evren, örneklem, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizine ve yorumlanmasına ile ilgili bilgilere yer verilmektedir.

3.1.Araştırma Modeli

Araştırma ilişkisel tarama modelinde desenlenmektedir. Karasar'a (2003) göre, ilişkisel tarama modeli, iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir. Aynı zamanda araştırma, lise 12. sınıf öğrencilerinin problemli internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeylerini cinsiyete, okul türüne, sınıf tekrar durumuna, akademik başarı düzeyine ve anne-babanın birliktelik durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla ilişkisel karşılaştırma modelini içermektedir.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın Evreni: Bu çalışmanın evreni İzmir ili Bergama ilçesinde öğrenimlerini sürdüren lise öğrencilerinden oluşturmaktadır.

Araştırmanın Örnekleme: Bu çalışmanın örnekleme İzmir ili Bergama ilçesinde öğrenimlerini sürdüren lise 12. sınıf öğrencilerinden basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiş olan 528 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırma için uygun örnekleme belirleyebilmek amacıyla ilk olarak

Yazıcıoğlu ve Erdoğan (2004)'a ait farklı büyüklükteki evrenler için oluşturulmuş “ $p=.05$ örneklem büyüklükleri” tablosundan yararlanılmıştır. Söz konusu tabloda 25000 kişilik evrende % 5’lik örnekleme hatasıyla çalışmak için gerekli örneklem büyüklüğü 378; 50000 kişilik bir evrende % 5’lik örnekleme hatasıyla çalışmak için gerekli örneklem büyüklüğü ise 381 olarak belirlenmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak Driscoll (2007) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Totan ve Yavuz (2009) tarafından yapılan Westside Sınav Kaygısı Ölçeği (WTAS), Ceyhan ve Ceyhan (2009) tarafından geliştirilen Problemlili İnternet Kullanım Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

3.3.1. Westside Sınav Kaygısı Ölçeği (WTAS)

Bu ölçek Driscoll (2007) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Totan ve Yavuz (2009) tarafından yapılan, 5’li Likert türü derecelmeyi (1: Asla Doğru Değil, 5:Daima Doğru) kullanan ve tek alt boyut ile 11 maddeden oluşan bir ölçektir.

3.3.1.1. Ölçüt Ölçek Geçerliliği

WSKÖ’nin benzer ölçek geçerliği çalışması Beck Anksiyete Ölçeği ve Spielberger Sürekli-Durumluk Kaygı ölçekleriyle incelenmiştir. Yapılan korelasyon analizi sonucunda WSKÖ’nin Beck Anksiyete Ölçeğiyle orta düzeyde ($r = .44, p = .000$) sürekli kaygı ölçeğiyle düşük düzeyde ($r = .14, p = .000$) ve durumluluk kaygı ölçeğiyle düşük düzeyde ($r = .17, p = .000$) ilişkili olduğu bulunmaktadır. Spielberger durumluluk-sürekli kaygı ölçeği ile Beck anksiyete ölçeği üst düzeydeki kaygıyı ölçmek için kullanılan ölçeklerdir. Sınav kaygısının, özellikle sınav yaklaştığında, durumsal olarak neredeyse tüm öğrencilerde gözlenebildiği varsayılarak ilgili ölçeklerle elde edilen korelasyon sonuçlarının olağan seviyede olduğu tahmin edilmektedir.

3.3.1.2. Güvenirlik

WSKÖ'nin güvenirlik çalışmasında Cronbach alfa içtutarlılık ve test tekrar test yöntemleri kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .89 olarak hesaplanmaktadır. Ölçeğin test tekrar test güvenirlik çalışması Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Fakültesinin, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim dalında 3. sınıfa devam eden 33 öğrenci üzerinden ölçeğin 2 hafta arayla uygulanmasıyla incelenmektedir. Ölçeğin ilk uygulaması ile ikinci kez uygulaması arasında pozitif yönde bir ilişki ($r = .57, p = .034$) olduğu gözlenmektedir. Güvenirlik analizi sonuçları WSKÖ'nin sınav kaygısını ölçmede tutarlı değerlere sahip olduğunu göstermektedir.

3.3.1.3. Madde Analizi

WSKÖ'nin madde analizleri; düzeltilmiş madde toplam korelasyonları ve alt/üst %27'lik grupların madde puanları arasındaki farklılıklara bakılarak incelenmektedir. Ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyonları .47-.71 arasındadır. Örneklemin üst %27 ve alt %27'lik diliminin WSKÖ'den almış oldukları puanların ortalamaları arasındaki farka ilişkin t değerlerinin 9,51 ($p < .001$) ile 22,11 ($p < .001$) arasında olduğu bulunmaktadır ($t(sd = 144)$).

3.3.2. Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ)

Ceyhan, Ceyhan ve Gürçan (2007)'ın, üniversite öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeylerini ölçmek için geliştirdiği PİKÖ, “tamamen uygun”dan “hiç uygun değil”e kadar değişen aralıkta beşli derecelendirmeye cevaplanan 33 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 33 ile 165 arasında değişebilmekte ve alınabilecek puanların yüksekliği bireylerin internet kullanımlarının sağlıksızlaştığına, onların yaşamlarını olumsuz bir biçimde etkilediğine ve internet bağımlılığı gibi bir patolojiye eğilim oluşturabileceğine işaret etmektedir.

3.3.2.1. Geçerlik

PİKÖ'nün geçerlik çalışmaları kapsamında, ilk önce ölçek geliştirmek için kapsam geçerliği sağlanmıştır. Bu amaçla, alanyazına dayalı madde havuzu oluşturulmuş, uzmanlar tarafından ve örneklem grubu çalışmasıyla hedef grup tarafından incelenmesi sağlanmıştır. Ayrıca, kapsam geçerliğinin yanı sıra yapı geçerliği ve ölçütlere dayalı geçerliği belirlemeye yönelik çalışmalar da yapılmıştır.

3.3.3. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın problem ve alt problemlerinin yanıtlarını bulmak amacıyla, hedef kitle olan lise ğrencilerinin demografik özelliklerini belirlemek amacı ile araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Kişisel Bilgi Formunda, ğrencilerin; cinsiyet, okul türü, akademik başarı, sınıf tekrarı yapma durumu ve anne-baba birliktelik durumu ile ilgili sorular yer almıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma için öncelikle Dokuz Eyll Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nden Etik Kurulu izni alınmıştır. Daha sonra İzmir Valiliği ve İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izin alınmış, sonrasında ise veri toplama araçları olan Westside Sınav Kaygısı leği, Problemlili İnternet Kullanım leği ve Kişisel Bilgi Formu; İzmir ili Bergama ilçesinde bulunan ve kullanım izni alınan liselerde öğrenim görmekte olan öğrencilere uygulanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırma sürecinde, lme araçları ile elde edilen verilerin analizi, amaçlara uygun istatistiksel yöntemlerle yapılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler kodlanarak bilgisayara yüklenmiştir. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde SPSS 21.0 (Statistical Package for Social Sciences) istatistik programı kullanılmıştır.

Araştırma verilerinin çözümlenmesinde seçilecek analiz yöntemi için veriler üzerinde varyans analizleri yapılmıştır. Her bir analiz için varyans analizi sonuçları 0,05 anlamlılık değerinden küçük olduğu için varyansların homojen dağılmadığı bulunmuştur. Yapılan Kolmogorov-Smirnov normallik testine göre, Sınav Kaygısı Ölçeği ve Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği puanlarının normal dağılmadığı bulunmuştur ($p < .05$). Bu yüzden analizlerde parametrik olmayan testler uygulanmıştır.

Sınav Kaygısı Ölçeği ve Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği ve alt boyutları arasındaki ilişkiler Spearman's rho korelasyon analizleri ile araştırılmıştır. Büyüköztürk (2011)'e göre, korelasyon analizi, iki değişken arasındaki doğrusal ilişkiyi veya bir değişkenin iki yada daha çok değişken ile olan ilişkisini test etmek, varsa bu ilişkinin derecesini ölçmek için kullanılan istatistiksel bir yöntemdir. Korelasyon katsayısının mutlak değer olarak, 0.70-1.00 arasında olması yüksek; 0.70-0.30 arasında olması orta; 0.30-0.00 arasında olması ise düşük düzeyde bir ilişki olarak tanımlanır.

Demografik değişkenlerden cinsiyet, okul türü, sınıf tekrar etme durumu ve anne baba birliktelik durumu ile "Sınav Kaygısı Ölçeği ve Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı farklılığı ilişkisiz t testi analizinin non parametrigi olan Mann Whitne U analizi ile değerlendirilmiştir. Büyüköztürk, (2011)'e göre, Mann Whitne U analizi, iki ilişkisiz örneklemden elde edilen puanların birbirlerinden anlamlı bir şekilde farklılık gösterip göstermediğini test etmektedir.

Demografik değişkenlerden akademik başarı ile "Sınav Kaygısı Ölçeği ve Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı farklılığı Tek Yönlü Varyans Analizinin non parametrigi olan Kruskall Wallis analizi ile değerlendirilmiştir. Büyüköztürk (2011), Kruskall Wallis testinin, ilişkisiz iki ya da daha çok örneklem ortalamasının birbirinden anlamlı farklılık gösterip göstermediğini test etmek için kullanılan analiz yöntemi olduğunu belirtmektedir.

4. BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

Araştırma problemini ve probleme dayalı olarak oluşturulan araştırmanın alt problemlerini incelemek amacıyla yapılan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular bu bölümde ilgili başlıklar ve alt başlıklar altında sunulmaktadır.

4.1. Örneklemi Tanıtıcı Bulgular

Örneklemin cinsiyete göre dağılımı Tablo 1’de verilmektedir.

Tablo 1

Ergenlerin Cinsiyete Göre Dağılımı					
		Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
	Kız	242	45,7	45,8	45,8
	Erkek	286	54,0	54,2	100,0
	Toplam	528	99,6	100,0	

Tablo 5’te görüldüğü gibi, ergenlerin %45,7’sinin kız (n=242), %54’ünün ise erkek(n=286) olduğu belirlenmiştir.

Örneklemin Anne- Baba Medeni Durumuna göre dağılımı Tablo 2’de verilmektedir.



Tablo 2

Ergenlerin Anne-Babalarının Medeni Durumuna Göre Dağılımı					
		Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
	Birlikte	487	91,9	92,2	92,2
	Ayrı	41	7,7	7,8	100,0
	Toplam	528	99,6	100,0	

Tablo 6’da görüldüğü gibi, ergenlerin %91,9’unun anne-babasının birlikte (n=487), %7,7’sinin anne-babasının ise ayrı (n=41) olduğu belirlenmiştir.

Örneklemin Okul Türüne göre dağılımı Tablo 3’de verilmektedir.

Tablo 3

Ergenlerin Okul Türüne Göre Dağılımı					
		Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
	Meslek Lisesi	258	48,7	48,9	48,9
	Anadolu Lisesi	270	50,9	51,1	100,0
	Toplam	528	99,6	100,0	

Tablo 7’de görüldüğü gibi, ergenlerin %48,7’sinin meslek lisesi öğrencisi (n=258), %50,9’unun ise anadolu lisesi öğrencisi (n=270) olduğu belirlenmiştir.

Örneklemin Sınıf Tekrarına göre dağılımı Tablo 4’te verilmektedir.

Tablo 4

Ergenlerin Sınıf Tekrarına Göre Dağılımı					
		Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
	Evet	55	10,4	10,4	10,4
	Hayır	473	89,2	89,6	100,0
	Toplam	528	99,6	100,0	

Tablo 8’de görüldüğü gibi, ergenlerin %10,4’inin sınıf tekrarı yaptığı (n=55), %89,2’unun ise sınıf tekrarı yapmadığı (n=473) olduğu belirlenmiştir.

Örneklemin Başarı Durumuna göre dağılımı Tablo 5’te verilmektedir.

Tablo 5

Ergenlerin Başarı Durumuna Göre Dağılımı					
		Frekans	Yüzde	Geçerli Yüzde	Kümülatif Yüzde
	50-60	45	8,5	8,5	8,5
	60-70	111	20,9	21,0	29,5
	70-80	206	38,9	39,0	68,6
	80-90	108	20,4	20,5	89,0
	90-100	58	10,9	11,0	100,0
	Toplam	528	99,6	100,0	

Tablo 9’da görüldüğü gibi, ergenlerin %8,5’inin akademik başarı ortalamalarının 50-60 puan aralığında olduğu (n=45), %20,9’unun akademik başarı ortalamalarının 60-70 puan aralığında olduğu (n=111), %38,9’unun akademik başarı ortalamalarının 70-80 puan aralığında olduğu (n=206), %20,4’ünün akademik başarı ortalamalarının 80-90 puan aralığında olduğu (n=108), %10,9’unun akademik başarı ortalamalarının 90-100 puan aralığında olduğu (n=58) belirlenmiştir.

4.2.Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde kişisel bilgi formu, Westside Sınav Kaygısı Ölçeği ve Problemlili İnternet Kullanım Ölçeği uygulamalarından elde edilen verilerin analiziyle elde edilen bulgular, alt problemlere göre sınıflandırılarak tablolatırılmış ve sonuçlar yorumlanmıştır.

Araştırmanın birinci alt problemi: “Cinsiyete göre ergenlerin problemlili internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?” şeklinde ifade edilmiştir. Bu alt probleme ilişkin yapılan Mann Whitney U analizi sonuçları Tablo 6’da yer almaktadır.

Tablo 6

Cinsiyet Durumuna Göre Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeyleri İlişkin Mann Whitney U Analizi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Z	U	p
Sınav Kaygısı	Kız	242	290,94	-3,665	28208,0	,000
	Erkek	286	242,13			
Problemlili İnternet Kullanımı	Kız	242	301,51	-5,128	25650,00	,000
	Erkek	286	233,19			
İnternet’in Olumsuz Sonuçları	Kız	242	298,98	-4,780	26262,000	,000
	Erkek	286	235,33			
Sosyal Fayda /Sosyal Rahatlık	Kız	242	263,20	-,180	34292,50	,857
	Erkek	286	265,60			
Aşırı Kullanım Süresi	Kız	242	310,94	-6,447	23367,00	,000
	Erkek	286	225,20			

p<.05

Tablo 6’ya göre araştırmaya katılan kız öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği sıra ortalama puanı 290,94 ve erkek öğrencilerinin sınav kaygısı ölçeği sıra ortalama puanı 242,13 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda cinsiyet durumu ile sınav kaygısı

ölçeği sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($U=28208,00$; $p<.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan kız öğrencilerin sınav kaygılarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6'ya göre araştırmaya katılan kız öğrencilerinin problemli internet kullanımı ölçeği sıra ortalama puanı 301,51 ve erkek öğrencilerinin problemli internet kullanımı ölçeği sıra ortalama puanı 233,19 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda cinsiyet durumu ile problemli internet kullanımı ölçeği sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($U=25650,00$; $p<.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan kız öğrencilerin Problemli İnternet Kullanımı durumlarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6'ya göre araştırmaya katılan kız öğrencilerin Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği'nin İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu için sıra ortalama puanı 298,98 ve erkek öğrencilerinin İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu için sıra ortalama puanı 235,33 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda cinsiyet durumu ile İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($U=26262,0$; $p<.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan kız öğrencilerin İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu durumlarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6'ya göre araştırmaya katılan kız öğrencilerin Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği'nin Sosyal Fayda /Sosyal Rahatlık alt boyutu için sıra ortalama puanı 263,20 ve erkek öğrencilerinin Sosyal Fayda /Sosyal Rahatlık alt boyutu için sıra ortalama puanı 265,60 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda cinsiyet durumu ile Sosyal Fayda /Sosyal Rahatlık alt boyutu sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($U=34292,0$; $p<.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan kız öğrencilerin Sosyal Fayda /Sosyal Rahatlık alt boyutu durumlarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6'ya göre araştırmaya katılan kız öğrencilerin Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği'nin Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu için sıra ortalama puanı 310,94 ve erkek öğrencilerinin Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu için sıra ortalama puanı 225,20 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda cinsiyet durumu ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu sıra ortalama puanları arasında anlamlı farklılık olduğu gözlenmektedir ($U=23367,0$; $p<.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan kız öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu durumlarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmanın ikinci alt problemi: “Anne-Baba birliktelik durumuna göre ergenlerin problemlili internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?” şeklinde ifade edilmiştir. Bu alt probleme ilişkin yapılan Mann Whitney U analizi sonuçları Tablo 7’de yer almaktadır.

Tablo 7

Anne-Baba birliktelik Durumuna Göre Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeyleri İlişkin Mann Whitney U Analizi Sonuçları

Boyut	Anne-Baba Durum	N	Sıra Ortalaması	Z	U	P
Sınav Kaygısı Ölçeği	Birlikte	487	265,49	-,515	9501,00	0,60
	Ayrı	41	252,73			
Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği	Birlikte	487	263,98	-,269	9731,50	0,78
	Ayrı	41	270,65			
İnternet’in Olumsuz Sonuçları	Birlikte	487	263,72	-,406	9603,00	0,68
	Ayrı	41	273,78			
Sosyal Fayda /Sosyal Rahatlık	Birlikte	487	264,92	-,219	9778,50	0,82
	Ayrı	41	259,50			
Aşırı Kullanım Süresi	Birlikte	487	264,36	-,075	9913,00	0,94
	Ayrı	41	266,22			
p>.05						

Tablo 7'ye göre araştırmaya katılan öğrencilerinin anne-baba birliktelik durumuna göre; anne-babaları birlikte olan öğrencilerin sınav kaygısı sıra ortalama

puanı 265,49 ve anne-babaları ayrı olan öğrencilerin sınav kaygısı ölçeği sıra ortalaması puanı 252,73 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda anne-baba birliktelik durumu ile sınav kaygısı ölçeği sıra ortalaması puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir ($U=9501,00$; $p>.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerin sınav kaygısının anne-baba birliktelik durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Tablo 7'ye göre araştırmaya katılan öğrencilerinin anne-baba birliktelik durumuna göre; anne-babaları birlikte olan öğrencilerin problemli internet kullanımı sıra ortalaması puanı 263,98 ve anne-babaları ayrı olan öğrencilerin sınav kaygısı sıra ortalaması puanı 270,65 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda problemli internet kullanımı sıra ortalaması puanlarıyla anne-baba birliktelik durumu puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır. ($U=9731,50$; $p>.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerin problemli internet kullanımının anne-baba birliktelik durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Tablo 7'ye göre araştırmaya katılan öğrencilerinin anne-baba birliktelik durumuna göre; anne-babaları birlikte olan öğrencilerin İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu sıra ortalaması puanı 263,72 ve anne-babaları ayrı olan öğrencilerin İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu sıra ortalaması puanı 273,78 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda anne-baba birliktelik durumu ile birinci faktör alt boyutu sıra ortalaması puanları arasında farklılaşmadığı görülmektedir ($U=9603,00$; $p>.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerin problemli internet kullanımı alt boyutlarından İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu durumlarının anne-baba birliktelik durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Tablo 7'ye göre araştırmaya katılan öğrencilerinin anne-baba birliktelik durumuna göre; anne-babaları birlikte olan öğrencilerin Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyutu sıra ortalaması puanı 264,92 ve anne-babaları ayrı olan öğrencilerin i Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyutu sıra ortalaması puanı 259,50 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda anne-baba birliktelik durumu ile ikinci faktör alt boyutu sıra ortalaması puanları arasında farklılaşmadığı görülmektedir ($U=9778,50$; $p>.05$). Bu sonuçlara

göre araştırmaya katılan öğrencilerin problemli internet kullanımı alt boyutlarından Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyutu durumlarının anne-baba birliktelik durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Tablo 7'ye göre araştırmaya katılan öğrencilerinin anne-baba birliktelik durumuna göre; anne-babaları birlikte olan öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu sıra ortalama puanı 264,36 ve anne-babaları ayrı olan öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu sıra ortalama puanı 266,22 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda anne-baba birliktelik durumu ile üçüncü faktör alt boyutu sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak bir farklılık saptanmamıştır ($U=9913,00$; $p>.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerin problemli internet kullanımı alt boyutlarından Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu durumlarının anne-baba birliktelik durumuna göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Araştırmanın üçüncü alt problemi: “Okul türüne göre ergenlerin problemli internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?” şeklinde ifade edilmiştir. Bu alt probleme ilişkin yapılan Mann Whitney U analizi sonuçları Tablo 8’de yer almaktadır.

Tablo 8

Okul Türüne Göre Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeyleri İlişkin Mann Whitney U Analizi Sonuçları

Boyut	Okul Türü	N	Sıra Ortalaması	Z	U	P
Sınav Kaygısı Ölçeği	Meslek Lisesi	258	291,20	-	27941,00	,000
	Anadolu Lisesi	270	238,99	3,933		
Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği	Meslek Lisesi	258	235,89	-	27447,50	,000
	Anadolu Lisesi	270	291,84	4,213		
İnternetin Olumsuz Sonuçları	Meslek Lisesi	258	234,87	-	27184,50	,000
	Anadolu Lisesi	270	292,82	4,366		
Sosyal	Meslek Lisesi	258	276,64	-	31698,00	,073

fayda/Sosyal rahatlık	Anadolu Lisesi	270	252,90	1,791	000
Aşırı Kullanım Süresi	Meslek Lisesi	258	223,58	-	24273,5 ,000
	Anadolu Lisesi	270	303,60	6,036	00

Tablo 8'e göre araştırmaya katılan öğrencilerinin okul türüne göre; meslek lisesinde öğrenime devam eden öğrencilerin sınav kaygısı sıra ortalama puanı 291,20 ve Anadolu lisesinde öğrenime devam eden öğrencilerin sınav kaygısı sıra ortalama puanı 238,99 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda okul türü ile sınav kaygısı ölçeği sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($U=27941,000$; $p<.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerden meslek lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin sınav kaygısının Anadolu lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sınav Kaygısı okul türüne göre farklılaşmaktadır.

Tablo 8'e göre araştırmaya katılan öğrencilerinin okul türüne göre; meslek lisesinde öğrenime devam eden öğrencilerin problemlili internet kullanma sıra ortalama puanı 235,89 ve Anadolu lisesinde öğrenime devam eden öğrencilerin problemlili internet kullanma sıra ortalama puanı 291,84 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda okul türü ile problemlili internet kullanma sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($U=27447,500$; $p<.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerden Anadolu lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin problemlili internet kullanma düzeylerinin Meslek lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Problemlili İnternet Kullanımı okul türüne göre farklılaşmaktadır.

Tablo 8'e göre araştırmaya katılan öğrencilerinin okul türüne göre; meslek lisesinde öğrenime devam eden öğrencilerin İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyutu sıra ortalama puanı 234,87 ve Anadolu lisesinde öğrenime devam eden öğrencilerin İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyutu sıra ortalama puanı 292,82 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda okul türü ile birinci faktör alt boyutu sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır

($U=27184,500$; $p<.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerden Anadolu lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyutu durumlarının meslek lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Problemlı İnternet Kullanımının alt boyutlarından İnternetin Olumsuz Sonuçları okul türüne göre farklılaşmaktadır.

Tablo 8'e göre araştırmaya katılan öğrencilerinin okul türüne göre; meslek lisesinde öğrenime devam eden öğrencilerin Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyutu sıra ortalama puanı 276,64 ve Anadolu lisesinde öğrenime devam eden öğrencilerin Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyutu sıra ortalama puanı 252,90 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda okul türü ile ikinci faktör alt boyutu sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak bir farklılık saptanmamıştır ($U=31698,0$; $p>.05$). Bu sonuçlara göre Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyutunun okul türü üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı saptanmıştır.

Tablo 8'e göre araştırmaya katılan öğrencilerinin okul türüne göre; meslek lisesinde öğrenime devam eden öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu sıra ortalama puanı 223,58 ve Anadolu lisesinde öğrenime devam eden öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu sıra ortalama puanı 303,60 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda okul türü ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($U=24273,50$; $p<.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerden Anadolu lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu durumlarının meslek lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın dördüncü alt problemi: “Sınıf tekrarı durumuna göre ergenlerin problemlı internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?” şeklinde ifade edilmiştir. Bu alt probleme ilişkin yapılan Mann Whitney U analizi sonuçları Tablo 9'da yer almaktadır.

Tablo 9

Sınıf Tekrarı Durumuna Göre Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeyleri İlişkin Mann Whitney U Analizi Sonuçları

Boyut	Sınıf Tekrarı	N	Sıra Ortalaması	Z	U	P
Sınav Kaygısı Ölçeği	Evet	55	269,04	-,233	12758,00	0,81
	Hayır	473	263,97			
Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği	Evet	55	227,60	-1,895	10978,00	0,058
	Hayır	473	268,79			
İnternetin Olumsuz Sonuçları	Evet	55	225,15	-2,022	10843,00	0,04
	Hayır	473	269,08			
Sosyal fayda/Sosyal rahatlık	Evet	55	261,63	-,148	12849,5	0,88
	Hayır	473	264,83			
Aşırı Kullanım Süresi	Evet	55	232,58	-1,642	11252,00	0,10
	Hayır	473	268,21			

Tablo 9'a göre araştırmaya katılan öğrencilerinin sınıf tekrarı durumuna göre; sınıf tekrarı yapan öğrencilerin sınav kaygısı sıra ortalama puanı 269,04 ve sınıf tekrarı yapmayan öğrencilerin sınav kaygısı sıra ortalama puanı 263,97 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda sınıf tekrarı durumu ile sınav kaygısı ölçeği sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak bir farklılık saptanmamıştır ($U=12758,000$; $p>.05$). Bu sonuçlara göre sınıf tekrarı durumunun sınav kaygısı üzerinde bir etkisi bulunmamaktadır.

Tablo 9'a göre araştırmaya katılan öğrencilerinin sınıf tekrarı durumuna göre; sınıf tekrarı yapan öğrencilerin problemli internet kullanım sıra ortalama puanı 227,60 ve sınıf tekrarı yapmayan öğrencilerin problemli internet kullanım sıra ortalama puanı 268,79 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda sınıf tekrarı durumu ile problemli internet kullanımı sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak bir farklılık saptanmamıştır ($U=10978,00$; $p>.05$). Bu sonuçlara göre sınıf tekrarı durumunun problemli internet kullanımı üzerinde bir etkisi bulunmamaktadır.

Tablo 9'a göre araştırmaya katılan öğrencilerinin sınıf tekrarı durumuna göre; sınıf tekrarı yapan öğrencilerin İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut sıra ortalama puanı 225,15 ve sınıf tekrarı yapmayan öğrencilerin İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut sıra ortalama puanı 269,08 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda sınıf tekrarı durumu ile İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($U=10843,00$; $p<.05$). Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerden sınıf tekrarı yapmayan öğrencilerin İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut sıra ortalama puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 9'a göre araştırmaya katılan öğrencilerinin sınıf tekrarı durumuna göre; sınıf tekrarı yapan öğrencilerin Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyut sıra ortalama puanı 261,63 ve sınıf tekrarı yapmayan öğrencilerin Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyut sıra ortalama puanı 264,83 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda sınıf tekrarı durumu ile Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyut sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak istatistiki olarak bir farklılık saptanmamıştır ($U=10843,00$; $p>.05$). Bu sonuçlara göre sınıf tekrarı durumunun Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyut üzerinde bir etkisi bulunmamaktadır.

Tablo 9'a göre araştırmaya katılan öğrencilerinin sınıf tekrarı durumuna göre; sınıf tekrarı yapan öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyut sıra ortalama puanı 232,58 ve sınıf tekrarı yapmayan öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyut sıra ortalama puanı 268,21 olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda sınıf tekrarı durumu ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyut sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak istatistiki olarak bir farklılık saptanmamıştır ($U=11252,00$; $p>.05$). Bu sonuçlara göre sınıf tekrarı durumunun Aşırı Kullanım Süresi alt boyut üzerinde bir etkisi bulunmamaktadır.

Araştırmanın beşinci alt problemi: “Akademik başarı düzeyine göre ergenlerin problemlili internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?” şeklinde ifade edilmiştir. Bu alt probleme ilişkin yapılan Kruskal Wallis-H testi analizi sonuçları Tablo 10'da yer almaktadır.

Tablo 10

Akademik Başarı Düzeyine Göre Öğrencilerin İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeyleri İlişkin Kruskal Wallis-H testi Analizi Sonuçları

Ölçek	Akademik Başarı	N	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	Anlamlı Fark
Sınav Kaygısı Ölçeği	50-60 ^a	45	291,88	4	26,255	,000	a-d
	60-70 ^b	111	295,78				a-e
	70-80 ^c	206	281,55				b-d
	80-90 ^d	108	217,38				b-e
	90-100 ^e	58	210,59				c-d
Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği	50-60 ^a	45	209,06	4	12,084	,017	c-e
	60-70 ^b	111	241,29				a-c
	70-80 ^c	206	275,77				a-d
	80-90 ^d	108	275,00				a-e
	90-100 ^e	58	292,35				b-e
İnternetin Olumsuz Sonuçları	50-60 ^a	45	201,39	4	11,561	,021	a-c
	60-70 ^b	111	249,01				a-d
	70-80 ^c	206	273,84				a-e
	80-90 ^d	108	277,23				
	90-100 ^e	58	286,23				
Sosyal fayda/Sosyal rahatlık	50-60 ^a	45	263,97	4	2,583	,630	Yok
	60-70 ^b	111	273,52				
	70-80 ^c	206	266,08				
	80-90 ^d	108	245,26				

	90-100 ^e	58	277,87			
Aşırı	50-60 ^a	45	202,09			b-c
Kullanım	60-70 ^b	111	216,46			b-d
Süresi	70-80 ^c	206	279,44	4	27,605	,000
	80-90 ^d	108	289,82			
	90-100 ^e	58	304,62			
p< .05						

Tablo 10'a göre akademik başarı durumuna göre öğrencilerin sınav kaygısı puan ortalaması; 50-60 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 291,88, 60-70 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 295,78, 70-80 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 281,55, 80-90 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 217,38 ve 90-100 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 210,59 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre öğrencilerin akademik başarı puan durumları ile sınav kaygısı sıra ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($\chi^2 (4) = 26,255$, $p < .05$). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Mann Whitney U analizi sonucunda; Akademik başarı düzeyi 50-60 olanların sınav kaygısı düzeyleri, akademik başarı düzeyi 80-90 ve 90-100 olanlara göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde akademik başarı düzeyi 60-70 olanların sınav kaygısı düzeyleri, akademik başarı düzeyi 80-90 ve 90-100 olanlara göre anlamlı olarak daha yüksektir. Ayrıca akademik başarı düzeyi 70-80 olanların sınav kaygısı düzeyleri, akademik başarı düzeyi 80-90 ve 90-100 olanlara göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 10'a göre akademik başarı durumuna göre öğrencilerin problemleri internet kullanımı puan ortalaması; 50-60 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 209,06, 60-70 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 241,29, 70-80 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 275,77, 80-90 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 275,00 ve 90-100 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 292,35 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre

öğrencilerin akademik başarı puan durumları ile problemlili internet kullanımı sıra ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($\chi^2 (4) = 12,084, p < .05$). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Mann Whitney U analizi sonucunda; akademik başarıları 50-60 olanların problemlili internet kullanım toplam düzeyleri, akademik düzeyi 70-80, 80-90 ve 90-100 olanlara göre anlamlı olarak daha düşük olduğu belirlenmiştir. Ayrıca akademik başarıları 60-70 olanların problemlili internet kullanım toplam düzeyleri, akademik düzeyi 90-100 olanlara göre anlamlı olarak daha düşük olduğu bulunmuştur.

Tablo 10'a göre akademik başarı durumuna göre öğrencilerin İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut puan ortalaması; 50-60 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 201,39, 60-70 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 249,01, 70-80 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 273,84, 80-90 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 277,23 ve 90-100 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 286,23 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre öğrencilerin akademik başarı puan durumları ile İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut sıra ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($\chi^2 (4) = 11,561, p < .05$). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Mann Whitney U analizi sonucunda; akademik başarıları 50-60 olanların İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut sıra ortalama puanı akademik düzeyi 70-80, 80-90 ve 90-100 olanlara göre anlamlı olarak daha düşüktür.

Tablo 10'a göre akademik başarı durumuna göre öğrencilerin Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyut puan ortalaması; 50-60 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 263,97, 60-70 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 273,52, 70-80 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 266,08, 80-90 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 245,26 ve 90-100 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 277,87 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre öğrencilerin akademik başarı puan durumları ile Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyut sıra ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($\chi^2 (4) = 2,583, p > .05$). Bu sonuçlara göre Sosyal fayda/Sosyal rahatlık

alt boyutun akademik başarı düzeyi üzerinde belirleyici bir etkisi olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 10'a göre akademik başarı durumuna göre öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyut puan ortalaması; 50-60 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 202,09, 60-70 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 216,46, 70-80 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 279,44, 80-90 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 289,82 ve 90-100 puan aralığındaki öğrencilerin sıra ortalama puanı 304,62 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlara göre öğrencilerin akademik başarı puan durumları ile üçüncü alt boyut sıra ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($\chi^2(4) = 27,605, p < .05$). Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Mann Whitney U analizi sonucunda; akademik başarısı 50-60 olanların Aşırı Kullanım Süresi alt boyut sıra ortalama puanlarının, akademik düzeyi 70-80, 80-90 ve 90-100 olanlara göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Ayrıca akademik başarısı 60-70 olanların Aşırı Kullanım Süresi alt boyut sıra ortalama puanlarının, akademik düzeyi 70-80, 80-90 ve 90-100 olanlara göre daha düşük olduğu belirlenmiştir.

Problem Cümlesinde; Ergenlerin problemlili internet kullanım düzeyleri ile sınav kaygısı düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır? şeklinde ifade edilen probleme ait, ergenlerin problemlili internet kullanım düzeyleri ve alt boyutları ile sınav kaygısı düzeyleri arasındaki Spearman's rho korelasyon analizine ilişkin bulgular Tablo 11'de yer almaktadır.

Tablo 11

Ergenlerin Problemli İnternet Kullanım Düzeyleri ve Alt Boyutları İle Sınav Kaygısı Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analizi

Ölçekler		Sınav Kaygısı Ölçeği	Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği	Birinci Faktör	İkinci Faktör	Üçüncü Faktör
Sınav Kaygısı Ölçeği	r	1,000				
	p	.				
Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği	r	-,307**	1,000			
	p	,000	.			
İnternetin Olumsuz Sonuçları	r	-,292**	,946**	1,000		
	p	,000	,000	.		
Sosyal fayda/Sosyal rahatlık	r	-,183**	,683**	,530**	1,000	
	p	,000	,000	,000	.	
Aşırı Kullanım Süresi	r	-,297**	,802**	,678**	,365**	1,000
	p	,000	,000	,000	,000	.
p<0,05.						

Tablo 11'deki korelasyon analizine ilişkin bulgulara göre; öğrencilerin sınav kaygısı düzeyi ile problemli internet kullanım düzeyi arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır($r=-0,307$; $p<0,05$). Bu ilişki iki değişken arasında orta düzeydedir. Bu bağlamda sınav kaygısı düzeyi arttıkça problemli internet kullanım düzeyi azalmaktadır.

Öğrencilerin sınav kaygısı düzeyi ile İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyutu arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır, ($r=-0,292$; $p<0,05$). Bu ilişki iki değişken arasında düşük düzeydedir. Bu bağlamda sınav kaygısı düzeyi arttıkça İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut düzeyi azalmaktadır.

Öğrencilerin sınav kaygısı düzeyi ile Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyutu arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır,($r=-0,183$; $p<0,05$). Bu

ilişki iki değişken arasında düşük düzeydedir. Bu bağlamda sınav kaygısı düzeyi arttıkça Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyut düzeyi azalmaktadır.

Öğrencilerin sınav kaygısı düzeyi ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır, ($r=-0,297$; $p<0,05$). Bu ilişki iki değişken arasında düşük düzeydedir. Bu bağlamda sınav kaygısı düzeyi arttıkça Aşırı Kullanım Süresi alt boyut düzeyi azalmaktadır.

Öğrencilerin problemlı internet kullanım düzeyi ile İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır, ($r=0,946$; $p<0,05$). Bu ilişki iki değişken arasında yüksek düzeydedir. Bu bağlamda problemlı internet kullanım düzeyi arttıkça İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut düzeyi artmaktadır.

Öğrencilerin problemlı internet kullanım düzeyi ile Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır, ($r=0,683$; $p<0,05$). Bu ilişki iki değişken arasında orta düzeydedir. Bu bağlamda problemlı internet kullanım düzeyi arttıkça Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyut düzeyi artmaktadır.

Öğrencilerin problemlı internet kullanım düzeyi ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır, ($r=0,802$; $p<0,05$). Bu ilişki iki değişken arasında yüksek düzeydedir. Bu bağlamda problemlı internet kullanım düzeyi arttıkça Aşırı Kullanım Süresi alt boyut düzeyi artmaktadır.

Öğrencilerin İnternetin Olumsuz Sonuçları ile Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır, ($r=0,503$; $p<0,05$). Bu ilişki iki değişken arasında orta düzeydedir. Bu bağlamda İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut düzeyi arttıkça Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyut düzeyi artmaktadır.

Öğrencilerin İnternetin Olumsuz Sonuçları ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır, ($r=0,678$; $p<0,05$). Bu ilişki iki değişken arasında orta düzeydedir. Bu bağlamda İnternetin Olumsuz Sonuçları alt boyut düzeyi arttıkça Aşırı Kullanım Süresi alt boyut düzeyi artmaktadır.

Öğrencilerin Sosyal fayda/Sosyal rahatlık ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır, ($r=0,365$; $p<0,05$). Bu ilişki iki değişken arasında orta düzeydedir. Bu bağlamda Sosyal fayda/Sosyal rahatlık alt boyut düzeyi arttıkça Aşırı Kullanım Süresi alt boyut düzeyi artmaktadır.



5. BÖLÜM

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde ergenlerin problemlili internet kullanım düzeyleri ile sınav kaygısı düzeylerine ilişkin bulunan sonuçlar incelenmekte, tartışılmakta ve önerilere yer verilmektedir.

5.1.Sonuç

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgulara dayalı olarak ulaşılan sonuçlara yer verilmektedir. Ergenlerin problemlili internet kullanım düzeyleri ile sınav kaygısı düzeylerinin incelenmesi sonucunda elde edilen bulgular aşağıda özetlenmektedir:

Ergenlerin sınav kaygısı cinsiyete göre incelendiğinde;

Cinsiyet durumu ile Sınav Kaygısı Ölçeği sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve araştırmaya katılan kız öğrencilerin sınav kaygılarının erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Ergenlerin problemlili internet kullanımı cinsiyete göre incelendiğinde;

Cinsiyet durumu ile Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve araştırmaya katılan kız öğrencilerinin problemlili internet kullanımının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Ergenlerin problemlı internet kullanımı alt alanlarından İnternet'in Olumsuz Sonuçları cinsiyete göre incelendiğinde;

Cinsiyet durumu ile İnternet'in Olumsuz Sonuçları sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve araştırmaya katılan kız öğrencilerinin İnternet'in Olumsuz Sonuçları durumlarının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Ergenlerin problemlı internet kullanımı alt alanlarından Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık cinsiyete göre incelendiğinde;

Cinsiyet durumu ile Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve araştırmaya katılan kız öğrencilerinin Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık durumlarının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Ergenlerin problemlı internet kullanımı alt alanlarından Aşırı Kullanım Süresi cinsiyete göre incelendiğinde;

Cinsiyet durumu ile Aşırı Kullanım Süresi sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve araştırmaya katılan kız öğrencilerinin Aşırı Kullanım Süresi durumlarının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Ergenlerin sınav kaygısının Anne-Baba birliktelik durumuna göre incelendiğinde;

Anne Baba Birliktelik Durumu ile Sınav Kaygısı sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak farklılaşmadığı görülmüş ve anne-baba birliktelik durumunun araştırmaya katılan öğrencilerin sınav kaygısı üzerinde bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir.

Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımının Anne-Baba birliktelik durumuna göre incelendiğinde;

Anne Baba Birliktelik Durumu ile Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak farklılaşmadığı görülmüş ve anne-baba

birliktelik durumunun araştırmaya katılan öğrencilerin problemli internet kullanımı üzerinde bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir.

Ergenlerin Problemli İnternet Kullanımı 1. Alt boyutunu (İnternet'in Olumsuz Sonuçları) Anne-Baba birliktelik durumuna göre incelendiğinde;

Anne Baba Birliktelik Durumu ile İnternet'in Olumsuz Sonuçları sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak farklılaşmadığı görülmüş ve anne-baba birliktelik durumunun araştırmaya katılan öğrencilerin İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu üzerinde bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir.

Ergenlerin Problemli İnternet Kullanımı 2. Alt boyutu (Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık) Anne-Baba birliktelik durumuna göre incelendiğinde;

Anne Baba Birliktelik Durumu ile Problemli İnternet Kullanım Ölçeği 2. Alt Boyut (Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık) sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak farklılaşmadığı görülmüş ve anne-baba birliktelik durumunun araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık alt boyutu üzerinde bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir.

Ergenlerin Problemli İnternet Kullanımı 3. Alt boyutu (Aşırı Kullanım Süresi) Anne-Baba birliktelik durumuna göre incelendiğinde;

Anne Baba Birliktelik Durumu ile Aşırı Kullanım Süresi sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak farklılaşmadığı görülmüş ve anne-baba birliktelik durumunun araştırmaya katılan Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu üzerinde bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir.

Ergenlerin Sınav Kaygısı Okul Türüne göre incelendiğinde;

Okul türü ile Sınav Kaygısı sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve araştırmaya öğrencilerden meslek lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin sınav kaygısının Anadolu lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı Okul Türüne göre incelendiğinde;

Okul türü ile problemlı internet kullanma sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve bu sonuçlara göre Anadolu lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin problemlı internet kullanma düzeylerinin meslek lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı 1. Alt boyutu (İnternet'in Olumsuz Sonuçları), Okul Türüne göre incelendiğinde;

Okul Türü ile Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği İnternet'in Olumsuz Sonuçları sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve bu sonuçlara göre Anadolu lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin birinci faktör İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu durumlarının meslek lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı 2. Alt boyutu (Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık) Okul Türüne göre incelendiğinde;

Okul Türü ile Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak farklılaşmadığı görülmüştür ve bu sonuçlara göre okul türünün Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık alt boyutu üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır.

Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı 3. Alt boyutunu (Aşırı Kullanım Süresi) Okul Türüne göre incelendiğinde;

Okul Türü ile Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği Aşırı Kullanım Süresi sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve bu sonuçlara göre Anadolu lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu durumlarının meslek lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Ergenlerin Sınav Kaygısı, Sınıf Tekrarı durumuna göre incelendiğinde;

Sınıf Tekrarı durumu ile Sınav Kaygısı sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak farklılaşmadığı görülmüştür ve bu sonuçlara göre sınıf tekrarı durumunun araştırmaya katılan öğrenciler için sınav kaygısı üzerinde bir etkisi bulunmamaktadır.

Ergenlerin Problemli İnternet Kullanımı, Sınıf Tekrarı durumuna göre incelendiğinde;

Sınıf Tekrarı durumuna ile Problemli İnternet Kullanım Ölçeği sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak farklılaşmadığı görülmüştür ve bu sonuçlara göre sınıf tekrarı durumunun problemli internet kullanımı üzerinde bir etkisi bulunmamaktadır.

Ergenlerin Problemli İnternet Kullanımı 1. Alt boyutu (İnternet'in Olumsuz Sonuçları), Sınıf Tekrarı durumuna göre incelendiğinde;

Sınıf Tekrarı durumuna ile Problemli İnternet Kullanım Ölçeği İnternet'in Olumsuz Sonuçları sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve bu sonuçlara göre sınıf tekrarı yapmayan öğrencilerin İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyut sıra ortalama puanları daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Ergenlerin Problemli İnternet Kullanımı 2. Alt boyutu (Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık), Sınıf Tekrarı durumuna göre incelendiğinde;

Sınıf Tekrarı durumuna ile Problemli İnternet Kullanım Ölçeği Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak farklılaşmadığı görülmüştür ve bu sonuçlara göre sınıf tekrarı durumunun Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık alt boyutu üzerinde bir etkisi bulunmamaktadır.

Ergenlerin Problemli İnternet Kullanımı 3. Alt boyutu (Aşırı Kullanım Süresi), Sınıf Tekrarı durumuna göre incelendiğinde;

Sınıf Tekrarı durumuna ile Problemli İnternet Kullanım Ölçeği Aşırı Kullanım Süresi sıra ortalama puanları arasında istatistiki olarak farklılaşmadığı

görülmüştür ve bu sonuçlara göre sınıf tekrarı durumunun Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu üzerinde bir etkisi bulunmamaktadır.

Ergenlerin Sınav Kaygısı, Akademik Başarı durumuna göre incelendiğinde;

Öğrencilerin akademik başarı puan durumları ile sınav kaygısı sıra ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve bu sonuçlara göre akademik başarı düzeyi düşük öğrencilerin sınav kaygısının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı, Akademik Başarı durumuna göre incelendiğinde;

Öğrencilerin akademik başarı puan durumları ile Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği sıra ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve bu sonuçlara göre akademik başarı düzeyi düşük olan öğrencilerin problemlı internet kullanım düzeylerinin, akademik başarı düzeyi yüksek olanlara göre anlamlı olarak daha düşük olduğu bulunmuştur.

Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı 1. Alt boyutu (İnternet'in Olumsuz Sonuçları), Akademik Başarı durumuna göre incelendiğinde;

Öğrencilerin akademik başarı puan durumları ile İnternet'in Olumsuz Sonuçları sıra ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve bu sonuçlara göre akademik başarı düzeyi düşük olan öğrencilerin İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyut düzeylerinin, akademik başarı düzeyi yüksek olanlara göre anlamlı olarak daha düşük olduğu bulunmuştur.

Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı 2. Alt boyutu (Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık), Akademik Başarı durumuna göre incelendiğinde;

Öğrencilerin akademik başarı puan durumları ile Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık sıra ortalama puanları arasında istatistiksel olarak farklılaşmadığı görülmüştür ve bu sonuçlara göre Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık alt boyutunun akademik başarı düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı belirlenmiştir.

Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı 3. Alt boyutunu (Aşırı Kullanım Süresi), Akademik Başarı durumuna göre incelendiğinde;

Öğrencilerin akademik başarı puan durumları ile Aşırı Kullanım Süresi sıra ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş ve bu sonuçlara göre akademik başarı düzeyi düşük olan öğrencilerin Aşırı Kullanım Süresi alt boyut düzeylerinin, akademik başarı düzeyi yüksek olanlara göre anlamlı olarak daha düşük olduğu bulunmuştur.

Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyleri ile Sınav Kaygısı Düzeyleri arasında bir ilişki incelendiğinde;

Öğrencilerin sınav kaygısı düzeyi ile problemlı internet kullanım düzeyi arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Bu ilişki iki değişken arasında orta düzeydedir. Bu bağlamda sınav kaygısı düzeyi arttıkça problemlı internet kullanım düzeyi azalmaktadır.

Öğrencilerin sınav kaygısı düzeyi ile İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Bu ilişki iki değişken arasında düşük düzeydedir. Bu bağlamda sınav kaygısı düzeyi arttıkça İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyut düzeyi azalmaktadır.

Öğrencilerin sınav kaygısı düzeyi ile Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık alt boyutu arasında anlamlı ve negatif bir korelasyon olduğu ortaya konmuştur. Bu ilişki iki değişken arasında düşük düzeydedir. Bu bağlamda sınav kaygısı düzeyi arttıkça ikinci alt boyut düzeyi azalmaktadır.

Öğrencilerin sınav kaygısı düzeyi ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu arasında anlamlı ve negatif bir korelasyon olduğu ortaya konmuştur. Bu ilişki iki değişken arasında düşük düzeydedir. Bu bağlamda sınav kaygısı düzeyi arttıkça Aşırı Kullanım Süresi alt boyut düzeyi azalmaktadır.

Öğrencilerin problemlı internet kullanım düzeyi ile İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon olduğu ortaya

konmuştur. Bu ilişki iki değişken arasında yüksek düzeydedir. Bu bağlamda problemlili internet kullanım düzeyi arttıkça İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyutu düzeyi artmaktadır.

Öğrencilerin problemlili internet kullanım düzeyi ile Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon olduğu ortaya konmuştur. Bu ilişki iki değişken arasında orta düzeydedir. Bu bağlamda problemlili internet kullanım düzeyi arttıkça Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık alt boyut düzeyi artmaktadır.

Öğrencilerin problemlili internet kullanım düzeyi ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon olduğu ortaya konmuştur. Bu ilişki iki değişken arasında yüksek düzeydedir. Bu bağlamda problemlili internet kullanım düzeyi arttıkça Aşırı Kullanım Süresi alt boyut düzeyi de artmaktadır.

Öğrencilerin İnternet'in Olumsuz Sonuçları ile Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon olduğu ortaya konmuştur. Bu ilişki iki değişken arasında orta düzeydedir. Bu bağlamda İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyut düzeyi arttıkça Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık alt boyut düzeyi de artmaktadır.

Öğrencilerin İnternet'in Olumsuz Sonuçları ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon olduğu ortaya konmuştur. Bu ilişki iki değişken arasında orta düzeydedir. Bu bağlamda İnternet'in Olumsuz Sonuçları alt boyut düzeyi arttıkça Aşırı Kullanım Süresi alt boyut düzeyi de artmaktadır.

Öğrencilerin Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık ile Aşırı Kullanım Süresi alt boyutu arasında anlamlı ve pozitif bir korelasyon olduğu ortaya konmuştur. Bu ilişki iki değişken arasında orta düzeydedir. Bu bağlamda Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık alt boyut düzeyi arttıkça Aşırı Kullanım Süresi alt boyut düzeyi de artmaktadır.

Bu bölümde, ergenlerin problemli internet kullanım düzeyleri ile sınav kaygısı düzeyleri arasındaki ilişki durumu, elde edilen bulgulara göre tartışılmaktadır.

5.1.1. Cinsiyete göre ergenlerin problemli internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

Araştırmaya katılan kız öğrencilerinin problemli internet kullanımının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu sonuç, alanyazındaki bazı araştırmalarla çelişmekte bazılarıyla örtüşmektedir.

Alanyazında genel olarak erkeklerin problemli internet kullanımlarının kadınlarınkinden daha yüksek olduğuna işaret ettiği görülmektedir (Bayraktar, 2001; Batıgün ve Kılıç, 2011; Ceyhan, 2008; Çelik ve Odacı, 2012; Gürcan, 2010; Mottram ve Fleming, 2009; Yang ve Tung, 2007). Bunların yanı sıra problemli internet kullanımının cinsiyete göre farklılık göstermediğine işaret eden sınırlı sayıda araştırma bulgusuna ulaşılmıştır (Ceyhan, 2011; Smahel, Brown ve Blinka, 2012). Zorbaz, Dost (2014)'ın belirttiğine göre lise öğrencilerinin problemli internet kullanımlarında cinsiyete ilişkin bu farklılıkların temelinde toplumsal cinsiyet rollerindeki farklılaşmaların olabileceği söylenebilir.

Ancak bu çalışmalarda ortaya konulan verileri ele alırken, araştırmaların evren ve örneklemelerinin değişken özelliklerini, araştırmalar arasındaki zaman dilimi farklılıklarını ve her geçen gün internet kullanımında oluşan değişimleri de gözönüne almakta yarar vardır.

Ayrıca interneti en büyük pazarlama araçlarından birine dönüştüren şirket ve işletmelerin, hedef kitle algılarındaki değişimlerin internet kullanıcılarının yapısına da etki ettiğini unutmamak gerekir.

5.1.2. Anne-Baba birliktelik durumuna göre ergenlerin problemli internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

Anne Baba Birliktelik Durumu ile Sınav Kaygısı ve Problemlı İnternet Kullanımı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Bu bulguyla ilgili çok sayıda araştırma olmamasına karşın; Kutlu, Savcı, Demir, Aysan, (2016)'ın yaptığı araştırmada olumlu sosyal ilişkiler geliştirmenin internet bağımlılığı riskini azaltan bir etken olduğu söylenmektedir. İnternet bağımlısı olan ergenlerle yapılan çalışmada, aile üyeleriyle ilişkilerinde iyileşme olan internet bağımlısı ergenlerin internet bağımlılıklarında azalma görüldüğü, bu azalmanın ruhsal gereksinmelerin doyumunun ve anne-babayla yakın ilişki kurmanın, ergenlerin internete bağımlılığını azaltmada etkili etkenler olduğu saptanmıştır.

Gerek araştırma sonucunda elde edilen veriler gerekse alanyazında Problemlı İnternet Kullanımıyla Sınav Kaygısı Düzeylerini Anne-Baba birliktelik durumuna göre yordayan çok sayıda araştırmanın olmayışı, sorunlu internet kullanımının anne & baba & çocuk iletişimine etkisiyle ilgili olarak olduğundan farklı algılanmamalıdır. Çünkü herhangi bir nedenle aile-ergen ve ergen-çevre arasında zayıflayan ya da giderek kopan bağların ve iletişim bozulmalarının internet kullanımını körüklediği ya da problemlı internet kullanımının aile içi iletişimin kalitesini ve çocuk-anne&baba arasındaki duygusal bağı zayıflattığı öngörülebilir. Gerek internetin aşırı kullanımı nedeniyle harcanan zaman gerek internetin olumsuz sonuçlarının yarattığı etkilerin bu durumlara yol açması olasıdır.

5.1.3. Okul türüne göre ergenlerin problemlı internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

Üçüncü alt problem olarak ergenlerin okul türü ile sınav kaygısı ve problemlı internet kullanımı arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Buna göre meslek lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin sınav kaygısının Anadolu lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca Anadolu lisesinde öğrenimine devam eden öğrencilerin problemlı internet kullanma

düzeylerinin meslek lisesinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Alanyazındaki bazı araştırmalar da bu sonucu desteklemektedir.

Ülkemizde ortaöğretime geçiş sisteminin bir sonucu olarak Meslek Liselerine, Anadolu Liselerine oranla daha düşük puanla yerleştirme yapılmaktadır. Doğal olarak, meslek lisesinde öğrenim gören öğrencilerin üniversite sınavlarına ilişkin hissettikleri sınav baskısı gençlerde anlamlı duygusal problemlere neden olmaktadır. Bu noktadan hareketle akademik başarı ile sınav kaygısı arasındaki ilişkiyi incelendiğinde genel olarak akademik başarının sınav kaygısından önemli ölçüde etkilendiği görülmektedir. Akademik başarı karşılaştırması yapıldığında, düşük puanlarla meslek liselerine yerleşen öğrencilerin Anadolu lisesi öğrencilerine oranla daha yüksek kaygı hissetmeleri araştırma sonucuyla örtüşmektedir. Steinberg (1996)'ın araştırmasında elde ettiği sonuçlar genel olarak sınav kaygısı yüksek olan bireylerin, düşük olanlara göre, sınavlarda daha düşük performans gösterdiklerini ortaya koymaktadır. Kısaca, sınav kaygısı akademik başarıyı olumsuz etkilemektedir denilebilir.

Lise öğrencilerinin akademik başarıları ve problemleri internet kullanımının okul türüne farklılaşıp farklılaşmadığı incelenen Duman (2016)'ın araştırmasında, Anadolu Lisesi öğrencilerinin problemleri internet kullanımı puan ortalamaları Sosyal Bilimler Lisesi, Meslek Lisesi, Genel Lise, Sosyal Bilimler Lisesi ve İmam Hatip Lisesi öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır.

Bu noktadan hareketle, liselere geçiş sisteminde, daha yüksek puanlarla Anadolu liselerine yerleşen öğrencilerin problemleri internet kullanımlarının meslek liselerine oranla yüksek olması kaygı ile baş etme yolu olarak bu davranışı kullanıyor olmalarıyla açıklanabilir.

5.1.4. Sınıf tekrarı durumuna göre ergenlerin problemli internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

Dördüncü alt problem olarak araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf tekrarı durumlarıyla sınav kaygıları arasında ve yine sınıf tekrarı durumlarıyla problemli internet kullanımları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Bu araştırmada ergenlerin sınıf tekrarı durumlarının sınav kaygısı ve problemli internet kullanımlarına etkisi olmadığı düşünülebilir.

5.1.5. Akademik başarı düzeyine göre ergenlerin problemli internet kullanımı ile sınav kaygısı düzeyleri farklılaşmakta mıdır?

Akademik başarı düzeyi düşük öğrencilerin akademik başarı düzeyi yüksek olanlara göre sınav kaygısının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ayrıca akademik başarı düzeyi düşük olan öğrencilerin problemli internet kullanım düzeylerinin, akademik başarı düzeyi yüksek olanlara göre daha düşük olduğu bulunmuştur.

Araştırmanın bu sonuçlarından hareketle, akademik başarı düzeyi yüksek öğrencilerin problemli internet kullanım oranlarının yüksek olmasının nedeni olarak, internet kullanımını sınav kaygısıyla baş etme yolu olarak kullanıldığı varsayılabilir.

Bilindiği üzere ergenler bir sorunla karşılaştıklarında baş etme yöntemi olarak sıklıkla kaçma ya da yön değiştirme davranışı sergilerler. Yoğun duygusal durumlarla baş etmede alternatif yol ve maddelerin kullanılması şeklinde ortaya çıkan bu davranış, bu araştırmada da sınav kaygısına karşılık problemli internet kullanımı şeklinde ortaya çıkmıştır denilebilir.

5.2.Öneriler

Araştırmanın sonuçlarından hareketle;

Değişen çağın getirdiği yoğun teknolojik araç kullanımının ortadan kalkması olası değildir. Aksin, teknolojik aletlerin yaşamımızda daha fazla yer kaplayacağı ve kullanımlarının artacağı rahatlıkla söylenebilir. Doğal olarak Problemlili İnternet Kullanımının artması da olasıdır. Bununla ilgili olarak;

1. Ergen bireylere ve ailelerine yönelik her türlü problemli internet kullanımını azaltıcı çalışmanın daha kapsamlı ve işlevsel sunulmasının sağlanması,
 2. Ergenlere yönelik koruyucu ve önleyici programların geliştirilmesi, varolan koruyucu ve önleyici programların ivedilikle, yaygınlaştırılarak uygulanmasının sağlanması.
 3. Ailelere dönük bilgilendirme ve davranış değişikliği hedefli çalışma programları tasarlanması ve uygulanması.
 4. İlkokuldan itibaren, bilinçli teknoloji kullanımı aşılama adına Bilişim derslerinin içerikleri yeniden değerlendirilmesi,
 5. Koruma ve önlemeye ek olarak, problemli internet kullanımını davranışını yoğun olarak gösteren bireylere hem bireysel hem grup olarak müdahale çalışmaları yapılması adına müdahale programları tasarlanması ve uygulanması,
 6. Öğretmenlere yönelik bilgilendirme ve öğrenci davranışlarına etki etme becerisi kazandırma hedefli çalışma programları tasarlanması ve uygulanması,
- Önerilmektedir.

Ayrıca Sınav Kaygısı ile ilgili olarak; ülkemizde varolan öğrenci sayısı göz önüne alındığında, lise ve üniversiteye yerleştirme sistemindeki değişikliklerin sınav gerçeğini tamamıyla ortadan kaldırması, özellikle kısa vadede pek olası görünmemektedir. Ergenlik döneminde yoğun kaygı kaynağı olan bu tip sınavlara girmesi kuvvetle muhtemel gençlere yönelik bazı çalışmaların yapılması sınav

kaygısı oluşumunu engellemeye yardımcı olabileceği gibi varolan kaygı ile başetme becerileri kazanmalarına da yardımcı olacaktır.

1. Ergen bireylere ve ailelerine yönelik her türlü sınav kaygısını azaltıcı çalışmanın daha kapsamlı ve işlevsel sunulmasının sağlanması,
 2. Ergenlere yönelik, koruyucu ve önleyici programların geliştirilmesi, varolan koruyucu ve önleyici programların ivedilikle, yaygınlaştırılarak uygulanmasının sağlanması,
 3. Ailelere dönük bilgilendirme ve davranış değişikliği hedefli çalışma programları tasarlanması ve uygulanması,
 4. Okul öncesinden itibaren, duyguları fark ve ifade etme programlarının uygulanmasının yaygınlaştırılarak bireysel duygusal farkındalık düzeyinin artırılması,
 5. Koruma ve önlemeye ek olarak, sınav kaygısı yaşayan öğrencilerin başetme becerilerini güçlendirici çalışmalar yapılması için bireysel ve grup programları tasarlanması ve uygulanması,
 6. Öğretmenlere yönelik bilgilendirme ve öğrenci kaygı düzeyini düşürmeye yardımcı beceriler kazandırma hedefli çalışma programları tasarlanması ve uygulanması,
- Önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- Alaçam, H., Ateşçi, F., Şengül, C., Tümkaya, S., (2015). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Sigara Ve Alkol Kullanımı İle İlişkisi, **Anadolu Psikiyatri Dergisi**, Denizli.
- Baldwin, D.S. and Hirschfeld, R. M. A. (2005). **Fast Facts: Depression**, 2. baskı. Health Press, Oxford, İngiltere.
- Beard, K. W. & Wolf, E. M. (2001). **Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction, Cyberpsychology and Behavior**, 4, 377-383
- Bedel., A., (2013), Sınıf Tekrarı Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Akademik Güdülenme Ve Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması, Millî Eğitim Dergisi, Sayı 200, Güz/2013
- Büyükaslan, A. & Kırık, A. M., (2013). **Sosyal Medya Araştırmaları 1: “Sosyalleşen Birey”**, İstanbul
- Büyüköztürk, Ş. (2011). **Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı**, Ankara, Pegem Akademi Yayını.
- Caplan, S. E. (2002). **Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being: Development of a Theory-Based Cognitive-Behavioral Measurement Instrument, Computer in Human Behavior**, 18, 553-575.
- Cassady, J. C., Johnson, R. E. (2002). “Cognitive Test Anxiety And Academic Performance”, **Contemporary Educational Psychology**, 27, 270–295.
- Ceyhan, E. (2010). Problemlı İnternet Kullanım Düzeyi Üzerinde Kimlik Statüsünün, İnternet Kullanım Amacının ve Cinsiyetin Yordayıcılığı. **Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi**, 10 (3), 1323-1355
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürçan, A. (2007). Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği’nin Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışmaları. **Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi**, 7, 387-416.
- Chou C, Condron L, Belland JC. (2005). **A Review Of The Research On İnternet Addiction, Educational Psychology Review**, 17(4):363-388
- Çakır, H. (2007). Geleneksel Gazetecilik Karşısında İnternet Gazeteciliği. **Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 22(1), 123-149

D.J. (2003). Problematic Internet Use: Proposed Classification And Diagnostic Criteria, **Depression And Anxiety**, 17(4), 207-216

Davis, R.A. (2001). A Cognitive-Behavioral Model Of Pathological Internet Use. **Computers in Human Behavior**, 17(2), 187-195

Dalbudak E, Evren C., (2014). The relationship of internet addiction severity with attention deficit hyperactivity disorder symptoms in Turkish university students; impact of personality traits, depression and anxiety, **Comprehensive Psychiatry**, 55(3):497-503

Demir, E. (2006). Birey Ve Aile Yaşamına İlişkin Konularda İnternet Kullanımının Etkisinin Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara

Derin, S., (2013). Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri, Ankara

Doğan, T., Çoban, A., E., (2009). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumları ile Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, **Başkent Üniversitesi Eğitim ve Bilim Dergisi**, Cilt 34, Sayı 153 2009, Vol. 34, No 153

Duman, G., K., (2008). İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Durumluk Sürekli Kaygı Düzeyleri İle Sınav Kaygısı Düzeyleri Ve Ana - Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir

Duman, S., (2016). Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı İle Akademik Başarı Ve Ertelemeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Konya

Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başa çıkma davranışları, **Muğla Üniversitesi SBE Dergisi Bahar**, 12, 13-38

Ersoy, A., Yazar, Ş., (2002). İlköğretim 4. ve 5. Sınıf Öğrencilerinin İnternet Kullanma Durumları, Eskişehir

Eşitti, Ş., (2015). Bilgi Çağında Problemlı İnternet Kullanımı Ve Enformasyon Obezitesi: Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeğinin Üniversite Öğrencilerine Uygulanması, **İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi**, 2015/II 49 75-97

- Hood, B.(2016), **Evcilleşmiş Beyin**, Yapı Kredi Yayınları, İstanbul
<http://evinaydin.com/author/tsenol/page/4/> - 28.11.2017, 01:43
<http://www.psikiyatri.org.tr/pagepublic.aspx?menu=42>, **14.10.2016, 18:18**
<https://mehmetsungur.com.tr/2013/07/15/anksiyete-ya-da-kaygi-nedir-anksiyete-bozukluklari-terakki-gelisim-dergisi/> - 18.10.2016 02:37
- Kalaitzaki AE, Birtchnell J., (2014). The impact of early parenting bonding on young adults' internet addiction, through the mediation effects of negative relating to others and sadness, **Addict Behaviour**, 39(3):733-736
- Kalbag, A., (2000), **Dünyayı Sarsan Ağ**, Ankara: TÜBİTAK
- Kardefelt-Winther DA., (2014). Conceptual and methodological critique of internet addiction research: towards a model of compensatory internet use, **Computers in Human Behavior**, 31:351-354
- Kirkland, K. & Hollandsworth, J. G. (1980). Effective test taking: Skillacquisition versus anxiety-reduction on techniques: Journal of Consulting and Clinical Psychology, 48, 431-439.
- Kuss DJ, Griffiths MD, Binder JF., (2013). Internet addiction in students: prevalence and risk factors, **Computers in Human Behaviour**, 29(3):959-966
- Kocanoğlu, A., (2011), **Sınav Kaygısında Son Gelişmeler**, İstanbul
- Koruklu, N., Öner, H., Oktaylar, H.C., (2006). Sınav Kaygısı ile Başa Çıkma Programının Sınav Kaygısına Etkisine Yönelik DeneySEL bir Çalışma, **Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi** 19:05-11, İzmir
- Köknel, Ö., (1995). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul
- Kulaksızoğlu, A. (2002). “Ergenlik Psikolojisi”, İstanbul: 3.Basım Remzi Kitapevi
- Liu QX, Fang XY, Yan N, Zhou ZK, Yuan XJ, Lan J, et al. (2014). Multi-Family Group Therapy For Adolescent Internet Addiction: Exploring The Underlying Mechanisms, **Addict Behaviour**, 42:1-8.
- Merriam Webster's Dictionary & Thesaurus, 2008
- Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P. (2000). Incidence And Correlates Of Pathological Internet Use Among College Students. **Computers in Human Behavior**,16, 13-29

Nalwa K, Anand AP., (2003). Internet addiction in students: A cause of concern, **Cyberpsychol Behaviour**, 6:653-656

Orhan, F., Akkoyunlu, B., (2004). İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Kullanımları Üzerine Bir Çalışma, **Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi** 26: 107-116

Oxford Dictionary of English 2e, "Internet", **Oxford University Press**, 2003

Oxford Dictionary of English 2e, "net", **Oxford University Press**, 2003

Ögel, K. (2012). İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak, **Türkiye İş Bankası Yayınları**, İstanbul

Öner, N. (1990), Sınav Kaygısı Envanteri El Kitabı, YÖRET, İstanbul

Özcan, N.K. ve Buzlu, S. (2005). Problemlı İnternet Kullanımını Belirlemede Yardımcı Bir Araç: “İnternette Bilişsel Durum Ölçeğı”nin Üniversite Öğrencilerinde Geçerlik Ve Güvenirliğı, **Bağımlılık Dergisi**, 6(1), 19-26

Özer, Ş. (2013). Problemlı İnternet Kullanımının Benlik Saygısı Ve Öznel İyi Oluş İle Açıklanabilirliğı, Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon

Peker, A. (2013). İnsani Değerler Yönelimli Psiko-Eğitim Programının Problemlı İnternet Kullanımı Ve Siber Zorbalık Üzerindeki Etkisi. Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya

Putwain, D. & Best, N. Fear appeals in the primary classroom: effects on test anxiety and test grade, **Learning and Individual Differences**, 21 (5). 580-584.

Sanders, C. E., Field, T. M., Diego, M. & Kaplan, M., (2000), The Relationship of Internet Use to Depression and Social Isolation Among Adolescents. **Adolescence**, 35, 237-242.

Scherer, K., (1997), College Life On-line: Healthy and Unhealthy Internet Use, **Journal of College Student Development**, 38, 655-665.

Shapira, N. A., Lessing, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo S.T., Lazoritz M., Gold MS. ve Stein

Sırakaya, M. (2011). Öğretmen Adaylarının Problemlı İnternet Kullanımı Ve İnternet Özyeterlik Düzeylerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Sırakaya, M., Seferoğlu, S.S., (2013), Öğretmen Adaylarının Problemlili İnternet Kullanımlarının İncelenmesi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Ankara

Suler, J. (1999). Healthy and Pathological Internet Use. *CyberPsychology and Behavior*, 2(5), 385-394.

TDK, Türk Dil Kurumu, Türkçe Sözlük

Totan, T., Yavuz, Y., Westside Sınav Kaygısı Ölçeğinin Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, **Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, Yıl 9, Sayı 17, Haziran 2009, 95 - 109

Türkçebilgi.com (2014). İnternet: <http://www.turkcebilgi.com/sozluk/internet> (15 Nisan 2014)

Yanbastı, G., (1990), Kişilik Kuramları, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, İzmir

Yıldırım, B., (2015), Fen Bilimleri Öğrenme Kaygı Ölçeği: Geçerlilik Ve Güvenirlik Çalışması, **Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi Anemon** ISSN: 2147-7655 Cilt:3 Sayı:1

Yılmaz, M.F. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşlarının Problemlili İnternet Kullanımı Ve Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Young, K. S., (1996), Internet Addiction the Emergence of a New Clinical Disorder, **CyberPsychology & Behavior**. 1(3): 237-244.

Young, K. S., & Rogers, R. C., (1998), The Relationship Between Depression and Internet Addiction, **CyberPsychology & Behavior**, 1, 25-28.

Zabun, E., Başol, G., (2014), Seviye Belirleme Sınavında Başarının Yordayıcılarının İncelenmesi: Dershaneye Gitme, Mükemmeliyetçilik, Ana-Baba Tutumu ve Sınav Kaygısı* Gaziosmanpaşa Üniversitesi Şehit İbrahim Doğan Ortaokulu, **Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri** 14 (1), 63-87

Zorbaz, O., (2013), Lise Öğrencilerinin Problemlili İnternet Kullanımının Cinsiyet, Sosyal Kaygı ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi, Sözlü Bildiri, XII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, İstanbul,

Zorbaz, O., Dost T. M., (2014), Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımının Cinsiyet, Sosyal Kaygı ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Ankara



EKLER

EK 1: WESTSIDE SINAV KAYGISI ÖLÇEĞİ

	Daima doğru	Genellikle doğru	Ara sıra doğru	Nadiren doğru	Asla doğru değil
1. Önemli bir sınav yaklaştıkça ders çalışmaya yoğunlaşmam da zorlaşır					
2. Ders çalışırken çalıştığım konuları sınavda hatırlayamayacağım diye endişelenirim					
3. Önemli sınavlar sırasında yanlış yapıyorum diye düşünürüm					
4. Önemli sınavlar sırasında dersten kalacağım diye düşünürüm					
5. Önemli sınavlarda dikkatimi kaybederek bildiğim şeyleri hatırlayamayabilirim					
6. Sınav sorularının yanıtlarını sınav bittikten sonra hatırlarım					
7. Önemli bir sınav öncesinde öylesine endişelenirim ki sonunda en iyi sınavımda bile çok yorgun olurum					
8. Önemli bir sınavdayken kendimi keyifsiz hissedirim					
9. Önemli bir sınavdayken gerçekten kendim değilmişim gibi hissedirim					
10. Önemli sınavlar sırasında bazen zihnimi başka yerlere dağılmış olarak bulurum					
11. Bir sınavdan sonra soruları yeterince iyi yanıtlayıp yanıtlayamadığım konusunda endişelenirim					

Kaynak

Totan, T. ve Yavuz, Y. (2009). Westside Sınav Kaygısı Ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(17), 95-109.

Değerlendirme

Tüm sorular ters çevrilerek toplam puan alınmaktadır. Alınan yüksek puanlar sınav kaygısı düzeyinin yüksek olduğuna alınan düşük puanlar ise sınav kaygısı düzeyinin düşük olduğuna işaret etmektedir. Herhangi bir kestirim noktası bulunmamakla birlikte geniş gruplara uygulandığında +1 standart sapma ve yukarısında değere sahip olan cevaplayıcıların sınav kaygısı yüksek -1 standart sapma ve aşağısında değer alan cevaplayıcılar ise sınav kaygısı düşük olarak değerlendirilebilir.

EK 2: PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ÖLÇEĞİ- ERGEN (PİKÖ-E)

A. Aykut Ceyhan & Esra Ceyhan

Açıklama: Bu anket, bireylerin internet kullanım davranışlarını betimlemek için hazırlanmıştır. Sizden istenen, internet kullanırken genellikle gösterdiğiniz davranışları dikkate alarak, aşağıdaki ifadelerden her birinin size uygunluk derecesini belirlemenizdir.

Bu amaçla, ilk önce her bir ifadeyi okuyunuz ve daha sonra her bir ifadenin karşısındaki “**Tamamen Uygun**”, “**Oldukça Uygun**”, “**Biraz Uygun**” “**Nadiren Uygun**”, ve “**Hiç Uygun Değil**” seçeneklerinden kendi durumunuza uygun olan bir seçeneği belirleyiniz. Bu seçeneği belirledikten sonra o seçeneğe ait parantezin içerisine çarpı (X) işareti koyunuz.

Lütfen, hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Yanıtlarken kendi internet kullanım davranışlarınızı olduğu gibi yansıtmayınız, sonuçların daha sağlıklı değerlendirilmesine katkıda bulunacaktır. Yanıtlarınız ile bu bilimsel araştırmaya katıldığınız için teşekkürler.

	Tamamen uygun	Oldukça uygun	Biraz uygun	Nadiren uygun	Hiç uygun değil
	↓	↓	↓	↓	↓
1. İnternet bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime “birkaç dakika daha” diyorum.....	()	()	()	()	()
2. İnternette geçirdiğim zaman çoğunlukla uyku süremi azaltıyor	()	()	()	()	()
3. İnternet ortamında elde ettiğim saygıyı günlük yaşamımda bulamıyorum.....	()	()	()	()	()
4. İnternette, diğer ortamlara göre daha kolay ilişki kuruyorum	()	()	()	()	()
5. İnternette ismimi gizlemek beni daha özgür kılıyor	()	()	()	()	()
6. Çok istememe rağmen interneti uzun süre kullanmaktan bir türlü vazgeçemiyorum.....	()	()	()	()	()
7. İnternete gerekmedikçe girmekten kaçınıyorum	()	()	()	()	()
8. Yalnızlığımı internetle paylaşıyorum	()	()	()	()	()
9. Birisi internette ne yaptığımı sorduğunda savunmacı ve gizleyici oluyorum.....	()	()	()	()	()
10. Planladığımın dışında fazladan bir dakika bile interneti kullanmıyorum.....	()	()	()	()	()
11. İnternette bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum	()	()	()	()	()
12. İnternette, kontrol benden çıkıyor.....	()	()	()	()	()
13. İnternet yüzünden yemek yemeyi unuttuğum zamanlar oluyor	()	()	()	()	()

14. İnternette daha fazla vakit geçirmek için günlük işlerimi ihmal ediyorum..... () () () () ()
15. Sosyal aktiviteler için para harcamaktansa internete erişmek için harcamayı tercih ediyorum () () () () ()
16. Sürekli ziyaret ettiğim internet sitelerini, bir gün dahi girememeye tahammül edemiyorum.. () () () () ()
17. İnternet kullandığım süre boyunca her şeyi unutuyorum () () () () ()
18. Yapmam gereken işler çoğaldıkça, internet kullanma isteğim de o ölçüde artıyor..... () () () () ()
19. İnternet, yapmam gerekenleri ertelemek için vazgeçilmez bir araçtır..... () () () () ()
20. İnternet kullanımım, benim için önemli kişilerle olan ilişkilerimde problem yaşamama neden oluyor () () () () ()
21. İnternet kullanırken başkalarının beni meşgul etmesine öfkeleniyorum..... () () () () ()
22. İnterneti kullanmasam bile sürekli aklımda () () () () ()
23. İnternet kullanmayı bırakamadığım için randevularıma veya derslerime geç kalıyorum..... () () () () ()
24. Sabahları uyandığımda bir an önce internete bağlanmak istiyorum () () () () ()
25. İnternet kullanırken zamanın nasıl geçtiğini hiç anlayamıyorum () () () () ()
26. İnternet beni kendisine esir ediyor..... () () () () ()
27. İnternet yoluyla iletişim kurmayı, yüz yüze iletişim kurmaya tercih ediyorum..... () () () () ()

AÇIKLAMA

1 ile 5 arasında puan veriliyor. “Hiç uygun değil” (1 puan), “Nadiren uygun” (2 puan), “Biraz uygun” (3 puan), “Oldukça uygun” (4 puan), ve “Tamamen uygun” (5 puan) biçiminde puanlanıyor. 7. ve 10. maddeler tersten puanlanıyor. Toplam puan 27 ile 135 arasında değişiyor.

Ölçek, problemlı internet kullanım davranışını ölçerek bireylere “internet bağımlılığı” teşhisi koymayı amaçlayan bir ölçek olarak değerlendirilmemelidir. Bu ölçek, internetin sağlıklı ve sağlıksız olarak kullanım düzeylerini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Bu çerçevede, *ölçekten alınabilecek yüksek puanlar, bireylerin internet kullanımlarının sağlıksızlaştığının, internetin yaşamlarını olumsuz bir şekilde etkilediğinin ve bağımlılık gibi bir patolojiye eğilim oluşturabileceğinin işareti olarak değerlendirilmelidir.*

EK 3: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Bu formda 5 tane seçenekli soru bulunmaktadır. Araştırmanın amacına ulaşabilmesi ve işlevsel olması için sorulara içtenlikle yanıt vermeniz önemlidir.

- Her soru için yuvarlakları karalamanız yeterlidir.
- 4. soruya, tüm öğrenim yaşantınızı düşünerek yanıt vermeniz gereklidir.
- 5. soruya, Lise başarı düzeyinizi düşünerek yanıt vermeniz gereklidir. Ortaöğretim Başarı Puanı olarak bilinen 9., 10. ve 11. Sınıfların yılsonu not ortalamalarının toplanarak 3'e bölünmesi ile elde edeceğiniz puanı hesaplayarak yanıtlayınız.

Cinsiyetiniz Nedir?

Kız

☐

Erkek

☐

Anne ve Babanızın Medeni Durumu Nedir?

Birlikte

☐

Boşanmış/Ayrı

☐

Okulunuzun Türü Nedir?

Meslek Lisesi

☐

Anadolu Lisesi

☐

Eğitim yaşamınız boyunca sınıf tekrarı yaptınız mı?

Evet

☐

Hayır

☐

Akademik başarı düzeyiniz nedir?

50-60

☐

60-70

☐

70-80

☐

80-90

☐

90-100

☐

EK 4: ARAŞTIRMA İZNİ



T.C.
İZMİR VALİLİĞİ
İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 12018877-604.01.02-E.13865844
Konu : Vedat YALÇINÖZ
Araştırma İzni

08.12.2016

DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

- İlgi : a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 07/03/2012 tarihli ve B.08.0.YET.00.20.00.0/3616 sayılı yazısı (Genelge 2012/13)
b) 22/11/2016 tarihli ve 01888 sayılı yazınız.
c) 07/12/2016 tarihli ve 13824011 sayılı Valilik Onayı.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık yüksek lisans programı öğrencisi Vedat YALÇINÖZ'ün "Ergenlerin Problemleri İnternet Kullanımı ile Sınav Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi" konulu tez çalışması için kullanacağı ölçekleri, Müdürlüğümüz Bergama İlçesine bağlı Bergama Fen Lisesi, 13 Nisan Anadolu Lisesi, 14 Eylül Anadolu Lisesi, Bergama Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Yusuf Kemalettin Perin Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Bakırçay Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencilerine uygulama isteği ilgi (c) Valilik Onayı ile uygun görülmüştür.

Araştırmacı tarafından yapılan araştırmanın tamamlanmasından itibaren en geç iki hafta içinde Araştırmanın Teslimine İlişkin Taahhütname Tutanağı doldurulup, araştırmanın CD'ye aktarılması sağlanarak Müdürlüğümüze gönderilmesi gerekmektedir.

Bilgilerinize ve gereğini arz ederim.

Şemsettin ÜNAL
Müdür a.
Müdür Yardımcısı

Ek:

- 1- Valilik Onayı (1 sayfa)
- 2- Araştırma Öneri Formu ve Onaylı Anket Formu (5 sayfa)
- 3- Taahhüt Formu (1 sayfa)

Fevzi Paşa Mh. 452 Sk.No:15 Strateji Geliştirme Hizmetleri I Bölümü Konak/İZMİR
Elektronik Ağ: izmir.meb.gov.tr
e-posta: strateji35_1@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için: N.GÜR
Tel: (0 232) 2803631

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 2124-c673-3c38-9136-fa13 kodu ile teyit edilebilir.



**T.C.
İZMİR VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü**

Sayı : 12018877-604.01.01-E.13824011

07/12/2016

Konu : Vedat YALÇINÖZ
Araştırma İzni

İlg

VALİLİK MAKAMINA

- İlgi : a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 07/03/2012 tarihli ve B.08.0.YET.00.20.00.0/3616 sayılı yazısı (Genelge 2012/13)
b) Dokuz Eylül Üniversitesi Rektörlüğü Öğrenci İşleri Daire Başkanlığının 22/11/2016 tarihli ve 01888 sayılı yazısı.

Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık yüksek lisans programı öğrencisi Vedat YALÇINÖZ'ün "Ergenlerin Problemlî İnternet Kullanımı ile Sınav Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi" konulu tez çalışması için kullanacağı ölçekleri, Müdürlüğümüz Bergama İlçesine bağlı Bergama Fen Lisesi, 13 Nisan Anadolu Lisesi, 14 Eylül Anadolu Lisesi, Bergama Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Yusuf Kemalettin Perin Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Bakırçay Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencilerine uygulama isteği ilgi (b) yazı ile belirtilmektedir.

Söz konusu ölçeklerin uygulanmasının, yukarıda adı geçen ilçenin okullarında 2016-2017 Eğitim öğretim yılında eğitim öğretimi aksatmayacak ve eğitim kurumu yöneticilerinin uygun gördüğü şekilde yapılması Müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Makamlarınızca da uygun görüldüğü takdirde olurlarınıza arz ederim.

Ömer YAHŞİ
Millî Eğitim Müdürü

Ek:
Araştırma Değerlendirme Formu,
Anket Formları (5 sayfa)

OLUR
07/12/2016
Adem KARAHASANOĞLU
Vali a.
Vali Yardımcısı

Fevzi Paşa Mh. 452 Sk.No:15 Strateji Geliştirme Hizmetleri I Bölümü Konak/İZMİR
Elektronik Ağ: izmir.meb.gov.tr
e-posta: strateji35_1@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için: N.GÜR
Tel: (0 232) 2803631

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 4e2f-7d1e-386f-8f23-36f0 kodu ile teyit edilebilir.

T.C.
İZMİR VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

ARAŞTIRMA DEĞERLENDİRME FORMU

ARAŞTIRMA SAHİBİNİN	
Adı Soyadı	Vedat YALÇINÖZ
Kurumu / Üniversitesi	Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Araştırma yapılacak iller	İzmir
Araştırma yapılacak eğitim kurumu ve kademesi	Bergama Fen Lisesi Bergama 13 Nisan Anadolu Lisesi Bergama 14 Eylül Anadolu Lisesi Bergama Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Bergama Yusuf Kemalettin Perin Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Bakırçay Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi
Araştırmanın konusu	Ergenlerin Problemlî İnternet Kullanımı ile Sınav Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi
Üniversite / Kurum onayı	---
Araştırma/proje/ödev/tez önerisi	Ergenlerin Problemlî İnternet Kullanımı ile Sınav Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi tez çalışması
Veri toplama araçları	Westside Sınav Kaygısı Ölçeği (WTAS) Problemlî İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ) Kişisel Bilgi Formu
Görüş istenilecek Birim/Birimler	----
KOMİSYON GÖRÜŞÜ	
İlgi: Millî Eğitim Bakanlığı'nın 07/03/2012 tarihli ve 3616 sayılı Araştırma, yarışma ve Sosyal Etkinlik İzinleri Konulu, 2012/13 Sayılı Genelgesi. Genelge gereğince; araştırma başvurusu olması gereken nitelikler açısından incelenmiş olup, araştırmanın 2016-2017 öğretim yılında eğitim öğretimi aksatmayacak ve eğitim kurumları yöneticilerinin uygun gördüğü şekli ile yapılmasına oybirliği ile karar verilmiştir	
Komisyona Kararı	Oybirliği ile alınmıştır.
Muhalef üyenin Adı ve Soyadı: ----	Gerekçesi; -----

KOMİSYON

06/12/2016

Komisyona Başkanı
M. Fatih VARGELOĞLU

Üye
Dr. Resul YAVUZ

Üye
Nefise VARGELOĞLU

Üye
Nurdan MARAL

EK 5: ÖLÇEKLERİ UYGULAMA KULLANIM İZİNLERİ

“Westside Sınav Kaygısı Ölçeği” Kullanım İzni

Gmail
Gelen Kutusuna taşı
Diğer

E-POSTA YAZ
Gelen Kutusu (222)
Yıldızlı
Önemli
Gönderilmiş Postalar
Taslaklar (40)
Spam
Çevreler
[imap]/Trash

Vedat YALÇINÖZ <vedatyalcinoz@gmail.com>
29 Eyl

Alıcı: Tark

Hocam merhaba.
Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim.
Tez konum "Ergenlerin Sorunlu İnternet Kullanımı ile Sınav Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi"
Tezimde kullanmak üzere, Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasını sizin yaptığınız Westside Sınav Kaygısı Ölçeğine ve ölçeği kullanım
iznine gereksinim duyuyorum.
Ölçek çalışmalarına gerçekten yarar sağlayacaktır.
Teşekkür ederim.

Tarık Totan
29 Eyl

Alıcı: bana

Merhaba,
Westside Sınav Kaygısı Ölçeğini danışmanlığımı yürüttüğünüz yüksek lisans tezi kapsamında kullanabilirsiniz.
Ekte ölçeğe ve değerlendirmesine ulaşabilirsiniz.
Çalışmanızda kolaylıklar dilerim,
Saygılarımla,
Doç. Dr. Tarık TOTAN
Adnan Menderes Üniversitesi,
Eğitim Fakültesi,
Eğitim Bilimleri Bölümü,
Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalı,
Aytepe Mevkii, 09100
Kepez / AYDIN
Tel: +90.256.214.20.23 - 1561
Faks: +90.256.214.10.61

Assoc. Prof. Tarık TOTAN,
Ph.D. of Guidance and Counseling
Adnan Menderes University,
Faculty of Education,

“Problemli İnternet Kullanım Ölçeği” Kullanım İzni

Gmail
Gelen Kutusuna taşı
Diğer

E-POSTA YAZ

Gelen Kutusu (222)
Yıldızlı
Önemli
Gönderilmiş Postalar
Taslaqlar (40)
Spam
Çevreler
[İmap]/Trash

Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği kullanım izni
Gelen Kutusu x

Vedat YALÇINÖZ <vedatyalcinoz@gmail.com>
Alıcı: eceyhan
29 Eyl ☆

Hocam merhaba.
Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim.
Tez konum "Ergenlerin Problemli İnternet Kullanımı ile Sınav Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi"
Tezimde kullanmak üzere, sizin geliştirdiğiniz Problemli İnternet Kullanımı Ölçeğine ve ölçeği kullanım iznine gereksinim duyuyorum.
Ölçek çalışmalarıma gerçekten yarar sağlayacaktır.
Teşekkür ederim.

Aydoğan Aykut CEYHAN <aceyhan@anadolu.edu.tr>
Alıcı: bana
29 Eyl ☆

Merhaba,
İlgili ölçek ve açıklamaları ektedir.
İlgili ölçeği bilimsel amaçlı çalışmalarınızda kullanabilirsiniz.
İyi çalışmalar.

Prof.Dr. A.Aykut CEYHAN
Anadolu Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı
Yunus Emre Kampüsü- Eskişehir
E-mail: aceyhan@anadolu.edu.tr
Tel: 222 3350580-3472 & 3526

Prof.Dr. A.Aykut CEYHAN
Anadolu University
Educational Faculty
Guidance and Psychological Counseling Division
Yunus Emre Campus- Eskişehir, Turkey
E-mail: aceyhan@anadolu.edu.tr
Tel: +90 222 3350580-3472 & 3526

Kimden: Esra CEYHAN
Gönderildi: 29 Eylül 2016 Perşembe 11:47



DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS/DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU



Tarih: 22/01/2018

Tez Başlığı:

ERGENLERİN SORUNLU İNTERNET KULLANIMI İLE SINAV KAYGISI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Yukarıda başlığı belirtilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 97 sayfalık kısmına ilişkin, 22/01/2018 tarihinde **tez danışmanım tarafından** Dokuz Eylül Üniversitesi Kütüphane ve Dokümantasyon Daire Başkanlığı'nın sağladığı İntihal Tespit Programından (Turnitin-Tez İntihal Analiz Programı) aşağıda belirtilen **filtreleme tiplerinden biri** (uygun olanı işaretleyiniz) uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin **benzerlik oranı % 24'tür**.

- <http://www.kutuphane.deu.edu.tr/tr/turnitin-tez-intihal-analiz-programi/> adresindeki Tez İntihal Analiz

Programı Kullanım Kılavuzunu okudum ☒

Filtreleme Tipi 1(Maksimum %15) ☐

Filtreleme Tipi 2(Maksimum %30) ☒

- ☐ Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç,
☐ Kaynakça hariç,
☐ Alıntılar dâhil,
☐ Altı (6) kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç.

- ☒ Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç,
☒ Kaynakça dâhil,
☒ Alıntılar dâhil.

EK 1- İntihal Tespit Programı Raporu İLK SAYFA Çıktısı. ☒

EK 2- İntihal Tespit Programı Raporu (Tümü) Cd İçinde. ☒

Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esasları'nı inceledim ve yukarıda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Adı Soyadı : Vedat YALÇINÖZ

Öğrenci No : 2009950151

Anabilim Dalı : Eğitim Bilimleri

Programı : Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Statüsü : Yüksek Lisans ☒

Doktora ☐

ÖĞRENCİ

Vedat YALÇINÖZ

22.01.2018

DANIŞMAN

Doç. Dr. F. Ebru İKİZ

22.01.2018

Açıklamalar

1: Bu formu teslim etmeden önce sizden istenen bilgileri uygun kutucuğu (☐) işaretleyerek doldurunuz.

Kullanıcı şifre vb. konusunda sorun yaşanması durumunda Üniversitemiz Merkez Kütüphanesinde bulunan Turnitin yetkilisine (Ali Taş Tel: +90 (232) 3018026 veya ali.tas@deu.edu.tr) başvurunuz.

2: Yüksek Lisans/Doktora Tez Çalışması Orijinallik Raporu" formu tezin ciltlenmiş ve elektronik nüshalarının içerisinde ekler kısmında yer alır.

3: Tez savunmasında düzeltme alınması durumunda bu form güncellenerek yeniden hazırlanır.

4: Turnitin-Tez İntihal Analiz Programına yükleme yapılırken Dosya Başlığı (document title) olarak **tez başlığının tamamı**, Yazar Adı (author's first name) olarak **öğrencinin adı**, Yazar Soyadı (author's last name) olarak **öğrencinin soyadı** bilgisini yazınız.