

T.C.
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



**LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET, SOSYAL MEDYA VE DİJİTAL OYUN
BAĞIMLILIKLARI İLE YALNIZLIK, BENCİLLİK VE YAŞAM DOYUMU
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ, MALATYA ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

DANIŞMAN
Doç. Dr. Vehbi BAYHAN

HAZIRLAYAN
Cevahir KILIÇ

MALATYA-2021

T.C.
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET, SOSYAL MEDYA VE DİJİTAL OYUN
BAĞIMLILIKLARI İLE YALNIZLIK, BENCİLLİK VE YAŞAM DOYUMU
DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ, MALATYA ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN
Cevahir KILIÇ

DANIŞMAN
Doç. Dr. Vehbi BAYHAN

MALATYA-2021

ONUR SÖZÜ

Doç. Dr. Vehbi BAYHAN danışmanlığında hazırlamış olduğum “Lise Öğrencilerinin İnternet, Sosyal Medya ve Dijital Oyun Bağımlılıkları ile Yalnızlık, Bencillik ve Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki İlişki, Malatya Örneği” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek yardıma başvurmaksızın tarafımdan yazıldığını ve yararlandığım bütün yapıtların hem metin içinde hem de kaynakçada yöntemine uygun biçimde gösterilenlerden oluştuğunu belirtir, bunu onurumla doğrularım.

Cevahir KILIÇ

ÖNSÖZ

Bu çalışma internet olgusunun insanlık hayatına girişini ve insan hayatında yarattığı değişim ve dönüşümleri ele almaktadır. İnternetin insan hayatına girmeye başlamasıyla yaşanan sosyo-kültürel ve davranışsal değişimler ve bu sürecin bireylerin hayatını yönlendirmedeki etkisi bu araştırma açısından önem arz etmektedir. Başlangıçta ihtiyaçtan doğan ve insanlık tarihinde birçok fayda ve kolaylıklara imza atan internetin zamanla birey hayatının ayrılmaz bir parçası olma serüvenini görüp izlemekteyiz. Bu nedenle bu araştırma konumuzu belirlerken toplum hayatında bu denli etki etmesi, birey hayatında birçok değişim ve dönüşümü gerçekleştirmesi ve bu süreçte bireyin duygu, düşünce ve davranış boyutlarında yeni tarzlar oluşturası önemli etkenler olarak görülmüştür. İnternetin toplum hayatındaki yerini almasıyla başlayan ve zamanla insan hayatının ayrılmaz bir parçası olması beraberinde birçok olumsuz sonuçlar da doğurmaktadır. İnternet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları bu sürecin getirmiş olduğu olumsuz davranış örüntüleri olmaktadır.

Araştırma boyunca internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları gibi patolojik davranış bozukluklarının ortaya çıkma süreçleri, etkilendikleri unsurlar, hangi yaş aralığında daha yoğun yaşandığı ve diğer birçok psikolojik süreçle olan ilişkisi üzerinde durulmuş ve değerlendirmeler yapılmıştır. Amaç elde edilen veriler çerçevesinde lise öğrencilerinin internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı düzeylerini ve bu süreci etkileyen faktörleri ortaya koyarak bu konuda alınabilecek çözüm yolları sürecine katkı sağlayabilmektir.

Çalışmanın başından itibaren karşılaştığım birçok engel ve sorunla baş etme sürecinde benden yardımlarını esirgemeyen, sahip olduğu birikim ve tecrübesiyle yolumu sürekli aydınlatan, değerli vakitlerini araştırmamı takip etme ve değerlendirme yaparak geçiren ve iyi bir tez çıkarabilmem için bana sürekli rehberlik eden saygıdeğer hocam ve tez danışmanım Doç. Dr. Vehbi Bayhan'a, çalışmanın yürütülmesi aşamasında benden yardımlarını esirgemeyen aileme ve farklı görüş ve düşünceleriyle bana katkı sağlayan arkadaşlarıma teşekkür eder saygılarımı sunarım.

CEVAHİR KILIÇ

MALATYA/2021

ÖZET

Günümüzde kullanımı her geçen gün artan internet, insanların bilgi edinme, sörf yapma, alışveriş yapma, oyun oynama, sohbet etme, paylaşımda bulunma, benlik sunumunda bulunma ve boş zamanı değerlendirme aracı olarak yaygın bir kullanım alanına sahip olmaktadır. İnternet kullanımı sürecinde insanların sosyo-kültürel ve psikolojik özellikleri önemli bir etken olarak görülmektedir. Amacımız lise öğrencilerinin internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı düzeylerini ölçmek ve ergenlerin yalnızlık, bencillik, yaşam doyumu, psikososyal yapısı, cinsiyeti, aile yapısı, biyolojik yapısı, ekonomik düzeyleri vb. özellikleri ile bu bağımlılık türleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma sonucunda bunlar arasındaki ilişkileri ortaya koymaktır.

Çalışma Malatya ilinde ikamet eden 990 lise öğrencisinin katılımıyla gerçekleşmiş. Araştırmada açıklayıcı ve betimleyici yöntem kullanılarak literatür taraması yapılmış ve anket tekniği uygulanmıştır. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Young İnternet Bağımlılığı Kısa Formu, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, Oyun Bağımlılığı Ölçeği (GAS; Game Addiction Scale, UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Versiyonu, Bencillik Ölçeği/ Uyumsal Bencillik ve Yaşam Doyumu Ölçeğinden faydalanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21,0 paket programı kullanılmıştır. Betimsel istatistikler için frekans tabloları uygulanırken değişkenler arasındaki ilişkiler için ise yüzde analizleri yapılmıştır. Ölçekler arasındaki analizler için kolerasyon tekniğinden faydalanılmış ve değişkenler arasındaki anlamlılık değerleri için Kruskal Wallis H Testi, Anova Testi, T testi vb. testler kullanılmıştır.

Çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre, örneklemin genel çoğunluğun interneti boş zamanını değerlendirmek, sörf yapmak ve oyun oynamak için kullandığı görülmüştür. Ayrıca örnekleminizin genel çoğunluğu bir gün içinde internette 1-5 saat arası vakit geçirdiklerini dile getirmiştir. Örneklemin yaklaşık %25'inin yüksek düzey internet bağımlısı olması da araştırmamız açısından önemli bir sonuçtur. Cinsiyet ile internet, sosyal medya, dijital oyun bağımlılığı; yalnızlık, bencillik, yaşam doyumu arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bireylerimizin internette geçirdikleri süre, interneti kullanma amaçları, yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumu düzeyleri, en çok kullandıkları sosyal medya hesapları, kullandıkları sosyal medya hesap sayıları, sosyal medyada selfi paylaşma sıklıkları ve aile birlikteliği ile internet ve sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca en çok oynanan oyun ile dijital oyun bağımlılığı arasında da anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Çalışmamızda internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları ile ekonomik gelir, sınıf düzeyi ve yaş faktörü arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Elde edilen tüm bu sonuçlar araştırmamızın genel amacını desteklemektedir. Ayrıca bu sonuçlar internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı gibi patolojik davranışların toplumda giderek arttığını ve bu davranışların bireylerin gerek sosyo-kültürel gerekse de psikolojik yapılarında derin yaralar açtığı görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: İnternet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı, ergenlik dönemi, yalnızlık, bencillik, psikososyal yapı, yaşam doyumu

ABSTRACT

Today, the use of the internet, which is increasing day by day, has a widespread use area as a tool for people to obtain information, surf, shop, play games, chat, share, self-presentation and use leisure time. Socio-cultural and psychological characteristics of people are seen as an important factor in the process of internet use. Our aim is to measure the internet, social media, digital game addiction levels of high school students and to examine the relationship between adolescents' loneliness, selfishness, life satisfaction, psychosocial structure, gender, family structure, biological structure, economic level etc. characteristics. As a result of the research, it is to reveal the meaningful relationships between them.

The study was realized with the participation of 990 high school students residing in Malatya province. In the research, literature review was made using illustrative and descriptive methods and questionnaire technique was applied. Personal Information Form, Young's Internet Addiction Short Form, Social Media Addiction Scale, Game Addiction Scale (GAS; Game Addiction Scale, UCLA Loneliness Scale Short Version, Selfishness Scale / Adaptive Selfishness and Life Satisfaction Scale were used in research. SPSS 21.0 package program was used in the analysis of the data. While frequency tables were applied for descriptive statistics, percentage analyses were made for relationships between variables. Correlation technique was used for analysis between scales and Kruskal Wallis H Test, Anova Test, T test etc. were used for significance values between variables.

According to the findings obtained as a result of the study, it was seen that the majority of the sample used the internet for leisure time, surfing and playing games. In addition, the general majority of our sample stated that they spend 1-5 hours on the internet in a day. Approximately 25% of the sample is highly internet addicted is also an important result for our research. Significant relationships were found between gender and internet, social media, digital game addiction, loneliness, selfishness and life satisfaction. The meaningful relationships were found between the time spent by our individuals on the internet, their purpose of using the internet, their level of loneliness, selfishness and life satisfaction, the social media accounts they use the most, the number of social media accounts they use, the frequency of self-sharing on social media and family unity, internet and social media addiction. On the other hand, there was found between the most played game and digital game addiction. In our study, there was not found any relationships between internet, social media and digital game addictions and economic income, class level and age factor. All these results obtained support the general purpose of our research. In addition, these results show that pathological behaviours such as internet, social media and digital game addiction are increasing in society and these behaviours cause deep hurts in both the socio-cultural and psychological structures of individuals.

Keywords: Internet addiction, social media addiction, digital game addiction, adolescence, loneliness, selfishness, psychosocial structure, life satisfaction

İÇİNDEKİLER

ONUR SÖZÜ	iii
ÖNSÖZ	iv
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar LİSTESİ	xi
KISALTMALAR	xiii
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Ergenlik	5
1.1.1.Ergenlikte Gelişim Evreleri.....	6
1.1.1.1.Bedensel Gelişim.....	6
1.1.1.2. Kişilik Gelişimi	7
1.1.1.3.Duygusal Gelişim	8
1.1.1.4.Sosyal Gelişim.....	9
1.2. İnternet Bağımlılığı	10
1.2.1. İnternet ve İnternet Bağımlılığının Tanım ve Tarihçesi	10
1.2.2. İnternetin Olumlu ve Olumsuz Yönleri	18
1.2.3. İnternet Bağımlılığı Kavramının Kullanımı ve Yapılan Araştırmalar.....	19
1.2.4. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri	24
1.2.4.1.Goldberg'in Tanı Kriterleri	24
1.2.4.2.Young'un Tanı Kriterleri.....	25
1.2.4.3. Suler'in Tanı Kriterleri	26
1.2.5. Yurtdışında ve Yurt İçinde Yapılmış İnternet Bağımlılığı Çalışmaları.....	27
1.2.6. Ergenlik ve İnternet	38
1.3.Sosyal Medya	42
1.3.1. Sosyal Medya Araçları	46
1.3.2. Sosyal Medya Kullanım Amaçları	48
1.3.3. Sosyal Medya Bağımlılığı	50
1.4. Dijital Oyun Bağımlılığı.....	53
1.5. Yalnızlık	57
1.6. Bencillik	59
1.7. Yaşam Doyumu	61

İKİNCİ BÖLÜM
BULGULAR VE YORUMLAR

2.1. Araştırmanın Amacı ve Kapsamı	63
2.1.1. Araştırmanın Amacı	63
2.1.2. Varsayımlar ve Sınırlılıklar	63
2.1.3. Araştırmanın Problem Cümlesi	64
2.1.4. Araştırmanın Hipotezleri	64
2.2. Yöntem ve Teknik	64
2.2.1. Araştırma Modeli	64
2.2.2. Veri Toplama Araçları	65
2.2.3. Veri Analizi	67
2.2.4. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere İlişkin Bulgular	67
2.3. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular	68
2.3.1. Cinsiyet Dağılımı	68
2.3.2. Yaş Dağılımı	69
2.3.4. Kardeş Sayısı	70
2.3.5. Lise Türü	70
2.3.6. Anne Eğitim Durumu	71
2.3.7. Baba Eğitim Durumu	71
2.3.8. Baba Meslek Dağılımı	72
2.3.9. Anne Meslek Dağılımı	72
2.3.10. Ortalama Aylık Gelir	73
2.3.12. En Fazla Kullanılan Sosyal Medya Hesabı	74
2.3.13. Sosyal Medyada Selfi Paylaşma Sıklığı	74
2.3.14. Paylaşımların Beğenilmesinin Kontrolü	75
2.3.15. Üye Olunan Sosyal Medya Hesap Sayıları	75
2.3.16. Sosyal Medya Paylaşımlarını Beğenme Sıklığı	76
2.3.17. En Çok Oynanan Dijital Oyun	76
2.3.18. Akıllı Telefon Sahipliği	77
2.3.19. Okul Başarı Durumu	77
2.3.21. İnterneti Kullanma Amacı	78
2.3.22. İnternet Bağımlılığı	79
2.3.23. Sosyal Medya Bağımlılığı	80
2.3.24. Dijital Oyun Bağımlılığı	80
2.3.25. Yalnızlık	81
2.3.26. Bencillik	82
2.3.27. Yaşam Doyumu	82

2.4. Sosyo-Kültürel Özelliklere Göre İnternet, Sosyal Medya ve Dijital Oyun Bağımlılığı.....	83
2.4.1. Cinsiyet ve İnternet Bağımlılığı	83
2.4.2. Cinsiyet ve Sosyal Medya Bağımlılığı.....	85
2.4.3. Cinsiyet ve Dijital Oyun Bağımlılığı.....	87
2.4.4. Cinsiyet ve Yalnızlık	88
2.4.5. Cinsiyet ve Bencillik	89
2.4.6. Cinsiyet ve Yaşam Doyumu	90
2.4.7. İnternet Bağımlılığı ve Yalnızlık.....	92
2.4.8. İnternet Bağımlılığı ve Bencillik	94
2.4.9. İnternet Bağımlılığı ve Yaşam Doyumu.....	95
2.4.10. Aile Birliği ve İnternet Bağımlılığı	97
2.4.11. Başarı Durumu ve İnternet Bağımlılığı	99
2.4.13. İnternette Geçirilen Süre İle İnternet Bağımlılığı.....	103
2.4.14. Üye Olunan Sosyal Medya Hesap Sayısı ile İnternet Bağımlılığı.....	105
2.4.15. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlık	106
2.4.16. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Bencillik.....	107
2.4.17. Aile Birliği ve Yaşam Doyumu	109
2.4.18. İnternette Geçirilen Süre İle Sosyal Medya Bağımlılığı	110
2.4.19. Paylaşımların Beğenilmesinin Kontrolü ve Bencillik	111
2.4.20. Sosyal Medyada Selfi Paylaşma Sıklığı ve Bencillik.....	113
2.4.21. En Çok Kullanılan Sosyal Medya ve Sosyal Medya Bağımlılığı.....	115
Tablo 2.4.21. En Çok Kullanılan Sosyal Medya ve Sosyal Medya Bağımlılığı	115
2.4.22. İnternette Geçirilen Süre İle Dijital Oyun Bağımlılığı	117
2.4.23. Dijital Oyun Bağımlılığı ve Yalnızlık	119
2.4.24. Dijital Oyun Bağımlılığı ve Bencillik	120
2.4.25. Aylık Gelir ve Yaşam Doyumu	122
2.5. Bazı Sosyokültürel Özelliklerin İnternet, Sosyal Medya ve Dijital Oyun Bağımlılığı, Bencillik, Yalnızlık ve Yaşam Doyumu Düzeyleri Açısından Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular	123
2.5.1. İnternet Bağımlılığına ilişkin Cinsiyetin Normal Dağılımı Testi	123
2.5.2. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı İle Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi	124
2.5.3. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi	125
2.5.4. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Bencillik Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi	126
2.5.5. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Dijital Oyun Bağımlılığı Arasındaki Kolerasyon Analizi	127

2.5.6. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki Kolerasyon Analizi.....	128
2.5.7. Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi.....	129
2.5.8. Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ile Bencillik Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi.....	130
2.5.9. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Lise Türü Değişkenine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi.....	131
2.5.10. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Yaş Değişkenine İlişkin Kruskal-Wallis H-Testi	132
2.5.11. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Sınıf Düzeyi Değişkenine İlişkin Kruskal-Wallis H-Testi	132
2.5.13. Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine İlişkin T-Testi Sonuçları	134
2.5.14. Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılıklarının En Çok Oynanan Dijital Oyun Değişkenine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi.....	135
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	136
KAYNAKÇA.....	148
EKLER.....	153
EK 1: YOUNG İNTERNET BAĞIMLILIĞI TESTİ - KISA FORMU (YİBT-KF)	153
EK-2: SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ KISA FORMU (SMBÖ-KF)	154
EK 3: OYUN BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ (GAS; Game Addiction Scale)	155
EK 4: UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ KISA VERSİYONU	156
EK 6: YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ	158
EK 7: KİŞİSEL BİLGİ FORMU	159

TABLÖLAR LİSTESİ

TABLO 1.2.5. YURTDİŞİNDA VE YURT İÇİNDE YAPILMIŞ İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÇALIŞMALARI	27
TABLO 2.1. ÖLÇEKLERİN GÜVENİRLİK VE GEÇERLİLİK ANALİZLERİ	67
TABLO 2.2. ÖLÇEKLERİN NORMALLİK ANALİZLERİ	68
TABLO 2.3.1. CİNSİYET DAĞILIMI	68
TABLO 2.3.2. YAŞ DAĞILIMI.....	69
2.3.3. ÖĞRENİM GÖRÜLEN SINIF DAĞILIMI	69
TABLO 2.3.3. ÖĞRENİM GÖRÜLEN SINIF DAĞILIMI	69
TABLO 2.3.4. KARDEŞ SAYISI.....	70
TABLO 2.3.5. LİSE TÜRÜ	70
TABLO 2.3.6. ANNE EĞİTİM DURUMU	71
TABLO 2.3.7. BABA EĞİTİM DURUMU	71
TABLO 2.3.8. BABA MESLEK DAĞILIMI	72
TABLO 2.3.9. ANNE MESLEK DAĞILIMI.....	72
TABLO 2.3.10. ORTALAMA AYLIK GELİR.....	73
TABLO 2.3.11. AİLE BİRLİĞİ	73
TABLO 2.3.12. EN FAZLA KULLANILAN SOSYAL MEDYA HESABI	74
TABLO 2.3.13. SOSYAL MEDYADA SELFİ PAYLAŞMA SIKLIĞI	74
TABLO 2.3.14. PAYLAŞIMLARIN BEĞENİLMESİNİN KONTROLÜ.....	75
TABLO 2.3.15. ÜYE OLUNAN SOSYAL MEDYA HESAP SAYILARI	75
TABLO 2.3.16. SOSYAL MEDYA PAYLAŞIMLARINI BEĞENME SIKLIĞI.....	76
TABLO 2.3.17. EN ÇOK OYNANAN DİJİTAL OYUN	76
TABLO 2.3.18. AKILLI TELEFON SAHİPLİĞİ.....	77
TABLO 2.3.19. OKUL BAŞARI DURUMU	77
TABLO 2.3.20. İNTERNETTE GEÇİRİLEN VAKİT	78
TABLO 2.3.21. İNTERNETİ KULLANMA AMACI	78
TABLO 2.3.22. İNTERNET BAĞIMLILIĞI	79
TABLO 2.3.23. SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI	80
TABLO 2.3.24. DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI.....	80
TABLO 2.3.25. YALNIZLIK	81
TABLO 2.3.26. <i>BENCİLLİK</i>	82
TABLO 2.3.27. YAŞAM DOYUMU	82
TABLO 2.4.1. CİNSİYET VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI	83
TABLO 2.4.2. CİNSİYET VE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI	85
TABLO 2.4.3. CİNSİYET VE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI.....	87
TABLO 2.4.4. CİNSİYET VE YALNIZLIK.....	88
TABLO 2.4.5. CİNSİYET VE BENCİLLİK.....	89
TABLO 2.4.6. CİNSİYET VE YAŞAM DOYUMU	90
TABLO 2.4.7. İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE YALNIZLIK	92
TABLO 2.4.8. İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE BENCİLLİK.....	94
TABLO 2.4.9. İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE YAŞAM DOYUMU	95
TABLO 2.4.10. AİLE BİRLİĞİ VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI	97

TABLO 2.4.11. BAŞARI DURUMU VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI.....	99
TABLO 2.4.12. İNTERNETİ KULLANMA AMACI VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI.....	101
TABLO 2.4.13. İNTERNETTE GEÇİRİLEN SÜRE İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI.....	103
TABLO 2.4.14. ÜYE OLUNAN SOSYAL MEDYA HESAP SAYISI İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI.....	105
TABLO 2.4.15. SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI VE YALNIZLIK.....	106
TABLO 2.4.16. SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI VE BENCİLLİK.....	107
TABLO 2.4.17. AİLE BİRLİĞİ VE YAŞAM DOYUMU	109
TABLO 2.4.18. İNTERNETTE GEÇİRİLEN SÜRE İLE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI	110
TABLO 2.4.19. PAYLAŞIMLARIN BEĞENİLMESİNİN KONTROLÜ VE BENCİLLİK	111
TABLO 2.4.20. SOSYAL MEDYADA SELFİ PAYLAŞMA SIKLIĞI VE BENCİLLİK.....	113
TABLO 2.4.21. EN ÇOK KULLANILAN SOSYAL MEDYA VE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI	115
TABLO 2.4.22. İNTERNETTE GEÇİRİLEN SÜRE İLE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI.....	117
TABLO 2.4.23. DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE YALNIZLIK	119
TABLO 2.4.24. DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE BENCİLLİK	120
TABLO 2.4.25. AYLIK GELİR VE YAŞAM DOYUMU	122
TABLO 2.5.1. İNTERNET BAĞIMLILIĞINA İLİŞKİN CİNSİYETİN NORMAL DAĞILIMI TESTİ	123
TABLO 2.5.2. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE YAŞAM DOYUMU DÜZEYLERİ ARASINDAKİ KOLERASYON ANALİZİ	124
TABLO 2.5.3. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE YALNIZLIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ KOLERASYON ANALİZİ	125
TABLO 2.5.4. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE BENCİLLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ KOLERASYON ANALİZİ	126
TABLO 2.5.5. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI ARASINDAKİ KOLERASYON ANALİZİ	127
TABLO 2.5.6. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ARASINDAKİ KOLERASYON ANALİZİ	128
TABLO 2.5.7. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE YALNIZLIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ KOLERASYON ANALİZİ	129
TABLO 2.5.8. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE BENCİLLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ KOLERASYON ANALİZİ	130
TABLO 2.5.9. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN LİSE TÜRÜ DEĞİŞKENİNE İLİŞKİN KRUSKAL-WALLİS H TESTİ.....	131
TABLO 2.5.10. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN YAŞ DEĞİŞKENİNE İLİŞKİN KRUSKAL-WALLİS H-TESTİ.....	132
TABLO 2.5.11. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN SINIF DÜZEYİ DEĞİŞKENİNE İLİŞKİN KRUSKAL-WALLİS H-TESTİ.....	132
TABLO 2.5.12. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI DÜZEYLERİNİN AYLIK GELİR DEĞİŞKENİNE İLİŞKİN ANOVA TESTİ	133
TABLO 2.5.13. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN YALNIZLIK DÜZEYLERİNİN CİNSİYET DEĞİŞKENİNE İLİŞKİN T- TESTİ SONUÇLARI	134
TABLO 2.5.14. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIKLARININ EN ÇOK OYNANAN DİJİTAL OYUN DEĞİŞKENİNE İLİŞKİN KRUSKAL-WALİS H TESTİ	135

KISALTMALAR

ABD: Amerika Birleşik Devletleri

SSCB: Sovyet Sosyalist Cumhuriyetler Birliği

ARPA: İleri Araştırma Projeleri Ajansı

DARPA: İleri Savunma Araştırma Projeleri Ajansı

WWW: World Wide Web

ODTÜ: Ortadoğu Teknik Üniversitesi

TÜBİTAK: Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu

APA: Amerikan Psikiyatri Birliği

DSM: Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatiksel El Kitabı

GİRİŞ

İnsanlar varoluşundan itibaren hayatta kalma mücadelesi veren ve bu süreçte bir başkasına muhtaç olan toplumsal bir varlıktır. Bireyler hayatları boyunca hep bir başkasıyla konuşmak, anlaşmak ve ortak bir yaşam alanı oluşturmak ister. Bu süreçte insanoğlunu ayakta tutacak en önemli faktör ise dil ve iletişimdir. Dil ve iletişim bireylerin gelişmesi ve topluma uyum sağlama sürecinde önemli bir unsur olmaktadır. Bireyler gündelik hayatlarını diğerleriyle kurdukları iletişim ve etkileşim çerçevesinde sürdürmektedirler. Belli bir zamana kadar yüz yüze bir şekilde devam eden iletişim ve etkileşim süreci değişen ve gelişen toplum yapısına bağlı olarak farklı bir boyut kazanmıştır. Toplum hayatında yer edinmeye başlayan basın yayın, radyo, televizyon ve bilgisayar gibi iletişim odaklı teknolojiler toplumsal hayat tarzını değiştirip dönüştürmektedir.

Değişen ve dönüşen toplumların insan hayatına sunduğu yeniliklerin ve değişimlerin ardı arkası gelmezken bir yanda da insanların bu yeniliklere uyum sağlama süreci ve bu süreçte yaşadıkları sıkıntılar da bir o kadar boy göstermektedir. 20. Yüzyılın son çeyreğinde icat olunan internet de kuşkusuz ki toplumu kitleler halinde etkileyen önemli bir yenilik unsuru sayılmaktadır. Toplumların gelişiminde ihtiyaç haline gelen internet zamanla toplumdaki yerini sağlamlaştırmış ve onsuz bir hayatın neredeyse mümkün olmadığı bilinci oluşmuştur. İnternetin insan hayatında bu denli hızlı bir şekilde yer edinmesinde elbette ki başta insan hayatına sağladığı kolaylıklar ve faydalar etkili olmaktadır. Sonrasında ise insan psikolojinin birçok unsurunu kendisinde barındırması ve insana tatmin olma ve rahatlama duygusu vermesi gibi psikolojik ihtiyaçları karşılaması etkili olmaktadır. Çağımız itibarıyla internetin hayatımızda vazgeçilmez bir konuma sahip olduğunu görmekle birlikte bu vazgeçilmezlik durumunun zamanla bağımlılığa dönüşme sürecine de şahit olmaktadır.

İnternetin insanlara sağladığı faydalar sayılamayacak kadar çok iken bir yandan da bireylerde meydana getirdiği psiko-sosyal ve davranışsal bozukluklar da göz ardı edilemeyecek bir noktadadır. Bu durum ise internetle ilgili birçok olumlu ve olumsuz durum meydana getirmektedir. Bu durum dolayısıyla “internet bağımlılığı” olgusu ortaya çıkmakta ve bu olgu birçok araştırmaya konu olmaktadır. İnternet bağımlılığını, belirli ihtiyaçları gidermek amacıyla internete bağlanan bireylerin o ihtiyaçları giderdikten sonra kendini internetin albenisine kaptırarak saatlerce internet başında kalması, internete bağlı kaldığı her zaman diliminde kendini psikolojik olarak rahatlamış hissetmesi ve internetin yokluğu

durumunda saldırganlaşma, sinirlenme ve psikolojik çöküntü yaşama durumu olarak tanımlanabilir. Bireyin içinde büyüdüğü çevre, ekonomik düzeyi, aile yapısı, cinsiyeti, psikolojik yapısı vb. birçok faktör bu süreçte etkili olmaktadır. Ayrıca internetin gelişme göstermesiyle birlikte ortaya çıkan sosyal medya ve dijital oyunlarda bu süreçlerde bağımlılığı artırıcı etkide bulunmaktadır.

İnternet ve sosyal medya bağımlılığı üzerine yapılan birçok araştırmada internette geçirilen süre, interneti kullanma amaçları, cinsiyet, aile yapısı, yalnızlık ve bencillik gibi psikolojik sıkıntılar ve internette oynanan dijital oyunlar ile internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. İnternet ve sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapılan literatür taraması sonucunda; internet ve sosyal medya bağımlısı olan bireylerin interneti daha çok çift yönlü iletişim, sörf yapmak, oyun oynamak ve boş zaman değerlendirmek için kullandıkları, bağımlı grubun internette haftada 25-40 saat arası vakit geçirdikleri görülmüştür. Ayrıca bağımlılık durumunun bireyin akademik başarısını olumsuz yönde etkilediği, bireylerin sahip olduğu boşanmış, ilgisiz ve otoriter aile yapısının bu süreçte etkili bir faktör olduğu, yalnız olan veya bencillik düzeyi yüksek olan bireylerde internet ve sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu incelenen araştırmalar sonucunda elde edilen diğer önemli sonuçlardır. Cinsiyet ile internet ve sosyal medya bağımlılığı arasında kurulan ilişkiye gelince bazı araştırmalarda erkekler daha yüksek bağımlılık eğilimi gösterirken (Öztosun, 2018; Kısa 2018; Bayraktar 2001; Derin, 2013; Gülnar, 2009; Çelikkaleli, 2010; Özbek, 2017) bazı araştırmalarda ise kızlar daha yüksek bağımlılık eğilimi gösterdikleri görülmüştür. (Gürültü, 2016; H. Doğan, 2008)

Yapılan çalışmada internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları sürecinde yetişkinlere kıyasla daha fazla risk grubu oluşturan ergen gençleri ele almaktayız. Ergenler yaşadıkları biyolojik ve psikolojik değişim ve dönüşümle, bu dönemde kazanmaya çalıştığı benlik ve kimlik algısıyla, aileden bağımsız yaşama isteğiyle ve bu dönemde tavan yapan bencillik algısıyla diğer insan gruplarından ayrılmaktadır. Bu dönemde ortaya çıkan birçok psikolojik ve sosyolojik sorun ergen bireylerin düşünce ve davranışlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca yaşanan bu sorunlar ergenleri çeşitli problemli davranışları sergilemeye de yöneltebilmektedir. Araştırmada ergenlerin cinsiyetleri, aile yapısı, demografik özellikleri, yalnızlık düzeyleri, bencillik düzeyleri, yaşam doyumu vb. özellikleri göz önünde bulundurularak internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları ölçülmeye çalışılmaktadır. Ayrıca internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları ile ergen gençlerin demografik özellikleri, yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin

yönünü belirlemek, bu süreçte ergenlerin yüksek risk grubu oluşturmalarının nedenlerini ortaya koymak ve elde edilen sonuçlar çerçevesinde gerekli çözüm yollarını ortaya koymak araştırmamızın önemli amaçlarındandır.

Araştırma evreni Malatya ilinde lisede eğitim gören 62 bin 135 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklemimiz ise 990 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Örneklem evreni temsil edecek büyüklüktedir. Araştırmaya öncelikle konuyla ilgili yapılan literatür taraması ile başlanmış ve konuyla ilgili kavramlar tanımlanıp betimlenmiştir. Daha sonra ise bugüne kadar yapılmış olan birçok araştırma incelenmiş ve elde edilen sonuçlar kendi araştırmamızın sonuçlarıyla kıyaslanarak açıklanmaya çalışılmıştır. Araştırmada anket tekniği kullanılarak veriler elde edilmiştir. Anket soruları ve kullanılan ölçekler problem cümlesi çerçevesinde hazırlanmıştır. Anketimiz konuyla ilgili demografik sorulardan, internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları ölçeklerinden, bencillik, yalnızlık ve yaşam doyumu ölçeklerinden oluşmaktadır. Anketimiz farklı lise türlerinde 9. Ve 11. Sınıfların katılımıyla gerçekleşmiş ve anket uygulama sürecinde gönüllülük ilkesi esas alınmıştır. Anket sonucunda elde edilen veriler SPSS 21.0 paket programında değerlendirilmiş ve çıkan sonuçlar açıklanıp yorumlanmıştır.

Araştırma neticesinde elde edilen sonuçlar diğer birçok araştırmada elde edilen sonuçlarla uyum sağlamakla birlikte araştırmanın yapıldığı coğrafi bölgeye ait örf, adet, sosyal yaşama ve yaş grubuna bağlı olarak farklı sonuçlarda elde edilmektedir. Örneğin bu çalışmada erkeklere oranla kız öğrencilerinin daha yüksek oranda internet ve sosyal medya bağımlılığı ve yalnızlık eğilimi göstermesi yaşanan bölgenin kültürel özelliklerine bağlı olarak kız ve erkek cinsiyetine biçilmiş farklı rol ve sorumluluklardan kaynaklanmaktadır. Diğer araştırmalarda ekonomik düzey ile internet bağımlılığı arasında kurulan anlamlı ilişkilere kıyasla bu araştırmamızda ekonomik düzey ile internet bağımlılığı arasında herhangi anlamlı bir ilişkinin kurulmamış olması da elde edilen diğer önemli bir sonuçtur. Bu durumu ise internetin yaşadığımız çağ itibarıyla girilmedik mekânın kalmadığı ve en düşük gelir seyisine sahip olan bireylerin dahi rahatlıkla internete ulaşabilme imkânlarına sahip olduklarına bağlanabilir. Araştırmada farklı sonuçlar elde edilmekle birlikte diğer araştırmalarla benzer sonuçlarda elde edilmiştir. Örneğin internette geçirilen vakit, interneti kullanma amaçları, yalnızlık ve bencillik düzeyleri, bireylerin sahip oldukları sosyal medya hesap sayıları en çok kullandıkları sosyal medya hesabı ve en çok oynadıkları oyun, bireyin sahip olduğu aile yapısı ve aile birlikteliği, ergen bireyin okuduğu lise türü ve başarı düzeyi ile internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları arasında kurulan anlamlı ilişkiler diğer araştırmalarda elde edilen

sonuçlarla benzerlik göstermektedir. Bu araştırma sonucunda lise ğrencilerinin internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları düzeylerinin yüksek çıkması ve bu problemli davranışların ergenlik çağına özgü diğerk birçok problemli davranışla ilişkili olması bu yaş grubunu riskli grup olarak belirlememizi haklı çıkarmaktadır. Amacımız ergen gençlerin sahip olduğu bu risk oranını ortaya koymak ve bu risk oranını en aza indirecek çözüm yolları sunabilmektir.

Araştırma iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölüm literatür taraması sonucunda oluşturulan kuramsal erveden oluşmaktadır. İkinci bölüm araştırmanın amacı, kapsamı, sınırlılıkları, yöntem ve tekniğı ve verilerin analiz edilmesiyle elde edilen bulgular ve yorumlardan oluşmaktadır. Son olarak gerek incelenen araştırmalar gerekse de yaptığımız araştırma sonucunda elde ettiğimiz veriler sonuç ve tartışma ervesinde ortaya koyulmaktadır.

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. Ergenlik

Ergen, literatürde “*Adolescent*” olarak geçmektedir. Ergenlik, ya da toplumumuzda buluğ çağı olarak bilinen bu dönem kişinin büyüme patlaması ile başlayıp evliliğe hazır olduğu düzeye kadar geçen dönemi kapsamaktadır. Türkçede genellikle buluğ çağı, delikanlı ya da olumsuz çağ gibi terimler bu dönemi tanımlamak için kullanılmaktadır (Çivilidağ, 2013, s. 14). Ergenlik dönemi erinlik ile başlar ve olgunluk çağına kadar geçen bir dönem olup çocukluk ile yetişkinlik arasında bir geçiş dönemi özelliği göstermektedir. Cinsel olgunluğun gerçekleştiği erinlik döneminde biyolojik değişikliklerin yanı sıra sosyal ve psikolojik değişiklikler de ortaya çıkmaktadır (İnanç, 2004, s. 229). Ergenlik dönemi kendine has biyolojik ve cinsel özelliklerinin yanı sıra dönemin içinde bulunduğu çağ, toplum yapısı ve kurumların özelliklerine bağlı olarak farklı süreçler halinde geçebilmektedir. Birey bu dönemde bedensel değişikliklere de bağlı olarak kendine bir geri dönüş ve anlam katma çabasına girmektedir. “Ergenlik süreci birey için kişilik, kimlik olarak ben kimim? Sorusuna cevap aradığı bir dönemdir. Birey gelişiminin yoğun ve hızlı bir şekilde yaşandığı bu dönemde bir yandan bedeninde, duygularında, davranışlarında ve düşüncelerindeki değişimlere uyum sağlamaya çalışmakta, diğer taraftan ise bu süreç içinde bocalamaktadır. Duygu ve düşüncelerdeki değişiklikler bir gün içerisinde siyahla beyaz kadar farklılaşabilmektedir. Bedendeki fizyolojik değişimle hormonların aktifleşmesi ergenlerde karşı cinse yaklaşma, bir arada bulunma, karşı cinsi tanımaya, anlamaya yönelik tutum ve davranışları sergilemesine sebebiyet vermektedir. Ergenlik çağındaki hızlı büyüme ve gelişme, cinsel duygu artışı, kimliğin henüz tam oturmamış olması, toplumsal yerin henüz belirlenememiş olması ve aileye bağlılığın devam etmesi gibi etkenler bu dönemin sorunlarla dolu fırtınalı bir dönem olarak yaşanmasına neden olmaktadır (Çivilidağ, 2013, s. 14).

İnsan hayatında her dönemin farklı bir önemi ve özelliği vardır. Ama biyolojik ve sosyal olarak daha hızlı ve derin değişimlerin yaşandığı dönem hiç şüphesiz ergenlik çağıdır. Biyolojik olarak vücutta meydana gelen boy ve ağırlık artışı ile vücut yapısı ve işleyişlerindeki olgunlaşmaların yanı sıra, inişli çıkışlı duygu değişimleri, anlam kaybeden ilişkiler, çevreden etkilenmeler, toplumda bir rol sahibi olma çabaları gibi özelliklerin görüldüğü bu süreç gencin kişilik oluşturmada da önemli bir yer almaktadır (Avcı, 2015 , s. 45). Birey bu süreçte

çocukluk ile yetişkinlik arasında tüm yönleriyle gelişimini önemli ölçüde tamamlamakta ve sürdürmektedir. Bu dönem ile birlikte, birey çocukluktan çıkarak kişilik sahibi biri haline gelerek toplumda sahip olduğu kadın ya da erkek cinsiyet rolüne uygun tutum ve davranışlar sergilemektedir (Çivilidağ, 2013, s. 14). Ergenlik dönemi aynı zamanda gençlerin lise yıllarına denk gelen bir dönemdir. Bir yandan özellikle aile ve yakın çevresinin kendisinden beklediği “başarılı öğrenci” arzusunu gerçekleştirmek, diğer yandan ise gerek biyo-psişik gerekse de toplumsal çevreden kaynaklanan sorunlarla başa çıkmaya çalışmak genci zaman zaman çıkmazlara itebilmektedir (Avcı, 2015 , s. 27).

Ergenler olaylara ve durumlara genellikle egosantrik bir bakış açısıyla yaklaşır. Ergenler için dünya sadece kendi etraflarında dönmekte, sahnenin ortasında kendileri olduklarını ve tüm ilgilerin kendileri üzerinde olduğunu düşünmektedirler. Ergenler gözü kara bir şekilde ani kararlar ve riskler alarak birçok farklı davranışlarda bulunabilirler ve bu riskli davranışların sonucunu hesaba katmadıkları için zarar görebilirler. Ergenler ayrıca idol olarak gördükleri kişilerin tutum ve davranışlarına sempati duyup bu davranışları örnek alabilirler ve böylece örnek aldıkları kişilerin sigara, alkol, uyuşturucu vb. zararlı alışkanlıklarını sergilemekten çekinmezler (Çivilidağ, 2013, s. 15). Bu nedenle ergenlerin sorun ve sıkıntılarını konu edinen tüm araştırmalarda ergenlerin içinde bulunduğu bu karmaşık durum ve bu karmaşık durumun ergenlerde meydana getirdiği fiziksel, zihinsel, psikolojik ve sosyal çıkmazlar göz önünde bulundurulmalı ve bu durum çerçevesinde incelemeler yapıp çözüm önerileri sunulmalıdır.

1.1.1.Ergenlikte Gelişim Evreleri

Her gelişim döneminde görüldüğü gibi ergenlik döneminde de aynı anda birçok gelişim evresi görülmektedir. Birey bir yandan bedensel gelişim gösterirken bedensel gelişimle eş zamanlı olarak duygusal, kişilik ve sosyal değişim ve gelişim de göstermektedir.

1.1.1.1.Bedensel Gelişim

Genç bireylerin hızlı bir gelişim evresine girdikleri ergenlik çağı, dengesiz iniş çıkışların olduğu bir dönemdir. Gençler bu dönemde ne “yetişkin” ne de “çocuk” statüsüne sahip olamadıkları için bu döneme uyum sağlamakta oldukça güçlük çekerler. 11-12 ile 17-18 arası yaşları içeren ergenlik çağında biyolojik, fizyolojik ve hormonal bazı değişiklikler kendini göstermeye başlar. Bu dönemde cinsiyet hormon salgısının artması, erkeklerde sperm, kızlarda yumurta hücrelerinin aktifleşmesi vb. durumlar vücutta bir takım değişikliklerin

meydana gelmesine sebep olur. Ayrıca erkek ve kız cinsiyet hormonlarının salgılanmaya başlamasına ve hormonların birleşmesine bağlı olarak kemik ve kaslarda hızlı bir büyüme meydana gelir. Çocuklarda tüm bedenin $\frac{1}{4}$ 'nü kapsayan kaslar, 16 yaşlarında tüm beden ağırlığının neredeyse yarısını oluştururlar. Kızlarda 12-15 yaş aralıklarında belirginleşen kas gelişimi, erkeklerde 15-16 yaş aralıklarında gerçekleşir (İnanç, 2004, s. 240). Vücutta meydana gelen bu hızlı bedensel değişimler ergenler için tedirginlik yaratan bir durum olabilmektedir ki bu aynı zamanda bireyi psikolojik olarak da etkileyen önemli bir unsurdur.

Ergenler fiziksel olarak gelişme göstermekle kalmayıp aynı zamanda cinsel olgunlaşma da kazanır. Ergenlik dönemi cinsiyet özellikleri erkeklerde kızlara kıyasla yaklaşık 2 yıl daha uzun sürer. Ergenler bu dönemde bedensel görünimleri ve başkaları tarafından nasıl algılandıkları üzerine her geçen gün daha çok ilgilenmektedirler. Ergenlikte ortaya çıkan bütün biyokimyasal değişimlerin en önemli etkilerinden biri cinsel dürtülerindeki ve duygularındaki artıştır (Gander ve Gardiner, 2007; Akt: Öztosun, 2018, s. 11). Ergenlerde ikincil cinsiyet özelliklerinin gelişmesini içeren cinsel olgunlaşma döneminde vücut biçiminde ve seste değişim, vücutta kıllanma vb. gibi küçük değişiklikler meydana gelmektedir. Kızların ortalama olarak 11-13 yaşlarında girdikleri ergenlik dönemi, erkeklerde 13-15 yaşları arasında başlamasına rağmen bu dönemin kesin bir sınır oluşturduğunu söyleyemeyiz. Ama teorik olarak bu dönemin ortalarına gelindiği zaman kızların neredeyse hepsi, erkelerin ise büyük bir çoğunluğu ergenliğe ulaşırlar. Ergenliğe ulaşıldığı bu yaşlarda bedensel görünümde de değişikliğe uğrarlar. Ergenlik çağındaki bedensel, devinsel yetenek ve etkinliklerin, gencin kendini algılaması yanında başkalarıyla ilişkileri üzerinde önemli etkisi vardır. Ergenin bedensel eylemlerde yetenekli olduğunu görebilmesi oyun ve çeşitli spor etkinliklerine katılımıyla olanaklıdır. Bu nedenle bu türden etkinlikler ergenlerin yaşamında çok önemli bir yere sahiptir (İnanç, 2004, s. 241-242). Bedensel değişim ve gelişimden sonra bireyin kendini tanıması ve kabul etmesi biraz zor bir süreç olabilir. Bu nedenle ergen bu süreçte bazen gerçek olmayan bir bedensel görünüm arkasına saklanabilir veya kendi bedeninden ve kişiliğinden kaçarak kendini yalnızlığa mahkûm edebilir.

1.1.1.2. Kişilik Gelişimi

Benlik, bireyin doğasını, bireyselliğini ve özelliklerini algılama ve anlama biçimidir. Benlik kavramı çok boyutlu bir kavram olup bireyin kendisiyle ilgili farklı birçok rolü tanımlar. Birey kendini eş, arkadaş, akraba vb. gibi farklı biçimlerde tanımlayabilir. Bu farklı yönler aynı zamanda bireyin bütünü oluşturur. Benliği oluşturan kavramlar değişken bir

yapıya sahiptir ve benliği oluşturan bu kavramlar her zaman gerçek benliğin özellikleri olmayabilir. Yapılan araştırma bulgularına göre yaş ilerledikçe benlik kavramı da farklılaşmaya başlar. Ergenlik döneminin başlarında benlik algısını oluşturan unsurlar arasındaki zıtlıklar ve çelişkiler alt düzeyde iken; ergenlik döneminin ortasına doğru en yüksek seviyeye ulaşır ve bunu takip eden sonraki dönemlerde ise çelişki ve ayrılıklar azalmaya başlar (İnanç, 2004, s. 260). Kişilik oluşumu bebeklik döneminde başlayan ve hayat boyu devam eden bir süreç olduğu halde bunun en kritik döneminin ergenlik çağı olduğu kabul edilmektedir. Ergen kimliğini ve kişiliğini oluştururken genellikle başkalarını model almakta ve kendilerine model olarak seçtiği kişilerle özdeşim kurmaktadır (Ersanlı, 2012, Akt: Moral, 2018, s. 25).

Gençler, zaman zaman kendilerini nesnel olarak değerlendirebilir, arkadaşlarıyla kendilerini yalnızca bedensel açıdan değil; bilişsel yetenekleri, devinsel ve toplumsal becerileri açısından da karşılaştırabilirler. Ergenin kendine olan bakış açısı kötümser ise bu durum ergen bireyde sıkılgan ve utangaç davranışlar sergilemesine neden olur ve ayrıca bu bireyler ideal benliklerini bulamadıkları için mutsuz olurlar. Kendi benlikleriyle barışık olanlar ve kendilerine olan bakış açıları olumlu olan ergenler ise ideal benlikleri ile amaçlarını bütünleştirebilmişlerdir. Ergenlerin toplumsal benlikleri ise başka insanlarla kurdukları ilişkiler ve bu ilişkiler sırasında kendilerine gösterilen tepkilerle oluşur. Toplumsal benliğin oluşmasında, ergenlerin bulundukları toplumsal ortamlarda hangi duyguları yaşadıkları önemlidir (İnanç, 2004, s. 261-262). Ergenler belli bir kişilik oturtmaya çalışırken birçok etkenle karşı karşıya kalmakta ve bu etkenlerle aynı anda mücadele etmektedir. Bir yandan bedensel olarak yaşadığı hızlı değişimler, bir yandan duygu durumlarındaki aşırılıklar ve diğer yandan da toplumda yer aldığı konum ve sosyal çevresinin kendilerinden beklentileridir. Bu durumda ergenin olumlu bir benlik oluşturma zor ama imkânsız değildir.

1.1.1.3.Duygusal Gelişim

Duygusal gelişim, uyarıcılara karşı öznel ve içsel tepkilerin gelişmesi ve bu tepkilere karşı bazı davranışların koşullanması demektir. Duyguların davranışlarda meydana getirdiği etkiler, aynı zamanda bireylerin diğerleriyle olan ilişkilerini etkilemektedir. Duygular yaşamımızı renklendirip güzelleştirdikleri; zevk, mutluluk ve doyum kaynağımız olduğu için çok önemlidir. Duygularının farkında olan bir insan yaşamın insanlara sunduğu güzellikleri görebilir ve yaşama sevincinin anlamını kavrayabilir (İnanç, 2004, s. 254).

Ergenlikte sergilenen duygusal tepki örüntüleri, çocukluk döneminde meydana gelen örüntülerin devamıdır. Ergenler; arkadaş veya sevgi dolu olmak veya soğuk, pasif ve mesafeli olmak gibi farklı duygularını çocukluk döneminde edinmektedirler (İnanç, 2004, s. 256). Ergenlerin duygusal tepkileri düzenlilik göstermemekle birlikte duyguları çabuk değiştiği gibi bu duygularını yaşama konusunda da kararlılık göstermezler. Aynı olaylara farklı zamanda farklı tepkiler verirler. Duygusal iniş çıkışları oldukça fazla ve bu dönemde gencin sevdiklerini çok sevdiği ve sevmediklerinden ise nefret ettikleri görülmektedir. Ergenler başkalarının kendileri hakkındaki görüşlere karşı fazla hassas davranmaktalar. Eleştirilmek ve azarlanmak ergenleri derinden sarsmakta ve bu durum karşısında önemsenmedikleri ve değer verilmedikleri düşüncelerine kapılmaktadırlar. Beğenilmemek ve sevilmemek en büyük korkularıdır. Karşı cinse karşı ilgileri ile birlikte popüler olan cinslerine karşı kıskançlık ortaya çıkmaktadır (Ersanlı, 2012; Akt: Moral, 2018; 24).

Çocukluk çağını yetişkinlik çağından ayıran ergenlik çağını, yarattığı karmaşa arasından her şeyin tekrar gözden geçirilmeye başlandığı bir dönem olarak görebiliriz. Acı çekme, mutluluk, kaçış, agresiflik, saldırganlık vb. duyguların aşırı bir seviyede yaşandığı bu dönem, ebeveynlere olduğu kadar ergenler içinde yaşanması zor bir dönemdir. Kendilerini bir sosyal gruba ait hissetme isteğinin, diğerlerinden farklı olmak isteği ile çelişmesi ergen bireyleri tereddütlü ve değişken bir yapıya sokuyor (Hellman, 2001, s. 187). Ergenin yaşadığı bu çelişkili duygu karmaşası hem kendi kişilik özelliklerini hem de toplum içinde sahip olduğu rol ve statülerini önemli ölçüde etkilemektedir.

1.1.1.4.Sosyal Gelişim

Ergenlerin sosyalleşme dönemlerindeki en etkili öge kuşkusuz ki ailedir. Aile ergen bireye yol gösterir ve sergiledikleri örnek davranışlarla bireyin kişiliğini, düşüncelerini ve davranışlarını şekillendirir. Ergenlerin çocukluk ile yetişkinlik arasında başarılı bir geçiş sağlamasında ve gencin bireyselleşme ve aileye bağlı kalma arasındaki dengeyi kurmasında ebeveynler önemli bir yer teşkil eder (İnanç, 2004, s. 266). Ergenlik döneminde görülen en yaygın davranışlardan biri, bireylerin tek başlarına hareket etmek istemeleridir. Bağımsızlığa odaklanan ergen bireyler için ev, genellikle anlaşmazlıkların ve çatışmaların meydana geldiği bir yer olarak görülmeye ve ebeveynlerin çocuğun gözünde ideal niteliklerini kaybetmeye başlar (Hellman, 2001, s. 191). Ergenin bağımsızlık isteği onu aile ortamında uzaklaştırır ve kendi başına bir şeyler yapabilme isteği uyandırır. Bu nedenle ergenlik döneminde gencin

sosyal açıdan yaşadığı en büyük sıkıntı ailesiyle girdiği çatışmadır ve bu çatışmanın doğurduğu olumsuz sonuçlardır.

Ergenlikte arkadaşlık önemli bir işleve sahiptir. Arkadaşlık, hem ergenin toplumsal becerileri öğrenmesi, kendini tanıması bakımından hem de ergenin ebeveynlerden bağımsızlığını kazanmasında, karşı cinsle ilişkiler kurmasında, kimliğinin onaylanmasında ve gencin sosyalleşmesinde mühim bir yere sahiptir. Erinlikle birlikte gereksinimlerin değişmeye başlamasıyla ergenler ebeveynlerden duygusal bağımsızlık ve özgürlük, akranlarından ise duygusal tatmin isterler (İnanç, 2004, s. 270-271). Ergenin sosyal gelişim sürecinde aile nasıl ki biraz önem kaybediyorsa arkadaşlık da o derece önem kazanmaya başlamaktadır.

Ergenlik dönemindeki birey, odağını akranlarına ve çevresindeki diğer uyarıcılara yönlendirmiş durumdadır. Kişilik oluşturma çabası ile birlikte merak, özgüven, gruba dâhil olma, onaylanma gibi çeşitli duygularını tatmin edebilecek bir ortama dalması onun için kaçınılmazdır. Kuşkusuz ki bu gelişim sürecinde ergenlere istediği ortamı sunabilecek olan internet ve sağladığı faydalar önemli bir yere sahiptir (Moral, 2018, s. 17). Bu nedenle sosyal gelişim sürecinde akranlar ve internetin bireye sunduğu ortam ve doyum sağlama imkânı önemli bir faktörlerdir. Ergenlerin davranışlarını incelerken çevresini kuşatmış olan arkadaş çevresini, internette sahip olduğu sosyal medyalarını ve aile ile olan ilişkilerini göz önünde bulundurmak faydalı olacaktır.

1.2. İnternet Bağımlılığı

Değişen ve gelişen dünya koşulları beraberinde yeni bağımlılıklar getirmiştir. Teknoloji ve bilgi çağının en önemli gereksinimlerinden biri şüphesiz ki her alanda bilgiye hızlı ve kolay erişimi sağlayan internet ve beraberinde bilgisayar kullanımıdır. Bu nedenle günümüzde bilgisayar ve internet insanoğlunun vazgeçilmezleri arasında yerini almaktadır. Bilgisayar ve haberleşme teknolojilerinde yaşanan hızlı gelişmeler olumlu sonuçlar doğurmakla beraber “teknoloji bağımlılığı” adı altında yeni bir kavramın ve bağımlılık türünün ortaya çıkmasına neden olmaktadır.

1.2.1. İnternet ve İnternet Bağımlılığının Tanım ve Tarihçesi

İnsanın varoluşundan bu güne sayısız keşif ve icatlar olmuştur. Ateşin bulunmasından yazıya, tekerleğin icadından uçağa kadar keşfedilen tüm icatlar insanlık tarihini değiştirmiştir.

20. Yüzyılın sonuna denk gelen internet ise bu icatlar silsilesinin en önemli halkalardan birini oluşturmaktadır (Arıca 2015, 33). İnternetin ortaya çıkması toplumların iletişim ve günlük yaşam tarzlarında, alışveriş, eğlence ve iş yapma şekillerinde büyük değişimler meydana getirmiştir. Radyo, televizyon, sinema vb. araçlar iletişim dünyamızı oluştururken bunu takip eden süreçte internet de bu iletişim dünyasındaki yerini almış ve farklı araç ve yöntemlerini kullanarak iletişim biçimlerimizi de değiştirmiştir (Tiryaki 2015, 21) *“Bilim ve teknoloji sinerjisinin kendisini en çok gösterdiği alanlardan birisi, iletişimdir. Yakın tarihteki olağanüstü gelişmeler, daha önce akla gelmeyecek değişimleri ortaya çıkarmaktadır; klasik anlamdaki mekân ve zamanın anlamını kaybederek iletişimin küresel ölçekte genişlemesi, bu değişimler içindeki en anlamlılarından biridir. İletişim teknolojisinin imkânlarıyla tanışan dünyanın çok farklı toplum ve kültürdeki insan kitlesi, tarihi yatay olarak yaşayabilmektedir. Milyonlarca insan, çok kısa bir süre içinde bir bilgiyi birbirlerine iletebilmekte; bir durum karşısında kendi görüşünü ifade edebilmekte; herhangi bir gelişme karşısında tepkisini gösterebilmekte; ortak bir proje yürütebilmekte; her ölçekteki bir şirket çok uzak mesafelerle ticaret yapabilmekte; dünyadaki son dakikaları bulundukları noktadan takip edebilmektedir. Listesi çok uzatılabilecek bu eylemler eş zamanlı olarak gerçekleşebilmektedir.”* (Şentürk 2013, 32). Teknolojinin iletişim alanındaki hızlı gelişimiyle birlikte yeni medya olarak adlandırılan yeni iletişim teknolojileri geleneksel kitle iletişim araçlarının önüne geçmekte ve her geçen gün yaşamımızı etkisi altına almaya devam etmektedir. İnternet, sosyal medya, cep telefonları vb. yeni teknolojik araçlar geleneksel iletişim araçlarının çoğu özelliklerini kendi içinde bulundurarak kitlelerin vazgeçilmezleri arasında yerini almıştır. (Bal, 2013, s. 16). Özellikle de edinin düşmesiyle daha yaygın kullanılmaya başlanan iletişim teknolojisi, çok uzak mesafelerdeki insan topluluklarının ve kültürlerin bilgilerini birbirlerine ileterek çok önemli sayıdaki insanlar arasında bir “ağ” oluşturmaktadır (Şentürk 2013, 30). Ayrıca kitle iletişim araçları belli oranda etkileşimi olanaklı kılmakla beraber, etkileşimin ve interaktif iletişim sürecinin gelişmesiyle teknolojik gelişmelere paralel biçimde daha çok bilgisayarların ve internetin gelişmesiyle hız kazanmıştır. Dolayısıyla değişen zamanın ruhu ve insanların gündelik hayat pratiklerine dair ihtiyaçları değişim gösterdikçe iletişim araçlarının yapısal ve işlevsel özellikleri de değişim göstermektedir. Söz gelimi interaktif iletişim sürecinin sınırlarını genişleterek, iletişime farklı boyutlar kazandıran gelişmelerin “çok boyutlu iletişime” olanak sağlaması teknoloji ve insanın karşılıklı bağımlılığını ortaya koymaktadır (Babacan, 2015, s. 43). Artık Sadece bilgi paylaşım ağı olmaktan çıkan, küresel dünyayı içinde barındıran, kendisine özgü bir terminolojisi, kurallarıyla ve araçları olan ve bireyi gündelik hayattaki zamana dair sınırlılıklarından bağımsızlaştıran internet, hayatın her alanına dâhil olmanın yanı sıra başta

bireyler arası iletişim olmak üzere sunduğu birçok imkanla toplum hayatına dair bazı dönüşümler sağlamıştır. Genellikle bireyin yararına olan dönüşüm ve yenilikleri getiren internet ne yazık ki yanlış kullanıldığında kişinin hayatında olumsuz birçok sonuca sebep olabilmektedir (Yaygır, 2018, s. 4). Bilgisayar ve internet ağlarıyla birbirlerine bağlanan insanlar, yeni medya araçlarının kullanımının kolaylaşması ve daha ekonomik olması ile her an her yerde ulaşılabilir olmasıyla gündelik yaşamın her anında bu ağların hem nesnesi hem de öznesi olabilmektedir. Bu manada sanal gerçeklikler ile oluşturulmuş olan bu dünya, bazen gerçek dünyanın bir yansıması olurken bazen de bir tür fanteziler/hayaller âlemi olarak eğlencenin, gülmenin, gücün, başarının, kendini ifade etmenin merkezi konumuna da gelebilmektedir (Uzunoğlu, 2009; 18, Akt: Babacan, 2015; 46). Teknolojik gelişmelerin insan hayatına sağladığı bu sonsuz olanakların yanı sıra aynı zamanda insanların ayrılmaz bir parçası olmaya başlaması da bu konu hakkında yapılan araştırmaları haklı çıkarmaktadır.

İnternet şüphesiz ki dönemimizin önemli teknolojilerinden biridir. İnternet, iletişimi, ticareti, reklamı, bilgiyi, bilim ve teknolojiyi, eğitim ve öğretimi daha basit, hızlı ve daha az maliyetle sanal ortamda sağlarken kendisine duyulan ilgi ve önem her geçen çoğalmaktadır. Birçok alanda işlev kazanan internet, icat edilme amacından farklı olarak kullanılmaya, yaygınlaşmaya ve farklılık kazanmaya başlamıştır. Dünya tarihinde ABD ve SSCB arasında yıllarca devam eden soğuk savaş, internetin ortaya çıkmasının en önemli sebeplerdendir. SSCB ilk insansız uydu Sputnik'i 4 Ekim 1957'de yörüngeye yerleştirilmiş ve buna karşılık ABD Savunma Bakanlığı, Şubat 1958 yılında Amerika'ya yapılabilecek bir nükleer saldırıya karşı çıkmak amacıyla Harvard ve Berkeley Üniversiteleri ile iş birliği içine girmiş ve sonuç olarak İleri Araştırma Projeleri Ajansı (ARPA) kurulmuştur. ARPA araştırma grubu, belli bir merkezi bulunmayan bir ağ sistemi ile bilginin akış hızını artırmak, gelişmiş teknolojisini korumak ve bu teknolojinin orduya en iyi şekilde uygulanabilmesini sağlamak amacıyla İleri Savunma Araştırma Projeleri Ajansı (DARPA) adı verilen yeni bir proje oluşturmuştur (O'Regan, 2012, Akt: Kalkan ve Kaygusuz, 2013; 2). *"Araştırmalar, SSCB ile çıkabilecek muhtemel bir savaşta, iletişim ağlarındaki kesintiyi önlemek için, önce bilgisayarların birbirine bağlanma olasılığının araştırılmasıyla devam etti. İlk bilgisayar ağı 1969 yılında California'da kurulmuş olup internetin teknolojiler arasında yer alması da bu yıla rastlar. 1970'li yıllara gelindiğinde bu çalışmalar hem üniversitelerin hem de hükümetin ağları ile büyüyerek genişlemiştir. Bağlantı sayısı 1972'de 23'e ulaşmıştır. 1980'li yıllar önemli gelişmelere sahne olmuştur. ABD ile Rusya arasındaki savaşın sıcaklığını yitirmesiyle birlikte bilgisayar ve internet sistemleriyle akademik ve ticari kullanıcılar ilgilenmeye başlamıştır."* (Bölükbaş, 2003, Akt: Kalkan ve Kaygusuz, 2013; 3). 1980'li yılların başından beri internet teknolojisini kullanan birkaç milyon kullanıcı için

hala kullanım zorlukları söz konusu olmuş, grafik tasarım kapasitesi düşük ve aranan bilginin bulunması ve indirilmesi hayli güç olmuştur. Yeni bir teknolojik gelişme olan World Wide Web (WWW)'in geliştirilmesiyle bu sorunlar aşılır duruma gelmiştir. Ayrıca internetin toplumun geneline yayılmasını sağlayan bu yazılımla birlikte internet sitelerinin temaları, yer bazından değil de bilgi bazında düzenlenmiş ve kullanıcılara kolay bir arama motoru uygulaması sunmaya başlamıştır (Castells 2013, 64). *“1980’li yıllar “internet çağı ”nın başladığı yıllardır. Ticari anlamda İnternet Servis Sağlayıcılarının (IPS) yoğun kullanılmaya başlanmasıyla internet sıradan halkın kullanmaya başladığı bir araç haline gelmiştir. 1980’lerin başında ilk olarak Kuzey Amerika’da yaygınlaşan internet, 1980’lerin ortalarında Avrupa ve Avustralya’da, 1980’lerin sonlarından itibaren de Asya’da yaygınlaşmaya başlamıştır. Böylece dünya, farkına varmadan basit gibi görünen ama sonuçları sonradan anlaşılacak olan bir dönemin ilk adımlarını yaşamaya başlamıştır.”* (Arıcak 2015, 15). Ülkemizde ise internetin kullanılması ve yaygınlaşması diğer teknolojilere nazaran daha hızlı ve kolay olmuştur. Türkiye’de internet ile ilgili çalışmalar 1990’lı yıllarda Ortadoğu Teknik Üniversitesi (ODTÜ) ve TÜBİTAK’ın ortaklaşa gerçekleştirdikleri bir proje kapsamında başlamış ve ilk deneme bağlantısı, 1992 yılında Hollanda ile gerçekleştirilmiştir. (Kestellioğlu 2011, 79) Türkiye’deki ilk resmi internet bağlantısı 12.04.1993’te ODTÜ’de kurulmuştur. ODTÜ liderliğinde internet diğer üniversitelerde de yaygınlık göstermeye başlamış ve 1993-1996 seneleri arasında birçok üniversite ve bunu takip eden süreçte diğer kamu kurum ve kuruluşları da ODTÜ üzerinden internete bağlanmaya başlamıştır. Ve daha sonra özel sektörlerin internet servisi kurmaları ile internet daha çok yaygınlık kazanmaya başlamıştır (Kaya,2005, Akt: Kalkan ve Kaygusuz, 2013;4). Bu süreci takip eden 1990’lı yılların sonuna gelindiğinde ise Türkiye’de yaklaşık 30.000 bilgisayarın internete bağlı olduğu görülmeye başlanmıştır.

İnternetin her geçen gün işlevselliğini koruması ve yaygınlaşmasını birçok nedene bağlayabiliriz. İlk olarak da insanın sahip olduğu psikososyal özellikleri göz önünde bulundurmak mümkündür. Bildiğimiz üzere insan, biyo-psikolojik ve sosyokültürel yapıya sahip bir varlıktır ve iletişim ve etkileşim gibi unsurlar insanoğlunun varlık kazanmasında önemli bir yere sahiptir. İnsanoğlu iletişim kurmak, görülmek, başkalarının gözünde var olmak, anlam bulmak ve değerli olmak ister. Ne yazık ki, günlük hayattaki karşılıklı yüz yüze ilişkiler, özellikle mekânsal ve zamansal kısıtlamalar ve değişen hayat koşulları nedeniyle gittikçe azalmaya başlamış ve modern dünyada bireyler kalabalıklar içinde yalnızlaşmaya başlamış, iletişim kurulabilen insan sayısı her geçen gün azalmıştır. Bu nedenle internet, bir iletişim teknolojisi olarak bu boşluğu dolduran bir araç olarak görülmeye başlanmış ve hızla

yaygınlaşmıştır. İnternet asıl yapısı gereği bir iletişim teknolojisidir ve temel amacı ise iletişimin daha basit, ucuz ve hızlı bir şekilde yapılmasını sağlanabilmesidir. Bu yüzden internete iletişim sağlayıcı yönüyle bakmak, meydana gelen gelişmeleri daha iyi anlamamıza imkân tanıyacaktır. İnternetin bir diğer önemli yönü kullanımın oldukça basit olmasıdır. Hiçbir teknoloji bilgisine sahip olmayan bir insanın dâhi bu sisteme fail bir şekilde dâhil olması oldukça basittir. Bir başka önemli yönüyle internet, hızlı bir şekilde bilgi akışını sağlayabilmektedir. Ayrıca bir tek yazılı değil, aynı zamanda görsel ve işitsel bilginin de hızlı bir şekilde yayılabildiği bir mecradır. Bir başka özellik olarak, donanım ve yazılımlarda meydana getirdiği gelişmelerle milyarlarca belge, kitap, dergi ve doküman sanal alanlarda saklanabilmekte ve bu durum geleneksel kütüphane veya arşiv kavramı değiştirmektedir. Bir başka özellik olarak baktığımızda, internet, dünya sınırları yokmuşçasına, pasaportsuz veya vizesiz gidilemeyen ülkelere, bilgisayarınız aracılığıyla istediğiniz vakitte seyahat edebilme imkânını vermiştir. İnternet, finansal alanları ve ticari ilişkileri değiştirmiştir. Daha önceki zamanlarda bankaya gitmeden yapamadığınız birçok işlem, şimdi artık her yerden yapılabilir bir duruma gelmiştir. İnternet, haber ve medya sektörünü de etkilemiştir. Bireyler artık günlük havadislere internet aracılığıyla anlık bir şekilde ulaşabilmekte ve hatta sıradan bireyler artık sosyal medya aracılığıyla haber oluşumunda katkıda bulunmaktadır. Son bir özellik olarak internet, ulusal ve uluslararası siyaseti ve savaşları etkileyen önemli bir unsur haline gelmiştir. Siyaset adamları sosyal medya aracılığıyla seçim propagandalarını yürütebilmekte, diğer ülkelerin siyasetçilerine iletiler gönderebilmekte veyahut bir ülkenin bilgisayar korsanları diğer ülkenin savunma bakanlığının web sitesine müdahale edebilmekte ve o siteleri kullanılamaz hale getirebilmektedir (Arıca 2015, 15-17). Özellikle 1990'lardan başlayarak günümüze kadar sürekli gelişen ve yaygınlaşan internet, toplumların bugüne kadar kullandığı tüm iletişim biçimlerinden farklı bir yapı arz etmektedir. İnternet ile birlikte kullanıcılar karşılıklı iletişime geçebilmeyi başarmış ve böylelikle tek yönlü iletişim sürecinden çift yönlü iletişim dönemine geçilmiştir. İnternetle birlikte ortaya çıkan iletişim sürecinde kullanıcılar, içerikleri belirleme, oluşturma ve denetleme şansına sahip olmuşlardır (Koç, 2017, s. 7). İnternet teknolojisiyle birlikte gerçekleşen iletişim biçiminin ayırıcı özelliği, bilgisayar kullanıcılarına tanıdığı anlık, hızlı ve etkileşimli bir iletişim süreci imkânıyla kalmamakta, bunun yanında internet ile beraber bilgisayarın bellek donanımlarına yönelik ihtiyacı azaltacak olan "Bulut Bilişim" (Cloud Computing); özellikle pazarlama stratejilerinde tüketicilerin eğilimi ile ilgili kullanılacak verilerin depolandığı ve transfer edildiği bir yazılım olan "Büyük Veri" (Big Data); bir teknolojik cihazı çalıştırmak için gereken yakınlık mesafesini yok sayan "Makineden Makineye İletişim" (M2M) ve birçok elektronik aygıtın

arasında ağların meydana geleceği "Nesnelerin İnterneti" (Internet of Things) gibi yeni uygulamalar da söz konusu olmuştur. "Giyilebilir Teknolojiler" kategorisine de giren bu teknolojilerle birlikte insan hayatının kolaylaşması, hız kazanması ve zamandan tasarruf etmesi internetin varlığına bağlı kalmayı gerektirecektir. Özellikle bu teknolojiler arasında en yeni olan "Nesnelerin İnterneti", insanın günlük yaşamında rutin bir biçimde gerçekleştirdiği tüm pratikleri hız, konfor ve tasarruf adına internet aracılığıyla gerçekleştirilebilir hale dönüştürecektir. Çünkü bu teknoloji günlük hayatta kullanılan tüm nesnelerin birbiriyle veri alışverişinde bulunmasını sağlayacak ve sürekli senkronize kalmalarına imkân tanıyacaktır (Kaplanseren 2019). İnternetin sahip olduğu bu özellikler internetin bu derece yaygın ve aktif kullanılmasını haklı çıkarmaktadır.

Karmaşık bir canlı olan insanın davranışlarını belirleyen ve etkileyen pek çok faktör vardır. Bir insanın ne zaman, nasıl davranacağını kestirmek oldukça zordur. Bununla birlikte genel bir yargı oluşturacak olursak bir insanın davranışlarını belirleyen en önemli faktörlerin başında onun ihtiyaçlarının ve güdülerinin geldiğini söyleyebiliriz. Bir canlı olarak insan, en ilkel düzeyden daha üst düzeye doğru gelişmiş ihtiyaçlara sahiptir. İnsanın en ilkel ihtiyaçları, beslenmek, dışkılamak, uyumak ve bedenin güven içinde yaşamasıdır. Yine bir ihtiyaç olarak değerlendirebileceğimiz en temel güdüler ise saldırganlık ve cinselliktir. Tüm bu ihtiyaç ve güdüler, insan beyninin en derin düzeylerinde yer alır ve insanın yaşamını sürdürebilmesi için de ömür boyu devam eder. Özellikle cinsellik ve saldırganlık, bilgisayar ve internet teknolojisinde kendisine karşılık bulabilmiş iki önemli alandır (Arıcak, 2015, s. 21-22). İnternet üzerinden oynanan çevrimiçi oyunlar, yeni insanlarla tanışabilme, cinsel içerikli sitelere ulaşabilme vb. imkânlar biyolojik ödül sistemlerine benzer psiko-aktif maddeler gibi kullanarak, bireyin bu tür davranışları tekrarlayıp pekiştirmesine ve bunun bir bağımlılık sürecine dönüşmesine neden olabilmektedir (Nalwa ve Anand, 2003; Meerkerk, Eijnden ve Garretsen, 2006; Grusser, Thalemann, Albrecht ve Thalemann, 2005; Akt: Esen, 2010, s.15). İnternetteki bazı savaş, dövüş, kaçış gibi oyunlar bireyin saldırganlık güdülerinin dışa aktarımını sağlarken, yine internetteki arkadaşlık ilişkileri, uygun olmayan pornografik videolar da bireyin cinsellik güdüsünü doyurmasını sağlar. "İnsan-internet" ilişki sarmalının üç yönü bulunmaktadır: İnterneti biçimlendiren güç olarak insan, insanı biçimlendiren güç olarak internet ve bir katalizör olarak internet. Birincisi, ticari amaçlı olandır. İnsanlar, para kazanmak için web siteleri kurmakta, reklam ve para karşılığında sanal ortamda yayın yapmaktadır. Bu sitelerin önemli bir kısmını, özellikle şiddet içerikli oyun ve cinsellik pazarlayan siteler oluşturmaktadır. İnsandaki saldırganlık ve cinsellik güdülerinin gücünü bilen girişimciler, bu

güdüleri kendi maddi çıkarları için istismar etmekten çekinmemektedir. Bu tür sitelerin her geçen gün sayısı artmış, milyarlarca dolarlık paraların döndüğü önemli bir sektör olmuştur. İkincisi, sanal cinsellik ve saldırganlık içeren sitelerin artması, sadece sanal dünyayı etkilememekte, bu tür siteleri ziyaret eden insanları da etkilemektedir. Şiddet ve pornografinin pazarlandığı sitelere giren insanlar, bir süre sonra bu tür sitelerin bağımlısı olabilmekte ve onlar aracılığıyla saldırganlık ve cinsel ihtiyaçlarına doyum sağlamaya çalışmaktadır. Bir diğer açıdan baktığımızda ise internet, insanın içindeki hayvani güdülerin daha kolay ve fütursuzca ortaya çıkabildiği bir katalizör işlevi görmeye başlamıştır (Arıcak 2015, 25-26).Yirminci yüzyılda telefon, radyo, film, televizyon, bilgisayar gibi elektronik araçların devreye girmesiyle sözcükler, sesler ve görüntüler aracılığıyla yeniden şekillenen bir bireyden söz edilir. Modern toplumun akılcı, bağımsız, merkezci ve istikrarlı insanının (kanunların ‘makul adamı’, temsilci demokrasinin ‘eğitimli vatandaşı’, kapitalizmin ‘ekonomik insanı’, devlet okullarının ‘notlar tarafından belirlenen öğrencisi’) yerine postmodernizm, bambaşka bir bireyci kimlik geliştirmektedir. İletişim teknolojilerinin söz konusu postmodern olanakları büyük ölçüde güçlendirmesi, değişimin hem üreticisi hem de sonucu olması itibarıyla toplumsal çalışmaların da merkezine oturmaktadır. Bu anlamda ‘yeni’ olan birey ve bu bireyin ihtiyaçlarıdır denilebilir (Başer, Ayşegül, 2010, Akt: Babacan, 2015; 31).

Bilimden sanayiye, ekonomiden siyasete, sağlıktan eğitime insan hayatının önemli bir kısmını etkileyen internet, bio-psiko-sosyal olarak insanı etkilemekte ve ayrıca insanın kendini bilmesinde ve gizli kalmış bazı yönlerini açığa çıkarmasında önemli bir rol oynamaya başlamıştır. Şuana kadar interneti kontrolü altında tutabildiğini sanan insanoğlu, farkına varmaksızın giderek internetin onu kontrol altına aldığı bir sanal gerçekliğe doğru kaymaktadır. Bugün internetin vardığı bir sonuç olarak; sosyalleşmenin, kimliğin, bağımlılığın, normal ve anormalin tanımı baştan yapılmakta, daha da önemlisi fiziksel ve sanal gerçeklik ayrımı ortadan kalkmakta ve sanal yaşantılar fiziksel gerçekliğin yerine geçmekte, yeni yetişen kuşaklar sanal bir dünyaya doğmakta ve büyümektedir. Bu durum eğitim başta olmak üzere belli bir yer edinmiş tüm yaşam tarzlarımızı (örf-adetler, kültürler, normlar vb.) değiştirmektedir. Henüz tam anlamıyla tanı konulmamış bu yeni süreç karşısında ebeveynler şaşkın, öğretmenler çaresiz ve ruh sağlığı uzmanları yetersiz bir hale gelmiştir (Arıcak, 2015, s. 7-8). İnsanın birçok ihtiyacını karşılayan internet belli bir zaman sonra insanın ayrılmaz bir parçası olmaktadır. Çünkü ihtiyaçlar insanda sadece bir defaya özgü olarak doğmazlar. Bu ihtiyaçlar belli aralıklar sonra tekrar etme özelliğine sahiptir. Bu nedenle ihtiyacı giderici maddelere sürekli başvuran insanoğlu belli bir süre sonra o maddenin

yokluğunda yoksunluk duyar ve ona bağımlı olur. İnternette bu süreçlerden geçerek insanlarda bağımlılık yaratan bir olgu olmaktadır.

“ İnternet bağımsızlığın sembolü olarak doğdu ama özel ve resmi kurumlar bu karşılıksız yenedünyayı kontrol etmeye başlayarak onu denetlemeyi öğrendiler. Bu durum internette düşlenen bağımsızlığı sona erdirdi. İnternet bugün geldiği nokta itibarı ile insanları yerlerine bağlamaz aksine gezinmelerini ister; ancak gezilecek alanları ve amaçları kendisi belirler. Ve bu gezinme alanlarına karşılık gelmek üzere, yoğun gösteriler ve buna eşlik eden gözetim süreçleri oluşturur. (Çakır, 2015, s. 10) Televizyon aile bireyleri arasındaki ilişkiyi zedelemiş ve zayıflatmış internet ise bir taraftan ev içinde bu ilişkileri daha yalıtık, daha tek kişilik hale getirmiş, diğer taraftan da sosyal olarak yitirilen ilişkilerin uzaktaki insanlarla yeniden kurulmasına olanak sağlamıştır ama bu ilişkiler gerçeklikten uzak, sanal ve yapay nitelikli olmuştur. Ayrıca aile bireyleri ile paylaşılmayan özel ve mahrem bilgiler sosyal medya ortamında açıklanarak ve yayınlanarak bir teşhir atmosferine neden olmaktadır. Bu teşhirin sosyalleşme olduğunu iddia etmek de yeni kuşkları beraberinde getirmektedir. Teşhiri gerçekleştiren sosyal medya kullanıcıları aynı anda diğer kullanıcıların özel hayat bilgilerini gözetleyerek teşhirci-gözetleyici kimliğini aynı anda pratik etmektedirler. Bu durum bireylerin duygu durumlarında inişli çıkışlı dalgalanmalar, psikolojik sorunlara ve karmaşaya neden olabilmektedir.” (Çakır, 2015, s. 49).

Çağımızda internet, bir iletişim ve bilgi kaynağı olmanın ötesine geçerek bazı bireyler için “bağımlılığa” neden olan bir durum haline gelmiştir. Bugün birçok insan, gerçek yaşamlarında karşılığını bulamadığı tutkuları, sevgileri, heyecanı ve tutsaklığı sanal bir ortamda yaşamakta veya yaşama çabasındadır. Bu süreç öyle bir hale gelmiş ki internet bağımlılığını önlemek için kurulmuş birçok web sitesi bile mevcuttur diyebiliriz. İnternet bağımlılığı; genel olarak interneti aşırı kullanma isteğine engel olamama, internetsiz geçen zamanı önemsiz görme, yoksun kılındığında ise, saldırgan ve sinirli olunması durumu olarak tanımlanabilmektedir. Bağımlılığı meydana getiren; internet ve sanal âlemin karşı konulmaz çekiciliğidir. Gerçek hayattan giderek kopan insanlar, sanal âlemdeki gerçek dışı faaliyetler ve ilişkiler içerisine dâhil olarak toplumdan soyutlanmakta, tıpkı alkol, sigara ve uyuşturucu bağımlılığı gibi, kişileri esir alabilmektedir (Tarcan 2005, 45-46).

1.2.2. İnternetin Olumlu ve Olumsuz Yönleri

-Olumlu Yönleri

1.İcat edildiği andan bu güne kadar hızlı bir şekilde gelen internet, zamanla yeni verilerin eklenmesiyle büyük bir bilgi bankası şekline bürünmüş ve böylelikle bilgilerin ortadan kaybolması gibi bir durum ortadan kalkmıştır.

2. İnternet bilgilerde sürekliliği sağlayarak bu bilgilerin güncelliğini sağlamaktadır. Ayrıca bu bilgilerin paylaşımı açık halde olması bir yandan bilgi erişimini kolaylaştırmakta diğer yandan bu erişime bağlı olarak hem hayatımız kolaylaştırmakta hem de zamandan ve maddi yönden tasarruf sağlamaktadır.

3. İnternet sayesinde banka ve fatura sıralarında beklemek tarihe karışmaktadır. Bunun yanı sıra ortak veri tabanı ile bilgilerinize internetin erişim sağladığı her yerde ulaşabilmekte ve resmi dairelerdeki işler daha çabuk ve her yerde yapılabilir hale gelmektedir.

4. İnternetin sağladığı ses ve görüntü dağılımı sayesinde dünyanın neresinden olursak olalım sevdiklerimizle saatlerce ve ücretsiz olarak görüşebiliriz.

5. Fikir ve düşüncelerimizi; kendi kurduğumuz siteler ve açtığımız forumlar yoluyla, haber veya tartışma gruplarına katılımcı olarak paylaşabilir ve böylelikle sesimizi duyurabiliriz.

6. İnternette güncel gazete ve dergileri okuyup takip edebilir, televizyonu izleyebilir ve hatta bazı yapıtları görüntülü ve sesli olarak takip edebiliriz.

7. İnternet sitelerinde olduğumuz yerden alışveriş yapabilir, çarşı pazar gezmeden istediğimiz ürün hakkında bilgi edinebilir, istediğimiz ürünü satın alabilir veya satabiliriz (Polat, 2016, s. 12).

İnternetin bu ve buna benzer birçok özelliği sayesinde zamandan tasarruf etmekte, istediğimiz bilgilere kolayca ulaşabilmekte, dünyanın bir diğer ucunda yaşayan sevdiklerimizle masrafsız bir şekilde iletişim kurabilmekte ve günlük hayatın her alanında işimizi kolaylaştırabilmekteyiz.

-Olumsuz Yönleri

1.Hemen hemen her yerde ve kısa mesafelerde kurulmuş denetimsiz internet kafeler, sanal arkadaşlık siteleri, şiddet ve korku içerikli siteler; özellikle de yaşları uygun olmayan çocuklar için uygun olmayan örnekler oluşturabilmektedir.

2. İnternetin; Sanal ile gerçek dünya arasındaki ayrımı kaldırması, bazı siteler aracılığıyla bireyleri suça teşvik etmesi, çocukları gelişimlerine faydalı olacak oyunları oynamak yerine onları bilgisayar oyunlarına mahkum etmesi, çocuk ve gençlerin eğitimleri için ayırdıkları zamanı internette harcamaları ve özellikle de çocuk ve ergen gençlerin yaşlarına uygun olmayan zararlı internet sitelerine takılması ve zararlı oyunları oynamaları gibi pek çok olumsuz etkilerini sayabiliriz.

3.Çocukları günlük hayat ritüellerinden uzaklaştıran internet, çocukların toplumsal değerlerinden uzaklaşmasına, sorumluluk bilincini kaybetmesine, tembel, asosyal, paylaşma ve yardımlaşma duygusundan yoksun bireyler olarak yetişmesine neden olmaktadır.

4. Ayrıca bilgisayar ve internetin aşırı kullanılması çocukların, fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimini kötü yönde etkilemekte ve birey sağlığına zarar vermektedir.

5.Bunların dışında ana dilin çeşitli kısaltmalar kullanılarak değişmesi, milli ve manevi duygu ve davranışların yozlaşması, kitap okuma alışkanlığının ortadan kalması gibi durumlar da internetin olumsuz sonuçları arasında sayılabilir (Polat, 2016, s. 13).

1.2.3. İnternet Bağımlılığı Kavramının Kullanımı ve Yapılan Araştırmalar

İçinde bulunulan çağın önemli nitelikleri olan bilgiye çabuk erişme, doğru tüketim ve üretim için bilgisayar ve internet kullanımı insan hayatı için çok büyük bir önem arz etmeye başlamıştır. İnternet, amacı doğrultusunda kullanıldığı zaman bilgiye ulaşma, karşılaşılan problemlerle baş etme, eleştirel ve yaratıcı düşünme gibi kişisel gelişimlere olanak sağlayan bir teknolojidir ama amacı dışında kontrolsüz ve bilinçsiz kullanıldığı zaman kaygı ve korkuya neden olmakta ve kişisel gelişimi olumsuz yönden etkileyebilmektedir (Berson ve Berson, 2003, Akt: Kalkan ve Kaygusuz, 2013; 5). Alain Finkelkraut internetin geleceğiyle ilgili yorum yaparken televizyon ve televizyonun geçirdiği değişime vurgu yapar. Yazara göre televizyon aslında insanları özgürleştirmemiş tam tersine bağımlı bir varlık yapmıştır. Sinemadan televizyona geçişte olan yine aynı durumdan ibarettir. Birey kendisine yabancılaştı ve kendini bir başka iradeye teslim etti. Gücün verdiği sarhoşlukla televizyon seyircisi kendi

arzularının kölesi, sınırsız ve keyfi gücünün tutsağı haline gelmiştir. İstekleriyle her taraftan kısıkrak çevrelenen, kendi istek ve sabırsızlıklarının hemen anında doyurulmasını isteyen, “Hemen Şimdi” tutsağı, elinde televizyon kumandası olan birey aslında özgür olmamıştı, karşı koyamadığı sınırsız özgürlük duygularına mahkûm edilmişti. Yasaklanmış ve sınırlanmış olan kendi öz benliğini bulabilmesi dışında hiçbir şey onun için yasak değildi. Bu kölelik her geçen gün daha da artmaktadır. Zapping yapma, kanal değıştirme gücüne bir de internette sörf yapma, tıklama, yenileme ve durdurma gücü eklenmiştir (Tarcan, 2005, s. 5). İnternet televizyona benzer bir araç olup televizyonu içinde taşır. Ayrıca sadece televizyonu değil gazeteyi, radyoyu, kitabı, müziğı, videoyu ve diğer yayın biçimlerini içinde barındıran çok daha geniş kapsamlı bir teknolojidir. İnternetin televizyondan devraldığı şey genel bir gösteri mantığında içkin bulunan insana bakış açısı, olayları yorumlama biçimi, öyküleştirme eğilimi, görselleştirmeye yatkınlık, eğlenceyi öne çıkarma, unutmaya yol açma, belirli söylemlere yaslanma, riskli bulduğu şeyleri örtükleştirme, haberi haplaştırma gibi insan algısını geriletici eğilimlerdir (Çakır, 2015, s. 9). Bir başka deyişle televizyonun insanların sosyal ilişkilerinde meydana getirdiğı olumsuz koşullar internet ile daha bir üst seviyeye ulaşmakta ve bireyler arası ilişkiler yok olma sürecine girmektedir.

Paul Virilio, internetin coğrafi sınırları ortadan kaldırdığını, insanları kent merkezlerinde, sosyal etkinlik alanlarında, metrolarda yalnızlaştırdığını ve izole ettiğini ve insanların fazlaca iletişim kurduklarını, ama git gide daha az konuştuklarını dile getirmektedir. Paul Virilio internet bağımlılığından bahsederken; Bilişim Bombası, Elektronik Afyon gibi farklı terimler kullanmakta ve onun deyişine göre Avrupa’daki Psikiyatri klinikleri internet bağımlılığından muzdarip olan bireylerle dolup taşmaktadır (Tarcan 2005, 5-6). Yeni bir bağımlılık çeşidi olan internet bağımlılığı, son dönemlerde iletişim, sosyoloji ve psikoloji gibi disiplinler başta olmak üzere birçok farklı alanlardan araştırmacıların ilgisini çeken önemli bir çalışma konusu olmaktadır (Chou ve ark. 2005; 365, Akt: Balcı ve Gülner, 2009; 3). “İnternet bağımlılığı kavramı ilk olarak Goldberg tarafından ortaya atılmıştır. Goldberg Amerikan Psikiyatri Birliğı (APA) tarafından yayınlanan DSM olarak kısaltılan Mental Bozuklukların “Tanısal ve İstatiksel El Kitabı’nı karmaşıklığını ve katılığını göstermek amacıyla “İnternet Bağımlılığı Bozukluğu” diye yeni bir kavramı geliştirerek DSM-IV’de yer alan madde bağımlılığı kriterlerini internet için uyarlamış ve bu uyarladığı tanı kriterlerini web sitesinde yayınlamıştır. Goldberg tarafından ilk kez bu şekilde ortaya atılan internet bağımlılığı kavramı daha sonra bilimsel alana taşınarak bu konuda araştırmalar yapılmaya başlanmıştır.” (Tanrı Cömert, 2012, Akt: Kalkan ve Kaygusuz, 2013; 5). “Goldberg (1996) İnternet Bağımlılığı Bozukluğunu birden çok temel tanı ölçütü ile tanımlamaktadır. Bunlar ağda geçirilen zamanı artırma isteğı, ağla ilgili hayal kurma,

plânlanandan daha uzun süre internette kalma, sürekli fiziksel, sosyal ya da psikolojik sorunlara sahip olmak vb.” (Gülnar, 2009, s. 6). Goldberg’ın yanı sıra amacı dışında ve gereğinden fazla internet kullanım davranışı için Young (1998) “internet bağımlılığı”, Morahan-Martin ve Schumacher (2000) “patolojik internet kullanımı” ve Davis, Flett ve Besser (2002) ise “problemlili internet kullanımı” gibi terimleri kullanmaktadırlar (Kaplan, 2002;  zcan ve Buzlu, 2005; Akt: Kalkan ve Kaygusuz, 2013; 6).

“ nternet bağımlılığının belli bir tanımının olmadığı halde birçok araştırma böyle bir olgunun varlığını kabul etmiş ve bu olguyu açıklayacak ölçütler belirlemiştir. “Goldberg 1995 yılında 7 maddeden oluşan internet bağımlılığı bozukluğu tanı  l  tleri  l  ğini geliştirmiştir. Young 1999 yılında internet bağımlılığını belirlemek için 8 kriter belirlemiştir. Brenner (1997) ise 32 maddeden oluşan sorulara, doğru-yanlış seçenekli bir araç geliştirmiş. Chen ve Chou (1999) 28 maddeden oluşan  in’de internet bağımlılığı  l  ğini geliştirmişlerdir. Scherer ve Bostu’nun (1997) 531  ğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmasında 10 madden    ve fazlasını işaretleyenleri internet bağımlısı olarak adlandırmışlardır. Morahan-Martin ve Schumacher (2000) ise 277  ğrenci ile yaptıkları çalışmada, 13 maddelik bir araçla dört ve daha fazla maddeye olumlu cevap verenleri bağımlı olarak tanımlamışlardır. Davis (2001) internet bağımlılığına Bilişsel-Davranışçı kuramla yaklaşmış ve internette Bilişsel Durum  l  ğini geliştirmiştir. Caplan (2002) 29 maddeden oluşan Genellenmiş Problemlili  nternet Kullanım  l  ğini alını yazına kazandırmıştır. Lin ve Tsai (2002) 20 maddeden oluşan Tayvan lise öğrencileri için internet bağımlılık  l  ğini geliştirmişlerdir. Nichols ve Nicki (2004) 31 maddeden oluşan internet bağımlılığı  l  ğini geliştirmiştir. Thatcher ve Goolam (2005) 20 maddeden oluşan problemlili internet kullanım  l  ğini geliştirmiştir.” (Kaygusuz 2013, 7). Belirlenen bu ölçütler, yapılan araştırmalarla güvenirlikleri tespit edilmeye çalışılmıştır. Örneğin bu alanın ilk çalışmalarından biri Scherer’in (1997) Teksas  niversitesi’nde eğitimini sürdüren 531  ğrenci üzerinde yürütülmüş ve araştırmada çerçevesinde öğrencilere on soru sorulmuş olup bu sorulardan en az üç tanesine olumlu cevap veren 49 kişi bağımlı olarak t görülmüştür. Çalışmanın verileri değerlendirildiğinde araştırmaya katılan bireylerin %13’ , internet kullanımlarının kendi akademik çalışmalarına ve mesleki başarılarına engel teşkil ettiğini ve sosyal hayatlarına müdahalede bulunduğunu dile getirmişlerdir.

Benzer bir başka çalışmada Young (1998), bağımlı bireylerde internetin, diğer bağımlılık türlerindeki gibi bireysel, ailevi ve mesleki problemlere yol açtığını bildirmekte ve bu problemler arasında özellikle de uyku düzeninin bozulması ve fiziksel yorgunluk gibi problemler kendini göstermektedir. Bu çalışmada aynı zamanda patolojik internet kullanıcılarının büyük bir bölümü interneti çift yönlü iletişim için kullandığı, bağımlı olmayanların ise interneti, bilgilenme amaçlı kullandıkları tespit edilmiştir. Cinsiyet açısından

ise araştırmaya katılım gösteren 396 internet bağımlısının 157'si erkek, 239'u ise kadın çıkmıştır. Bağımlı erkek kullanıcılar, interneti daha çok güç ve şiddet içerikli çevrimiçi oyunlar için kullanırken; kadınlar ise kendi fiziksel özelliklerini gizleyebilmelerine imkân tanıyan iletişim yöntemlerine ağırlık verdikleri görülmektedir. Morahan-Martin ve Schumacher (2000) UCLA Yalnızlık Ölçeği vasıtasıyla 277 yükseköğretim öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmalarında, öğrencilerin %8.1'inin patolojik internet kullanıcısı olduğu ve bu kullanıcıların haftada ortalama 8.1 saat internet kullandıkları görülmektedir. Araştırmada erkek kullanıcıların kadınlardan daha fazla patolojik internet kullanıcısı olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca, araştırmada UCLA Yalnızlık Ölçeğine göre patolojik internet kullanıcılarının daha yalnız bireyler olduğu görülmüştür. Diğer taraftan yalnızlığın mı bağımlılığa sebep olduğu ya da bağımlılığın mı yalnızlığa yol açtığı bu araştırmanın cevap veremediği sorular arasındadır. Chou ve Hsiao (2000) Tayvan'daki 12 üniversite ve kolejde eğitimini sürdüren toplam 910 öğrenci üzerinde yaptıkları çalışmalarında, 54 öğrencinin internet bağımlısı olduğu görülmüştür. Araştırmada internet bağımlılarının, bağımlı olmayanlara kıyasla üç kat daha fazla çevrimiçi oldukları; anında e-posta, mesajlaşma, oyunlar vb. çevrimiçi platformlarda daha fazla vakit harcadıkları görülmüştür. Bağımlı kişiler internetin ilginç, eğlenceli, interaktif ve tatmin edici olarak dile getirmekte ve kendi günlük hayatları ve çalışmaları üzerindeki etkilerini, bağımlı olmaya gruba göre daha olumsuz olarak nitelendirmektedirler... Çalışmada elde edilen sonuçlara göre patolojik internet bağımlıları haftalık 20-25 saat internet kullanırken; bağımlı olmayan bireyler 5-10 saat interneti kullanmaktadırlar.

“Asya kültürü bağlamındaki bir diğer çalışmada Lin ve Tsai (2002) Tayvan'ın farklı bölgelerindeki liselerde eğitim gören toplam 753 öğrenciyi örneklem olarak almışlardır. Sonuçlar incelendiğinde ankete katılanların %17'si internet bağımlılığı belirtisi göstermektedir. Ayrıca internet bağımlılarının, bağımlı olmayanlara göre duygulanım arayışı ve utangaçlıktan kurtulma gibi nedenlerle internete daha çok yöneldikleri belirlenmiştir. İnternet bağımlılığı ve bunun etkileri konusunda yürüttükleri çalışmada Kubey ve arkadaşları (2001) 542 üniversite öğrencisiyle görüşmüşlerdir. Katılımcıların % 90'ı kendilerini internet bağımlısı olarak sınıflandırmamıştır. İnternet bağımlıları ise, internet kullanımı nedeniyle okuldaki işlerinde sorun yaşadıklarını, ders saatini kaçırdıklarını, suçluluk ve kontrol eksikliği hissettiklerini ifade etmişlerdir. Nalwa ve Anand (2003) ise Hindistan'daki 16-18 yaş aralığındaki öğrencilerin internet bağımlılıklarının kapsamını başlangıç düzeyinde araştırmışlardır. Çalışmaların sonuçları incelendiğinde internet bağımlıları ile bağımlı olmayan grup arasında anlamlı davranışsal ve işlevsel kullanım farklılıkları bulunmaktadır. Bağımlılar internette, bağımlı olmayanlardan daha fazla zaman harcamaktadır. Bağımlıların çevrimiçi zaman geçirmek için diğer işlerini erteledikleri, gece geç saatlerde internette oldukları için uykusuz kaldıkları ve internetsiz hayatın sıkıcı olacağını düşündükleri belirlenmiştir. Johanson ve Götestam'ın (2004) Norveç'te konuyla ilgili 12-18 yaş Aralığındaki 1591 kullanıcı arasında yaptıkları çalışmalarında, katılımcıların %4.02'sinin internet bağımlısı, %17.66'sının

ise riskli kullanıcı olduğu sonucuna ulaşmışlar. Regresyon analizi sonuçlarına göre ise; internet kullanım sıklığı, internete bağlanılan yer ve internet kullanım amaçları internet bağımlılığını belirleyen temel değişkenler konumundadır. Niemz ve arkadaşları (2005) Nottingham Trent Üniversitesi'nden 371 İngiliz öğrenci üzerinde yaptıkları araştırmalarında, katılımcıların %18.3'ünün patolojik internet kullanımı belirtileri gösterdiğini bulgulamışlardır. Araştırma sonuçlarına göre internet bağımlıları, bağımlı olmayanlara nazaran akademik, sosyal ve kişilerarası ilişkilerinde daha fazla problem yaşamaktadır. Sally (2006) Hong Kong Üniversitesi'nde eğitimlerini sürdüren 410 öğrenci üzerinde yaptığı araştırmasında yirmi maddeden oluşan Young 'un İnternet Bağımlılık Ölçeğini kullanmıştır. Sonuçlar çalışmaya katılan öğrencilerin %18'inin bağımlılık belirtisi gösterdiğini ortaya koymaktadır." (Gülner, 2009, s. 8-10).

"Yurt dışında 1990'lı yılların sonunda internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar yapılmaya başlanmışken, Türkiye'de bu konu 2000'li yıllarda araştırmacıların dikkatini çekmiş ve bu tarihten itibaren bu konuyla ilgili çalışmalar yapılmaya başlanmıştır. Bayraktar (2001), Young (1996) tarafından geliştirilen İnternet Bağımlılığı Ölçeğini Türkçeye uyarlamıştır. Bakay (2001) öğrencilerin interneti kullanma amaçlarını belirlemek amacıyla çalışma yapmıştır. Baran ve Kuloğlu (2001) internet kafelerdeki kullanıcıların internet ortamındaki sosyal ilişkilerini inlemek amacıyla bir çalışma yapmıştır. Ayaroğlu (2002) kız ve erkek üniversite öğrencilerinin internet kullanımları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bölükbaş (2003) internet kullanımının sosyal ilişkilere etkisini, internet kullanıcılarının sosyo-kültürel yapıların ve ülkemizde hemen her gün bir yenisi açılan internet kafelerin özelliklerini belirlemeyi amaçlamıştır. Özcan (2004) üniversite öğrencilerinde internet kullanımının psikososyal durum ile ilişkisine yönelik bir çalışma yapmıştır. Cengizhan (2005) çalışmasında öğrencilerin bilgisayar ve interneti aşırı internet kullanıp kullanmadıklarını belirlemeye çalışmıştır. Esen (2007) algılanan sosyal destek ve akran baskısı değişkenlerinin, internet bağımlılığının yordayıcısı olup olmadığını incelemiştir. Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan (2007) 33 maddeden oluşan problemli internet kullanım ölçeğini geliştirmişlerdir. Ceyhan (2008) çalışmasında, internet ve ergen ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. (Kaygusuz, 2013, s. 7-8) Balta ve Horzum (2008) Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi'nin altı farklı bölümünden toplam 292 kişiyle görüşmüşlerdir. Araştırmada cinsiyet yönünden erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur... Öğrencilerin sosyo ekonomik statüleri ise internet bağımlılığı düzeylerine etkisi bakımından anlamlı bir farklılık oluşturmamaktadır. Işık (2007) doktora tezi kapsamında Gazi Üniversitesi'nden 563 öğrenci ile gerçekleştirdiği araştırmasında; internetin, öğrencilerin sosyal çevre ile ilişkileri üzerinde etkilerini belirlemiştir. Kullanıcıların internet kullanım sonrası arkadaşlarıyla, ailesiyle ve eş/sevgili ile iletişimlerinde bir sorun yaşayıp yaşamadıkları üzerine verdikleri cevaplar; bir etkinin muhakkak söz konusu olduğunu göstermektedir (Gülner, 2009, s. 11). Turnalar-Kurtaran (2008) yaptığı tez çalışmasında yalnızlık, depresyon ve benlik saygısı değişkenlerinin ergenlerin internet bağımlılığına teşvik edip etmediğini araştırmıştır. Balcı ve Gülner (2009) Selçuk Üniversitesi öğrencilerinin internet bağımlılıklarını ve bağımlıların profilini ortaya koymayı amaçlamıştır. İnan (2010) yaptığı çalışmada ilköğretim ikinci kademe ve orta öğretim öğrencilerinin internet bağımlılık durumlarını çeşitli değişkenlere göre incelemiştir. Horzum (2011) çalışmasında ilköğretim okullarında öğrenim görmekte olan öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından değişip değişmediğini incelemiştir. Ayas (2012)lise öğrencilerini internet ve bilgisayar oyun bağımlılık düzeylerinin, utangaçlıkla ilişkisini incelemiştir." (Kaygusuz 2013, 9).

Yukarda yapılan araştırmalar ve geliştirilen ölçekler göz önüne alındığında İnternet bağımlılığının birey ve toplum hayatında büyük sorunlara neden olduğu, birey ve toplum sağığı açısından riskli bir alan teşkil ettiğı ve bunun önüne geçilmez ise daha farklı birçok problemle karşılaşacağını söyleyebiliriz. Bu nedenle yapılmış ve yapılacak olan araştırmalar aracılığıyla internet bağımlılığına neden olan, bağımlılığı yaygınlaştıran ve geri dönülemez büyük problemlere yol açan bu gibi durumlara çözümler bulunması gerektiğı öngörülmektedir.

1.2.4. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri

İnternet bağımlılığı kavramı, 1990 sonrasında ortaya çıkmış bir kavramdır. Birçok araştırmacı ve klinisyen bu bağımlılık türünün belirtilerini açıklamak için farklı tanı kriterleri ortaya koymuşlardır. Üzerinde ortak bir karara varılamayan bu kriterler araştırmacılar tarafından farklı yönleriyle değerlendirilip test edilmiştir. Gerek değişen ve gelişen toplum yapısı gerekse de teknolojinin gösterdiğı hızlı değişim ve dönüşüm bu tanı kriterlerinin de değişmesine ve gelişmesine sebebiyet vermektedir. Bu nedenle çağına ve dönem koşullarına bağılı olarak ve toplumda sorun yaratan durumlar göz önüne alınarak problemlerin tespit edilmesi ve çözüm önerilerinin sunulması gerekmektedir.

1.2.4.1. Goldberg'in Tanı Kriterleri

İnternet bağımlılığı ilk olarak Goldberg tarafından ortaya atılmış bir kavramdır. Golberg Amerikan Psikiyatri Birliğı (APA) tarafından yayınlanan DSM (Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatiksel El Kitabı)'nın katılığını ve karmaşıklığını göstermek amacıyla "İnternet Bağımlılığı Bozukluğu" adında yeni bir terim ortaya atmış ve DSM-IV'de yer alan madde bağımlılığı kriterlerini internet bağımlılığı için uyarlamış ve bunu web sitesinde yayınlamıştır (Tanrı Cömert, 2012; Akt: Kaygusuz, 2013, s.5). Goldberg tarafından geliştirilen bu 7 ölçüt aşağıda gösterildiğı gibidir.

"1. Aşağıdakilerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi

A. İstenen keyfin alınabilmesi için belirgin olarak artmış internet kullanım süresi

B. Sürekli olarak aynı sürelerde internet kullanımı ile alınan keyifte azalma olması

2. Aşağıda tanımlanan şekilde yoksunluk gelişmesi Ağır ve uzun süreli internet kullanımı sonunda aşağıdakilerden en az 2 tanesinin günler içinde ortaya çıkması (1 ay içinde ortaya çıkabilir) ve kişilerin bunlardan dolayı iş, sosyal ve önemli işlevsel alanlarda sıkıntı yaşaması

a. Psikomotor ajitasyon

B. Bunaltı

C. İnternette neler olduğu hakkında takıntılı düşünceler

D. İnternet hakkında fanteziler ve hayal kurma

E. İsteyerek ya da istemeyerek tuşlara basma hareketi yapma

F. Bu sıkıntılı durumlardan kurtulmak için internete veya benzeri servislere bağlanma

3. İnternet kullanımı genellikle planlandığından daha uzun süreler alır.

4. İnternet kullanımını bırakmak veya denetim altına almak için sürekli bir istek veya boşa çıkan çabalar vardır.

5. İnternet ile ilgili eylemlere çok uzun süreler ayrılır (internet kitapları almak, yeni internet tarayıcıları denemek, internette indirilen dosyaları düzenlemek vb.).

6. İnternet kullanımı nedeniyle önemli toplumsal, mesleki etkinlikler veya boş zamanları değerlendirme etkinlikleri bırakılır veya azaltılır.

7. İnternet kullanımı, yol açtığı bilinen fiziksel, sosyal, mesleki veya psikolojik sorunlara (uykusuzluk, evlilik problemleri, işe ve randevulara geç kalma, mesleki sorumlulukları ihmal, vb.) rağmen aşırı olarak devam eder .”(Akt: Esen, 2010, 19).

1.2.4.2.Young’un Tanı Kriterleri

Young (1996), internet bağımlılığı davranışı için belirlenen tanı ölçütlerini DSM-IV’de yer alan patolojik kumar oynama kriterlerini uyarlayarak tanımlamıştır. Young’ın belirlediği 8 belirtiden 5’inin yaşanması durumunda birey bağımlı olarak kabul edilmektedir (Esen, 2010, s. 17). Young (1996) tarafından geliştirilen 8 maddelik tanı kriterleri aşağıda verildiği gibidir.

“1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılması planlanan bir sonraki etkinliği düşünme, vb.),

2. Doyuma ulaşmak için giderek daha fazla oranda internet kullanma ihtiyacı duyma,

3. İnterneti kullanımını kontrol etme, azaltma ya da bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması,

4.İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, çökkünlük, kızgınlık veya irritabilite hissedilmesi,

5. Başlangıçta planlanandan daha uzun süre internette kalma,
6. Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar, yaşama, eğitim veya kariyer ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atma ya da kaybetme,
7. Aile bireylerine, terapisteye veya başkalarına internette kalma süresi ile ilgili yalan söyleme,
8. İnterneti problemlerden kaçmak veya olumsuz duygulardan (ör: çaresizlik, suçluluk, anksiyete, depresyon) uzaklaşmak için kullanma. (Esen, 2010, s. 17).

1.2.4.3. Suler'in Tanı Kriterleri

Suler (1999) problemlili internet kullanımının 8 ölçüt kullanarak belirlenebileceğini ifade etmiş ve bu kriterler şu şekilde belirtmiştir.

“1. İnternetteki etkinliğin karşıladığı ihtiyaçların sayısı ve türü. İnternet kullanıcıları fiziksel, kişisel, kişilerarası veya manevi ihtiyaçlarını karşılamaya çalışıyor olabilir. Karşılanmaya çalışılan ihtiyaç sayısı arttıkça internetin kullanıcı için önemi de o oranda artar.

2. Karşılanmamış ihtiyaçların altında yatan yoksunluğun derecesi. Kullanıcının ihtiyaçları ne kadar bastırılır ya da inkâr edilirse, kullanıcı ihtiyaçlarını karşılamak için o kadar daha fazla başka yollar arar. İnternet genellikle bu ihtiyaçların gerçek hayatta olduğundan daha kolay karşılandığı bir yerdir.

3. İnternet aktivitesinin türü. İnternetteki bir tür etkinlik ne kadar çok sayıda niteliğe sahipse, kullanıcı interneti o kadar fazla sayıda ihtiyacını karşılamak için kullanmak ister. Değişik türdeki internet aktiviteleri ihtiyaçları etkileyişleri bakımından çok fazla çeşitlilik gösterebilir. Birçok niteliğe birden sahip olan çevreler daha geniş bir spektrumda ihtiyaçlara karşılık verebilir; böyle bir çevre daha çekicidir (Suler, 1999).

4. İnternetin kullanıcının gerçek hayattaki işlevselliğine etkisi. Fiziksel sağlık, iş performansı ve önemli ilişkilerdeki işlevsellik etkilenmiş olabilir. İnternet kullanımına bağlı bozulmuş alanların sayısı ve bozulmanın boyutu patolojinin ciddiyetini gösterir.

5. Bunaltıya dair öznel duygular. Patolojik internet kullanımının uyarıcı işaretleri kullanıcının internet etkinliklerine ilişkin depresyon, hayal kırıklığı, öfke, suçluluk ve yabancılaşma duygularıdır.

6. İhtiyaçlar hakkında bilinç düzeyindeki farkındalık. Bastırılmış ihtiyaçlarını internet aracılığıyla karşılayan kişi katarsisle ilgili bir etkinlik ifşa etmektedir. Bu etkinlik, gerçek karşılanmamış ihtiyaç doyurulmadığı sürece sonsuza dek tekrar edilmek zorundadır. Suler (1999)'e göre kişi internet etkinliklerinin altında yatan karşılanmamış ihtiyaçları bilinç düzeyinde anlamalı, bu etkinliklerle ilgili çatışma ve yoksunluğu çözmelidir.

7. Deneyim ve dâhil olma süreci. İnternet kullanıcıları deneyim kazandıkça internet etkinliklerinin gerçek hayat ihtiyaçlarını doyumadığını ve internetin cazibesinin yavaş yavaş kaybolduğunun farkına varırlar. Deneyim çoğunlukla kullanıcılara aşırı dâhil olmayı gerektiren etkinlerden kaçınmaları konusunda yardım eder.

8. Gerçek hayat ve sanal hayat arasındaki denge ve uyum. Sağlıklı internet kullanımı, internet etkinlikleri ile gerçek dünya ilişkilerini/etkinliklerini entegre eder. Patolojik internet kullanımı, genellikle gerçek hayattan tamamen soyutlanmış 'online' bir hayat ile sonuçlanır.” (Esen, 2010, s. 20).

1.2.5. Yurtdışında ve Yurt İçinde Yapılmış İnternet Bağımlılığı Çalışmaları

Tablo 1.2.5. Yurtdışında ve Yurt İçinde Yapılmış İnternet Bağımlılığı Çalışmaları

Araştırmacı	Yapıldığı Yer	Yapıldığı Tarih	Katılı m Sayısı	Bağıml ı sayısı	Araştırmada Öngörülen Kriterler	Araştırmada Elde Edilen Bulgular
K. Scherer Balcı, Şükrü ve Birol Gülnar(2009),”Ünivers ite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılığının Profili”, Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi, Sayı 6, Temmuz, Konya	Teknas Üniversitesi	1997	531	69	İnternette harcanan zaman ve kullanım amacı	Bir haftada ortalama harcanan zaman 8.1 olarak belirlenmiş ve internet bağımlılığın akademik performansa, mesleki başarılarına engel olduğu ve sosyal hayatlarına müdahale ettiği dile getirilmiştir.
K.S. Young (Gülnar, 2009)	Amerika	1998	496	396	İnternette harcanan zaman, kullanım amacı ve cinsiyet	Bağımlılar haftada 38.5 saat internet kullanmakta, Bağımlılığın ailevi, kişisel ve mesleki sorunlara yol açtığı, uyku düzeninin bozulmasına ve fiziksel yorgunluğa neden olduğu ve bağımlıların interneti genelde iki yönlü iletişim işlevi için

						kullandığı ortaya çıkmıştır.
Morahan-Martin ve Schumacher (Doğan, 2013)		2000	277	23	İnternette harcanan zaman, kullanım amacı, yalnızlık ve cinsiyet	Patolojik kullanıcıların daha yalnız oldukları, kadınlara oranla erkeklerin daha fazla bağımlılık belirtisi gösterdiği ve haftada ortalama 8.1 saatten fazla internet kullandıkları ortaya çıkmıştır.
Shapira ve Ark. (Doğan, 2013)	Amerika	2000	20	20	Bipolar bozukluk, Ruhsal hastalık	Problemlili internet kullanımı, fonksiyonel bozukluk ve psikiyatrik eksen 1 bozukluğuyla ilişkilendirilmiştir.
C. Chou ve M.C Hsiao (Gülner, 2009)	Tayvan	2000	910	54	İnternette harcanan zaman, kullanma amacı	Bağımlılar haftada 20-25 saat internet kullanmakta, mesajlaşma, e-posta ve oyunlar gibi hizmetleri kullanmakta, bağımlı grup internetin ilginç, eğlenceli, interaktif ve tatmin edici olduğunu düşünmekte ve kendi çalışmaları ve günlük hayatları üzerindeki etkilerini daha olumsuz bulmaktadır.
Kubey ve Ark. (Gülner, 2009)		2001	542	487	İnternette harcanan zaman ve kullanma amacı	İnternet bağımlıları okuldaki işlerinde sorun yaşadıklarını, ders saatini kaçırdıklarını,

						suçluluk ve kontrol eksikliği hissettiklerini ifade etmişlerdir.
Lin ve Tsai (Gülnar, 2009)	Tayvan	2002	753	128	Duygulanım arayışı, utangaçlıktan n kurtulma	Duygulanım arayışı ve utangaçlıktan kurtulma ile internet bağımlılığı arasında olumlu bir ilişki kurulmuştur
Whang ve Ark. (Doğan, 2013)	Kore	2003	13588	476	Psikolojik durum	İnternet bağımlılığıyla sosyal davranış bozukluğu arasında pozitif bir ilişki kurulmuş ve internet bağımlıları stres yaşadıklarında ve sıkıntılı olduklarında internete erişmek için büyük bir eğilim gösterdiklerini ortaya koymuştur.
K. Nalwa ve A.P Anand (Gülnar, 2009)	Hindistan	2003			İnternet bağımlılığını n kapsamı, internette harcanan zaman	İnternet bağımlıları ile bağımlı olmayan grup arasında anlamlı davranışsal ve işlevsel farklılıklar bulunmuştur. İnternet bağımlıları internette daha fazla zaman harcamakta ve bu nedenle diğer işlerini erteledikleri ve gece geç saatlere kadar internette oldukları için

						uykusuz kaldıkları ve internetsiz hayatın sıkıcı olacağını düşünmüşlerdir.
A.Johanson ve K.G Götestam (Gülner, 2009)	Norveç	2004	1591	66	İnternet kullanım sıklığı, internete bağlanılan yer ve kullanım amacı	Bu nitelikler ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki kurulmuştur.
Niemz ve Ark. (Gülner, 2009)	Nottingham Trent Üniversitesi	2005	371	68	Sosyal ilişkiler	İnternet bağımlıları akademik, sosyal ve kişiler arası ilişkilerde problem yaşadıklarını dile getirmiştir.
Kim ve Ark. (Doğan, 2013)	Kore	2006	1573	252	Depresyon, intihar girişimi ve cinsiyet	İnternet bağımlılığı cinsiyete göre değişmemiştir. İnternet bağımlıları grubunda, depresyon ve intihar girişim düzeyi en yüksek düzeyde bulunmuştur.
L.P.M Sally Balcı, Şükrü ve Birol Gülner(2009),”Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılığının Profili”, Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi, Sayı 6, Temmuz, Konya	Hong Kong Üniversitesi	2006	510	74	Akademik performans ve cinsiyet	İnternet bağımlılığı ve akademik performans ve cinsiyet arasında bir ilişki kurulmuştur.

Park ve Ark. (Doğan, 2013)	Güney Kore	2008	903	97	Ebeveyn tutumları, aile içi ilişkiler ve aile içi şiddet	Bu değişkenler ile internet bağımlılığı arasında bir ilişki bulunmuştur ve ailenin internet bağımlılığının önlenmesinde önemli bir rol oynayabileceği belirtilmiştir.
Bakken ve Ark. (Doğan, 2013)	Norveç	2009			İnternet bağımlılığının yaygınlığı ve risk faktörü	Genç ergenlerin ve üniversite düzeyinde eğitim görenlerin yüksek oranda bağımlı ve risk altında oldukları belirtilmiştir.
Fatih Bayraktar (Doğan, 2013)	Türkiye	2001	686		Cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey	İnternetin çoğunlukla erkek öğrenciler ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki kişiler tarafından kullanıldığı bulunmuş. Sosyo-ekonomik düzey arttıkça internet kullanımı da artmaktadır.
Kenan Bölükbaş (Doğan, 2013)	Türkiye	2003	150		Demografik özellikler, sosyo-kültürel yapı, internet kafeler	İnternet kafe kullanıcılarının bağımlılık ve sosyal izolasyon düzeyleri ile demografik özellikler arasında anlamlı ilişkiler kurulmuştur.
Orhan ve Akkoyunlu (Doğan, 2013)	Türkiye	2004	676	530	Cinsiyet, internete erişim ve kullanım amacı	Cinsiyet açısından önemli bir farklılık gözlenmemiştir. İnternete erişim ve kullanım amacı doğrultusunda

						anlamli iliskiler kurulmustur.
M. Aslanbay (Doğan, 2013)	Türkiye	2006	296		İnternetten alınan haz, Demografik özellikler	Demografik ve sosyo-ekonomik faktörlerin yanı sıra internetten alınan haz faktörü gibi durumsal faktörlerde internet bağımlılığıyla ilişkili çıkmıştır.
Erol Esen (Doğan, 2013)	Türkiye	2007	479		Akran baskısı ve algılanan destek	Akran baskısının internet bağımlılığını pozitif yönde anlamli olarak yordadığını, alınan aile ve öğretmen desteğinin ise negatif yönde anlamli olarak yordadığını göstermiştir.
G. Kurtaran Turnalar (Doğan, 2013)	Türkiye	2008			Yalnızlık, depresyon ve benlik saygısı	İnternet bağımlılığının benlik saygısını negatif yönde, yalnızlığı pozitif yönde yordadığını, depresyonun ise istatistiksel olarak anlamli olacak şekilde yordamadığını bulmuştur.
Çakır Balta ve Mehmet Barış Horzum Balcı, Şükrü ve Birol Gülnar(2009),”Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılığının Profili” Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi, Sayı 6, Temmuz, Konya	Türkiye	2008	292		Cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey	Cinsiyete göre erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılığı düzeyleri yüksel olduğu bulunmuş, sosyo-ekonomik statüleri ise internet bağımlılığı düzeylerine etkisi bakımında anlamli bir ilişki

						kurulmamıştır.
U. Işık Balcı, Şükrü ve Birol Gülner(2009),”Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılığının Profili”, Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi, Sayı 6, Temmuz, Konya	Türkiye	2007	563		Sosyal çevre	Sosyal çevre ilişkileri ile internet arasında anlamlı bir bağ bulunmuş, Deneklerin internet kullanımı sonrası arkadaşlarıyla, ailesiyle ve eş/sevgili ile iletişimlerinde bir kayıp yaşadıklarını dile getirmişler.
Esra Ceyhan (Ceyhan 2010)	Türkiye	2007-2008	464		İnternet kullanım amacı, cinsiyet, kimlik statüsü	Cinsiyet önemli bir faktör olarak görülmezken, tanımadığı kişilerle sosyal ilişki kurma temel bir yordayıcı olarak görülürken eğlenme faktörü de önemli bir yordayıcı olarak görülmüş. Ayrıca kimlik statüsünün internet bağımlılığında önemli bir faktör olarak görülmüştür.
Şükrü Balcı ve Birol Gülner (Kaygusuz 2013)	Türkiye	2009	953	220	İnternette harcanan zaman, cinsiyet, demografik özellikler, yalnızlık ve internet kullanım amacı	İnternet bağımlıların interneti daha çok oyun oynamak ve sörf yapmak için kullandığı, bağımlıların haftada 3-4 gün internet kullandığı, cinsiyete göre erkekler kızlara göre az bir fark gösterirken yine de cinsiyetin belirleyici etken

						olmadığı ve demografik özellikler ve yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunan bulgular arasındadır.
Taçyıldız (Doğın, 2013)	Türkiye	2010	3600		Sosyal destek, iletişim becerisi, akademik başarı, cinsiyet	Belirtilen değişkenlerin internet bağımlılığı düzeylerini yordamada gücü yüksek olarak belirlenmiştir.
A. İnan (Doğın, 2013)	Türkiye	2010			Cinsiyet ve çeşitli değişkenler	Cinsiyetlere göre erkeklerin internet bağımlılığı puan ortalamaları daha fazla olduğu ve annenin eğitim düzeyine göre annenin eğitim düzeyi arttıkça bağımlılık düzeyinin arttığı görülmüştür.

Gülşen Çevik ve Öner Çelikkaleli (Çelikkaleli, 2010)	Türkiye	2010	437		Arkadaş bağıllığı, cinsiyet, aile tutumu ve anne baba eğitim düzeyi	Arkadaş bağıllığı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki kurulmuştur. Erkek ergenlerin hem arkadaş bağıllık hem de internet bağımlılık ortalaması kızlardan anlamlı olarak yüksek çıkmıştır. Ebeveyn tutumunu “ilgisiz” olarak algılayan ergenlerin internet bağımlılığı ortalaması, ebeveyn tutumunu “otoriter, demokratik” koruyucu” olarak algılayanlardan yüksek çıkmıştır. Baba eğitim düzeyi önemli bir faktör olarak görülmezken anne eğitim düzeyi lise olan ergenlerin internet bağımlılık düzeyleri anne eğitim düzeyi okuz-yazar ve ilköğretim olanlardan daha yüksek çıkmıştır.
Eda Aslan Üçkardeş (Doğan, 2013)	Türkiye	2010	910	19	Sosyo-demografik özellikler, internet kullanım	Sosyo-demografik özellik ile internet bağımlılığı

					amacı	arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.
Tuncay Ayas ve Mehmet Barış Horzum (Kaygusuz 2013)	Türkiye	2011	407		Demografik özellikler, aile tutumu	İnternet tutumu ihmalkâr ailelerin çocuklarının internet bağımlılığı düzeyleri müsamahakâr ve demokratik internet aile tutumuna sahip çocuklara göre daha yüksek çıkmıştır.
Mehmet Şahin (Doğan, 2013)	Türkiye	2011	710	100	Demografik özellikler	Aile gelir düzeyi arttıkça öğrencilerin internet bağımlılığına yatkınlığı da artmıştır.
Vehbi Bayhan (Bayhan, 2011)	Türkiye	2011	1800	252	Demografik özellikler, cinsiyet, internette harcanan zaman, internet kullanım amacı ve diğer bağımlılıklar .	Ekonomik gelir ve evde internet bağlantısı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Erkeklerin internet bağımlılığı oranları kızlara göre daha yüksek çıkmıştır. Aile tipi internet bağımlılığında önemli bir etkiye sahip olarak görülmüş ve ayrıca diğer bağımlılık türleri ile internet bağımlılığı arasında da doğrudan bir ilişki kurulmuştur.

Tuncay Ayas (Kaygusuz 2013)	Türkiye	2012			Utangaçlık	İnternet ve bilgisayar bağımlılığı ile utangaçlık arasında anlamlı ilişki kurulmuştur.
Selim Günüş ve Doğan (Doğan, 2013)	Türkiye	2013			Sosyal destek ve aile ile aktiviteler	Ergenin aldığı sosyal desteğin internet bağımlılığı gibi problemleri davranışlarının önlenmesi konusunda çok önemli bir rolü olduğu belirlenmiştir.
Eray Yılmaz ve Ark. (Yılmaz, 2014)	Türkiye	2014	2853	456	İnternet kullanım amacı, internette harcanan süre, cinsiyet	Erkekler kızlara göre daha fazla internet bağımlısı olduğu ortaya çıkmış, bağımlıların interneti daha çok sohbet ve oyun amaçlı kullandığı ortaya çıkmıştır. İnternet bağımlıların günlük 7-10 saat internet kullandığı ortaya çıkmıştır.

İnternet bağımlılığı ile ilişkili etkenlerin araştırıldığı birçok çalışmadan derlediğimiz bu sonuçları kategorileştirecek olursak; ilk olarak internet bağımlılığı ile cinsiyet arasındaki ilişkinin varlığı göze çarpmaktadır. Farklı yıllarda ve farklı yerlerde yapılmış birçok araştırmada cinsiyet olarak erkeklerin kızlara oranla daha fazla internet bağımlılığı eğilimi gösterdikleri görülmektedir. İnternet bağımlılığı ile interneti kullanma amacı arasındaki ilişki karşımıza çıkan bir diğer önemli bir araştırma konusudur. Yapılan araştırmalarda elde edilen sonuçlara göre internetin genellikle sohbet etmek, sörf yapmak ve oyun oynamak için kullanıldığı görülmüştür. İnternet ile ilişkisi incelenen bir diğer unsur internette harcanan süre ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkidir. Yapılan çalışmalarda derlenen sonuçlara internette geçirilen süre ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Artan internet kullanım sürelerine bağlı olarak internet bağımlılığı düzeylerinin de arttığı elde edilen sonuçlar arasındadır.

Yapılan çalışmalarda elde edilen bulgulardan hareketle internet bağımlılığı ile aile yapısı, birlikteliği ve tutumu; yalnızlık, bencillik ve depresyon gibi psikolojik süreçler; sosyal

çevre ile bazı demografik özellikler arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Ayrıca internet bağımlılığı gibi patolojik süreçlerin bireylerin akademik başarılarını, sosyal çevrelerini, aile ve arkadaş ilişkilerini ve sosyal ve psikolojik süreçlerini olumsuz etkilediği görülmektedir.

1.2.6. Ergenlik ve İnternet

İnsan hayatının en önemli dönüşümlerinin yaşandığı ergenlik çağında bireyler bir taraftan dinamik bir bünyeye, coşkun bir ruh haline ve enerjik bir yapıya sahip iken diğer taraftan da zayıf bir iradeye, inişli çıkışlı ve duygusal çalkantılarla dolu ruhsal bir atmosfere sahiptirler. Ayrıca bu dönem toplumsal duyarlılığın yüksek olduğu, yeniliğe ve değişime açık karakter yapısının olduğu bir dönemdir. Büyük ölçüde fanatik duygular içerisindeki gençliğin benimsenme ve reddetme yönelimleri keskindir. Bu süreçte ergenler, bir takım pozitif ve negatif değerleri kolay bir şekilde benimseyebilmekte, sahip olduğu ya da yeni kazandığı değerlerden kolaylıkla vazgeçebilmektedirler. Bu nedenle hayatlarının önemli bir geçiş dönemini yaşayan gençlerin pozitif değerler kazanması ve bu değerleri benimseyip ona göre bir yaşam sürmesi, ergen bireylerin kişilik ve karakter bütünlüğünün oluşması konusunda oldukça önemli gözükmemektedir (Okur, 2016, s. 294-295). Sağlıklı bir kişilik oluşumunu ve karakter bütünlüğünün korunması elbette ki bireyin içinde yaşadığı aile, çevre ve o dönemin karakteristik özellikleri sağlayacaktır. Bu nedenle bireylerin gelişim dönemlerinde hayatlarına etki edecek her türlü konu, bilgi ve sosyal çevre göz önünde bulundurulmalıdır. Bizde yaptığımız bu araştırma kapsamında özellikle de ergen bireyler ile dönemin çok önemli bir özelliği olan internet teknolojisi arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmak ve bu ilişkinin ergen bireylerde yarattığı etkiyi göz önüne sermek niyetindeyiz.

İçinde bulunduğumuz çağın karakteristik iletişim yöntemi olan ve her geçen gün yaygınlık kazanan internet, adeta gündelik hayatımızın ayrılmaz bir parçası olmaktadır. İnternette var olan ilişkiler, aslında Schutz'un henüz internetin icadından habersizce yaptığı toplumsal ilişkiler tanımlamalarına denk gelmektedir. İnternet tabanlı e-posta gönderimi, forum adı verilen sanal tartışma, bilgi alış-verişi ve paylaşma alanları, Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp gibi sanal iletişim ağları, eş arama, anlık mesajlaşma ve görüşme programları ve bloglar; bunların tamamı ve yukarıda sayılamayan daha birçok sanal paylaşım ve iletişim alanları Schutz'un gündelik hayat sosyolojisi ve toplumsal ilişki ve etkileşim terimleriyle açıklanabilecek yapılardır. Gittikçe yaygınlaşan akıllı telefonlar artık internetin bireyin cebinde, her an elinin altında olması, anlık canlı yayın yapan Periscope ve Snapchat gibi uygulamalar, Skype, Viber, WhatsApp gibi görüntülü konuşma ve anlık mesajlaşma

uygulamaları bireyler arası etkileşim ve haberleşmeyi hızlandıran, kolaylaştıran ve boyutlandıran teknolojiler olarak gündelik hayatımızın neredeyse merkezinde yer edinmeye başlanmıştır (Kılıç, 2016, s. 67). İnternet, iletişim, ticaret, sohbet, reklam, bilgi ve teknolojiyi hızlı, kolay ve az maliyetle sağlamakla beraber gün geçtikçe çeşitlilik kazanmaya ve yayılmaya devam etmektedir. Son dönemin en önemli teknolojilerinden biri olan internet, gündelik hayatta iletişim alanında sağladığı kolaylıklar ve karşılaşılan sorun ve ihtiyaçlara getirdiği çözüm yollarıyla gelecekte de gelişmeye ve hayatımızın vazgeçilmez bir parçası olmaya devam edecektir (Çakır, Horzum ve Ayas, 2013, Akt: Moral, 2018, s. 9). İnternet 1990’lardan beri gündelik hayatta önemli bir iletişim ve etkileşim aracı olmuş ve insanlar bu aracı giderek daha çok kullanır hale gelmiştir. Evde yalnız başına oturmak yerine İnternet kullanarak bir sosyal gruba dâhil olmak ve diğerleriyle etkileşim içine girerek paylaşımlarda bulunmak, gündelik yaşamın yeni bir gerçekliği olmuştur. İnternet kullanıcılarının Türkiye’de hızlı bir artış göstermesi ve diğer ülkelerle kıyaslandığında toplumun bu yeni araca büyük ilgi gösterdiği görülmektedir. İnternetle birlikte evden farklı bir mekâna gitmeden oturduğumuz yerden tecrübe edilen yeni bir tür toplumsallaşma şekli gündelik hayatımıza dâhil olmaktadır. Aynı zamanda Schutz’un toplumsal ilişki, yüz yüze ilişki veya biz-ilişkisi olarak tanımladığı ilişki şekli, internet kullanıcılarının tecrübe ettikleri ilişki yapılarıdır. Sanal ortamlarda kurulan sosyal ve toplumsal yapı, sürekli bir şekilde kullanıcıların yapıp ettikleriyle inşa edilmekte ve devamlı yenilenerek canlılığını devam ettirmektedir (Kılıç, 2016, s. 68). İstediklerini Gerçek dünyada gerçekleştiremeyen insanlar bu isteklerini internet ortamında daha hızlı ve kolay bir şekilde gerçekleştirebilmektedirler. Gerçekte hayatta kurulamayan ilişkiler ve dostluklar internet ortamında kurulabilir. Bireyler internet ortamında herhangi bir risk almadan ve kendilerini daha güvenli bir ortamda hissederek başkalarıyla iletişim kurabilir, duygu ve düşüncelerini daha özgürce ifade edebilirler. Ayrıca diledikleri maskeyi kullanarak yüzleşme, reddedilme ve yargılanma korkusu duymadan özgürce varlıklarını sürdürürler (Döner, 2011, Akt: Özbek, 2017, s.17). Eylemsel bir erişim olsun veya olmasın, internet aracılığıyla bireyler sanal ortamlarda yan yana gelebilmekte, aynı içsel zamanı ve duygulanımları paylaşmak amacıyla bir biz-ilişkisi kurabilmektedirler. İnternetin kullanımı, yakın veya uzak olsun mekânların önemini azaltmış, insanların iletişim güç ve imkânlarını çoğaltmış ve bu kolaylıklar çerçevesinde dünya tam olarak küresel köye dönmüştür (Kılıç, 2016, s. 71). Gündelik hayatın her alanında karşımıza çıkan ve hayatımızın ayrılmaz bir parçası haline gelen internet elbette ki ergen bireylerimizin gelişim dönemlerinde önemli bir faktör olacaktır. Kimlik oluşturma ve karakteristik özellikler edinme çağında olan ergen bireylerimizin içinde bulundukları merak ve keşfetme duygusu, yararlı veya yararsız karşısına

çıkan her şeyi bilmek isteme duygusu, içinde bulundukları yalnızlık duygusu ve dönemleri gereği sahip oldukları bencillik algısı elbette ki onları internet ve sosyal medyayla karşılaştıracak ve böylece internet ergen bireylerimizin hayatlarının bir parçası olacaktır.

“Batılı ülkelerde teknolojik araçların kullanımı son derece yaygın olmakla birlikte son yıllarda bilgisayar ya da internet bağımlılığı, ciddi sorun olarak öne çıkmaktadır. İnternet bağımlıları internete ulaşamadıklarında huzursuz ve aksi davranışlar sergilemekte, ruhsal sorun yaşamakta ve aşırı bir şekilde kendilerinde internete bağlanma ihtiyacı duymakta ve internete bağlandıkları zaman kendilerini rahatlamış hissetmektedirler. Toplumsal bir sorun haline gelen internet bağımlılığı için ergen ve genç erişkinler en büyük risk grubunu oluşturmaktadır. Ülkemizde internet ve bilgisayar kullanımı üzerinde yapılan bir araştırmada 16-24 yaş arasındaki bireylerde internet, bilgisayar ve cep telefonu kullanımının çok yoğun olduğunu söyleyebiliriz. Çok yakın zamanda ergenlerin internet kullanım düzeylerinin 351 ergenin katılımıyla incelendiği bir araştırmada, internet kullanımının en temel gereklilikleri bilgi elde etme, sohbet, eğlence ve sıkıntıdan dolayı boş zaman geçirme, ev ödevi yapma ve diğer aktiviteler olarak belirlenmiş. Aynı araştırmada, erkek ergenlerin %74.29’unun internette oyun oynadığı ortaya çıkmış. Genel olarak ergenlerin interneti %18.20 bilgi almak, %17.5 sohbet etmek, %17.2 can sıkıntısı nedeniyle zaman harcamak, %16.9 eğlence amaçlı, %11.4 oyun amaçlı, %8.8 ödev amaçlı ve %1.3 diğer aktiviteler için kullandıkları ortaya çıkmıştır.” (Çivilidağ, 2013, s. 53-54). Diğer yaş grubundaki kişilere oranla ergen gençlerin interneti kullanma istekleri daha yoğun olmaktadır. Özellikle de ergenlik döneminde kimlik krizleri yaşayan bireyler gerek duygusal iletişim kurmak gerekse de ileriye yönelik planlar yapma ve meslek seçmek amacıyla internete daha fazla ilgili olabilmektedirler. Bu dönemde gergin, stresli ve psikolojik sorunlar yaşayan ergenler internette geçirdikleri sürenin artışına bağlı olarak bağımlılık riskini doğurmaktadır. Bu dönemde beğenilmeme korkusu yaşayan, kötümser duygu ve düşünceler besleyen ve psikolojik ve sosyal kaygılar taşıyan ergen gençlerin kendilerini daha iyi ifade edebildiği ve kabul gördüğü bir ortama yönelmesi kaçınılmazdır (Saygılı, 2002, Akt: Özbek, 2017, s.25). “Üniversite öğrencileri ile internet konusunda yapılan bir odak grup görüşmede öğrenciler interneti kullanma nedenleri olarak farklı amaçları belirtmişlerdir. Bunların arasında sosyal medyaya girmek, dizi izlemek, haberleşmek, bilgi toplamak, gazete okumak, fan sitelerinde dolaşmak gibi nedenler başta gelmektedir. Görüşmeye katılanların bir kısmı ise internetsiz kalmayı ölmeye benzetmiştir. Bu da internetin hayatın dokularına ne denli işlediğini bize göstermektedir. (Özsoy, 2011, 240, Akt: Çakır, 2015; 48) Ki bu nedenledir ki ergenlerin sosyal gelişimini engelleyen en önemli etkenlerden biri bilgisayar, bilgisayar oyunları, internet ve cep telefonu gibi teknolojik araçlardır. Bu araçlar insanlar arasındaki iletişimi hızlandırması, kolaylaştırması için üretilmiş olmalarına karşılık ne yazık ki insanlar arası sosyal ilişkileri sanal boyuta taşımaktadır. Bu durum teknolojinin ilerlediği bilgi ve iletişim çağında asosyal diyebileceğimiz

gençlerin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Genç insanlar, bilişim araçlarıyla sanal ortamda kurdukları ilişkileri yan yana geldiklerinde kuramamakta adeta birbirlerine yabancı davranmakta ve nasıl iletişim kuracaklarını bilemedikleri için iletişime geçememektedirler.” (Çivilidağ, 2013, s. 21).

İnternet ergenler için aralarındaki mesafeler göz önüne alınmaksızın yeni arkadaşlıkların kurulmasına ve sürdürülmesine ve aynı zamanda ergenlerin kendi aralarında rahat bir biçimde iletişim kurmasına imkân sağlamaktadır. İnternet bu yönüyle yüz yüze ilişkilerin pekiştirildiği ve sürdürüldüğü, gerçek yaşamın devamı şeklinde bir sanal ortam olanağı sunmaktadır. Bu nedenle ergenler sanal ortamdaki ilişkilerinde tıpkı gerçek bir ilişkide olduğu gibi zaman içinde bu ilişkilerin güçlendiğini ve bu nedenle bu ilişkilerin sona ermesi durumunda da gerçek bir ilişkinin sona ermesinde olduğu gibi kaygı ve depresyon belirtileri gösterebilirler (Kaygusuz, 2013, s. 76-77). Bunun yanı sıra herhangi bir ruhsal problemi olmayan ergenlerin dahi ‘Chat odalarında’ saatlerce zaman harcamaları, internetteki bazı olumsuz içerikli sayfalarında (porno siteleri, çevrimiçi alışveriş siteleri, şans ve bilgisayar oyunları) kontrolsüz ve gereksiz süre kullanmaları, bir süre sonra onları internete bağımlı birer birey haline getirmekte ve onların bazı ruhsal problemler yaşamalarına neden olabilmektedir (Young, 1996: Akt: Doğan, 2013; s. 5). İçinde bulunduğumuz çağda ergen olarak tanımladığımız grubun internetle doğup büyüdüğünü söylemek yerinde bir tespit olmaktadır. Çünkü çağın genel özelliği olan internetle kuşatılmışlık bu durumu açıklar nitelikte olmaktadır. Bu nedenle ergenlerin diğer tüm gelişim dönemlerinden daha fazla internetle tanışık olmaları beklenen bir durumdur ve bu durum beraberinde avantajlarla birlikte dezavantajları ve riskleri getirmektedir. Bu nedenle ergenlerin sosyal, cinsel ve kimlik gelişimlerinde internetin rolü olumlu ve olumsuz yönleriyle ele alınmalı, internetin bilinçli kullanıldığı durumlarda ergen gelişimi için sunduğu fırsatlar ve kötüye kullanım durumunda ise ergen hayatına birçok risk taşıyabildiği göz önüne alınmalıdır (Kaygusuz, 2013, s. 87). Yaşadığımız çağın bir gereği olarak internetin tüm yaşam alanlarımıza girişi ve tüm ilişkilerimizde önemli roller oynaması bizi adeta internete bağımlı birer birey olmaya itmektedir. Yetişkinler tarafından biraz daha fazla kontrol altında tutulabilen internet, maalesef ki ergenler için pek mümkün olmamaktadır. Yeni bir kimlik kazanma sürecinde olan, aile, arkadaş ve çevresinden daha çok etkilenme ve model alma döneminde olan ergen bireyler döneminde getirdiği hızlı fiziksel ve psikolojik değişimlere bağlı olarak çok fazla duygu ve kişilik değişimi yaşamaktadır. Bu değişim sürecinde doğru ve yanlışın pek farkında olmayan ergenler etrafındaki gerek bireyler gerekse de nesnelere gereğinden fazla bağımlılık göstermektedirler. Bu bağımlılık sürecinde hiç şüphesiz ki internet çok önemli bir rol oynamaktadır. Bu nedenle yapacağımız bu çalışma, internetin ergenler üzerindeki olumlu ve

olumsuz etkileri ve ergenlerin bazı psikososyal özellikleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik olacaktır.

1.3.Sosyal Medya

Hızlı bir şekilde gelişim gösteren teknoloji ve internetin gerek kullanım hızı gerekse de kullanım alanı bakımından giderek yaygınlık göstermesi, hem sosyal alanlarda hem de iş hayatında eski tür alışkanlıkların, düşüncelerin ve yaşayış biçimlerinin birçoğunu değiştirmiş ve bu değişiklikler fikir dünyamıza birçok yeni terimlerin girmesine de olanak tanımıştır. Bu terimlerden biri de şüphesiz ki sosyal medyadır (Bulunmaz, 2011, 3; Akt: Dağıtmaç, 2015, s.33). Sosyal medya, çağımızın diğer bir teknolojik buluşu olup bilgi paylaşımının yapıldığı bir dijital platformdur. Klasik medyaya farklı bir boyut kazandırmıştır. Sosyal medya kullanıcı tabanlı olmasının yanında kitleleri ve insanları bir araya getirmesi ve aralarındaki etkileşimi arttırması bakımından önemli bir platformdur. Ayrıca paylaşım, çoklu kullanım ve sürekli güncellenebilmesi gibi özelliklere sahip olan sosyal medya her geçen gün kullanıcı sayısını artırmaktadır (Muftafa, 2018, s. 7). Sosyal medya, bireylerin topluluklar kurmalarına veya yaşadıkları topluluklara aktif katılımlarını sağlayan ortak kullanım alanına sahip sosyal araçlardır. Aynı zamanda bireylerin diğer bireyleri veya grupları etkilemek amacıyla herhangi bir düşünceyi veya görseli paylaşabildikleri ve son derece yaygın bir kullanıma sahip ve erişilebilir iletişim teknolojileri veya teknikleridir diyebiliriz. Diğer bir tanıma göre ise, sosyal medya insanları birer içerik okuyucusundan içerik yayımcısına dönüştürecek olan bilginin demokratikleşmiş halidir (Bekaroğlu, 2011, s.49; Akt: Dağıtmaç, 2015, s. 33). Web 2.0 teknolojisinin etkileşime imkân veren yapısı dolayından ortaya çıkan ve kullanıcılara birer üreten tüketici özelliğini vererek internet kullanımına farklı bir bakış açısı getiren sosyal medya, en sade haliyle "insanların internet ortamında çevrimiçi (online) profil oluşturdıkları, ilgi duydukları şeyleri paylaştıkları, yazdıkları, arkadaşları ve yabancılar ile bağlantı kurdukları platformlardır diyebiliriz (Özen, 2012: 18,Akt: Koç, 2017, s.21). Bu durum aynı zamanda bireyleri pasif bir konumdan aktif bir konuma getirmektedir. İnternetin 1989 yılında Tim Berners Lee tarafından İsviçre’de Cern laboratuvarlarında icat edilmesiyle başlayan süreç 1990 yılından sonra önemli bir hız kazandı ve önemli bir yaygınlık kazandığı 90’lı yıllardan günümüze kadar internetle ilgili birçok teknolojik gelişim ve değişim meydana geldi. *“İnternetin toplumlara kazandırdığı büyük devrim “World Wide Web” (www) olmuştur. Kullanıcılar ilk olarak Web 1.0 dönemini yaşadı. Web 1.0 ilk defa 1989 yılının Mart ayında yüksek enerji fiziği temasında araştırmalar yürüten kişilerarası, etkili ve basit bir haberleşme platformu olarak geliştirilmiştir. O zamanlarda kullanıcılar yalnızca verilen bilgiyi alan bireyler konumundaydı.*

Kullanıcılar ile web siteleri arasında tek taraflı bir iletişim vardı ve web sitelerin içeriği sadece web sunucuları tarafından kontrol ediliyordu. Kullanıcılar yalnızca sınırlı sayıda web sitelerinden aktarılan içeriği okuyabiliyor ve program ve ya dosya indirmek için web sitelerini kullanabiliyordu. Web 1.0 döneminde kullanıcılar ile web sayfaları arasında bir etkileşim söz konusu değildi. Web 2.0 kavramını ilk kez Darcy DiNucci “Parçalanmış Gelecek” isimli makalede kullanmıştır. Kullanıcıların internet ortamında karşılıklı olarak bilgi, veri ve içerik paylaşımı yapabildikleri, sosyal ağlarda ve sanal arkadaşlık ve dostluklar kurabildikleri bireysel etkileşime olanak tanıyan uygulamaları içeren yeni nesil web teknolojisi olan Web 2.0, kullanıcılara sosyal paylaşım ağları, bloglar, sanal kütüphaneler ve podcastler gibi hizmet ve uygulamalar sunmaktadır. Web 3.0 ise internette birbirinden bağlantısız bir şekilde bulunan milyonlarca veriyi bütünleştirmektedir. Üçüncü kuşak internet ağı olarak nitelendirilen Web 3.0’da ise web sayfaları yalnızca sayfa olarak değil sayfa içerisinde bulunan kelime ve cümleler olarak farklı bir mana ve boyut kazanmıştır. Ayrıca Web 3.0 teknolojisi, web siteleri üzerinden bilgi çıkarımında bulunan, kişiye özgü ve daha etkileyici sonuçlar veren içerik tabanlı arama motorları ve bireyse farklılıkların veya özelliklerin web siteleri üzerinden bir araya getirilen bilgilerin değerlendirilmesine dayanan önemli bir alandır.” (Yeniçiktı, 2016, s.82-87, Akt: Kartal, 2018, s. 97).

İnternet hayatımıza birçok yenilik kattığı gibi ayrıca birçok değişikliğe de neden olmuştur. Etkileşim ve iletişim şekillerimizin yeni bir yüzü olan sosyal medya bu değişikliklerin başlangıcı olmuştur. İlk başlarda sadece sabit ve ulaşılabilir web sitelerinin kullanabildiği sosyal medya, daha sonralarda herkesin aktif kullanımını sağlamasıyla interneti kamusal bir alan haline dönüştürmüştür. Bu durumda bireyler artık sadece alıcı konumunda değil aynı zamanda da birer kaynak görevi de üstlenmektedirler. Geleneksel medyanın aksine içerikler bireyler tarafından kendi ilgi ve ihtiyaçları çerçevesinde oluşturulmaya başlanmıştır (Topaçan, 2016, s.14; Akt: Kartal, 2018, s.98). “Sosyal medya toplumsal bir Rönesans’ı, gelişen kültür ve yaşam tarzları tarafından desteklenen benzersiz, canlı bir ekosistemi temsil etmektedir. Sosyal medya, medyanın sosyalleştiği bir platformdur, çevrimiçi konuşmaların, etkileşimlerin gerçekleştirildiği bir araçtır. Arkadaşlar, akranlar ve etkin kişilikler arasındaki bağlantıdır, işbirliğidir, etkileme işlevinin yeniden dağılım sürecidir, kişileri, izleyicileri ve onları bir araya getiren öykülerin insancıl hale gelmesinin ilanıdır, sevecenliktir, kelimelerdir, resimlerdir, videodur, sestir ve tabii ki tecrübe, gözlem, görüş, haber ve anlayıştır, bir fırsat ve ayrıcalıktır. Sosyal medya insanları içerik tüketen durumdan, içerik yayımlayan hale getiren, bilginin demokratikleşme sürecidir. Yayıncılık süreçlerindeki, bir kaynaktan birçok izleyiciye modelini, çok kaynaktan çok izleyiciye şeklinde değiştiren süreçtir”(Canan, A. S. 2013, 12; Akt: Mustafa, 2018, s.9). “Web 2.0, sosyal medyanın teknolojik ve ideolojik temellerini temsil ederken, Kullanıcılar Tarafından Oluşturulan İçerik ise bireylerin bu ortamları kullanma yollarının toplamı olarak görülmektedir. 2005 yılında

büyük bir popülerliğe ulaşan bu kavram genellikle kamuya açık ve son kullanıcılar tarafından oluşturulup dağıtılan çeşitli formlardaki medya içeriğini tanımlamaktadır. Bu iki önemli kavram kapsamında, Sosyal medya, Web 2.0'ın teknolojik ve ideolojik temelleri üzerine inşa edilen kullanıcıların içerik oluşturmalarını ve oluşturdıkları içeriği paylaşabilmesini sağlayan internet tabanlı uygulamalar olarak tanımlanmaktadır (Kartal, 2018, s. 98). Bir başka deyişle sosyal medya son sürüm web uygulamalarının oluşturduğu kullanıcı kolaylığı ve haberleşme–iletişim hızıyla meydana gelen bildirim-geribildirimlerin yapılabildiği dijital bir platform olarak adlandırılır. Sosyal medya, teknolojiyi, sosyal girişimciliği kelimelerle, resim ve videolarla birleştiren bir üst yapıdır (Avcı, 2015, s.32; Akt: Kartal, 2018, s.98). “Sosyal medya uygulamaları tüm kullanıcılarına eşit mesafede durup, eşit şekilde yaklaşmaktadır. Kullanıcıların birbirlerine karşı üstünlüğünün olmaması, bir rektör ile o okulda çalışan hizmetlinin ya da evinden o platformda bulunan 10 yaşında çocuğu tamamen aynı koşullarda buluşturmaktadır. 10 yaşındaki çocuk, fakülte dekanının çok önemli bir projesi veya gönderisini kendi düşüncelerine göre yorum yapabilmekte, paylaşımda bulunabilmekte ya da engelleyebilmektedir. Sosyal medya sitelerinde kişiler arasındaki yaş, cinsiyet, eğitim, sosyal statü vb. bir farklılık olmamaktadır. Bir kullanıcı diğer kullanıcıdan daha ayrıcalıklı konuma koyulmamaktadır. İnternet siteleri için tüm kullanıcılar veridir ve bu veriler eşittir (Altunay, 2015:424; Akt: Kaplan, 2019, s.10). Sosyal medyanın hayatımızın önemli bir parçası haline gelmesiyle birlikte bilim camiasının bu konu üzerindeki ilgileri gün geçtikçe artmakta ve farklı sosyal teoriler açısından bu konu ele alınmaktadır. Timisi, sosyal medyanın hayatımıza girişini şu şekilde anlatmaktadır: “İnternet ve sosyal medya, insan-makine etkileşiminin ötesinde insan-insana iletişimine olanak veren yapısıyla toplumsal ilişkilerimizi yatay, dikey, çok yönlü bir çeşitliliğe taşıdı, zaman ve mekân sınırlarımızı aşmamıza, benliğimizi/aidiyetimizi yeniden kurmamıza olanak yarattı. Dijital ön eki ile konuştuğumuz, kimileri eskiden var olan, kimlikleri yeni ortaya çıkan kavramlar yalnızca teknik yeniliklerin ve uygulamaların adları olmanın ötesinde kişisel ve kamusal yaşamlarımız sürdürmemize imkân veren bir deneyim alanı ortaya çıkardı. Toplumsalın tam da bu yeni uzamı içerisinde sanal ortamlarda, başkalarıyla eğlenebilir, tartışabilir, sorunlarımızı ifade edebilir, oyun oynayabilir, alışveriş yapabilir ve hatta âşık olabilir, arkadaşlar edinip arkadaşları kaybedebiliriz.”(Timisi, 2016, s.8; Akt: Kartal, 2018, s.100). Bu deneyim alanları giderek sosyal yaşamlarımızın ayrılmaz bir parçası haline aldı. Hayatımızın her alanına etki eden sosyal medya ayrıca bireylerin toplumsallaşma sürecinde de önemli bir etkiye sahiptir. Kullanıcılar bireysel olarak ürettikleri içerikleri sosyal medya platformlarında paylaşırken aynı zamanda diğer kullanıcıların paylaştıkları içeriklere ulaşarak da üretilen tüm bu iletilerin toplumsallaşma sürecinde önemli bir rol oynarlar. Bu bağlamda Binark (2007: 23) yeni medya olanaklarının bir yandan kullanıcıları bireyselleştirirken aynı zamanda da sanal uzamda toplumsallaştırdığını savunmaktadır (Hellman, 2001, s. 34). Bu durumda göstermektedir ki

sosyal medya hayatımıza tek yönlü bir etki yaratmaktan ziyade çok yönlü etkiler bırakmaktadır. Hatta hayatımızın her yönüne farklı düzeyde dokunuşlar yaptığını da dile getirebiliriz.

“Fuchs, Durkheim, Weber, Marx ve Tönnies’in sosyallik kavramlarını kullanarak web’i ve sosyal medyayı açıklamaya çalışmıştır. Web’i gelişimine sosyolojik açıdan; Durkheim’in sosyal olgu modeli, Weber’in sosyal eylemler/ilişkiler modeli ve Marx ve Tönnies’in İşbirliği modeli temel alarak bir çerçeve oturtmaktadır. Sosyolojik açıdan web’in bilginin biliş, iletişim ve ortaklaşmanın üçlü dinamik sürecini kapsadığı varsayılmaktadır. Biliş, iletişim için gerekli olan ön zorunluluk ve işbirliğinin ortaya çıkması için ön koşuldur. Biliş tek bir bireyin bilgi süreçlerini kapsamaktadır. Biliş süreci Durkheim’e göre sosyal bir davranıştır. Çünkü toplumdaki insan varlığı ve dolayısıyla sosyal ilişkiler insan bilgisini şekillendirir. Weber’e göre, insanlar sadece diğer insanlarla sosyal ilişkiler içine girerek var olabilirler. Onlar bu ilişkilerde sembollerini takas ederler, iletişim kurarlar. Bu seviye ise Weber’in sosyal ilişkiler kavramının karşılığıdır. Marx ve Tönnies ise iletişimin bireysel olmadığını, zamanda ve mekânda da sürekli olduğunu söylemektedir. Bu gibi durumlarda iletişimin ortaklaşması yeni nitelikli paylaşımların üretilmesi, yeni sosyal sistemler ya da bir arada duygusuna sahip, yeni topluluklar oluşturma potansiyelini doğurur. Bu da ortak emeğin ve toplumun düzeyini gösterir (Fuchs, 2016:64, Akt: Güçdemir, 2017, s.16). Web 1.0, web aracılı biliş üzerine kuruludur. Bireyler sosyal ağ üzerinden her türlü veriye ulaşabilirler. Web 2.0 ise web aracılı biliş yanında iletişim üzerine kuruludur. İnsanlar, bilgisayar ve bilgisayar ağlarından yararlanarak depolanan iletilere ulaşmakta, bunları yaymakta ve birbirleriyle iletişime geçmektedir. Fuchs, web 1.0’ı sosyolojik açıdan Durkheim’e yakın görmektedir. Çünkü Durkheim’e göre biliş tek bir bireyin sosyal gerçekliğin devamlı olarak düzenlenmiş ve nesnelleştirilmiş bir sosyal düzen olduğunu söyler. Bu düzenin sosyal davranış olduğunu belirtir. İnsanlar ancak böyle sosyalleşebilmektedir. İşte bu noktada, bilgisayarlar ve web sosyaldır. Çünkü onlar insan ilgisini, anlayışını, hedeflerini ve içgüdülerini nesnelleştiren; toplumda kesin işlevleri olan ve sosyal davranışı etkileyen yapılardır. Web 2.0 ise, iletişimsel yanı sıra kolektif toplumsal rolleri gerçekleştiren yani Weber’ci anlamda sosyal, topluluk oluşturma karşılıklı sembolik etkileşim ile sağlanan iletişimi dile getirir. Web 3.0 ise Tönnies ve Marx’a göre sosyal sistemler olarak topluluklar; birliktelik, karşılıklık, bağlılık ve değer duygularını merkez alırlar (Güçdemir, 2017, s. 10-12). Teknolojik gelişmelerin birbirini takip eden yenilikleri ve bu yeniliklerin bireylerin hayatlarında bıraktıkları etkiler her geçen gün artmaktadır. Toplumsal koşullar ve teknolojik gelişmeler birbirinden bağımsız düşünülemez. Karşılıklı etkileşim içinde olan bu iki yapı bir yandan birey hayatından etkilenirken diğer yandan birey hayatını etkilemektedir.

1.3.1. Sosyal Medya Araçları

Web 1.0 internetin ilk dönemi için kullanılmakta ve Web 1.0 zamanında bir içerik yayınlayınca bir de içerik okuyucusu bulunmaktaydı. Web 1.0 da kullanıcılar pasif ve tüketici konumundayken, web 2.0 dönemi ile birlikte kullanıcılar birer içerik yayıncısına dönüşmüş ve oluşturdukları içerikleri paylaşmaya, yorumlamaya başlamışlardır. Web 2.0’de kullanıcılar tüketici kimliğinden birer üretici ve aktif bir kimliğe dönüşmüşlerdir. Web 2.0 ile birlikte kullanıcılar aynı anda birden fazla kişi ile iletişime geçebilmekte ve web 2.0 ile ortaya çıkan sosyal medya araçları ile birden fazla uygulama gerçekleştirebilmektedir. Bunlar; Google, Facebook, Twitter, Instagram, Skype, Wikipedia gibi araçlardır (Güçdemir, 2017, s. 7).

Sosyal ağ sitelerinin en bilineni ve en yaygın kullanılanı 2004 senesinde Harvard Üniversitesi öğrencisi Mark Zuckerberg tarafından kurulan Facebook’tur. Facebook’un ilk kurulduğu yıllarda sadece Harvard Üniversitesinin öğrencileri tarafından kullanılmaktaydı. Bunu takip eden bir sonraki süreçlerde Facebook diğer üniversitelerde de yaygınlık kazanmıştır. 2005 yılına geldiğimizde Facebook lise öğrencileri ve iş adamlarını kendi bünyesine dâhil etmiş ve zamanla herkesin kullanımına açık hale gelerek daha yaygın bir kullanım alanına sahip olmaya başlamıştır. Facebook’u diğer sosyal medya sitelerinden ayıran birçok özellik vardır. Bunlardan biri, kullanıcıların kendi profillerini özelleştirebilmelerine yönelik uygulamalarıdır. Facebook’ta Kullanıcılar; il, işyeri, okul ya da bölge tarafından düzenlenen birden fazla ağa katılabilir ve bu ağla, bulunduğu ağın diğer üyeleri ile iletişim kurmaları olasıdır. Kullanıcılar yaş, cinsiyet, fotoğraf, eğitim durumu, vb. kişisel bilgilerini kullanarak profil oluşturabilmekte ve bu profilleri diğerlerine sunabilmektedir. Facebook’u diğer sosyal medya sitelerinden ayıran bir diğer özellik, gerek geleneksel medyada önemli bir yer alması, gerekse de uygulama alanını devamlı genişletip geliştirmesidir (Koçak, 2012, s.40; Akt: Kartal, 2018, s. 103-104). Geleneksel medya özelliği taşıma, Facebook kullanımına kolaylıklar sağlamış ve bu durumda Facebook’un kullanım alanlarının diğer medya türlerine oranla daha geniş kapsamlı olmasına ve katılım sayısının da daha fazla olmasına olanak tanımıştır.

“Jack Dorsey tarafından temelleri atılan Twitter, 140 karakterlik metinler yazmaya, ses, görüntü ve veri paylaşmaya olanak sağlayan, kullanıcıların birbirine karşılıklı olarak mesaj gönderebildikleri, duygu ve düşüncelerini takipçileriyle paylaşabildikleri bir alandır.” (Yeniçifti, 2016, s.94). Twitter, sosyal medya sitelerinin ve blogların özelliklerine birkaç önemli farklılık dâhil ederek bir araya getirebilme özelliğine sahip bir ağıdır. Profiller sosyal medya sitelerine

benzer şekilde bir ağ aracılığıyla birbirlerine bağlanabilmektedir ama bu bağlantılar dolaylı değil doğrudandır. Kullanıcılar isteğe bağlı olarak kimin güncellemelerini ve paylaşımlarını almak istiyorsa yalnızca onların “takipçisi” olacak şekilde bağlantı kurup, tweetlerini görebilirler, ama karşılıklı takipçi olma durumu zorunlu değildir. Yani birinin sizi takip etmesine izin verebildiğiniz halde sizin onu takip etme gibi bir zorunluluğunuz yoktur. Kullanıcıların twitterleri ters kronolojik sırayla görüntülenmektedir. Ayrıca kullanıcılar, kendi tweetlerinin kim tarafından görülebileceğini de kendileri belirleyebilmektedir. Twitterin yaygınlık alanı Facebook kadar geniş olmasa da ona yakın bir oranda bireylerin hayatında yer edinmektedir. Twitterin bireylere en çok kazandırdığı şey hiç şüphesiz ki gündemden anında haberdar olabilmekte ve gündemi takip ederek gerek yakın çevresinin, gerek ülkesinin gerekse de dünya gündeminin belirlenmesinde fikirleriyle pay alabilmektedir.

İçerik paylaşım sitesi denildiğinde akla ilk gelen Youtube; Steve Chen, Chad Hurley ve Jawed Karim tarafından 2005’in Şubat’ında kurulmuş olup, çevrimiçi arkadaşlık sitesinin video versiyonunu temsil etmektedir. (Sepetci, 2017, s.42) Youtube, kullanıcıların yüksek bir teknik bilgi gerekmesizin video yükleyip, yayınlayıp ve görüntüleyebildikleri basit bir site olduğu için icadından 15 ay sonra günde yaklaşık 100 milyon video paylaşılmıştır. Ayrıca bu sitede belli bir video yükleme sınırı olmadığı gibi diğerleri ile arkadaşlık kurmak için de temel bazı topluluk işlevlerini bulundurmaktadır. Dahası videoların diğer web sitelerine gömülü olarak verilebilmesine de imkân tanımaktadır (Koçak, 2012, s.56-57, Akt: Kartal, 2018, s.104-106).

Kevin Systrom ve Mike Krieger tarafından Ekim 2010’da kurulan bir diğer önemli içerik paylaşım sitesi ise Instagram’dır. Bir fotoğraf paylaşım ağı olan Instagram, sosyal ağlara yeni bir boyut getirdi. Instagram kullanıcıların fotoğraf ve kısa videolar çekip bunlar üzerinde dijital düzeltmeler yaparak bunları diğerleriyle paylaşımını sağlayan önemli bir içerik paylaşım sitesidir. Ayrıca 'Direct' denilen mesajlaşma özelliğiyle kullanıcıların özel sohbetler kurabilmesine olanak vermektedir. Beğeni, yorum ve etiket özelliklerinin bulunduğu bu siteye son olarak hikâye bölümü dâhil edilmiştir (Kartal, 2018, s. 106). Bu özelliklerin bir arada bulunmasıyla birlikte Instagram kullanıcı sayıları da bununla eşdeğer olarak artmakta ve günümüzün fenomen sitesi haline gelmektedir. İnsan psikolojisini etkileyen birçok etkenin bu sitede bulunması bireylerin bu siteye girdikten sonra çıkmak istememesine ve onu kullanmaya aşırı oranda gereksinim duymasına neden olmaktadır.

Bir günlük biçiminde sunulan diğer bir web sitesi bloglardır. Blog çevrimiçi günlükler olarak bilinmekte ve genellikle yazarların internet üzerinden anlık yayın yapmalarına imkân veren, kolay bir şekilde oluşturulabilen ve güncellenebilen web sitesidir. Bloglar bireylerin kendi özel düşüncelerini, hayatlarını ve istedikleri her şeyi paylaşabildikleri özel sayfalarıdır. Bir köşe yazarının gazeteye yazdığı gibi güncel konular hakkında yazılar yazabilir ya da bir günlük gibi düşüncelerini duygularını bloglarda paylaşabilmektedirler. *“Bloglar, topluluk oluşumunu, fikirlerin yayılımını, bir sohbete dâhil olmayı, geribildirim istemeyi ve web'te bulunabilmeyi kolaylıkla mümkün kılacak çok çeşitli özelliklere sahip olmalarıyla ve kullanım kolaylığı gibi nedenlerle oldukça güçlü araçlardır.”* (Koçak, 2012, s.42: Akt: Kartal, 2018, s.104).

Yeni Medyanın sunduğu yeni fırsatlarla bireysel ve toplumsal hayatta yaşanan değişim ve dönüşüm yadsınmayacak ölçüde önemlidir. Ama bunun yanı sıra yeni medya araçlarının birey ve toplum yaşamını olumlu ya da olumsuz, ne dereceye kadar ve nasıl etkilediğinin sonuçları daha tam olarak bilinmemektedir. Bu anlamda farklı disiplinler tarafında yeni medya araçlarına yönelik bazı çalışmalar yapılmış ve yapılmaya devam etmektedir (Babacan, 2015, s. 49). Birçok sosyal paylaşım içeriğini ele aldığımız bu bölüm, özellikle de bu paylaşım sitelerinin sahip oldukları özellikler ve bu özelliklerin bireylerde yarattıkları psikolojik etkileri belirlemeye yöneliktir. Her sosyal paylaşım sitesi bir diğerinden farklı olarak sahip olduğu özellik bireylerin katılım oranlarını ve bağımlılık oranlarını etkilemektedir.

1.3.2. Sosyal Medya Kullanım Amaçları

Sosyal medya, fikir, düşünce ve mesaj üretiminin ve yönlendirilmesinin yapıldığı ve genellikle kullanıcıya bağlı ve karşılıklı iletişime dayalı yeni bir mecra olarak ortaya çıkmaktadır. İnsanların özgürce görüşlerini dile getirdikleri ve kendilerini özgür bir şekilde ifade ettikleri bu yeni dijital medya dünyası ayrıca kişisel, kurumsal ve toplumsal gibi birçok farklı amaçlarla da kullanılmaktadır. Kullanım alan ve imkânlarının geniş olması aynı zamanda sosyal medya kullanıcı sayısını da her geçen gün artırmaktadır. Sosyal medya ile birlikte bütün internet kullanıcıları birer içerik üreticisi haline gelmiş ve daha sonra 2004 yılında O'Reilly Medya tarafından bulunan Web 2.0 tabanlı uygulamalar ile daha yaygınlık kazanmış ve ücretsiz hale gelmiştir (Güçdemir, 2017, s. 1).

Sosyal medya kullanıcılarındaki ve bireylerin bu ağlara olan bağımlılıklarındaki artışlar bizleri bu ağları kullanma amaç ve nedenlerini araştırmaya yönlendirmektedir. Sosyal medya araçlarını kullanmadaki en başat amaç hiç kuşkusuz mevcut arkadaş ve akrabalarla

iletişime geçmek ve var olan iletişimi sürdürme isteğidir. Sadece ülkemizde değil, dünyanın birçok yerinde sosyal paylaşım ağlarının birçoğunda kullanıcılar yeni insanlarla karşılaşma ve iletişime geçmekten ziyade, daha çok mevcut arkadaşları ve tanıdıkları ile de iletişime geçmek istemektedir (Boyd ve Ellison, 2007; Akt: Babacan, 2015, s.78). Sosyal medyanın diğer bir önemli kullanma amacı kişilerin yalnızlıklarını paylaşabilecekleri ya da normal hayatta sosyalleşme adına yaptıklarını ya da yapamadıklarını sanal ortama taşıyarak kendisine yeni bir sosyal çevre kurabilmektir. Sanal ortamda sosyalleşme adı altında yürütülen birçok etkinliğin kişinin sosyalleşmelerine çok fazla katkı sağlamasa da, sosyal medya bireylerin hali hazırda bulunan sosyal ilişkilerini sanal mecralara taşıyarak o kişilerin sosyalleşme süreçlerini genişletmektedir. Bu süreçle birlikte yüz yüze iletişimin yerini bu ağlar almaya başlamış diyebiliriz. Aslında bireyler normal hayatta ne yapıyorlarsa yine aynı şeyleri yapmaktadır ama sadece bir farkla; sanal bir ortamda ve sanal araçlarla. Yani bir nevi sohbet etmek için yüz yüze iletişimin yerine anlık ileti uygulamasını seçmektedir. Okey oynamak için kırıathaneye değil, bilgisayarın başına geçmekte, karşılıklı içki içmek istedikleri için bara gitmeyip birbirlerine rakı, bira vb. simgeleri göndermektedir. Bunlar göz önünde bulundurularak söylenebilir ki; gündelik yaşam kısmen sanallaşmıştır (Toprak vd. 2009, 159; Akt: Babacan, 2015, 80). Sosyal medyayı kullanmanın bir diğer önemli amacı, kişilerin duygu, düşünce ve tepkilerini özgür şekilde ve hiç kimsenin önyargısına maruz kalmadan diğerlerine ulaştırabilme imkânına sahip olmalarıdır. Bu açıdan bakarsak, modern demokrasilerin en önemli unsuru olan aktif katılım, sosyal medya tarafından sağlanmakta ve sosyal medya kullanıcıların düşünce ve tepkilerini kolay bir şekilde dile getirebildikleri bir mecra olarak kullanılabilmektedir (Babacan, 2015, s. 81)

“Küresel bir ağ sistemi haline gelen internet ve onun bir sonucu olan sosyal medya, kullanıcılara zaman ve mekân sınırlaması tanımaksızın dünyanın herhangi bir yerinden erişilebilme imkânı tanır. Bununla beraber kullanıcılar her türlü olayı, fikri ve sosyal hareketliliği sosyal medya platformları sayesinde küresel bir şekilde paylaşma ve tartışma olanağına sahiptir. Özellikle toplumsal olayların ve hareketliliğin sosyal medya platformlarına taşınabilmesi, bu hareketliliklerin organize edilmesi ve örgütlenmesi aşamasında önemli katkılar sağlamaktadır. Bu noktada Arap Baharı şeklinde kavramsallaştırılan Kuzey Afrika'daki devrimlerin sosyal medya platformları üzerinden organize edilmesi çarpıcı örnek teşkil etmektedir. Nitekim bu bölgede gerçekleşen devrimler sırasında ülke liderleri internet ve sosyal medyayı yasaklama girişiminde bulunmuşsa da bu çaba sonuçsuz kalmış ve sosyal medya üzerinden organize olan halkın yaklaşık yarım asırlık dikta yönetimlerine karşı eylemleri başarıya ulaşabilmiştir. Öyle ki Washington Üniversitesi'nde yapılan bir araştırmada Arap Baharı sürecinde özellikle Mısır ve Tunus'taki özgürlük ve demokrasi odaklı

mesajlar ve atılan üç milyondan fazla tweet filtrelenerek, incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda ise siyasi isyanların oluşumunda ve başarıya ulaşmasında sosyal medyanın kritik bir işleve sahip olduğu yargısına varılmıştır.” (Korkmaz, 2012: 2152; Akt: Koç, 2017, s.35). Sosyal medya, ilk dönemlerde belli başlı amaçlar için kullanılsa da bunu takip eden sonraki dönemlerde farklı birçok amaca öncelik etmeye başlamıştır. Bu durum sosyal medyanın bireylerin iradeleri, kontrolleri dışında gelişme göstermeye başladığını ve hatta bireylerin düşünce, davranış ve duygularını yönlendirmeye başladığını görebilmekteyiz. Sosyal medya, kontrolümüz altında olan bir alandan bizi kontrolü altına alan bir alana dönüşmektedir.

1.3.3. Sosyal Medya Bağımlılığı

Günümüzün en önemli ve en çok kullanılan iletişim araçlarından birisi olan sosyal medya aynı zamanda internetin en gözde uygulaması olarak yerini almaktadır. İnternetin kullanım sıklığına bağlı olarak sosyal medyaya girilme oranı da yükselmektedir ve buna bağlı olarak yakın gelecekte internet kullanımının büyük bir kısmının sosyal medya tarafından sağlanacağı düşünülmektedir. Sosyal medya artık sadece iletişimi sağlamakla kalmamakta aynı zamanda oyun, bilgi edinme, sörf yapma, boş zamanı değerlendirme gibi birçok konuyu da kullanarak, bireylerin neredeyse her konuda ihtiyacını karşılamaktadır (Hazar, 2011, s.32; Akt: Dağıtmaç, 2015, s. 35). *“Bireysel ve kültürel kodlar doğrultusunda kullanım pratikleri değişen yeni medya araçları, farklı psikolojik gerekçelerle kullanılabilir. Yeni medya araçlarını kullanan bireyler yaşadığı bireysel, ailevi, toplumsal veya kültürel birçok nedenle bu araçları kullanmaktadırlar. Bireylerin psikolojik farklılıklarına ve ihtiyaçlarına göre sosyal medya kullanım pratiği geliştirmeleri, tersinden sosyal medya araçlarını besleyen ve büyüten bir unsur olmaktadır. İnternet ve sosyal medya kullanımı bireyin psikolojisi üzerinde kimi zaman olumlu, kimi zaman olumsuz sonuçlar doğurmaktadır. Ayrıca birey duygusal boşluğunu giderme gibi olumlu bir psikolojik içerikle veya pornografi, şovenizm gibi olumsuz içeriklerle kullanım pratiği geliştirebilmektedir. Sonuç olarak bütün bu kullanım pratikleri bireyin psikolojik bir yönünü tatmin etmekte, sosyal medya araçları da bireyin söz konusu psikolojik ihtiyaçları üzerinden sürekli üretilmekte ve ağını genişletmektedir* (Babacan, 2015, s. 68). Günümüzde artık hemen herkes sosyal medyada gerek paylaşımlarda bulunarak gerek de iletişim bağlarını güçlendirerek sosyal medyanın aktif birer kullanıcısı olmakta ve sanal bir veya birden fazla siteye üye olarak bu mecraya dâhil olmaktadır. Dolayısıyla bu yeni mecraanın her geçen gün artan kullanım sıklığı onu bir yandan güçlendirip geliştirirken aynı zamanda kişi ve toplumun hayat tarzını da değişim ve dönüşüme uğratmaktadır. Bu açıdan bir döngü şeklinde kişi ve toplumun değişen yaşam biçimi yeni medya araçlarını güçlendirmekte ve güçlenen bu medya araçları da toplumu etkilemektedir. Hiç kuşkusuz tarih boyunca kullanılan diğer birçok iletişim araçlarında olduğu gibi, yeni

medya araçları da toplumsal gerçeklerden bağımsız değildir ve bu araçlara olan gereksinim farklı dönemlerde farklı niteliklere bağlı olarak değişmektedir. Sosyal medya da bu yeni medya araçlarından biri olarak belli bir toplumsal yapı koşulunda ve belli bir zaman diliminde icat edilmiş ve bu toplumsal yapı içerisinde işlev görmeye de devam etmektedir (Törenli, 2005; 8, Akt: Babacan, 2015, s.55).

Bireyler, gerek davranışta bulunurken ve gerekse de kendilerini anlama sürecinde genellikle medyadan edindikleri bilginin etkisindedirler. Günümüzün gelişmiş toplumlarında sorunların formüle edilmesinde, çözüm yollarının bulunmasında ve bireylerin duygu ve düşüncelerini davranışa dökmesinde medyanın bilgilendirme işlevi yadsınamaz bir gerçektir. Medya ve kişiler arasında kurulan ilişki şekilleri, dönemin tarihsel, toplumsal ve siyasal koşullarına bağlı olarak farklılıklar göstermektedir (İnal, 1996:64; Akt: Tiryaki, 2015, s. 80). Medyanın oluşturduğu bağlantılar göz önünde bulundurulduğunda insanların oluşturduğu kalıplardan bağımsız olmadıkları görülmektedir. Sosyal gerçeklikler, günümüz toplumlarında genel olarak medya tarafından inşa edilmekle birlikte bu medya toplumsal yapıyı ve bu toplumsal yapının alt dallarını oluşturan kurumlarla, organizasyonlarla ve bireylerle ilişki halindedir. Bu ilişkiler aynı zamanda medya ile ilgili bağımlılıkların temelini oluşturur (Tiryaki, 2015, s. 83). *“Medya Bağımlılığı Teorisi, DeFleur ve Ball-Rokeach tarafından geliştirilen, kitle iletişimin niçin kimi zaman çok güçlü ve dolaylı, kimi zamanda dolaylı ve oldukça zayıf etkide bulunduğunu yanıtlamaya çalışan ve iletişim araçlarına bağımlılık kuramı olarak adlandırılan bir yaklaşımdır. Bu yaklaşıma göre kitle iletişim araçlarının, toplumda çok önemli olduğu, öyle ki belli toplumsal işlevler için insanların iletişim araçlarına çeşitli bağımlılıklar duyduğu ve bu bağımlılıkların kişiden kişiye, gruptan gruba ve kültürden kültüre değiştiğini öne sürer.”* (Mutlu, 2008: 39; Akt: Tiryaki, 2015, s. 80).

Sosyal medyada yüzlerce paylaşımın mesaj bombardımanına tutulan birey, hem sosyal çevresiyle olan iletişimini sekteye uğratmakta hem de birçok kişiyle iletişim kurarak sosyalleşme yanıltısı içerisinde asosyal bir varlığa dönüşmektedir. Yani sosyal medya bireyleri yoğun mesajlara maruz bırakarak aslında onu yabancılaştırmakta, kalabalık bir ortamda onu yapayalnız bırakmakta ve dolayısıyla bireyi asosyalleştirerek etkin iletişimini parçalara ayırmaktadır (Gülşah Aydın, 2015, s. 93).

“Psikiyatrist Dr. Başar Akman da sosyal medyanın yetişkinler üzerindeki etkilerine dikkat çekmektedir. Akman, sosyal ağların sürekli kullanımının bağımlılık oluşturduğunun ve bunun sonucunda da kişinin kendi benliğinden uzaklaştığının altını çizerek, örneğin Facebook’ta yüzlerce arkadaşı olan bir kişinin, Twitter hesabında kimi zaman “yalnızlık” mesajları verdiğini ya da sosyal medyadaki yüzlerce arkadaşına rağmen gerçek hayatta gerçek dostluklar edinemediğini dile getirmektedir. Ayrıca, sosyal ağların insanlara “yeni bir ben” olma seçeneğini sunduğunu, bu durumun da zamanla kendi benliğinden uzaklaşmasına ve gerçek mutluluklar yerine

oluşturduğu karakterin mutluluğuna yer açtığına dikkat çeken Akman, sosyal medya bağımlılığının belirtilerini aşağıdaki biçimde ortaya koymaktadır.

- Giderek sosyal medya araçlarını daha fazla kullanmak*
- Giderek sosyal medya araçlarına daha fazla gereksinim duymak*
- Dijital mecraları kullanmadığında huzursuzluk duymak*
- Farkında olunan kişisel sorunları sosyal medya aracılığıyla halletmeye çalışmak*
- Sosyal medya kullanımının güven vermesi” (Yengin, 2015, s. 359).*

Bağımlılık, aşırı bir istek ile yapıldığında doyum ve rahatlama, yapılmadığı zaman ise huzursuzluk, yoksunluk ve boşluk duygusu uyandıran davranışsal bozukluklardır. Diğer taraftan bağımlılık, daha önceden denenmiş ve belli bir doyum sağlamış ve ileride yeni doyumlara da yol açabilecek düşünce ya da eylem kaynaklı olabilir (Hazar, 2011: 161; Akt: Tiryaki, 2015, s. 166). Sosyal medya yoluyla istedikleri kimliklere bürünerek sanal ortama üye olan kişilerin mahremiyetlerini diğerleriyle paylaşımlarındaki asıl neden, beğenilme, statü elde etme, takdir edilme ve saygın görülme gibi duygulardır. Sosyal medya kişilere mahremiyetlerinin dile getirme halinde onlara ünlü olma ve beğenilme imkânı sağlamaktadır. Ayrıca takip edilmek, iletilerin beğenilmesi ve paylaşılması ve arkadaş sayılarının fazla olması sosyal medya bağımlıları açısından çok önemlidir (Arık, 2013: 125-126; Akt: Tiryaki, 2015, s. 150). “İngiltere’de 15-18 yaşları arasındaki 105 gençle sosyal medya üzerine yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, yeni nesil gençlerin ayrılmaz bir parçası olan sosyal medya söz konusu olduğunda, bireylerin neredeyse büyük çoğunluğunun mutlaka bir sosyal medya hesabı bulunduğu, sadece yüzde birinin sosyal nedenlerle sosyal medyayı hiç kullanmadıkları ve gençler arasında en yaygın sosyal paylaşım sitesinin Facebook ve Twitter olduğu ortaya çıkmıştır. Araştırmaya göre, katılımcıların dörtte birinin sanal mecralarda gerçek yaşantısından daha mutlu olduklarını aktardıkları ama gençlerin çoğunun gerçek yaşamda kurdukları ilişkilerin sanal ilişkilerden daha önemli olduğunu ifade ettikleri belirtilmektedir. Ayrıca raporda, gençlerin dörtte birinin “sosyal medya bağımlısı” olduklarını itiraf ettiklerini ve sosyal medyada kendilerine bir bildirim geldiğinde, o bildirimi bir an önce kontrol etmek ve yanıtlamak zorunda hissettiklerini dile getirdikleri görülmektedir.” (Yengin, 2015, s. 365). Gerek elde edilen teorik bilgiler gerekse de yapılmış olan araştırmalar göz önüne alındığında sosyal medya bağımlılığı gerçeğiyle karşılaşmaktayız. Yapacağımız bu araştırmamızın da bu alana katkı sağlamasını umut ediyoruz.

1.4. Dijital Oyun Bağımlılığı

“Oyun, eğlence ve boş zaman, duygusal başa çıkma (yalnızlıkta oylanma, izolasyon ve can sıkıntısı, stres atma, rahatlama, öfke ve hayal kırıklığı boşaltımı), gerçeklikten kaçış, kişilerarası ve sosyal ihtiyaçların tatmini (arkadaş edinmek, dostlukların güçlendirilmesi, ait olma ve tanınma), başarı ihtiyacı, heyecan ve meydan okuma ihtiyacı ve güç ihtiyacı (üstünlük duygusu, kontrol arzusu ve kendine güveni kolaylaştırması) gibi psikolojik ihtiyaçlar ve motivasyonlarla oynanmaktadır.” (Wan ve Wen, 2013, Akt: Taş, 2014, s. 41).

Oyunun tarihçesine baktığımızda oyun, kültürel unsurlardan bile daha eski bir terimdir. Çünkü oyun sadece insana mahsus bir etkinlik olmanın ötesinde insan öncesi devirlerde de rekabet, eğlenme, zevk alma, yarışma ve hoşça vakit geçirme güdü ve davranışlarını dışa yansıtma şeklidir. (Huizinga, 2013: 16-48) Oyunlarda bazı kuralların yanı sıra belli başlı hedeflerin de önemli olduğu görülmektedir. Oyuncu niteliği ve sistemli bir şekilde oluşturulan oyun kuralları oyunda elde edilecek kazanımların asıl belirleyicisidir. Ama canlıları oyun oynamaya yönelten güdüler üzerinde çalışmalar yapan araştırmacılar, fizyolojik ya da psikolojik özelliklerin bir arada incelenmesi gerektiğini önemle vurgulamışlardır. Çünkü oyunun bütün özelliklerine rağmen rasyonel bir şekilde ele alındığı zaman hayvanlarda oyun oynama güdüsünü açıklamak mümkün olamamaktadır. Bu yüzden oyunun tüm bu özelliklerinin yanı sıra ayrıca irrasyonel bir etkinlik olduğunu da dile getirebiliriz (Huizinga, 2013: 19-20, Akt: Selahattin Çavuş, 2016, s. 269). Oyun olgusu, antik dönemlerden bu yana toplumların kültürel özelliklerine bağlı olarak gelişmiş ve değişmiştir. Eski dönemlerin en ölümcül oyunlarından biri sayılan Gladyatör oyunları, bütün vahşetine ve caniliğine rağmen, uzun bir süre Roma İmparatorluğu’nun ihtişamıyla anılmıştır. Milattan Sonra (M.S) I. ve II. yüzyıl süresince ülkenin her yerini saran, her sosyal sınıftan kişilerin eğlenmek için dolup taşıdığı arenalarda büyük kısmını köle ve suçluların oluşturdukları savaşçılar ölümcül dövüşlere zorlanmıştır. Bu durumla birlikte imparatorlar, resmî etkinliklerde halkla bir aradaymış görüntüsü uyandırarak insan ve hayvanlar üzerinde sınırsız egemenlik kurma imkânı bulmuşlardır. (Meijer, 2008: 21). Gladyatör oyunları, yıkıcı etkileri açısından öne çıksa da Roma İmparatorluğu zamanında tiyatro oyunları ve at yarışları gibi oyun etkinlikleri de gösteriş sağlamak, birliktelik fikrini güçlendirmek ve halkı eğlendirmek gibi amaçlarla toplumsal hayatta önemli bir yer almışlardır. Yani sonuç olarak oyun, kamusal alanda iktidarı pekiştirme amaçlı kullanılmıştır (Selahattin Çavuş, 2016, s. 270).

“ Sanayileşme, toplumların yaşam biçimine paralel olarak oyun algısında da önemli değişikliklere yol açmıştır. Teknolojinin ilerleyişi hayatı kolaylaştırmış, alışkanlıklar değişmiş, boş zaman ve eğlence kavramları modernist perspektifte ele alınmaya başlamıştır. Radyo ve televizyonla başlayan dijitalleşme serüveni, bilgisayar

ve internetin yaygınlaşmasıyla hayatın her alanını kuşatmıştır. Medyanın gelişimi, oyunların biçim ve içeriklerini değiştirmiştir. Sosyalleşme, kent uzamından sanal uzama doğru kaymış, çocuklar ve gençler park ve sokaklar gibi dış çevre yerine ekran odaklı bireyler haline gelmiştir. Böylece kişisel gelişimin en önemli araçlarından olan imgenin yerini hazır zaman, uzam ve karakterlerden oluşan bir dünya almıştır. Sözlü kültürün yeni bağlamı olarak nitelendirilen sanal uzamda mitler yeni bir anlatı biçimiyle ele alınmış, yeni anlatım ortamları kurulmuş, dinleyiciler, kullanıcılar ve oyuncular yaratılmıştır.” (Basat, 2011: 144, Akt: Selahattin Çavuş, 2016, s. 270). Birçok alanda hayatı kolaylaştıran bilgisayar ve internet teknolojileri oyun ve eğlence alanında da giderek ilgi görmeye başlamıştır. Şehirleşme ve oyun alanlarının yetersizliği ve her geçen gün daha da ileriye giden teknolojik gelişmeler, dijital oyunların geleneksel oyunların yerine geçmesine neden olmuştur. Nerdeyse her yaş grubunda kullanıcısı olan bu tür oyunlara özellikle gençler yoğun ilgi göstermekte ve oyun oynayarak geçirdikleri vakit giderek artmaktadır (Gentile 2009, Rideout ve ark. 2010, Akt: Erdoğan, 2016, s. 128).

90’lı yıllardan sonra büyük bir artış hızı gösteren oyun endüstrisiyle birlikte hızla tüketilen ve yeni sürümleri piyasalara sürülen çeşitli türlerde dijital oyunları ortaya çıkarmıştır. Günümüzde oyuncu tercihleriyle şekillenmiş farklı türde ve çok sayıda oyun bulunmaktadır. Araştırmacılar oyun türlerinin gruplandırılmasında kesin bir görüş belirtmemekle birlikte Adams ve Rollings (2006) macera, aksiyon, spor, taktik geliştirme, yap boz, rol yapma ve simülasyon şeklinde yedi tür oyun belirlemiştir. Bunların dışında sanal ortamlarda konsol, bilgisayar ve mobil oyun olmak üzere dört ayrı alanda çevrimdışı ve ya çevrimiçi oynanan dijital oyunlar da bulunmaktadır. Ayrıca bu oyunlar oyuncu sayısına göre tekli ve ya çoklu da olabilmektedir (Erdoğan, 2016, s. 129). Dahası oyun seçiminde cinsiyete göre farklılar olduğunu da görebilmekteyiz. Kadınların daha çok şiddet içermeyen, yavaş tempolu, fantezi içeren, daha az rekabetçi, tek kişilik ve karikatür tarzı oyunları, erkeklerin ise daha çok stratejik planlama yapabilecekleri, heyecan verici, şiddet içerikli, görsel kalitesi yüksek, güncel, gerçek yaşama yakın ve çok oyunculu çevrimiçi oyunları tercih ettikleri dile getirilmiştir (Homer ve ark. 2012, Quaiser-Pohl ve ark. 2006, Akt: Erdoğan, 2016, s. 129).

Aşırıya kaçmadan oynanan dijital oyunları sağlıklı bir yaşam biçiminde önemli bir rol oynamakla birlikte, ayrıca duygusal boşalma ve rahatlama gibi bireyleri motive edecek önemli katkıları da bulunmaktadır (Green ve Bavelier 2003, Prot ve ark. 2014) Fakat bu oyun oynama isteği bireyler tarafından kontrol edilmediği takdirde duygu, düşünce ve sosyal yaşamda bazı değişimlere neden olmakta ve değişimlerden kasıt ise problemin varlığı ya da bağımlılık olabilmektedir. (Griffiths ve Davies 2005, Ögel 2012, Young 2009). Nitekim Lemmens ve arkadaşları (2009, Akt: Erdoğan, 2016, s.129). “Çalışmalarda aşırı oyun

oynamanın; obsesif ve agresif davranışlar, oyunculara makineleşme ve şiddet belirtileri, kişilik değişimleri, duyguların azalması, hiperaktivite, öğrenme bozuklukları, çocukların erken olgunlaşması, Psikomotor bozukluklar, etkinlik ve hareket eksikliğinden kaynaklı sağlık problemleri, anti sosyal davranışlar, özgür düşünce ve istek kaybı, öğretmen ve arkadaşlarıyla tartışma eğilimi, düşmanca tavrın artış göstermesi, akademik başarının düşmesi, artan kaygı düzeyi, kişilerarası ilişkilerde kötüye gidiş, gerçeklerden ve hayattan kaçınma, fiziksel olarak kilo ve görme kaybı, zihinsel olarak olgunlaşmamış insan ilişkileri, hayal ve gerçek arasında karmaşa yasama, sıkılma, duyu kaybı, (Chiu, Lee ve Huang, 2004; Hauge ve Gentile, 2003; Setzer ve Duckett, 1994; Wan ve Chiou, 2006 akt; Horzum, Ayas ve Çakır Balta, 2008) gibi bir çok probleme yol açtığı ifade edilmektedir. Ayas (2012) tarafından yapılan çalışmada da internet bağımlılığıyla oyun bağımlılığının bireylerin utangaçlık düzeyleriyle ilişkili olduğu belirlenmiştir.” (İbrahim Taş, 2014, s. 42). Literatürde en iyi yapılmış araştırmalar, dijital oyunların psikososyal ve davranışsal sorunlar ile olan ilişkisi üzerinedir. Yapılan araştırmalarda şiddet içeren ve kötü örnek olabilecek oyunların; saldırganlık (Anderson ve Carnagey 2009, Anderson ve Carnagey 2005, Anderson ve ark. 2008, Anderson ve ark. 2004, Bartholow ve ark. 2005, Bilgi 2005, Bluemke ve ark. 2010, Demirtaş Mardan ve Ferligül Çakılcı 2014, Gentile ve ark. 2004, Möller ve Krahé 2009, Olson ve ark. 2009, Polman ve ark. 2008, Wang ve ark. 2009), yalnızlık (Wack ve Tantleff-Dunn 2009), anksiyete (Gentile ve ark. 2004, Mentzoni ve ark. 2011), düşük yaşam doyumu (Mentzoni ve ark. 2011), düşmanca duygularda artış (Gentile ve ark. 2004, Hasan ve ark. 2013), depresyon (Mentzoni ve ark. 2011), olumlu sosyal davranışlarda azalma (Greitemeyer ve Müge 2014), ve şiddete karşı duyarsızlaşma (Anderson ve Bushman 2009, Bartholow ve ark. 2005, Engelhardt ve ark. 2011, Hummer ve ark. 2010, Montag ve ark. 2012, Wang ve ark. 2009) vb. psikososyal sorunlar ile ilişkili olduğunu göstermektedir. (Erdoğan, 2016, s. 133) Dahası şiddet yönelimli dijital oyunların davranışsal ve psikososyal sorunlar ile ilişkisini dile getiren boylamsal ve meta analiz tasarımı iki farklı araştırmada da çarpıcı sonuçlar elde edilmiştir. Gentile ve arkadaşları (2011) Singapur’da 3034 çocuk ve ergen üzerinde iki yıl boyunca izlemeye alarak yaptığı araştırmada, dijital oyun bağımlılığı ile okul başarısı ve depresyon arasındaki ilişkiyi araştırmış. Bu çalışmada örneklem olarak, (I) bağımlı oyuncu olmayanlar (II) normal oyuncu iken bağımlı olanlar (III) bağımlı oyuncu iken normale dönenler ve (IV) çalışma süresince bağımlı oyuncu kalanlar şeklinde dört farklı grup oluşturmuştur. Normal oyuncu iken bağımlı olan bireylerde sosyal fobi, depresyon ve anksiyete gelişmiş ve okul performansı düşmüştür. Oyun bağımlısı iken normale dönen oyuncularda anksiyete, depresyon, sosyal fobi ve okul başarısında olumlu gelişmeler görülmüştür. Anderson ve arkadaşlarının (2010) 130.000 katılımcı ve 136 araştırma makalesinin analizini kapsayan

meta-analiz çalışmasında ise şiddet içerikli dijital oyunların saldırganlık ve diğer bazı değişkenler üzerinde bugüne dek yapılmış en kapsamlı çalışmadır. Örneklem hem yayınlanmış hem de yayınlanmamış çalışmaların yanı sıra, doğu ve batı kültüründen çalışmaları da kapsamaktadır. Bu çalışmada şiddet içerikli dijital oyunların saldırgan davranış ve düşünceleri, fizyolojik uyarıları arttırdığını göstermektedir. Dahası şiddet içerikli oyunları uzun bir süre oynayan bireylerde şiddete karşı duyarsızlaşma, düşük empati ve yardımsever davranışlarda azalma gibi duygular kendini göstermektedir. Ayrıca bu çalışmada dikkat edilen diğer bir bulgu ise gelişen problemlerin kız veya erkek, doğu ya da batı kültürü fark edilmeksizin yaşanmasıdır. Bir başka çalışma Ferguson (2007) tarafından yapılmış ve 3,602 katılımcıyı kapsayan 25 makalenin meta analiz sonuçları, Anderson ve arkadaşlarının (2010) bulguları ile çelişmektedir. Araştırmacı bu çalışmasında dijital oyunların saldırganlık davranışı üzerinde anlamsız bir etki yarattığını göstermiştir. Aynı araştırmacının (Ferguson ve ark. 2012) üç yıl süreyle yaptığı diğer boylamsal çalışmasında da şiddet içeren oyunlar ile agresyon ve saldırganlık arasında bir ilişki bulamamıştır. Yukarıda değindiğimiz bu makaleler kontrolsüz oynanan ve şiddet içeren dijital oyunların ruh sağlığını tehdit ettiğini ancak bu durumu sadece şiddet içerikli oyunlar ile açıklamanın da doğru olmayacağını göstermektedir (Erdoğan, 2016, s. 133).

Yapılan araştırmaların büyük bir bölümü dijital oyunların olumsuz etkileri üzerine yönelmiş olsa da, bu oyunların boş zamanları değerlendirdiği, yorgunluk ve stresi azalttığı, insanları yoğun iş ve stres ortamından ve karmaşık şehir hayatından uzaklaştırarak rahatlama ve eğlenme olanağı sağladığı, öz güveni arttırdığı, problemler ile baş edebilme yeteneği sağladığı, görsel ve dikkat becerilerini geliştirdiği (Green ve Bavelier 2003, Griffiths 2005) ve aynı zamanda eğitsel özelliği olan oyunların bireylerin başarı durumunu arttırdığı (Green ve Bavelier 2003, Prot ve ark. 2014) da görülmektedir (Erdoğan, 2016, s. 133).

“Drummond ve Sauer (2014) tarafından 2009 yılı Uluslararası Öğrenci Değerlendirme Programı’na [Programme for International Student Assessment (PISA)] katılan 22 ülkeden 192.000’den fazla öğrenci verisini tekrar analiz yöntemi ile değerlendirilmiş ve dijital oyunların ergenlerin fen bilimleri, matematik ve okuma ders başarıları üzerine etkisi belirlenmiştir. Çalışma bulguları dijital oyun oynamaya harcanan zamanın ergenlerin akademik başarıları üzerinde çok az etkisi olduğunu göstermiştir. Bu bulgu, Wack ve Tantleff-Dunn’ın (2009) oyun oynama sıklığı ile erkek öğrencilerin not ortalaması arasında anlamlı ilişki olmadığını gösteren çalışmasını desteklemiştir. Bir başka çalışmada araştırmacılar eğitim içerikli dijital oyunların öğrenmeyi hızlandırdığı, hedef konu/ders ile ilgili başarıyı arttırdığı, öğrencilerin ilgisini ve dikkatini çektiğini savunmuştur (Gentile ve Gentile 2008). Oyunların bu özellikleri nedeniyle, Wang ve Chen (2010) öğrencilere matematik, okuma ve biyoloji gibi ders konularını öğretmek ve öğrenme motivasyonunu arttırmak için eğitim içerikli dijital

oyunlar kullanmıştır. Ayrıca, sosyal yardım içeriği olan oyunların agresif düşünce, duygu ve davranışları azalttığı, işbirliği, paylaşma, empati, yardımlaşma davranışlarını arttırdığı gösterilmiştir (Gentile 2009, Greitemeyer ve Osswald 2010, Narvaez ve ark. 2008, Sestir ve Bartholow 2010). Oyun oynamanın olumlu etkilerini açıklayan bir başka çalışmaya örnek olarak Biddiss ve Irwin (2010) ve Graf ve arkadaşlarının (2009) çalışmaları verilebilir. Araştırmacılar Türkiye’de de kullanıcı sayısı giderek artan hareket algılayıcıyı kumandalara sahip oyun konsolları ile oynanan egzersiz oyunlarının (Exergaming), oyuncuların egzersiz yapma motivasyonunu arttırdığı, egzersizde daha fazla zaman geçirmelerine ve daha fazla enerji harcamalarına katkı sağladığını göstermiştir. Dijital oyunların etkileri ile ilgili incelenen yukarıdaki araştırmalar eğitici, öğretici ve geliştirici bilgisayar oyunlarının uygun zaman ölçüleri içinde ve kontrollü oynanmasının çocuk ve gencin gelişimine katkı sağladığını göstermiştir (Erdoğan, 2016, s. 134).

Literatüre baktığımızda oyun oynamanın bireyde hem olumlu hem de olumsuz etkilere neden olduğu görülmektedir. Oyunun belli bir kontrol dâhilinde oynanması bireyde olumlu davranışsal ve duygusal yönlendirmeleri sağlarken, oyun oynamanın kontrol edilemediği ve olumsuz içerikli oyunlar oynandığı zaman bireyde saldırgan davranışlar, yalnızlık, depresyon, bağımlılık vb. birçok olumsuz nitelikli davranışlar görülmektedir. Literatüre genel bir bakıldığında liseler üzerinde ve lise türüne göre internet bağımlılığının yapıldığı çalışmalar sınırlıdır. Bir örnek olarak Yang ve Tung tarafından 2007’de yapılan araştırmada meslek lisesi öğrencilerinin diğer normal lise öğrencilerine göre daha yüksek bir oranda internet bağımlısı olduğu gözükmemektedir. Bizim amacımız ise liseler üzerinde yapılan araştırmalar literatürüne katkı sağlama, bu düzeyde bireylerin oyun ve internet bağımlılığı oranlarını ortaya çıkarmak ve bu konuda sunulabilecek çözüm önerilerini dile getirmektir.

1.5. Yalnızlık

Yalnızlık, ilkçağlardan beri her kültürden ve düzeyden kişilerin tecrübe ettiği evrensel hayat kriterlerinden biri olarak bireylerin ilgisini çeken önemli bir olgu olmuştur. Bundan dolayı gerek dini gerekse de edebi ve felsefi metinlerde sıkça karşımıza çıkmaktadır. Özellikle de son dönemlerde sosyal bilimlerden akademisyenler tarafından tartışılan popüler ve güncel bir konu haline geldiğini söyleyebiliriz. Modernizmin beraberinde getirdiği sosyal, ekonomik, teknolojik ve kültürel değişim ve gelişim bir taraftan da bireylerin değer yargılarının değişmesine ve bireysel hayat tarzına yönelmelerine neden olmuştur (Çetin ve Alacalar, 2016, Akt: Balcı, 2018, s. 25). Yalnızlık, bireyin diğer bireylerle ilişki kuramaması, diğerlerine yabancılaşması ve diğerleri ile arasında duvarlar örmesi sonucunda ortaya çıkan bir duygu durumudur. Öznel bir deneyim olarak ifade edilen yalnızlığın nesnel olan sosyal uyum durumundan farklıdır. Birey, bulunduğu ortamda yalnızken yalnızlığı yaşayabildiği gibi, kalabalık bir ortamda da yalnızlığı yaşayabilmektedir (Peplau and Perlman 1982, Akt:

Özbek, 2017, s. 38). Yalnızlığı, nedenlerine ve belirtilerine göre değişik isimlerle tanımlamak mümkündür. Örneğin derin yalnızlık, depresyonun ortaya çıkardığı bir yalnızlık türü iken ilişkisel ve sosyal yalnızlık ise daha çok bireyin kendini bir topluma veya bir gruba ait hissedememesi ve kendisini yaşadığı toplumdan soyutlaması olarak tarif edilebilir (Yaşar, 2007: Akt. Balcı, 2018, s. 25). “Peplau ve Perlman (1982) yalnızlığı kişinin var olan sosyal ilişkisi ile olmasını istediği ilişkisi arasındaki farkı fark etmesi sonucunda yaşadığı hoş olmayan ruhsal bir durum olarak ifade etmiştir. Mijuskovic (1987) ise her insanın varoluşsal olarak yalnız olduğunu ve yalnızlıktan kaçınmanın insan davranışlarını belirleyen birincil etken olduğunu ifade etmiştir. Yalom (1999) herkesin bu dünyaya yalnız gelip, yalnız yaşayıp, yalnız gitmek zorunda olduğu tezini ileri sürmüştür. İnsanların hızlı teknolojik gelişmelere uyum sağlaması güçtür ve zaman içerisinde insanlar çeşitli değerlerle çatışmakta, geleneksel değerler yozlaşırken bu değerlerin yerini yenileri almaktadır. Kuşaklar arası çatışma hızlı bir şekilde artmaktadır. Sonuç olarak insanoğlu yaşadığı topluma yabancılaşırken yalnızlık ve suçluluk duygusuna kapılmaktadır.” (Köknel 1998, Akt: Kısa, 2018, s.28).

“Weiss (1973) her bireyin yalnızlık deneyiminin birbirinden farklı olduğunu vurgulamış ve yalnızlığı iki kategoride değerlendirmiştir; duygusal yalnızlık ve sosyal yalnızlık. Duygusal yalnızlık, bireyin kendisini güvende hissedeceği bir duygusal bağlanma simgesinin olmaması veya daha önceden var olup yitilmesiyle ilişkili bir ayrılma kaygısını ifade etmektedir. Sosyal yalnızlık ise, bireyin kendisini bir topluluğa ait hissedememe duygusu ile açıklanabilen bir yalnızlık türüdür. Bir yakını kaybetme, ayrılık veya bir ilişkinin bitmesi gibi durumlar bireylerde duygusal yalnızlık hissine yol açmaktadır. Öte yandan, farklı bir yere taşınmak, iş değiştirmek gibi durumlar bireyin sosyal açıdan yalnızlık çekmesine neden olabilmektedir.” (Özbek, 2017, s. 39). Yalnızlığın bireyin çevresinden kaynaklandığını savunan araştırmacılar da mevcuttur. Bu bağlamda Rook (1984) yalnızlığı kişinin diğerleri tarafından yanlış anlaşıldığını, dışlandığını hissettiği, reddedildiğini hissettiği ve sosyal bütünleşme ve duygusal yakınlık için fırsat yaratan etkinliklerde ihtiyaç duyulan sosyal partnerlerini bulamadıkları durumlarda hissettiği acı veren süregelen bir durum olarak tanımlamaktadır (McWhirter, 1990, (Özbek, 2017, s. 40). Young (1982) ise yalnızlık kavramını duruma bağlı şekilde üç tür olarak belirlemiştir. Bunlar: Geçici, durumsal ve kronik yalnızlık olarak adlandırılmıştır.

- *Geçici yalnızlık:* Adından da anlaşılacağı üzere yalnızlığın kısa süreli algılanması durumudur. Bazen dakikalar veya bir iki saat boyunca bu algı devam etmektedir. Genellikle hafif belirtileri görülür.

- *Durumsal yalnızlık:* Bireyin önemli olarak gördüğü bir durumun ardından meydana gelir. Uzun süredir yaşadığı evden ayrılması, yaşadığı yeri değiştirmesi, eşinden veya sevdiği birisinden ayrılması, bir ilişkinin bitmesi örnek olarak verilebilir. Durumsal yalnızlık durumunda bireyde

istenmeyen bazı bedensel ve psikolojik problemler ortaya çıkabilmektedir. Anksiyete, depresyon, uyku bozuklukları ve baş ağrıları durumsal yalnızlıkla ilişkili etkin faktörler olabilir.

• *Kronik yalnızlık: Süre bakımından diğer iki yalnızlık türlerinden farklıdır. Genellikle iki yıldan daha uzun sürebilmektedir. Ortaya çıkış nedeni olarak sadece bir travmatik durum yeterli olmayabilir (Roscoe ve Skomski, 1989, Akt: Özbek, 2017, s. 41).*

Yalnızlık, günümüzde gittikçe daha sık olarak karşımıza çıkan bir problemdir. Teknolojinin sürekli olarak gelişmesi, bireylerin değer anlayışlarında ve insan ilişkilerinde ortaya çıkan farklılaşmaların yalnızlığın sık görülmesindeki katkısı tartışılmaz bir şekilde belirgindir. Yalnızlık duygusu her yaş grubunu etkilemekle birlikte çocuk ve ergenlerde önemli bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyal bir varlık olarak bireyin yaşamının ilk anından itibaren diğer bireylerle yakın ilişkiler kurmaya ihtiyacı vardır (Körler, 2011, Akt: Özbek, 2017, s. 38). Yalnızlığa etkisi olan faktörler genellikle bireylerin ergenlik dönemine girmesiyle karşılaştıkları ani değişikliklerle ilişkili olarak ortaya çıkmaktadır. Bu ani değişiklikler neticesinde bireyin önceden kurduğu ilişkileri kesintiye uğramaktadır. Bu nedenle sosyal uyum sorunu çeken bireylerde yalnızlaşma süreci tetiklenmiş olur. Bununla birlikte utangaçlık durumu, benlik saygısının düşük olması ve sosyal beceri eksikliği gibi durumlar da yalnızlığa zemin hazırlamaktadır (Brennan, 1982, Akt: Özbek, 2017, s. 51).

1.6. Bencillik

En ilkel çağlardan beri insanlar yaşamlarını sürdürebilmek, rakiplerini yenebilmek ve doğayla mücadele edebilmek için benliklerini, bencilliklerini ve hırslarını bütün kapasiteleri ile kullanmak zorunda olmuşlardır (Karahan, 2015, s. 14). Bencilliğin insanların yaşamı, hayatın düzeni için gerekli olduğunu, bencilliğin sıradan, kötü bir şey olmadığını bunun aksine insan yaşamı için bir gereklilik olduğunu söyleyebiliriz (Karahan, 2015, s. 11). Bencillik bir yandan bireyin kendine olan saygısının bir göstergesi iken diğer taraftan bunun aşırıya kaçmış halini temsil eden ve bireyin kendini her şeyden üstün gören kendi dışında hiç kimseye saygısı olmayan bir bencilliğin söz konusu olduğunu söyleyebiliriz. Bu nedenle bencilliği ele alırken bu iki durumu göz önünde bulundurmak yararlı olacaktır.

Bencillik yaşantımızda çok geniş bir düşünce ve eylem alanında yayılmış durumda ve bu nedenle farklı bencillik türlerinin ayrı ayrı ele alınması gerekmektedir. Felsefesine uygun olacak şekilde öncelikle etik pozitif objektif bencillikten bahsedelim.

- Pozitif bencillik küresel ahlak, etik ve geleneklerle bağdaşır, uyuşur, yadsımaz.

- Bireyi uzun vadeli mutluluğa taşıyacak kısa ve uzun vadeli çıkarlarını akıl ve mantık terazisinde tartarak kararlaştırır.

- Yasalara uymayan, suçlama ve ceza çağrıştıracak eylemlerden uzak durur.

- Bireyin çıkarlarını başkalarının ve toplumun çıkarlarına asla feda etmez.

Pozitif bencilliğin şartlarına uymayan bencilliği de kısaca, negatif bencilik olarak tanımlayabiliriz. Çoğu zaman haksızlık, ahlaksızlık ve olumsuzlukla eş anlamlıdır negatif bencilik. (Karahana, 2015, s. 13-14) Aynı zamanda bencilik, bireyi her şeyi kişiliğine bağlamaya ve kendisini dünyadaki her şeyden daha değerli hissetmeye götüren, ihtiraslı ve abartılı bir benlik algısıdır (A.D. Lindsay, 1931; Akt: Özel, 1998, s. 13).

“Bencillik kavramı, felsefe tarihinin büyük bir bölümü boyunca doğrudan ele alınmamıştır. Ancak Eskiçağ felsefesinden itibaren öne sürülen görüşleri bencillik kavramı açısından yorumlayabiliriz. Rönesans ve reformla birlikte dinin de etkisini yitirmesiyle insana dair konular, daha açık bir dille ve özgürce ele alınmaya başlanmış, bu dönemde insanın doğasına ilişkin tartışmalarda bir grup düşünür, insanın bencilliğini kabul ederken diğer grup ise insanın doğası gereği bencil olduğu yaklaşımını reddetmiştir. 19.Yüzyıla gelindiğinde ise, endüstri devriminin yarattığı bunalımların sonucu olarak, insana dair tüm konular derinliğine araştırılmış ve sanayi toplumu en ince ayrıntısına kadar incelendiği gibi insanın bireysel yönü de bütünüyle incelenmeye başlanmış, böylece de kimi düşünürler insanın toplumsal yönünü ele alırken kimi düşünürler ise insanı bir birey olarak en derin içgüdülerine kadar incelemiştir. 19. Yüzyılın felsefe birikimi tamama erdiğinde, insanın önceden belirlenmiş ve değiştirilemez bir doğası olduğunu savunan özcü yaklaşımlar tarafından insanın kaçınılmazca bencil olduğu bir ön kabul olarak benimsenmiş ve bundan yola çıkarak, birey ve toplum açısından çeşitli sonuçlara ulaşılmıştır. Bunlardan ilki, Friedrich Nietzsche, Max Stirner gibi insan doğasıyla yüzleşerek insanın en derin istenç ve eğilimleri üzerinden insanın doğasına yabancılaşmasını ve toplumsal yaşamın ardına saklanıp kendi istenç ve bencilliğini riyakârca gizlemesini eleştiren düşünürlerdir. Karl Marx, Pyotr Kropotkin gibi kapitalizmi eleştiren düşünürler ise insanın doğası gereği bencil olmadığını, üretim ilişkilerin ve mevcut sistemin insanın bencilliğini yarattığı görüşünü benimsemiş ve insanın doğası gereği bencil olduğu fikrine karşı çıkmıştır.” (Kesikoğlu, 2016, s. 1-2).

Eski Yunan’dan 19. Yüzyıla kadar bilim adamları bencillik kavramını ve insan doğasını daha nesnel ve genel bir şekilde ele alarak düşünmüşlerdir. Ama Descartes’la birlikte bu kavramı “düşünen ben”in dolayımı ile ilişkili olarak ele alınıp ve daha önceki dönemlere göre daha açık bir şekilde temellendirilmiştir. İnsan doğası kavramını kötümser bir yaklaşımla ele alan Thomas Hobbes ise “insan insanın kurdudur” ifadesini dile getirmiştir. (Hobbes, 1987, s. 24) Hobbes bu sözlerle, belli bir amaç birliği etrafında toplanan insanların devlet gibi bir sistem içinde barışçıl bir şekilde yaşayabiliyorken, devletin ortadan kalkması durumunda veya amaç ve çıkarları çatışan farklı devletlerin vatandaşı olması nedeniyle bireylerin

birbirlerine karşı bir kurdun doğasına ait olan vahşilik benzeri bir bencillik ile davranabileceğini dile getirmektedir. Thomas Hobbes kurt benzetmesi yaparak aslında insanın akıllı bir varlık olduğunu fakat onu Leviathan benzeri sınırlayan bir devlet olmadığı takdirde bencillik duygusu, bir kurdun içgüdüleri gibi, insanın doğasına ait ama aklına ait olmayan bir içgüdü şeklinde insanı yönettiğini ve böylece bencillik Hobbes'un dediği gibi akıl yoluyla üretilen ve olması gereken bir duygu olarak değil, aynen aç olduğu zaman hiçbir sınır tanımayan vahşi bir kurt misali insanın içinde var olan ve ancak devlet yoluyla bastırılabilen bir dürtü olarak görmektedir. Yani bencillik insanın doğasına ait bir olgu olmasına rağmen insanın kendi aklıyla var ettiği olumlu ya da olumsuz bir tutum değildir (Kesikoğlu, 2016, s. 12-14).

1.7. Yaşam Doyumu

Yaşam doyumu herhangi bir kişinin kendi istekleri doğrultusunda tüm yaşamını olumlu değerlendirmesidir. (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985; Akt: Kaygusuz, 2013, 119) . Diener ve Lucas'a (1999) göre yaşam doyumu, geçmişten doyum, hali hazır yaşamdan doyum, gelecekte doyum, yaşamı değiştirme isteği ve bireyin yakınlarının kendi yaşamı hakkındaki görüşlerini kapsamaktadır. Doyum alınacak alanlar ise; aile, serbest zaman, iş, sağlık, benlik, para ve bireyin yakın çevresi olabilmektedir(Esen, 2010, s. 37). Huebner (1991) yaşam doyumunun aile, arkadaşlar, okul, yaşanan çevre ve benlikten algılanan doyumu içeren çok boyutlu bir kavram olduğunu dile getirmektedir (Önder, 2015, s. 3). Kişinin boş zamanlarına ait doyumu da yaşam doyumunu belirlemektedir. Boş zamanın önemli bir kısmını bilgisayar başında oyun oynayarak ya da bilgisayar başında sörf yaparak geçiren bireyler için bu zamanın yaşam doyumu açısından önemli olduğu söylenebilir. Ancak bilgisayar başında geçirilen zaman arttıkça yaşam doyumu da azalmaktadır (Wnag ve ark. 2008, Akt: Kaygusuz, 2013, 121). Yaşam doyumu alanında yapılan araştırmalarda cinsiyetin, ekonominin ve ırkın yaşam doyumunu belirlemede çok düşük etkiye sahip olduğunu fakat psikolojik etkenlerin yaşam doyumunu belirleme de daha etkin olduğunu göstermektedir (Çeçen, 2008, Akt: Esen, 2010, 37).

İnternet bağımlılığı ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişki konusu çok az sayıda araştırmaya konu olmuştur. (Ko ve ark. 2005; Wang ve ark. 2008; Ko ve ark., 2007). Bu araştırmalarda internet bağımlılığı ve yaşam doyumu arasında ters yönde bir ilişki olduğu dile getirilmektedir. Wang ve ark. (2008) göre uzun süre aralıksız internet kullanan kişilerde, akademik başarıda düşüş, kişiler arası ilişkilerde bozulma ve sorunlarla yüzleşmemek gibi

problemli davranışlara neden olduğunu bireylerin yaşam doyumunu olumsuz yönde etkilediklerini dile getirmektedirler (Esen, 2010, s. 39). Bu nedenle yaşam doyumu bireyin daha çok psikolojik duygu ve davranışlarının etkisindedir. Yaşam doyumu bireyin sadece bir sürelik memnuniyetini değil hayatının genelini kapsayan memnuniyeti ile alakalıdır. Bu nedenle yaşam doyumu yüksek insanları incelerken hayatının genelini göz önünde bulundurularak bir değerlendirme yapılmalıdır.



İKİNCİ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUMLAR

2.1. Araştırmanın Amacı ve Kapsamı

2.1.1. Araştırmanın Amacı

Araştırmamız lise düzeyinde eğitim gören öğrencilerimizin internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıklarının demografik özellikler (yaş, cinsiyet, lise türü, aylık gelir, anne-baba eğitim durumu, aile birliği vb.) yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi tespit etmeye yöneliktir. Öğrencilerimizin bağımlılık sürecinde ne gibi faktörlerden etkilendiğini veya içinde yaşamış olduğu sosyokültürel yaşam özelliklerinin bu bağımlılık sürecinde nasıl bir etkene sahip olduğunu dile getirmektir.

2.1.2. Varsayımlar ve Sınırlılıklar

Araştırmamıza bazı demografik özellikler, yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumu ile internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları arasında anlamlı ilişkiler olduğu varsayımıyla yola çıkılmış ve araştırma sürecinde örneklemden elde edilen veriler ile bu faktörler arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir. Ayrıca araştırmamızda uygulanan anket çalışmasının öğrenciler tarafından içten ve samimi bir şekilde cevaplandığı, veri toplama tekniğimizin bu araştırma çerçevesinde istenilen verileri elde ettiği ve araştırmamız kapsamında belirlediğimiz örneklemin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır. Örnekleminiz Malatya ilinde 10 farklı lisede (Malatya Lisesi, Malatya Anadolu Lisesi, Malatya Fen Lisesi, Fatih Anadolu Lisesi, Sümer Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Selahaddin Eyyubi Anadolu İmam Hatip Lisesi, Muhammed İkbal Anadolu İmam Hatip Lisesi, Özel Malatya Elit Eğitim Koleji, Niyazi Mısri Sosyal Bilimler Lisesi) eğitim gören 9. ve 11. sınıf öğrencileriyle sınırlandırılmaktadır.

2019-2020 öğretim yılında Malatya merkezdeki liselerdeki toplam öğrenci sayısı 62135'tir. Bu sayının 33049'u erkek ve 29086'sı kız öğrencidir. Güven derecesi %95 ve ± 0.05 örnekleme hatası ile 383 örneklem iken çalışmamızın örneklemini 990 öğrencidir. Örneklemini tabakalı örneklem yöntemiyle farklı liselerin temsili ve cinsiyet dağılımı dikkat edilerek seçilmiştir.

2.1.3. Araştırmanın Problem Cümlesi

Lisede eğitim gören ergenlerin internet bağımlılığı, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı ile yalnızlık, bencillik, yaşam doyumu ve bazı demografik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2.1.4. Araştırmanın Hipotezleri

HP1: Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin internet, sosyal medya, dijital oyun bağımlılıkları ve bencillik, yalnızlık, yaşam doyumu düzeyleri anlamlı ölçüde farklılaşmaktadır.

HP2: Ergenlerin internet bağımlılığı ile yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumu düzeyleri ve bazı demografik özellikler arasında anlamlı bir ilişki vardır.

HP3: Ergenlerin sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık, bencillik, yaşam doyumu ve bazı demografik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

HP4: Ergenlerin dijital oyun bağımlılığı ile bencillik, yalnızlık, yaşam doyumu ve bazı demografik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

HP5: İnternette geçirilen süre ile internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

HP6: En çok kullanılan sosyal medya hesabı ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık vardır.

HP7: Sahip olunan sosyal medya hesap sayısı ile internet ve sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

HP8: En çok oynanan oyunlar ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

2.2. Yöntem ve Teknik

2.2.1. Araştırma Modeli

Araştırmamız betimleyici ve açıklayıcı model çerçevesinde hazırlanmaktadır. Betimleme araştırma problemini daha açık bir şekilde ifade edebilmek için kullanılan kavram

ve değerleri zihnimizde önceden mevcut olan kavram ve kategorilerle tasvir etmektir. Betimleme düşük bir açıklama biçimi olsa da genelde gözlemcinin disiplini veya başlangıç noktasını belirleyici kılan önemli bir açıklayıcı değerdir (Lewins, 2011, s. 51). Açıklama olaylar arasındaki “niçin, nasıl, ne” ilişkilerinin ortaya çıkması için olayların belli bir alanın varlığını hesaba katma gayesidir. Yapılan açıklamalar bir olayın mahiyetini daha önceden tahmin etme ve değiştirebilme imkânı verir. Sosyal bilimlerde açıklamanın farklı dereceleri bulunmaktadır. Bunlar nedensel teori, yasalar, modeller, sınıflandırmalar ve betimlemelerdir. Açıklayıcı modelde açıklama derecesi en yüksek olan derece nedensel teoridir. Nedensel teori “niçin” sorusuna tam bir cevap verme imkânı sağlayarak olayların açıklanırken ortaya çıktığı koşulları tespit eder (Lewins, 2011, s. 42-44).

2.2.2. Veri Toplama Araçları

2.2 2.1. Kişisel Bilgi Formu

Örneklemenin demografik özelliklerini (yaş, cinsiyet, lise türü, anne-baba eğitim durumu, aile birliği, aylık gelir vb.) belirleyecek ve araştırma konumuzu destekleyecek (kaç sosyal medya hesabı olduğu, en çok hangi sosyal medya hesabı kullanıldığı, bir günde kaç saat internette vakit geçirildiği vb.) sorulardan oluşmaktadır. Kişisel bilgi formu anketimizin 47-67 sorularını kapsamaktadır.

2.2.2.2. Young İnternet Bağımlılığı Kısa Formu

Young tarafından geliştirilen ve Pawlikowski ve arkadaşları tarafından kısa form şekline dönüştürülen YİBT-KF, 12 maddeden oluşmakta ve beşli Likert (1=Hibir zaman, 2= Nadiren, 3= Bazen, 4= Sıklıkla, 5=ok sık) tipi bir ölçektir. Ölçeğin iç tutarlık güvenilirlik katsayısı 0.85 olarak hesaplanmıştır. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen sonuçlar Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun geçerlilik ve güvenilirliğinin sağlandığını göstermektedir. Ölçekte tersten puanlanan madde yoktur. Ölçekten alınan yüksek puanlar internet bağımlılığı düzeyinin yüksek olduğunu gösterir (Mustafa Kutlu, 2016, s. 70). Bu çalışmada yapılan geçerlilik ve güvenirlik katsayısı 0.87 olarak hesaplanmıştır. Ölçek anketimizin 1-12 sorularını kapsamaktadır.

2.2.2.3. Sosyal Medya Bağımlılığı leği

Sosyal medya bağımlılığı leği (SMBÖ), Van den Eijnden vd. tarafından geliştirilmiştir. Ölçek DSM 5’te araştırılacak, kesinleşmemiş tanılar bölümünde yer alan

İnternet oyun bağımlılığı tanı kriterleri dikkate alınarak tek boyutlu olarak geliştirilmiştir. Ölçek ilk önce 27 madde olarak geliştirilmiş daha sonra 9 maddelik kısa formu dönüştürülmüştür. “Evet” ve “Hayır” şeklinde puanlandırılan ölçeğin kesme puanı 5’tir. Ölçeğin puanlanması 0-9 puan şeklindedir. Buna göre 9 maddeden 5 ve üstü maddeye “Evet” diyenler sosyal medya bağımlısı kabul edilmektedir. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi uyum indekslerinin iyi sonuçlar verdiği görülmektedir [$\chi^2(27, n=601) 54.129, p=.002, CFI: .989, RMSEA= .041(90\% CI: .025-.057)$]. 9 maddelik ölçeğin 27 maddelik sosyal medya bağımlılığı ile güçlü bir korelasyona sahip olduğu görülmüştür ($R=.94, P< .001$). Ölçeğin güvenilirliği Cronbach Alfa (0.82) ile ölçülmüş ve iyi bir güvenilirliğe sahip olduğu görülmüştür ($M=1.52, SD= 2.11$) (Taş, 2017, s. 33). Ölçek bu araştırma çerçevesinde beşli likert (1= Hiçbir Zaman, 2= Nadiren, 3= Bazen, 4= Çoğunlukla, 5= Her Zaman) tipine uyarlanmıştır ve ölçeğin iç tutarlık güvenirlik katsayısı 0.86 olarak hesaplanmış ve iyi bir güvenilirliğe sahip olduğu görülmüştür. Ölçek anketimizin 13-21 sorularını kapsamaktadır.

2.2.2.4. Oyun Bağımlılığı Ölçeği (GAS; Game Addiction Scale)

Ölçeğin orijinal formu Lemmens, Valkenburg ve Peter (2009) tarafından geliştirilmiştir. 7 madde ve tek boyuttan oluşan ölçek 5’li likert (1- Hiçbir Zaman-5-Her zaman) tipli bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe versiyonun güvenirlik ve geçerliliği Ahmet Akın, Fatih Usta, Ertan Başa ve Basri Özçelik tarafından yapılmıştır. Ölçeğin toplam korelasyon katsayıları .62 ile .82 arasında değişmektedir. (Ahmet Akın, 2015)Yaptığımız araştırmada ölçeğin iç tutarlık güvenirlik katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğimizin 22-28 sorularını kapsamaktadır.

2.2.2.5. UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Versiyonu

UCLA Yalnızlık Ölçeğinin 7 sorudan oluşan kısa versiyonudur. Ölçek 5’li likert (1=Hiç Katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 3=Kararsızım, 4=Katılıyorum, 5= Kesinlikle katılıyorum) tipli bir ölçektir. Ölçeğin bu örneklem için güvenirlik katsayısı, 90’dır (Bozkurt, 2018). Yapılan bu çalışmada ölçeğin güvenirlik katsayısı. 85 olarak bulunmuştur. Ölçek anketimizin 29-35 sorularını kapsamaktadır.

2.2.2.6. Bencillik Ölçeği/ Uyumsal Bencillik

Raine ve Uh tarafından geliştirilen Bencillik Ölçeğinin 6 maddesini kapsayan uyumsal bencillik alt boyudur. Ölçek 5’li likert (1= Hiç Katılmıyorum, 5= Kesinlikle Katılıyorum) tipi

bir ölçektir. Bu ölçeğin de güvenirlik katsayısı hayli yüksektir (,82). (Bozkurt, 2018). Bu çalışmada ölçeğin güvenirlik katsayısı. 80’dir. Ölçek anketimizin 36-41 sorularını kapsamaktadır.

2.2.2.7. Yaşam Doyumu Ölçeği

Örneklemin yaşam doyumunu ölçmek için Ed. Diener’in 5 sorudan oluşan Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 5’li likert (1=Hiç Katılmıyorum, 5=Kesinlikle Katılıyorum) tipi bir ölçektir. Yaşam Tatmini ölçeğinin de güvenirlik katsayısı: ,81’dir. (Bozkurt, 2018). Bu çalışma için ölçeğin güvenirlik katsayısı .77 olarak bulunmuştur. Ölçek anketimizin 42-46 sorularını kapsamaktadır.

2.2.3. Veri Analizi

Verilerin elde edilmesinde 67 sorudan oluşan anket formu kullanılmıştır. Anketimiz lise düzeyinde eğitim gören 990 öğrenciye uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21,0 paket programı kullanılmıştır. Betimsel istatistikler için frekans tabloları uygulanırken değişkenler arasındaki ilişkiler için ise çapraz tablolar kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki analizler için kolerasyon tekniğinden faydalanılmıştır. Değişkenler arasındaki anlamlılık değerleri için Kruskal Wallis H Testi, Anova Testi, T testi vb. testler kullanılmıştır. Sonuçların yorumlanmasında 0,05 anlamlılık değeri göz önüne alınmıştır.

2.2.4. Araştırmada Kullanılan Ölçeklere İlişkin Bulgular

Tablo 2.1. Ölçeklerin Güvenirlik ve Geçerlilik Analizleri

-- Güvenirlik Katsayısı Sınırları
00,0<a<0,40 ise ölçek güvenilir değil
0,40<a<0,60 ise ölçek düşük güvenirlikte
0,60 <a<0,80 ise ölçek oldukça güvenilir
0,80<a<1,00 ise ölçek yüksek güvenirlikte

Reliability Statistics			
Ölçekler	Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
İnternet Bağımlılığı	,873	,874	12
Sosyal Medya Bağımlılığı	,860	,858	9
Dijital Oyun Bağımlılığı	,865	,865	7
Yalnızlık	,858	,858	7
Bencillik	,800	,800	6
Yaşam Doyumu	,778	,779	5

Çalışmamızda kullandığımız ölçeklerin (internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, oyun bağımlılığı, yalnızlık, bencillik) “Cronbach’s Alpha” değerlerinin 0,80 üzeri olduklarını görmekteyiz. Bu durum kullandığımız bu ölçeklerin güvenirlik ve geçerliliklerin yüksek olduğunu göstermektedir. Yaşam doyumu 0,80 altında (,778) olması da yine ölçeğin yeteri kadar güvenilir ve geçerli olduğunu göstermektedir. Yani kullandığımız bu ölçekler elde edeceğimiz verileri doğru yorumlamak için yeteri kadar bir güvenirliliği ve iç tutarlılığı sağlamaktadır.

Tablo 2.2. Ölçeklerin Normallik Analizi

Tests of Normality						
Ölçekler	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
İnternet bağımlılığı	,220	990	,000	,807	990	,000
Sosyal Medya Bağımlılığı	,351	990	,000	,725	990	,000
Dijital Oyun Bağımlılığı	,378	990	,000	,693	990	,000
Yalnızlık	,364	990	,000	,720	990	,000
Bencillik	,252	990	,000	,794	990	,000
Yaşam Doyumu	,292	990	,000	,773	990	,000

Ölçeklerimizin normallik durumlarına baktığımızda her altı ölçeğinde Sig. Derecelerinin sıfır veya sıfıra yakın olduğunu görmekteyiz. Bu durum ölçeklerimizin normallik durumunu sağladığını gösterir.

2.3. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

2.3.1. Cinsiyet Dağılımı

Tablo 2.3.1. Cinsiyet Dağılımı

Cinsiyetiniz	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Kız	532	53,7	53,7	53,7
Erkek	458	46,3	46,3	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin cinsiyet dağılımına göre %53,7’si kız ve %46,3’ü erkek öğrencilerden oluşmaktadır.

2.3.2. Yaş Dağılımı

Tablo 2.3.2. Yaş Dağılımı

Yaşınız	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
14	122	12,3	12,3	12,3
15	342	34,5	34,5	46,9
16	214	21,6	21,6	68,5
17	258	26,1	26,1	94,5
18	48	4,8	4,8	99,4
18 ve üstü	6	,6	,6	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin yaş dağılımı büyük bir oranda 14 ile 18 yaş arasında dağılmaktadır. En fazla %34,5 ile 15 yaş grubu, %26,1 ile 17 yaş grubu, %21,6 ile 16 yaş grubu, %12,3 ile 14 yaş grubu, %4,8 ile 18 yaş grubu oluşturmaktadır. Uygulama örneklemini lise öğrencilerini kapsadığı için yaş oranları da lise öğrencileri yaş dağılımını yansıtmaktadır.

2.3.3. Öğrenim Görülen Sınıf Dağılımı

Tablo 2.3.3. Öğrenim Görülen Sınıf Dağılımı

Sınıf	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
9.Sınıf	501	50,6	50,6	50,6
11.Sınıf	489	49,4	49,4	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin %50,6'sı 9. Sınıf ve %49,4'ü 11.sınıfta öğrenim görmektedir. Örneklemin 9. ve 11. Sınıf olarak seçilmesinin nedeni, lise öğreniminin ilk yılı olan 9. Sınıf ile lisenin üçüncü yılı olan 11. Sınıftaki öğrencilerin sosyal medya bağımlılıkları arasında bir farklılık olup olmasını, dolayısıyla lise öğreniminin davranış üzerindeki etkisini test etmek içindir. Lise son sınıfları seçmeyişimizin nedeni, üniversiteye hazırlanan lise son sınıfların sınava hazırlandıkları için, hem okulda olmamaları hem de önceliklerinin sınava yoğunlaşmaları nedeniyle anket sorularını cevaplamada eksiklik olacağı ihtimalindendir.

2.3.4. Kardeş Sayısı

Tablo 2.3.4. Kardeş Sayısı

Kardeş	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
1	48	4,8	4,8	4,8
2	275	27,8	27,8	32,6
3	357	36,1	36,1	68,7
4	174	17,6	17,6	86,3
5	61	6,2	6,2	92,4
6 ve üzeri	75	7,6	7,6	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin %36,1'i 3 kardeş, %27,8'i 2 kardeş, %17,6'sı 4 kardeşe sahiptir. Kardeş sayısı itibariyle 2 ile 4 kardeş arasında yoğunlaşan örneklemin çekirdek aile yapısına sahip olduğu ifade edilebilir.

2.3.5. Lise Türü

Tablo 2.3.5. Lise Türü

Lise	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Anadolu Lisesi	343	34,6	34,6	34,6
Fen Lisesi	102	10,3	10,3	44,9
Meslek Lisesi	169	17,1	17,1	62,0
İmam Hatip Lisesi	203	20,5	20,5	82,5
Özel Lise	79	8,0	8,0	90,5
Sosyal Bilimler Lisesi	94	9,5	9,5	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin lise türleri dağılımı şu şekildedir. Örneklemin %34,6'sı Anadolu Lisesi, %20,5'i İmam-hatip Lisesi, %17,1'i Meslek Lisesi, %10,3'ü Fen Lisesi, %9,5'i Sosyal Bilimler Lisesi ve %8'i de Özel Lisede öğrenim görmektedir.

2.3.6. Anne Eğitim Durumu

Tablo 2.3.6. Anne Eğitim Durumu

Anne Eğitim	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Okuryazar değil	57	5,8	5,8	5,8
İlkokul	280	28,3	28,3	34,0
Orta Okul	196	19,8	19,8	53,8
Lise Mezunu	238	24,0	24,0	77,9
Üniversite ve Üzeri	219	22,1	22,1	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin annelerinin eğitim durumuna göre, en düşük oran %5,8 ile ümmi (okuma yazması olmayan) anneler dışında eğitim oranlarının beklenenden yüksek olduğu görülmektedir. Annelerin %28,3'ü ilkokul mezunu, %24'ü lise mezunu, %22'si üniversite ve üzeri mezunu ve %19,8'i ortaokul mezunudur. Üniversite ve üzeri mezunların oranının yüksek olması kadınların eğitim düzeyinin yükselmesi açısından önemlidir.

2.3.7. Baba Eğitim Durumu

Tablo 2.3.7. Baba Eğitim Durumu

Baba eğitimi	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Okuryazar değil	19	1,9	1,9	1,9
İlkokul	179	18,1	18,1	20,0
Orta Okul	197	19,9	19,9	39,9
Lise Mezunu	252	25,5	25,5	65,4
Üniversite ve üzeri	343	34,6	34,6	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin babalarının eğitim düzeylerinin annelerine göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Babaların %34,6'sı üniversite ve üzeri mezunu, %25,5'i lise mezunu, %19,9'u ortaokul mezunu, %18,1'i ilkokul mezunu iken %1,9'u ümmi (okuma-yazması olmayan) durumdadır. Anne ve babanın eğitim düzeyinin yüksekliği ile daha bilinçli çocuk yetiştirme arasında bir ilişki vardır.

2.3.8. Baba Meslek Dağılımı

Tablo 2.3.8. Baba Meslek Dağılımı

Baba meslek	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
İşçi	57	5,8	5,8	5,8
Memur	192	19,4	19,4	25,2
Öğretmen	96	9,7	9,7	34,8
Çiftçi	67	6,8	6,8	41,6
Mühendis	30	3,0	3,0	44,6
Esnaf	264	26,7	26,7	71,3
Akademisyen	7	,7	,7	72,0
Özel Sektör	155	15,7	15,7	87,7
Serbest Meslek	78	7,9	7,9	95,6
Emekli	44	4,4	4,4	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin babalarının meslek dağılımına baktığımızda en yüksek oran %26,7 ile esnaf iken bunu %19,4 ile memur, %15,7 ile özel sektör, %9,7 ile öğretmen, %7,9 ile serbest meslek, %6,8 ile çiftçi, % 5,8 ile işçi, %4,4 ile emekli, %3,0 ile Mühendis ve %0,7 ile akademisyen takip etmektedir. Baba meslek grubunda çoğunluk esnaf, memur ve özel sektör oluştursa da genel anlamda geniş bir meslek dağılımı söz konusudur.

2.3.9. Anne Meslek Dağılımı

Tablo 2.3.9. Anne Meslek Dağılımı

Anne meslek	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Ev hanımı	745	75,3	75,3	75,3
Öğretmen	86	8,7	8,7	83,9
Memur	67	6,8	6,8	90,7
Akademisyen	4	,4	,4	91,1
Özel Sektör	35	3,5	3,5	94,6
Emekli	3	,3	,3	94,9
Diğer	50	5,1	5,1	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin annelerinin meslek dağılımının %75,3'ünü ev hanımı, %8,7'sini öğretmen, %6,8'ini memur, %5,1'ini diğer, %3,5'ini özel sektör, %0,4'ünü akademisyen ve

%0,3'ünü emekli oluşturmaktadır. Çalışmamızda anne meslek grubunda ev hanımının genel çoğunluğu oluşturduğu görülmektedir.

2.3.10. Ortalama Aylık Gelir

Tablo 2.3.10. Ortalama Aylık Gelir

Gelir	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
2324 TL ve altı	219	22,1	22,1	22,1
2325 TL-4000 TL arası	324	32,7	32,7	54,8
4001 TL- 6000 TL arası	189	19,1	19,1	73,9
6001-8000 TL arası	125	12,6	12,6	86,6
8001 TL ve üzeri	133	13,4	13,4	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin ortalama aylık gelirleri şu şekildedir. Örneklemin %22,1'i 2324TL ve altı, %32,7'si 2324-4000 TL arası, %19,1'i 4001-6000TL arası, %13,4'ü 8001TL ve üzeri ve %12,6'sı 6001-8000TL aylık gelire sahiptir. Örneklemin yaklaşık yarısı orta gelir grubuna dâhil olmaktadır.

2.3.11. Aile Birliği

Tablo 2.3.11. Aile Birliği

Anne-baba birlikte mi?	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Evet	912	92,1	92,1	92,1
Hayır	78	7,9	7,9	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin %92,1'inin anne ve babası birlikte iken %7,9'unun anne ve babası ayrı yaşamaktadır.

2.3.12. En Fazla Kullanılan Sosyal Medya Hesabı

Tablo 2.3.12. En Fazla Kullanılan Sosyal Medya Hesabı

Sosyal Medya	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Facebook	11	1,1	1,1	1,1
Twitter	18	1,8	1,8	2,9
İnstagram	496	50,1	50,1	53,0
WhatsApp	153	15,5	15,5	68,5
Tiktok	33	3,3	3,3	71,8
YouTube	274	27,7	27,7	99,5
Hiçbiri	5	,5	,5	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Araştırmamıza katılan öğrencilerin en çok kullandıkları sosyal hesabını belirlemek için sorduğumuz bu soruda katılımcılarımızın yarısından fazlasının en çok kullandığı sosyal medya hesabı instagram olarak görülmektedir. Örneklem %50,1'i Instagram, %27,7'si YouTube, %15,5'i WhatsApp, % 3,3'ü Tiktok, %1,8'i Twitter, %1,1'i Facebook ve %0,5'i hiçbirini kullanmaktadır. Elde edilen veriler Instagram, WhatsApp ve YouTube gibi sosyal medyaların daha çok tercih edildiğini göstermektedir. Ergen bireylerin özellikle de Instagrama olan yoğun ilgileri, herhangi bir okuma ve yazma zahmeti olmadan sadece görüntü olarak kendilerini anlatmaya çalışmak ve fotoğraflar paylaşarak tatmin olmaya çalışmak gibi etkenlerden kaynaklanmaktadır denilebilir.

2.3.13. Sosyal Medyada Selfi Paylaşma Sıklığı

Tablo 2.3.13. Sosyal Medyada Selfi Paylaşma Sıklığı

Selfi Sıklığı	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Sürekli	64	6,5	6,5	6,5
Arada sırada	447	45,2	45,2	51,6
Hiç	479	48,4	48,4	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklem sosyal medyada selfi paylaşma sıklığı %48,4'ü hiç, %45,2'si arada sırada ve %6,5'i sürekli olarak görülmektedir. Bu çalışmamızda ergen bireylerin sosyal medyada sürekli bir şekilde selfi paylaşma sıklığını çok az bir oranda görmekteyiz.

2.3.14. Paylaşımların Beğenilmesinin Kontrolü

Tablo 2.3.14. Paylaşımların Beğenilmesinin Kontrolü

Beğeni Kontrol	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Sürekli	158	16,0	16,0	16,0
Arada sırada	402	40,6	40,6	56,6
Hiç	430	43,4	43,4	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin sosyal medya hesaplarında yaptıkları paylaşımların beğenildiğini hangi aralıklara kontrol ettiklerini tespit etmek için sorduğumuz bu soruda, örneklemin %43,4'ü hiç, %40,6'sı arada sırada ve %16,0'ı sürekli cevaplarını verdiğini görmekteyiz.

2.3.15. Üye Olunan Sosyal Medya Hesap Sayıları

Tablo 2.3.15. Üye Olunan Sosyal Medya Hesap Sayıları

Kaç Hesap	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
1	215	21,7	21,7	21,7
2	211	21,3	21,3	43,0
3	214	21,6	21,6	64,6
4	152	15,4	15,4	80,0
5	88	8,9	8,9	88,9
6 ve üzeri	93	9,4	9,4	98,3
Hesabım Yok	17	1,7	1,7	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örnekleminizi oluşturan lise öğrencilerinin üye oldukları sosyal medya hesap sayılarını tespiti yönelik bu tablomuzda örneklemin %21,7'sinin 1, %21,6'sının 3, %21,3'ünün 2, %15,4'ünün 4, %9,4'ünün 6 ve üzeri, %8,9'unun 5 sosyal medya hesabı varken %1,7'sinin ise sosyal medya hesabı bulunmamaktadır. Elde edilen bu veriler ergen bireylerimizin kendilerini sosyal medyadan uzak tutamadığını ve en azından bir sosyal medyadan hesap açtıklarını görmekteyiz.

2.3.16. Sosyal Medya Paylaşımlarını Beğenme Sıklığı

Tablo 2.3.16. Sosyal Medya Paylaşımlarını Beğenme Sıklığı

Beğenme	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Sürekli	223	22,5	22,5	22,5
Arada sırada	575	58,1	58,1	80,6
Hiç	192	19,4	19,4	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Katılımcı bireylerin sosyal medyadaki paylaşımları ne sıklıkta beğendiğini belirlemek için sorduğumuz bu soruda örneklemin %58,1'i arada sırada, %22,5'i sürekli ve %19,4'ü hiç cevaplarını vermektedirler. Sosyal medya paylaşımlarını sürekli ve arada sırada beğendiklerini dile getiren öğrencilerimizin örneklemin büyük çoğunluğunu (%80) oluşturması bireylerimizin bu platformlardan uzak duramadıklarını göstermektedir.

2.3.17. En Çok Oynanan Dijital Oyun

Tablo 2.3.17. En Çok Oynanan Dijital Oyun

Grand Theft Auto (GTA)	78	7,9	7,9	7,9
Bloodrayne	1	,1	,1	8,0
Call of Duty	46	4,6	4,6	12,6
Metin	18	1,8	1,8	14,4
PubG	239	24,1	24,1	38,6
Counter Strike	100	10,1	10,1	48,7
Hiçbiri	430	43,4	43,4	92,1
GTA, Call of Duty, PubG	47	4,7	4,7	96,9
GTA, PubG, Counter Strike	12	1,2	1,2	98,1
Hepsi	19	1,9	1,9	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin en çok oynadıkları dijital oyunları belirlemeye yönelik bu tablomuzda; örneklemin %43,4'ü hiç, %24,1'i PubG, %10,1'i Counter Strike, %7,9'u GTA, %4,7'si GTA, Call of Duty, PubG, %4,6'sı Call of Duty, %1,9'u bütün oyunlar, %1,8'i Metin, %1,2'si GTA, PubG, Counter Strike ve 0,1'i ise Bloodrayne cevaplarını vermektedirler. Elde ettiğimiz veriler örnekleminin yarısından fazlasının dijital ortamlarda bu oyunları oynadıklarını göstermektedir. Tablomuzda göre en fazla ilgi gören dijital oyun PubG (%24,1) olurken onu

takip eden oyun Counter Strike (%10,1) olmaktadır. En çok tercih edilen oyunun PubG olması dönemin son çıkan oyunu olmasından kaynaklanan merak unsuru, birden çok oyuncuyla oynanması, gerçekçi cephe savaşı deneyimini hareketlilik ve akıcılık ile birleştiren bir kullanıcı deneyimini oyunculara sunması, kısa bir sürede PubG Mobil sürümüne uyarlanması ve “öl ya da öldür” veya “sağ kalmak için öldür” gibi umutsuzluk ve çaresizlik güduları besleyip oyunculara hayatta kalmak için her şeyi yapmayı vadetmesi ve psikolojik olarak “rakibini alt etme içgüdü” vermesi vb. nedenlere bağlanabilir. Ayrıca Counter Strike oyununun da hala fazla kişi tarafından tercih edilmesi de PubG oyununa benzer özellikler içermesi ve bir geçmişinin olmasına bağlanabilir.

2.3.18. Akıllı Telefon Sahipliği

Tablo 2.3.18. Akıllı Telefon Sahipliği

Akıllı Telefon	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Evet	768	77,6	77,6	77,6
Hayır	222	22,4	22,4	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin %77,6’sı bir akıllı telefona sahip iken %22,4’ünün akıllı telefonu bulunmamaktadır. Öğrencilerimizin büyük çoğunluğunun bir akıllı telefona sahip olması onlara internet, sosyal medya ve dijital oyunlara erişim kolaylığı sağlamaktadır.

2.3.19. Okul Başarı Durumu

Tablo 2.3.19. Okul Başarı Durumu

Başarı	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Çok kötü	49	4,9	4,9	4,9
Kötü	62	6,3	6,3	11,2
Orta	389	39,3	39,3	50,5
İyi	387	39,1	39,1	89,6
Çok iyi	103	10,4	10,4	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örnekleminizin okul başarı durumlarını belirlemeye çalıştığımız bu tablomuzda; örneklemin %39,3’ü okul başarı durumuna orta, % 39,1’i iyi, %10,4’ü çok iyi, %6,3’ü kötü ve %4,9’u ise çok kötü demekteler. Bu örnekleminizde genel başarı durumunun iyi olduğunu dile getirebiliriz.

2.3.20. İnternette Geçirilen Vakit

Tablo 2.3.20. İnternette Geçirilen Vakit

Kaç saat	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
0-1 saat arası	263	26,6	26,6	26,6
1-3 saat arası	388	39,2	39,2	65,8
3-5 saat arası	200	20,2	20,2	86,0
5-7 saat arası	59	6,0	6,0	91,9
7 ve üzeri	80	8,1	8,1	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örneklemin internette geçirdiği vakitlerin tespiti için oluşturulan bu tabloda; örneklemin %39,2'si internette 1-3 saat arası, %26,6'sı 0-1 saat arası, %20,2'si 3-5 saat arası, %8,1'i 7 ve üzeri saat ve %6,0'ı 5-7 saat arası vakit geçirmektedir. Örneklemimizin yaklaşık %35'lik oranının İnternette çok fazla vakit harcadıklarını görmekteyiz.

2.3.21. İnterneti Kullanma Amacı

Tablo 2.3.21. İnterneti Kullanma Amacı

Amaç	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
İnternet sayfalarında sörf yapmak	134	13,5	13,5	13,5
Oyun oynamak	124	12,5	12,5	26,1
Okulla ilgili araştırmalar yapmak	85	8,6	8,6	34,6
Film izlemek	90	9,1	9,1	43,7
Boş zamanlarını değerlendirmek	299	30,2	30,2	73,9
Diğerleri	95	9,6	9,6	83,5
Hepsi	163	16,5	16,5	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Örnekleminiz interneti kullanma amaçlarını şu şekilde belirtmektedir. Örneklemin %30,2'si boş zamanlarını değerlendirmek, %16,5'i hepsi, %13,5'i internet sayfalarında sörf yapmak, %12,5'i oyun oynamak, %9,6'sı diğerlerini, %9,1'i film izlemek ve %8,6'sı ise okulla ilgili araştırma yapmak interneti kullandıklarını dile getirmektedirler. Genel bir değerlendirdiğimizde ise öğrencilerimiz interneti daha çok boş vakitlerini değerlendirmek, sörf yapmak ve oyun oynamak için kullandıklarını dile getirmektedirler.

2.3.22. İnternet Bağımlılığı

Tablo 2.3.22. İnternet Bağımlılığı

Bağımlılık Düzeyleri	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Asgari Düzey Bağımlı	318	32,1	32,1	32,1
Orta Düzey Bağımlı	430	43,4	43,4	75,6
Yüksek Düzey Bağımlı	242	24,4	24,4	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Bu tablomuz örneklemimizin internet bağımlılık düzeylerini tespit etmeye yöneliktir. Bu çalışmamızda internet bağımlılık düzeylerine ölçmek için Young tarafından geliştirilen ve Pawlikowski ve arkadaşları tarafından kısa forma dönüştürülen YİBT-KF ölçeği kullanılmıştır. Örneklem %43,4'ü orta düzey bağımlı, %32,1'i asgari düzey bağımlılığı ve %24,4'ü yüksek düzey bağımlı eğilimi göstermektedir. Örneklem %24,4,'ünün riskli grupta yer alması ve %43,4'ünün ise riskli gruba doğru ilerlemesi elbette ki kayda değer bir durumdur. Daha önce (Balcı, Lise Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları ve Yalnızlık Düzeyi İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, 2018), (Moral, 2018), (Öztosun, 2018), (Yar, 2012) (Kılıç S. , 2018), (Köfteci, 2018), vb. yapılmış olan araştırmalar internet bağımlılığı açısından ergen grupların daha fazla risk taşıdığı sonucu araştırmamıza referans olabilmektedir. Ergen bireylerin bu risk grubunda yer almasını birçok nedene bağlamakla birlikte; ergen bireylerimizin sürekli bir arayış içinde olması, aileleriyle uyuşmazlıklar yaşaması, sürekli yeni bir kimlik arayışı içinde olması, kendini başkalarına benimsetmeye çalışması ve sürekli ilgi ve alaka görme gibi istekleri bu nedenlerden bir kaç olabilmektedir. Ergen bireylerimizin internet siteleri ve sosyal medya hesaplarında kendilerine özgü bir alan oluşturmaları, bu alanlarda kendilerini istedikleri kadar özgür hissetmeleri, gerçek hayatta gerçekleştiremedikleri etkinlikleri buralarda gerçekleştirme imkânı bulmaları ve en önemlisi de bencilliklerini bu tür sosyal medya platformlarında tatmin etmeleri onları her geçen gün internete daha çok yakınlaştırmakta ve bağımlı kılmaktadır. Bu durum ergen bireylerimizin karakteristik özelliklerinin bağımlılık sürecinde etkin bir rol oynadığını göstermektedir.

2.3.23. Sosyal Medya Bağımlılığı

Tablo 2.3.23. Sosyal Medya Bağımlılığı

Sosyal Medya Bağımlılığı	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Asgari Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	558	56,4	56,4	56,4
Orta Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	289	29,2	29,2	85,6
Yüksek Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	143	14,4	14,4	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Çalışmamıza katılım gösteren öğrencilerimizin sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemeye çalıştığımız bu ölçeğimizde örneklemin %56,4'ü asgari düzey sosyal medya bağımlılığı, %29,2'si orta düzey sosyal medya bağımlılığı ve %14,4'ü ise yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı eğilimi göstermektedirler. Örneklemin yaklaşık %15'lik kısmının kendilerini sosyal medya bağımlısı olarak görmeleri yadsınacak bir oran değildir.

2.3.24. Dijital Oyun Bağımlılığı

Tablo 2.3.24. Dijital Oyun Bağımlılığı

Oyun Bağımlılığı	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Asgari Düzey Oyun Bağımlılığı	606	61,2	61,2	61,2
Orta Düzey Oyun Bağımlılığı	243	24,5	24,5	85,8
Yüksek Düzey Oyun Bağımlılığı	141	14,2	14,2	100,0
Toplam	990	100,0	100,0	

Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarını belirlemek için kullandığımız bu ölçekte elde ettiğimiz veriler şu şekildedir. Örneklemin %62,2'si asgari düzey dijital oyun bağımlısı, %24,5'i orta düzey dijital oyun bağımlısı ve %14,2'si ise yüksek düzey dijital oyun bağımlısı olduğu görülmektedir. Toplam orta ve yüksek düzey dijital oyun bağımlılığı gösteren bireylerimiz toplam katılımın üçte birini oluşturmaktadır. Bu oran elbette ki az sayılamayacak bir orandır. Genç bireylerimizin her geçen gün dijital oyunlara daha çok meraklı olmaları ve her boş vakit bulduklarında kendilerini bilgisayar veya akıllı telefonları

başında oyun oynarken bulmalarını elbette ki içinde bulunduğumuz dijital ve internet çağının çekiciliğine bağlayabiliriz. Genç bireylerimizin bir yandan içinde bulunduğu ergenlik çağının yarattığı karmaşıklıktan kurtulmak, yeni kimlik oluşturmak, kendini başkalarına kanıtlamak için verdiği çaba ve diğer taraftan ise onların bu kişilik özelliklerini kullanarak onları etkisi altına alan bir dijital çağ. Bu durumda genç bireylerimizin bu alanlara yönelim göstermeleri haklı bir davranış olarak görülebilmektedir. Bireylerimizi bu platformlardan tamamen uzaklaştırmak mümkün olmamakla birlikte doğru bir karar da olmamaktadır. Çünkü internet ve onun aracılığıyla yaratılan oyunlar genç bireylerimizin kişilik, hafıza, öngörme, taktik geliştirme, beyin egzersizi yapma, neden-sonuç ilişkisi kurma gibi birçok özelliğini geliştirme olanağına sahiptir. Ve bunları bu yönleriyle kullanmak elbette ki genç bireylerimizin faydasına olmaktadır. Bu platformların kontrolsüz ve bilinçsiz kullanımı ise tam tersi bir etki yaratarak bireyin psikolojini bozabilir, bireyi şiddet eğilimine yönlendirebilir ve bireyi gerçek hayattan kopararak tamamen hayali bir alana bağımlı birer kişilik haline getirebilir. Bu nedenle ergen bireylerimizin internet, sosyal medya ve bunların bir uzantısı olarak dijital oyunlarını kontrollü ve faydalı bir şekilde kullanmalarına olanak tanımak gerekmektedir.

2.3.25. Yalnızlık

Tablo 2.3.25. Yalnızlık

Yalnızlık	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Asgari Düzey Yalnızlık	581	58,7	58,7	58,7
Orta Düzey Yalnızlık	264	26,7	26,7	85,4
Yüksek Düzey Yalnızlık	145	14,6	14,6	100,0
Total	990	100,0	100,0	

Araştırmamıza katılım gösteren bireylerin yalnızlık düzeylerini tespit etmeye yönelik bu tabloda, örneklemin %58,7'si asgari düzey yalnızlık eğilimi gösterirken %26,7'si orta düzey ve %14,6'sı yüksek düzey yalnızlık eğilimi göstermektedir. Yüksek düzey yalnızlık eğilimi gösterenlerin sayısı az olsa da bu durumu etkileyen faktörlerin ve bu durumun internet ve sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı ile olan ilişkisinin belirlenmesi gerekmektedir. Yalnızlık düzeylerini etkileyen birçok psikolojik ve biyolojik sebep olabildiği gibi bu durumu etkileyen sosyo-kültürel, çevresel, sosyo-ekonomik vb. birçok sebep de olabilir.

2.3.26. Bencillik

Tablo 2.3.26. Bencillik

Bencillik	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzdelik	Yığılmalı Yüzde
Asgari Düzey Bencillik	385	38,9	38,9	38,9
Orta Düzey Bencillik	361	36,5	36,5	75,4
Yüksek Düzey Bencillik	244	24,6	24,6	100,0
Total	990	100,0	100,0	

Lise öğrencilerinin bencillik düzeylerini belirlemeye yönelik bu tablomuzda, örneklemin %38,9'u asgari düzey bencillik eğilimi gösterirken %36,5'i orta düzey bencillik ve %24,6'ı yüksek düzey bencillik eğilimi göstermektedir. Her üç düzeyde de birbirine yakın değerlerin çıktığını görmekteyiz. Amacımız katılımcılarımızın bu üç bencillik düzeyine dağılımını etkileyen faktörleri ortaya çıkarmak ve bencillik ile internet, sosyal medya ve oyun bağımlılığı arasındaki ilişkiyi açıklamaktır.

2.3.27. Yaşam Doyumu

Tablo 2.3.27. Yaşam Doyumu

Yaşam doyumu	Frekans	Yüzde	Gerçek Yüzde	Yığılmalı Yüzde
Yaşam doyumu yok	196	19,8	19,8	19,8
nötr düzey yaşam doyumu	338	34,1	34,1	53,9
yaşam doyumu yüksek	456	46,1	46,1	100,0
Total	990	100,0	100,0	

Lise Öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerini ortaya koymaya yönelik bu tablomuzda, örneklemin %19,8'inin yaşam doyumu yok iken, %34,1'i nötr yaşam doyumuna ve %46,1'inin yüksek yaşam doyumuna sahip olduğu görülmektedir. Bu tablomuzda katılımcılarımızın neredeyse yarısı yüksek yaşam doyumuna sahip olduğunu belirtirken yaşam doyumu olmayan ve nötr yaşam doyumuna sahip olanların sayısı yadırganamayacak kadar fazla görülmektedir. Bu durumda amacımız bireyi yüksek yaşam doyumuna ulaştıracak koşulları belirlemek veya yaşamlarında memnuniyetsizlik yaratan durumları ortaya koymaktır.

2.4. Sosyo-Kültürel Özelliklere Göre İnternet, Sosyal Medya ve Dijital Oyun Bağımlılığı

2.4.1. Cinsiyet ve İnternet Bağımlılığı

Tablo 2.4.1. Cinsiyet ve İnternet Bağımlılığı

Cinsiyet	İnternet bağımlılığı			Total	
	Asgari Düzey Bağımlı	Orta Düzey Bağımlı	Yüksek Düzey Bağımlı		
Kız	Count	190	211	131	532
	% within Cinsiyetiniz?	35,7%	39,7%	24,6%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	59,7%	49,1%	54,1%	53,7%
	% of Total	19,2%	21,3%	13,2%	53,7%
Erkek	Count	128	219	111	458
	% within Cinsiyetiniz?	27,9%	47,8%	24,2%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	40,3%	50,9%	45,9%	46,3%
	% of Total	12,9%	22,1%	11,2%	46,3%
Total	Count	318	430	242	990
	% within Cinsiyetiniz?	32,1%	43,4%	24,4%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	32,1%	43,4%	24,4%	100,0%

Yukardaki tablomuz cinsiyet ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi bulmaya yöneliktir. Kız öğrencilerimizin %35,7'si asgari düzey bağımlı, %39,7'i orta düzey bağımlı ve %24,6'sının ise yüksek düzey bağımlı olduğu görülmektedir. Bu durum kızların kendi aralarında yüksek düzey bağımlılık gösterme oranlarının az sayılamayacak kadar yüksek olduğunu göstermektedir. Yani toplam kızların yaklaşık %65'i orta ve yüksek düzey bağımlılık eğilimi göstermektedir. Erkek öğrencilerimizin ise %27,9'u asgari düzey bağımlı, 47,8'i orta düzey bağımlı ve %24,2'inin ise yüksek düzey bağımlı olduğu görülmektedir. Aynı yüksek bağımlılık durumunu erkeklerde de görmekteyiz. Erkekleri kendi aralarında değerlendirdiğimizde toplam erkeklerin yaklaşık %72'si orta ve yüksek düzey bağımlılık göstermektedir. Bu durum erkeklerin kendi aralarında kızlardan daha fazla internet bağımlılığı eğilimi gösterdiğini açığa çıkarmaktadır. Toplam asgari düzey bağımlılık gösterenlerden %59,7'si kız iken %40,3'ü ise erkektir. Yani bağımlılık göstermeyenler arasında kız oranı daha yüksektir ve bu durum yine erkeklerin kızlara göre daha fazla bağımlılık eğilimi gösterdiğini ifade etmektedir. Aynı şekilde orta düzey bağımlılıkta erkeklerin (%50,9) kızlardan (%49,1) daha fazla bir orana sahip olması yine aynı durumu açıklar niteliktedir. Ama yüksek düzey bağımlılık gösterenlerin %54,1'inin kız ve %45,9'unun erkek olması bu

düzeyde kızların biraz daha ön planda olduğunu göstermektedir. Çalışmamızın genelini değerlendirecek olursak toplam katılımdan kızlar %19,2 asgari düzey bağımlılık gösterirken erkeklerde bu oran %12,9'a düşmekte, kızlar %21,3 orta düzey bağımlılık gösterirken erkeklerde bu oran %22,1'e çıkmakta ve kızlar %13,2 yüksek düzey bağımlılık gösterirken bu oran erkeklerde %11,2'ye düşmektedir. Genel yorumunu yapacak olursak eğer erkekler kendi aralarında daha fazla bağımlılık eğilimi göstermekle birlikte yüksek düzey bağımlılıkta kızlar daha fazla bir oran göstermektedir. İnternet bağımlılığını etkileyen tek faktör cinsiyet olmamakla birlikte cinsiyet faktörünün de önemli bir etken olarak görebiliriz. İnternet bağımlılığında cinsiyetin etkin bir faktör olduğunu dile getiren birçok araştırma mevcut olmakla birlikte, (Öztosun, 2018), (Kısa, 2018), (Bayraktar, 2001), (Derin, 2013), (Gülner, 2009), (Çelikkaleli, 2010), (Özbek, 2017) vb. araştırmalarda cinsiyet açısından erkekler daha fazla bağımlılık eğilimi gösterirken (Gürültü, 2016), (H. Doğan., 2008) vb. araştırmalarda ise kızlar erkeklere oranla daha fazla bağımlılık eğilimi göstermektedirler. Erkekleri interneti uzun süre kullanmaya iten birçok neden olmakla birlikte özellikle spor, film, dijital oyunlar, müzik ve sosyal ağlar gibi faaliyetler bu süreçte daha fazla etkili olabilmektedir. Kızlar ise interneti daha çok sosyal medya hesaplarında paylaşımlar yapmak, boş vakitlerini değerlendirmek, film izlemek ve bazı psikolojik sorunlarını tatmin etmek için kullandıkları söylenebilir.

2.4.2. Cinsiyet ve Sosyal Medya Bağımlılığı

Tablo 2.4.2. Cinsiyet ve Sosyal Medya Bağımlılığı

Cinsiyet	Sosyal medya bağımlılığı			Total
	Asgari Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Orta Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Yüksek Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	
Count	302	144	86	532
% within Cinsiyetiniz?	56,8%	27,1%	16,2%	100,0%
Kız % within sosyal medya bağımlılığı	54,1%	49,8%	60,1%	53,7%
% of Total	30,5%	14,5%	8,7%	53,7%
Count	256	145	57	458
% within Cinsiyetiniz?	55,9%	31,7%	12,4%	100,0%
Erkek % within sosyal medya bağımlılığı	45,9%	50,2%	39,9%	46,3%
% of Total	25,9%	14,6%	5,8%	46,3%
Count	558	289	143	990
% within Cinsiyetiniz?	56,4%	29,2%	14,4%	100,0%
Total % within sosyal medya bağımlılığı	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	56,4%	29,2%	14,4%	100,0%

Sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için oluşturduğumuz bu tablomuzda kızların %56,8'i asgari düzey, %27,1'i orta düzey ve %16,2'si ise yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı göstermektedir. Erkekler ise %55,9 asgari düzey, %31,7 orta düzey ve %12,4 yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı göstermektedir. Kızlar az bir farkla erkeklerden daha fazla yüksek düzey bağımlılık göstermektedir. Cinsiyetler arasındaki bu oran farkı kızların sosyal medyaya olan ilgilerinin daha fazla olduğunu göstermektedir. Bağımlılık düzeylerinin toplam oranlarına baktığımızda asgari düzeyde bağımlılık gösterenlerin %54,1'i kız iken %45,9'u erkek olmaktadır. Orta düzey bağımlılığın %49,8'i kız iken %50,2'si erkek olmaktadır. Yüksek düzey bağımlılığa gelince bu bağımlılık düzeyinin %60,1'ini kızlar oluştururken %39,9'unu erkekler oluşturmaktadır. Erkek ve kızlar arasındaki fark asgari ve orta düzey bağımlılıkta çok belirgin değilken bu fark yüksek düzey bağımlılıkta açılmaktadır. Kızlar yüksek düzey sosyal medya bağımlılığında erkeklerden çok daha fazla bir eğilim göstermektedir. Kızların sosyal medyaya

olan ilgilerinin erkeklere oranla çok daha fazla olması birçok nedene bağlanabilir. Örneğin erkeklerin kızlara göre dış dünyayla daha fazla meşgul olmaları, onları dış dünyaya bağlayan sebeplerin daha çok olması, toplumsal cinsiyetin bir öngörüsü olarak erkeklerin gerek iş, gerek arkadaş ve gerekse de toplumun diğer birçok mekânlarına daha kolay bir şekilde girebilmeleridir. Oysa evlere kapanan kızlar bu imkânlardan erkekler kadar faydalanmamakta ve bu süreçte dış dünyayla kuramadıkları ilişkileri sosyal medya aracılığıyla kurmakta ve birçok psikolojik ve sosyolojik ihtiyacını sosyal medya arenalarında gerçekleştirmektedir. Bu sebepten dolayı sosyal medyada erkeklere oranla çok daha fazla zaman geçiren kızlar zamanla bu medyaya bağımlı birer kişilik olarak ortaya çıkmaktadır. Toplam katılımcılarımızın genel değerlendirmesine baktığımızda asgari ve orta düzey bağımlılıkta kız ve erkekler arasında çok yüksek farklar olmamasına rağmen bu oran yüksek düzey sosyal medya bağımlılığında artmaktadır. Genel katılımdan kızlar %8,7 oranında yüksek düzey bağımlılık gösterirken bu oran erkeklerde %5,8'e inmektedir. Bu durum ise kızların erkeklerden daha fazla sosyal medya bağımlılığı gösterdiğini destekler niteliktedir. Ayrıca (Bozkurt, 2018) çalışmasında da benzer sonuçlar elde edildiğini görmekteyiz.

2.4.3. Cinsiyet ve Dijital Oyun Bağımlılığı

Tablo 2.4.3. Cinsiyet ve Dijital Oyun Bağımlılığı

Cinsiyet	Oyun bağımlılık			Total
	Asgari Düzey Oyun Bağımlılığı	Orta Düzey Oyun Bağımlılığı	Yüksek Düzey Oyun Bağımlılığı	
Count	406	87	39	532
% within	76,3%	16,4%	7,3%	100,0%
Cinsiyetiniz?				
Kız				
% within	67,0%	35,8%	27,7%	53,7%
Oyun bağımlılığı				
% of Total	41,0%	8,8%	3,9%	53,7%
Count	200	156	102	458
% within	43,7%	34,1%	22,3%	100,0%
Cinsiyetiniz?				
Erkek				
% within oyun bağımlılığı	33,0%	64,2%	72,3%	46,3%
% of Total	20,2%	15,8%	10,3%	46,3%
Count	606	243	141	990
% within	61,2%	24,5%	14,2%	100,0%
Cinsiyetiniz?				
Total				
% within oyun bağımlılığı	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	61,2%	24,5%	14,2%	100,0%

Cinsiyet etkeninin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisini ortaya koymak için oluşturduğumuz bu tablomuzda, kızların %76,3'ü asgari düzey, %16,4'ü orta düzey ve %7,3'ü yüksek düzey dijital oyun bağımlılığı eğilimi göstermektedir. Erkeklerin ise %43,7'si asgari düzey, %34,1'i orta düzey ve %22,3'ü yüksek düzey dijital oyun bağımlılığı eğilimi göstermektedir. Gördüğümüz üzere her iki cinsiyetin kendi aralarındaki dijital oyun bağımlılığı oranları birbirinden farklı çıkmaktadır. Bu bağımlılık türünde erkekler kızlara oranla daha fazla bir eğilim göstermektedir ve bu fark cinsiyetin önemli bir etken olduğunu göstermektedir. Erkeklerin kızlara oranla bu tür oyunlara daha fazla bağımlı olması, bu oyunlara daha fazla zaman ayırması ve bu oyunları oynamak için daha fazla istekli olmalarına bağlıdır. Erkeklerin kızlara nazaran bu tür oyunlara daha fazla eğilimli olması elbette ki cinsiyetin ve toplumsal cinsiyetin kız ve erkek bireylerde yarattığı farklı biyolojik, psikolojik

ve sosyolojik yönelimlerin etkisi vardır. Erkeklerin gerek biyolojik yapıları gerekse de toplumun kendilerine layık gördüğü güç ve savaşçı özellikleri bu tür oyunları oynamada önemli bir etkidir. Ayrıca kızlara oranla erkeklerin toplum tarafından daha az kısıtlanmaları erkeklerin bu oyunlara ulaşımını kolaylaştırmakta ve genelleştirmektedir. Dijital oyunların büyük çoğunluğunun güç, strateji, yönetme ve savaş özellikleri taşıması yine erkekleri bu oyunlara çeken bazı özellikler olmaktadır. Bu kızların bu oyunları oynamadıkları anlamına gelmemektedir elbette ki. Bazı strateji, zekâ geliştirme, kişilik geliştirme ve bazen de şiddet içerikli oyunlara kızların da eğilim gösterdikleri görülmekle birlikte bu oran erkeklere göre az bir oran olmaktadır. Asgari düzey dijital oyun bağımlılığı eğilimi gösterenlerin %67,0'ı kız iken %33,0'ı erkek, orta düzey dijital oyun bağımlılığı eğilim gösterenlerin %35,8'i kız iken %64,2'si erkek ve yüksek düzey dijital oyun bağımlılığı eğilimi gösterenlerin %27,7'si kız iken 72,3'ü erkek olmaktadır. Bu oranlarda değindiğimiz cinsiyet değişkenlerini destekler niteliktedir.

2.4.4. Cinsiyet ve Yalnızlık

Tablo 2.4.4. Cinsiyet ve Yalnızlık

Cinsiyet	Yalnızlık düzey			Total	
	Asgari Düzey Yalnızlık	Orta Düzey Yalnızlık	Yüksek Düzey Yalnızlık		
Kız	Count	287	159	86	532
	% within Cinsiyetiniz?	53,9%	29,9%	16,2%	100,0%
	% within yalnızlık düzey	49,4%	60,2%	59,3%	53,7%
	% of Total	29,0%	16,1%	8,7%	53,7%
Erkek	Count	294	105	59	458
	% within Cinsiyetiniz?	64,2%	22,9%	12,9%	100,0%
	% within yalnızlık düzey	50,6%	39,8%	40,7%	46,3%
	% of Total	29,7%	10,6%	6,0%	46,3%
Total	Count	581	264	145	990
	% within Cinsiyetiniz?	58,7%	26,7%	14,6%	100,0%
	% within yalnızlık düzey	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	58,7%	26,7%	14,6%	100,0%

Cinsiyetin ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin tespitine yönelik bu tablomuzda, kızların %53,9'u asgari düzey yalnızlık eğilimi gösterirken %29,9'u orta düzey ve %16,2'si yüksek düzey yalnızlık eğilimi göstermektedir. Erkeklerin ise %64,2'si asgari düzey yalnızlık eğilimi gösterirken %22,9'u orta düzey ve %12,9'u yüksek düzey bağımlılık eğilimi

göstermektedir. Aynı zamanda yüksek düzey yalnızlık eğilimi gösterenlerin %59,3'ü kız iken %40,7'si erkek olmaktadır. Verileri değerlendirecek olursak kız öğrencilerimizin erkek öğrencilerinden daha fazla yüksek düzey yalnızlık eğilimi gösterdiklerini görmekteyiz. Aradaki fark çok fazla olmamakla birlikte cinsiyeti yalnızlık düzeyini etkileyen bir etken olarak görebiliriz. Ama bu durumu sadece cinsiyetle açıklamak doğru olmayacaktır. Çünkü hiçbir psikolojik durumu sadece tek bir etkenle açıklamak doğru değildir. Bu nedenle herhangi bir durumu açıklarken birçok etken iç içe ve bütünsel olarak değerlendirilmelidir. Kızların yalnızlık düzeylerinin erkeklerden biraz daha fazla olmasını elbette ki kızların biyolojik ve psikolojik süreçlerine, toplumsal cinsiyet rollerine ve toplumun cinsiyete olan bakış açısına bağlayabiliriz. Kızların gerek aile gerekse çevre tarafından daha fazla kısıtlanması, hayatlarını sadece ev okul veya işyerlerinde geçirmelerinin istenmesi ve bir erkeğe göre daha dar bir sosyal çevreye sahip olması gibi durumlar kız cinsiyetini yalnızlığa sürükleyen önemli sebeplerden olabilir. Ayrıca kızların erkeklere kıyasla öz saygı ve öz güven gibi benlik algılarında daha fazla problem yaşaması ve çevrelerine karşı daha fazla güvensizlik duymalarına bağlanabilir. (Özbek, 2017) Yapmış olduğu çalışmasında kızların erkeklere oranla daha fazla yalnız olduklarını dile getirmesi çalışmamızı destekler niteliktedir.

2.4.5. Cinsiyet ve Bencillik

Tablo 2.4.5. Cinsiyet ve Bencillik

Cinsiyet	Bencillik düzeyi			Total
	Asgari Düzey Bencillik	Orta Düzey Bencillik	Yüksek Düzey Bencillik	
Count	204	211	117	532
% within Cinsiyetiniz?	38,3%	39,7%	22,0%	100,0%
% within bencillik düzeyi	53,0%	58,4%	48,0%	53,7%
% of Total	20,6%	21,3%	11,8%	53,7%
Count	181	150	127	458
% within Cinsiyetiniz?	39,5%	32,8%	27,7%	100,0%
% within bencillik düzeyi	47,0%	41,6%	52,0%	46,3%
% of Total	18,3%	15,2%	12,8%	46,3%
Count	385	361	244	990
% within Cinsiyetiniz?	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%
% within bencillik düzeyi	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%

Cinsiyet ile bencillik düzeyleri arasındaki ilişkisi şu şekildedir. Asgari düzey bencillik eğilimi gösteren bireylerimizin %53,0'ı kız iken bunun % 47,0'ı erkek, orta düzey bencillik

eğilimi gösteren bireylerimizin %58,4'ü kız iken %41,6'sı erkek, yüksek düzey bencillik eğilimi gösteren bireylerimizin %48,0'ı kız iken bunun %52,0'ı erkek olmaktadır. Toplam kızlarımızın %22,0 'ı yüksek düzey bencillik eğilimi gösterirken toplam erkeklerimizin ise %27,7'si yüksek düzey bencillik eğilimi göstermektedir. Araştırmamızda erkek katılımcılarımızın kızlara oranla daha fazla bencillik eğilimi gösterdiğini görmekteyiz. Bu durum erkek bireylerimizin psikolojik ve sosyolojik yapısından ve toplum tarafından kendilerine biçilen rollerden kaynaklanmaktadır. Erkeklerin zihinsel ve duygusal dünyalarının kızlardan daha fazla sert ve yüzeysel olması erkekleri bencillığe iten bir faktör olabilir. Ayrıca toplum olarak erkeklere daha güçlü, daha güvenilir ve kendi kendilerine yetebilme kabiliyetine sahip bir gözle bakılması erkek bireyleri bir öz güven patlamasına ve bencillığe götürebilir. Veysel Bozkurt'un (Bozkurt, 2018) yapmış olduğu çalışmasında erkeklerin kızlara oranla daha fazla bencillik eğilimi göstermesi araştırmamızı destekler niteliktedir.

2.4.6. Cinsiyet ve Yaşam Doyumu

Tablo 2.4.6. Cinsiyet ve Yaşam Doyumu

Cinsiyetiniz?	Yaşam doyumu			Total
	Yaşam doyumu yok	nötr düzey yaşam doyumu	Yaşam doyumu yüksek	
Count	93	184	255	532
% within Cinsiyetiniz?	17,5%	34,6%	47,9%	100,0%
% within yaşam doyumu	47,4%	54,4%	55,9%	53,7%
% of Total	9,4%	18,6%	25,8%	53,7%
Count	103	154	201	458
% within Cinsiyetiniz?	22,5%	33,6%	43,9%	100,0%
% within yaşam doyumu	52,6%	45,6%	44,1%	46,3%
% of Total	10,4%	15,6%	20,3%	46,3%
Count	196	338	456	990
% within Cinsiyetiniz?	19,8%	34,1%	46,1%	100,0%
% within yaşam doyumu	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	19,8%	34,1%	46,1%	100,0%

Yaşam doyumuna ulaştıklarını düşünen bireylerimizin ne tür özelliklere sahip olduğunu bilmek bizim içinde önem teşkil etmektedir. Bu tablomuz cinsiyetin yaşam doyumu seviyelerindeki etkisini dile getirmek amacıyla oluşturulmuştur. Yaşam doyumu yüksek olan bireylerimizin %55,9'u kız iken %44,1'i erkek olmaktadır. Kızların %47,4'ünün yaşam doyumu yok iken erkeklerin %52,6'sının yaşam doyumu yoktur. Bu iki durum

karşılaştırıldığında kızların daha fazla yaşam doyumu seviyelerine ulaştıklarını görmekteyiz. Kızların erkeklere kıyasla yaşadıkları hayattan daha fazla memnun olduklarını görmekteyiz. Bu durum cinsiyet algısının kız ve erkek cinsiyetinde yarattığı duygu ve düşüncelerden kaynaklanmaktadır. Kızların erkeklere kıyasla daha küçük şeylerle mutlu olabilmeleri, toplum tarafından kısıtlanmış bir hayatları oldukları için hayal sınırlarının da kısıtlı olması ve geçim konusunda kendilerine erkeklere kıyasla daha az yükümlülükler yüklenmesi kızların yaşam doyumu düzeylerinin yüksek olmasını sağlamaktadır. Buna karşılık erkeklerin toplumda daha aktif olması ve bununla birlikte dünya nimetlerinden kadınlardan daha çok haberdar olması onları en güzel, en güçlü ve en iyi olana yöneltmektedir. Bu hayal dünyasında kurdukları hayata ulaşamadıkları zaman ise doyumsuzluk yaşayabilirler. Ayrıca toplumsal cinsiyetin erkeklere tanıdığı bir özellik olarak sürekli güçlü, iktidar ve saygın olarak görülmek istenmesi bireyi daha farklı yollar aramaya sürükleyecek ve eldeki imkânlar hep yetersiz gelecektir onlara. Bu nedenle diyebiliriz ki yaşam doyumu kişilerin doyum düzeylerinin farklı olmasına bağlı olarak değişen bir olgudur. Cinsiyet olarak da her iki cinsiyetin doyum algıları aynı olmadığı için doyum düzeylerinin de aynı olması beklenemez.

2.4.7. İnternet Bağımlılığı ve Yalnızlık

Tablo 2.4.7. İnternet Bağımlılığı ve Yalnızlık

İnternet Bağımlılığı		Yalnızlık düzeyi			Total
		Asgari Düzey Yalnızlık	Orta Düzey Yalnızlık	Yüksek Düzey Yalnızlık	
Asgari Düzey Bağımlı	Count	215	74	29	318
	% within internet bağımlılığı	67,6%	23,3%	9,1%	100,0%
	% within yalnızlık düzeyi	37,0%	28,0%	20,0%	32,1%
	% of Total	21,7%	7,5%	2,9%	32,1%
Orta Düzey Bağımlı	Count	259	117	54	430
	% within internet bağımlılığı	60,2%	27,2%	12,6%	100,0%
	% within yalnızlık düzeyi	44,6%	44,3%	37,2%	43,4%
	% of Total	26,2%	11,8%	5,5%	43,4%
Yüksek Düzey Bağımlı	Count	107	73	62	242
	% within internet bağımlılığı	44,2%	30,2%	25,6%	100,0%
	% within yalnızlık düzeyi	18,4%	27,7%	42,8%	24,4%
	% of Total	10,8%	7,4%	6,3%	24,4%
Total	Count	581	264	145	990
	% within internet bağımlılığı	58,7%	26,7%	14,6%	100,0%
	% within yalnızlık düzeyi	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	58,7%	26,7%	14,6%	100,0%

Katılımcılarımızın internet bağımlılığına göre yalnızlık ilişkini ortaya koyduğumuz bu tablomuzda, asgari düzey internet bağımlılığı eğilimi gösteren katılımcılarımızın %67,6'ı asgari düzey yalnızlık, %23,3'ü orta düzey yalnızlık ve %9,1'i ise yüksek düzey yalnızlık eğilimi göstermektedirler. Yüksek düzey internet bağımlılığı eğilimi gösteren katılımcıların %44,2'si asgari düzey yalnızlık, %30,2'si orta düzey yalnızlık ve %25,6'sı ise yüksek düzey yalnızlık eğilimi göstermektedirler. Artan internet bağımlılığı sürecine bağlı olarak yalnızlık düzeylerindeki artışlar yalnızlık düzeyinin internet bağımlılığını etkileyen önemli bir faktör olduğunu göstermektedir. Yalnız olan bireyler kendilerini sosyal hayattan soyutladıkları için bu sosyal boşluğu dolduracak başka alanlara yönelmektedir. İnternet ve sosyal medyaya olan

ilgileri bu boşluktan kaynaklanmaktadır. Bu nedenle bireyler sosyalleşme ve iletişim ihtiyacını gidermek için bu tür platformlara çokça vakit ayırmaya başlar, ayrılan bu vakitler zamanla artmaya başlar ve birey bu zamanı kontrol edemez duruma gelir. Bunu takip eden süreç ise bağımlılıktır. Yani bu çalışmamız bize yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ayrıca literatüre bakacak olursak; Şükrü Balcı ve Birol Gülnar'ın 2009'da (Kaygusuz, 2013) yapmış oldukları çalışmada internet bağımlılığı ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki bulgulası, G. Kurtaran Turnalar'ın 2008 de (Doğan, 2013) yaptığı çalışmasında yalnızlığın internet bağımlılığını pozitif yönde yordadığını bulması ve Morahan-Martin ve Schumacher'in 2000'de (Doğan, 2013) yaptıkları çalışmalarında patolojik internet kullanıcılarının daha fazla yalnızlık eğilimi gösterdiklerini bulgularları ve (Ekşi, 2016), (Balcı, 2018), (Saffet Burak Bayram, 2016) vb. çalışmalarda yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu bulunması çalışmamızda elde ettiğimiz bulguları destekler niteliktedir. Bu ve buna benzer birçok çalışmada görüldüğü gibi yalnızlık gibi psikolojik süreçler bireyleri patolojik internet kullanıma götürmektedir. Bu durumun önüne geçebilmek için bireylere sosyalleşme ve iletişim ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri daha sağlıklı ve uygun koşul ve ortam sağlanmalıdır.

2.4.8. İnternet Bağımlılığı ve Bencillik

Tablo 2.4.8. İnternet Bağımlılığı ve Bencillik

İnternet bağımlılığı		Bencillik düzeyi			Total
		Asgari Düzey Bencillik	Orta Düzey Bencillik	Yüksek Düzey Bencillik	
Asgari Düzey Bağımlı	Count	168	118	32	318
	% within internet bağımlılığı	52,8%	37,1%	10,1%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	43,6%	32,7%	13,1%	32,1%
	% of Total	17,0%	11,9%	3,2%	32,1%
Orta Düzey Bağımlı	Count	162	165	103	430
	% within internet bağımlılığı	37,7%	38,4%	24,0%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	42,1%	45,7%	42,2%	43,4%
	% of Total	16,4%	16,7%	10,4%	43,4%
Yüksek Düzey Bağımlı	Count	55	78	109	242
	% within internet bağımlılığı	22,7%	32,2%	45,0%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	14,3%	21,6%	44,7%	24,4%
	% of Total	5,6%	7,9%	11,0%	24,4%
Total	Count	385	361	244	990
	% within internet bağımlılığı	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%

Katılımcılarımızın internet bağımlılığına göre bencillik ilişkisini ele aldığımız bu tabloda, asgari düzey internet bağımlılığı eğilimi gösteren katılımcılarımızın %52,8'inin asgari düzey bencillik, %37,1'inin orta düzey bencillik ve %10,1'inin ise yüksek düzey bencillik eğilimi gösterdiklerini görülmektedir. Yüksek düzey internet bağımlılığı eğilimi gösteren katılımcılarımızın ise %22,7'sinin asgari düzey bencillik, %32,2'sinin orta düzey bencillik ve %45,0'ının ise yüksek düzey bencillik eğilimi gösterdiği görülmektedir. Bu

örneklemede artan internet bağımlılığı düzeyine bağlı olarak bencillik düzeyinin de arttığı görülmektedir. Bu durum bencillik düzeyinin internet bağımlılığını artıran önemli bir faktör olduğunu göstermekte ve bencillik ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. İnternet sahip olduğu birçok özelliikle birlikte bencilliğin dışa yansıtmasında da önemli birçok özelliği bünyesinde barındırmaktadır. İnternetin bireylere kendilerini olduklarında farklı gösterebilme özgürlüğü tanınması, paylaşma özelliğiyle birçok insana kendini gösterebilme ve beğendirebilme imkânı vermesi ve bencilliklerini tatmin ettirecek birçok uygulamayı bünyesinde barındırması bireylerin bencilik algılarını artıran önemli koşullardır.

2.4.9. İnternet Bağımlılığı ve Yaşam Doyumu

Tablo 2.4.9. İnternet Bağımlılığı ve Yaşam Doyumu

İnternet bağımlılığı		Yaşam doyumu			Total
		Yaşam doyumu yok	nötr düzey yaşam doyumu	Yaşam doyumu yüksek	
Asgari Düzey Bağımlı	Count	49	97	172	318
	% within internet bağımlılığı	15,4%	30,5%	54,1%	100,0%
	% within yaşam doyumu	25,0%	28,7%	37,7%	32,1%
	% of Total	4,9%	9,8%	17,4%	32,1%
Orta Düzey Bağımlı	Count	74	156	200	430
	% within internet bağımlılığı	17,2%	36,3%	46,5%	100,0%
	% within yaşam doyumu	37,8%	46,2%	43,9%	43,4%
	% of Total	7,5%	15,8%	20,2%	43,4%
Yüksek Düzey Bağımlı	Count	73	85	84	242
	% within internet bağımlılığı	30,2%	35,1%	34,7%	100,0%
	% within yaşam doyumu	37,2%	25,1%	18,4%	24,4%
	% of Total	7,4%	8,6%	8,5%	24,4%
Total	Count	196	338	456	990
	% within internet bağımlılığı	19,8%	34,1%	46,1%	100,0%
	% within yaşam doyumu	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	19,8%	34,1%	46,1%	100,0%

Katılımcıların internet bağımlılığına göre yaşam doyumu ilişkini tespit etmeye yönelik bu tablomuzda, asgari düzey internet bağımlılığı eğilimi gösteren öğrencilerimizin %15,4'ünün yaşam doyumu yok, %30,5'nin nötr yaşam doyumu ve %54,1'inin yüksek düzey yaşam doyumu vardır. Yüksek düzey internet bağımlılığı eğilimi gösteren öğrencilerimizin ise %30,2'nin yaşam doyumu yok, %35,1'i nötr yaşam doyumu ve %34,7'sinin ise yüksek düzey yaşam doyumu olduğu görülmektedir. Yaşam doyumu düzeylerinin azalmasına bağlı olarak bağımlılık oranının arttığı ve yüksek yaşam doyumu düzeyine ulaşan bireylerimizin ise daha az oranda bağımlılık eğilimi gösterdikleri görülmektedir. Bu durum yaşam doyumu ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir. Belli bir yaşam doyumu seviyesine ulaşmış bireyler birçok isteğinde tatmin oldukları için kendilerini beğendirmek, başkalarının gözünde değerli olduklarını hissetmek ve kendilerini kanıtlamak gibi bir amaçları olmadığı için bazı psikososyal problemlerle karşılaşmaları daha düşüktür. İnternet ya da sosyal medya gibi platformlar daha çok gerçek yaşantısında memnun olmayan ve bu mutluluğu başka yerlerde arayan bireyleri kendisine çekmektedir. Daha doğrusu bu durum bu tür platformların kullanıcılar tarafından amacı dışında ve olumsuz sonuç doğuracak şekillerde kullanıldığını göstermektedir. Bu nedenle diyebiliriz ki belli bir yaşam doyumu seviyesine ulaşmış bireylerde bu tür problemli davranışların ortaya çıkması daha zordur. Ama bu hiç yoktur anlamına da gelmemektedir. (Ko ve ark. 2005; Wang ve ark., 2008; Ko ve ark., 2007; Akt: (Esen, 2010) vb. araştırmalarda yaşam doyumu ve internet bağımlılığı arasında negatif yönlü bir ilişkinin olduğu dile getirilmesi araştırmamızı destekler niteliktedir.

2.4.10. Aile Birliği ve İnternet Bağımlılığı

Tablo 2.4.10. Aile Birliği ve İnternet Bağımlılığı

Anne ve Babanız Birlikte mi yaşıyor?	İnternet bağımlılığı			Total
	Asgari Düzey Bağımlı	Orta Düzey Bağımlı	Yüksek Düzey Bağımlı	
Count	303	392	217	912
% within Anne ve Babanız Birlikte mi yaşıyor?	33,2%	43,0%	23,8%	100,0%
% within internet bağımlılığı	95,3%	91,2%	89,7%	92,1%
% of Total	30,6%	39,6%	21,9%	92,1%
Count	15	38	25	78
% within Anne ve Babanız Birlikte mi yaşıyor?	19,2%	48,7%	32,1%	100,0%
% within internet bağımlılığı	4,7%	8,8%	10,3%	7,9%
% of Total	1,5%	3,8%	2,5%	7,9%
Count	318	430	242	990
% within Anne ve Babanız Birlikte mi yaşıyor?	32,1%	43,4%	24,4%	100,0%
% within internet bağımlılığı	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	32,1%	43,4%	24,4%	100,0%

Örneklemin aile yapısı ve ebeveynlerin durumları bireylerimizi psikolojik ve sosyolojik yönden etkileyen önemli unsurlardır. Bireylerin sosyalleşme sürecinin başladığı, kişilik ve benlik kazandığı yer hiç şüphesiz ailedir. Bu nedenle birçok psikolojik ve sosyo-kültürel problemlerin ana kaynağını ailede aramak gerekir. Bu çalışmamızda bireylerimizin sahip olduğu ailevi koşulların internet bağımlılığı sürecinde nasıl bir etkiye sahip olduğunu dile getirmeye yöneliktir. Örnekleimde anne-babası birlikte yaşayan bireylerimizin %33,2’i asgari düzey internet bağımlılığı eğilimini gösterirken, %43,0’ı orta düzey ve %23,8’i yüksek düzey internet bağımlılığı eğilimi göstermektedir. Anne-babaları ayrı yaşayan bireylerimizin ise, %19,2’si asgari düzey internet bağımlılığı eğilimi gösterirken %48,7’i orta düzey ve %32,1’i yüksek düzey internet bağımlılığı eğilimi göstermektedir. Sonuçlara baktığımızda anne-babası ayrı yaşayan bireylerimizin daha fazla internet bağımlılığı eğilimi gösterdiklerini görmekteyiz. (Kısa, 2018), (Arslan, 2017), (Turan, 2015), (F.Turan, 2017), (Bayhan, 2011) tarafından yapılan çalışmalar sonucunda da anne-babası ayrı yaşayan bireylerin birlikte yaşayan bireylere oranla daha fazla internet bağımlılığı eğilimi gösterdikleri görülmektedir. Bu durum aile içindeki psikolojik sorunların başka bir psikolojik soruna neden olduğunu göstermektedir. Anne-babası ayrı olan bireylerimizin anne veya baba sevgisinden uzak

olması, kendilerini yalnız hissetmeleri ve ebeveynler arasındaki çatışmaya maruz kalması bireyi başka yollar aramaya sürükler. Biraz olsun bu karmaşadan uzaklaşmak, kendini daha iyi hissedecek yerlere gitmek ister. Bu süreçte internet ve sosyal medya iyi bir kaçamak yolu olarak görülür. Oysa birey bunu sürekli yaparak gerçek hayatından kopmaya başlar ve sadece bu internet ve sosyal medya platformları üzerinde kurdukları hayatı yaşamaya başlarlar.



2.4.11. Başarı Durumu ve İnternet Bağımlılığı

Tablo 2.4.11. Başarı Durumu ve İnternet Bağımlılığı

Okuldaki başarı durumu		İnternet bağımlılığı			Total
		Asgari Düzey Bağımlı	Orta Düzey Bağımlı	Yüksek Düzey Bağımlı	
Çok kötü	Count	3	15	31	49
	% within Okuldaki başarı durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?	6,1%	30,6%	63,3%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	0,9%	3,5%	12,8%	4,9%
	% of Total	0,3%	1,5%	3,1%	4,9%
Kötü	Count	14	25	23	62
	% within Okuldaki başarı durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?	22,6%	40,3%	37,1%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	4,4%	5,8%	9,5%	6,3%
	% of Total	1,4%	2,5%	2,3%	6,3%
Orta	Count	108	179	102	389
	% within Okuldaki başarı durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?	27,8%	46,0%	26,2%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	34,0%	41,6%	42,1%	39,3%
	% of Total	10,9%	18,1%	10,3%	39,3%
İyi	Count	154	169	64	387
	% within Okuldaki başarı durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?	39,8%	43,7%	16,5%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	48,4%	39,3%	26,4%	39,1%
	% of Total	15,6%	17,1%	6,5%	39,1%
Çok iyi	Count	39	42	22	103
	% within Okuldaki başarı durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?	37,9%	40,8%	21,4%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	12,3%	9,8%	9,1%	10,4%
	% of Total	3,9%	4,2%	2,2%	10,4%
Total	Count	318	430	242	990
	% within Okuldaki başarı durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?	32,1%	43,4%	24,4%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	32,1%	43,4%	24,4%	100,0%

Örnekleminizin okuldaki başarı durumları ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi tespit etmeye yönelik bu tablomuzda, örneklemin internet bağımlılığı düzeylerine bağlı

olarak okuldaki başarı durumlarında bazı değişmelerin olduğunu görmekteyiz. Okuldaki başarı durumunu çok kötü olarak belirten bireylerimizin %6,1'i asgari düzey internet bağımlısı iken %30,6'ı orta düzey ve %63,3'ü yüksek düzey internet bağımlısı olduğu görülmektedir. Aksi yönde okuldaki başarı durumunu çok iyi olarak belirten bireylerimizin ise %37,9'u asgari düzey internet bağımlısı, %40,8'i orta düzey internet bağımlısı ve %21,4'ü yüksek düzey internet bağımlısı olduğu görülmektedir. Aynı şekilde başarı durumunu iyi olarak belirten bireylerimizin %16,5'i yüksek düzey internet bağımlısı çıkarken, başarı durumunu kötü olarak belirten bireylerimizin %37,1'nin yüksek düzey internet bağımlısı çıkması aradaki farkı gösteren önemli bir sonuçtur. Bu durum internet bağımlılığının öğrencilerimizin başarı durumlarını etkileyen önemli bir faktör olduğunu göstermektedir. Ya da okuldaki başarı durumu kötü olan bireylerimizin daha fazla internet bağımlılığı eğilimi gösterdiklerini açıklamaktadır. (Moral, 2018) ve (Kısa, 2018) çalışmalarındaki başarı durumu ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişkinin varlığı durumu çalışmamızı destekler niteliktedir. Başarı durumu ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki söz konusu olmakla birlikte karşılıklı bir etkinin söz konusu olduğunu dile getirebiliriz.

2.4.12. İnterneti Kullanma Amacı ve İnternet Bağımlılığı

Tablo 2.4.12. İnterneti Kullanma Amacı ve İnternet Bağımlılığı

İnterneti genel itibariyle hangi amaçlar için kullanırsınız?	İnternet bağımlılığı			Total
	Asgari Düzey Bağımlı	Orta Düzey Bağımlı	Yüksek Düzey Bağımlı	
İnternet sayfalarında sörf yapmak	28	55	51	134
	20,9%	41,0%	38,1%	100,0%
	8,8%	12,8%	21,1%	13,5%
	2,8%	5,6%	5,2%	13,5%
Oyun oynamak	31	51	42	124
	25,0%	41,1%	33,9%	100,0%
	9,7%	11,9%	17,4%	12,5%
	3,1%	5,2%	4,2%	12,5%
Okulla ilgili araştırmalar yapmak	58	25	2	85
	68,2%	29,4%	2,4%	100,0%
	18,2%	5,8%	0,8%	8,6%
	5,9%	2,5%	0,2%	8,6%
Film izlemek	31	40	19	90
	34,4%	44,4%	21,1%	100,0%
	9,7%	9,3%	7,9%	9,1%
	3,1%	4,0%	1,9%	9,1%
Boş zamanlarını değerlendirme	99	150	50	299
	33,1%	50,2%	16,7%	100,0%
	31,1%	34,9%	20,7%	30,2%
	10,0%	15,2%	5,1%	30,2%
diğerleri	36	35	24	95
	37,9%	36,8%	25,3%	100,0%
	11,3%	8,1%	9,9%	9,6%
	3,6%	3,5%	2,4%	9,6%
Hepsi	35	74	54	163
	21,5%	45,4%	33,1%	100,0%
	11,0%	17,2%	22,3%	16,5%
	3,5%	7,5%	5,5%	16,5%
Total	318	430	242	990
	32,1%	43,4%	24,4%	100,0%
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	32,1%	43,4%	24,4%	100,0%

Örneklemin interneti kullanma amaçlarına bağlı olarak internet bağımlılığı düzeylerindeki farklılaşmayı ortaya koymak için oluşturulan bu tabloda, asgari düzey internet bağımlılığı eğilimi gösteren bireylerimizin interneti daha çok boş zamanlarını değerlendirmek (%31,1), okulla ilgili araştırmalar yapmak (%18,2) ve diğer amaçlar (%11,3) için kullanılmaktadırlar. Yüksek düzey bağımlılık eğilimi gösterenlere gelince bireylerimizin interneti daha çok internet sayfalarında sörf yapmak(%21,1), boş zamanlarını değerlendirmek (%20,7), hepsi (%22,3) ve oyun oynamak (%17,4) için kullanılmaktadırlar. Gördüğümüz üzere bağımlı olmayan ile olanlar arasında farklı kullanım amaçları görülmektedir. Bağımlılık düzeyi yüksek olan grupların daha çok internette sörf yapmayı, boş zamanı değerlendirmeyi ve oyun oynamayı tercih ettiklerini görmekteyiz. İnternetin faydalı kullanım alanları olduğu gibi zararlı kullanım alanları da mevcuttur. Örneğin C.Chou ve MC Hsiao'nun Tayvan'da 2000'de (Gülner,2009) yapmış olduğu çalışmalarında bağımlı grupların interneti daha çok çift yönlü iletişim ve oyun oynamak amacıyla kullandıklarını dile getirmektedirler. A. Johanson ve K.G Götestam'ın Norveç'te 2004'te (Gülner, 2009) ve Orhan ve Akkoyunlu'nun Türkiye'de 2004'te (Doğan, 2013) yaptıkları çalışmalarda internet kullanım amaçları ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişkiler bulmaktadır. Dahası Şükrü Balcı ve Birol Gülner'ın Türkiye'de 2009'da (Kaygusuz, 2013) yaptıkları çalışmalarında internet bağımlılarının interneti daha çok oyun oynamak ve sörf yapmak amacıyla kullandıklarını ve (Canan, 2010) üniversite öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirdiği araştırmasında internet bağımlılık düzeyleri yüksek olan öğrencilerin interneti daha çok oyun oynama amaçlı kullandıklarını tespit etmeleri araştırmamızı destekler niteliktedir.

2.4.13. İnternette Geçirilen Süre İle İnternet Bağımlılığı

Tablo 2.4.13. İnternette Geçirilen Süre İle İnternet Bağımlılığı

Bir günde internette kaç saat vakit geçiriyorsunuz.		İnternet bağımlılığı			Total
		Asgari Düzey Bağımlı	Orta Düzey Bağımlı	Yüksek Düzey Bağımlı	
0-1 saat arası	Count	147	91	25	263
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	55,9%	34,6%	9,5%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	46,2%	21,2%	10,3%	26,6%
	% of Total	14,8%	9,2%	2,5%	26,6%
1-3 saat arası	Count	139	185	63	387
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	35,9%	47,8%	16,3%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	43,7%	43,0%	26,0%	39,1%
	% of Total	14,0%	18,7%	6,4%	39,1%
3-5 saat arası	Count	20	105	75	200
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	10,0%	52,5%	37,5%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	6,3%	24,4%	31,0%	20,2%
	% of Total	2,0%	10,6%	7,6%	20,2%
5-7 saat arası	Count	4	29	27	60
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	6,7%	48,3%	45,0%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	1,3%	6,7%	11,2%	6,1%
	% of Total	0,4%	2,9%	2,7%	6,1%
7 ve üzeri	Count	8	20	52	80
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	10,0%	25,0%	65,0%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	2,5%	4,7%	21,5%	8,1%
	% of Total	0,8%	2,0%	5,3%	8,1%
Total	Count	318	430	242	990
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	32,1%	43,4%	24,4%	100,0%
	% within internet bağımlılığı	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	32,1%	43,4%	24,4%	100,0%

İnternette geçirilen vakit ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi açıklamak için oluşturulmuştur. İnternette 0-1 saat arası vakit geçirenlerin, %55,9'u asgari düzey bağımlı, %34,6'sı orta düzey bağımlı ve %9,5'i yüksek düzey bağımlı eğilimi göstermekte, 1-3 saat arası vakit geçirenlerin %35,9'u asgari düzey bağımlı, %47,8'i orta düzey bağımlı ve %16,3'ü yüksek düzey bağımlı eğilimi göstermekte, 3-5 saat arası vakit geçirenlerin, %10,0'ı asgari düzey bağımlı, %52,5'i orta düzey bağımlı ve %37,5'i yüksek düzey bağımlı eğilimi göstermekte, 5-7 saat arası vakit geçirenlerin; % 6,7'si asgari düzey bağımlı, %48,3'ü orta düzey bağımlı ve %45,0'ı yüksek düzey bağımlı eğilimi göstermekte ve son olarak 7 ve üzeri saat vakit geçirenlerin %10,0'ı asgari düzey bağımlı, %25,0'ı orta düzey bağımlı ve %65,0'ı yüksek düzey bağımlı eğilimi göstermektedir. İnternette geçirilen sürenin artmasına bağlı olarak yüksek düzey bağımlı oranının da artması süre ile internet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir. İnternette geçirilen sürenin artmasına bağlı olarak bireylerin bu süreleri kontrol edemedikleri ve bu sürecin devam etmesiyle bireyin internete bağımlı bir kişilik oluşturduğu gözlenmektedir. K. Nalwa ve A.P Anand 2003 yılında Hindistan'da C.Chou ve Mc Hsiao 2000 yılında Tayvan'da ve Kubey ve Ark. 2001 yılında (Gülner, 2009), (Yılmaz, 2014) (Bayhan, 2011), (Kaygusuz, 2013), (Öztosun, 2018) ve (Topal, 2018) yapmış oldukları çalışmalarda internette geçirilen süre ile internet bağımlılığı arasında kurulan ilişkinin doğrusal olması açısından araştırmamızı destekler niteliktedir. Bu çalışmada internet bağımlıları ile bağımlı olmayanlar arasında anlamlı davranışlar ve işlevsel farklılıklar olduğu ve internet bağımlılarının internette daha fazla zaman harcadıkları gözlenmiştir.

2.4.14. Üye Olunan Sosyal Medya Hesap Sayısı ile İnternet Bağımlılığı

Tablo 2.4.14. Üye Olunan Sosyal Medya Hesap Sayısı ile İnternet Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı		Sosyal medya hesaplarından kaç tanesine sahipsiniz?							Total
		1	2	3	4	5	6 ve üzeri	Hesabım Yok	
Asgari Düzey Bağımlı	Count	108	80	57	26	21	14	12	318
	% within internet bağımlılığı	34,0%	25,2%	17,9%	8,2%	6,6%	4,4%	3,8%	100,0%
	% within Sosyal medya hesaplarından kaç tanesine sahipsiniz?	50,2%	37,9%	26,6%	17,1%	23,9%	15,1%	70,6%	32,1%
	% of Total	10,9%	8,1%	5,8%	2,6%	2,1%	1,4%	1,2%	32,1%
	Count	79	91	96	79	45	37	3	430
Orta Düzey Bağımlı	% within internet bağımlılığı	18,4%	21,2%	22,3%	18,4%	10,5%	8,6%	0,7%	100,0%
	% within Sosyal medya hesaplarından kaç tanesine sahipsiniz?	36,7%	43,1%	44,9%	52,0%	51,1%	39,8%	17,6%	43,4%
	% of Total	8,0%	9,2%	9,7%	8,0%	4,5%	3,7%	0,3%	43,4%
	Count	28	40	61	47	22	42	2	242
	% within internet bağımlılığı	11,6%	16,5%	25,2%	19,4%	9,1%	17,4%	0,8%	100,0%
Yüksek Düzey Bağımlı	% within Sosyal medya hesaplarından kaç tanesine sahipsiniz?	13,0%	19,0%	28,5%	30,9%	25,0%	45,2%	11,8%	24,4%
	% of Total	2,8%	4,0%	6,2%	4,7%	2,2%	4,2%	0,2%	24,4%
	Count	215	211	214	152	88	93	17	990
	% within internet bağımlılığı	21,7%	21,3%	21,6%	15,4%	8,9%	9,4%	1,7%	100,0%
	% within Sosyal medya hesaplarından kaç tanesine sahipsiniz?	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
Total	% of Total	21,7%	21,3%	21,6%	15,4%	8,9%	9,4%	1,7%	100,0%

Bu tablo katılımcıların internet ortamlarında kaç tane sosyal medya hasına sahip oldukları ve bu sosyal medya hesap sayısındaki artışa bağlı olarak katılımcıların internet bağımlılığı süreçlerinde ne gibi değişimler olduğunu öğrenmek için oluşturulmuştur. Yüksek düzey internet bağımlılığı eğilimi gösteren bireylerin %11,6'sı bir sosyal medya hesabına

sahip, %16,5'i iki, %25,2'si üç, %19,4'ü dört, %9,1'i beş ve %17,4'ü altı ve üzeri sosyal medya hesabına sahip olduğunu görmekteyiz. Sosyal medya hesap sayılarındaki artışa bağlı olarak bağımlılık düzeylerinde de bir artış yaşandığını görmekteyiz. Bu durum sosyal medya hesap sayısı ile internet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Hesap sayılarının fazla olması bireyin internette daha fazla süre harcamasına, her hesap için ayrı zaman ve ilgi göstermesine neden olmakta ve birey bu süreçte internetin ayrılmaz bir parçası olmaktadır. Öztosun (Öztosun, 2018) yapmış olduğu çalışmada sosyal medya hesap sayısı ile internet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişkinin varlığını dile getirmektedir.

2.4.15. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlık

Tablo 2.4.15. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Yalnızlık

Sosyal medya bağımlılığı		Yalnızlık düzeyi			Total
		Asgari Düzey Yalnızlık	Orta Düzey Yalnızlık	Yüksek Düzey Yalnızlık	
Asgari Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Count	385	129	44	558
	% within sosyal medya bağımlılığı	69,0%	23,1%	7,9%	100,0%
	% within yalnızlık düzeyi	66,3%	48,9%	30,3%	56,4%
	% of Total	38,9%	13,0%	4,4%	56,4%
Orta Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Count	143	94	52	289
	% within sosyal medya bağımlılığı	49,5%	32,5%	18,0%	100,0%
	% within yalnızlık düzeyi	24,6%	35,6%	35,9%	29,2%
	% of Total	14,4%	9,5%	5,3%	29,2%
Yüksek Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Count	53	41	49	143
	% within sosyal medya bağımlılığı	37,1%	28,7%	34,3%	100,0%
	% within yalnızlık düzeyi	9,1%	15,5%	33,8%	14,4%
	% of Total	5,4%	4,1%	4,9%	14,4%
Total	Count	581	264	145	990
	% within sosyal medya bağımlılığı	58,7%	26,7%	14,6%	100,0%
	% within yalnızlık düzeyi	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	58,7%	26,7%	14,6%	100,0%

Yalnızlık ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin yönünü belirlemek için oluşturduğumuz bu tablomuzda yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiye benzer bir ilişkiyi görmekteyiz. Asgari düzey yalnızlık eğilimi gösteren bireylerin %66,3'ü asgari düzey

sosyal medya bağımlısı, % 24,6'sı orta düzey sosyal medya bağımlısı ve %9,1'i yüksek düzey sosyal medya bağımlısı olduğu görülmektedir. Yüksek düzey yalnızlık eğilimi gösteren bireylerin %30,3'ü asgari düzey sosyal medya bağımlısı, %35,9'u orta düzey sosyal medya bağımlısı ve %33,9'i yüksek düzey sosyal medya bağımlısı olduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığında olduğu gibi yalnız bireylerin sosyal çevre ve iletişim ihtiyaçları bireyleri sosyal medya platformlarına yöneltmekte ve bireyi bu platformlara bağımlı hale getirmektedir.

2.4.16. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Bencillik

Tablo 2.4.16. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Bencillik

Sosyal medya bağımlılığı		Bencillik düzeyi			Total
		Asgari Düzey Bencillik	Orta Düzey Bencillik	Yüksek Düzey Bencillik	
Asgari Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Count	271	203	84	558
	% within sosyal medya bağımlılığı	48,6%	36,4%	15,1%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	70,4%	56,2%	34,4%	56,4%
	% of Total	27,4%	20,5%	8,5%	56,4%
Orta Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Count	82	110	97	289
	% within sosyal medya bağımlılığı	28,4%	38,1%	33,6%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	21,3%	30,5%	39,8%	29,2%
	% of Total	8,3%	11,1%	9,8%	29,2%
Yüksek Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Count	32	48	63	143
	% within sosyal medya bağımlılığı	22,4%	33,6%	44,1%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	8,3%	13,3%	25,8%	14,4%
	% of Total	3,2%	4,8%	6,4%	14,4%
Total	Count	385	361	244	990
	% within sosyal medya bağımlılığı	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%

Sosyal medya bağımlılığına göre bencillik ilişkisini ortaya koymak için oluşturulan bu tabloda bu iki değişken arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu görmekteyiz. Bencillik ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiye benzer bir ilişkiyi sosyal medyada da görmekteyiz. Asgari düzey sosyal medya bağımlılığı eğilimi gösteren katılımcıların %48,6'sının asgari düzey bencillik, %36,4'ünün orta düzey bencillik ve %15,1'inin yüksek düzey bencillik eğilimi gösterdiği görülmektedir. Aynı zamanda yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı eğilim gösteren katılımcıların ise %22,4'ü asgari düzey bencillik, %33,6'ı orta düzey bencillik ve %44,1'i ise yüksek düzey bencillik eğilimi gösterdiği görülmektedir. Yani artan sosyal medya bağımlılığına bağlı olarak bencillik düzeyinin de arttığı görülmektedir. Bu doğrusal ilişki bu iki faktörün birbirlerini besledikleri anlamını çıkarmaktadır. İnternette olduğu gibi sosyal medyanın da bireylerin benliklerini sergilemede ve bencillik duygularını dışa vurumda etkin birçok platforma sahip olması bireyleri bu platformlara çeken önemli albenilerdir. Ayrıca sosyal medyanın bireylere görülme/izlenme imkânı vermesi ve bireye “ben de varım” hissi vermesi bireyin bencillik algısını etkileyen diğer faktörlerdir. Koç (Koç, 2017) yapmış olduğu çalışmada bencillik ile sosyal medya arasında önemli bir ilişkinin varlığından bahsetmesi çalışmamıza referans oluşturmaktadır.

2.4.17. Aile Birliği ve Yaşam Doyumu

Tablo 2.4.17. Aile Birliği ve Yaşam Doyumu

Anne ve Babanız Birlikte mi yaşıyor	Yaşam doyumu			Total
	Yaşam doyumu yok	nötr düzey yaşam doyumu	Yaşam doyumu yüksek	
Count	174	303	435	912
% within Anne ve Babanız Birlikte mi	19,1%	33,2%	47,7%	100,0%
Evet yaşıyor?				
% within yaşam doyumu	88,8%	89,6%	95,4%	92,1%
% of Total	17,6%	30,6%	43,9%	92,1%
Count	22	35	21	78
% within Anne ve Babanız Birlikte mi	28,2%	44,9%	26,9%	100,0%
Hayır yaşıyor?				
% within yaşam doyumu	11,2%	10,4%	4,6%	7,9%
% of Total	2,2%	3,5%	2,1%	7,9%
Count	196	338	456	990
% within Anne ve Babanız Birlikte mi	19,8%	34,1%	46,1%	100,0%
Total yaşıyor?				
% within yaşam doyumu	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	19,8%	34,1%	46,1%	100,0%

Örneklemin anne ve babalarının ayrı mı yoksa birlikte mi yaşadıklarını ve bu durumun bireylerimizin yaşam doyumu düzeylerine ne tür etkileri olduğunu göstermek için oluşturduğumuz bu tabloda, anne ve babalarının birlikte yaşadıklarını dile getiren öğrencilerimizin %19,1'inin yaşam doyumu yok iken, %33,2'sinin yaşam doyumu nötr ve %47,7'sinin ise yaşam doyumu yüksek çıkmıştır. Aynı şekilde anne ve babalarının ayrı yaşadıklarını dile getiren bireylerimizin %28,2'sinin yaşam doyumu yok iken, %44,9'unun nötr ve %26,9'unun ise yaşam doyumu yüksek çıkmıştır. Bu iki duruma göre farklılık gösteren yaşam doyumu seviyeleri aile birliğinin bireyin yaşamını etkilemede önemli bir faktör olduğunu göstermektedir. Öğrencilerimizin anne-babalarının ayrı yaşaması gibi aile içi sorunların bireylerimizi psikolojik yönden etkilediğini ve bu nedenle öğrencilerimizin yaşadıkları yaşam koşullarından memnun olmadıklarını görmekteyiz. Aile içi ilişkilerin sadece yaşam doyumu düzeylerinde değil daha birçok psikolojik soruna da sebebiyet verdiğini dile getirebiliriz.

2.4.18. İnternette Geçirilen Süre İle Sosyal Medya Bağımlılığı

Tablo 2.4.18. İnternette Geçirilen Süre İle Sosyal Medya Bağımlılığı

Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	Sosyal medya bağımlılığı			Total
	Asgari Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Orta Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Yüksek Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	
0-1 saat arası	211	39	13	263
	80,2%	14,8%	4,9%	100,0%
	37,8%	13,5%	9,1%	26,6%
	21,3%	3,9%	1,3%	26,6%
1-3 saat arası	222	121	44	387
	57,4%	31,3%	11,4%	100,0%
	39,8%	41,9%	30,8%	39,1%
	22,4%	12,2%	4,4%	39,1%
3-5 saat arası	82	82	36	200
	41,0%	41,0%	18,0%	100,0%
	14,7%	28,4%	25,2%	20,2%
	8,3%	8,3%	3,6%	20,2%
5-7 saat arası	21	24	15	60
	35,0%	40,0%	25,0%	100,0%
	3,8%	8,3%	10,5%	6,1%
	2,1%	2,4%	1,5%	6,1%
7 ve üzeri	22	23	35	80
	27,5%	28,8%	43,8%	100,0%
	3,9%	8,0%	24,5%	8,1%
	2,2%	2,3%	3,5%	8,1%
Total	558	289	143	990
	56,4%	29,2%	14,4%	100,0%
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	56,4%	29,2%	14,4%	100,0%

Örneklemin internette harcadıkları vakit ile sosyal medya bağımlılığı düzeyi arasındaki ilişkiyi ölçtüğümüz bu tablomuzda internet bağımlılığı ile internette geçirilen vakit arasındaki ilişki sosyal medya bağımlılığında d görmekteyiz. İnternette 0-1 saat arası vakit geçirenlerin %80,2'si asgari düzey bağımlı iken bunun %14,9'u orta düzey ve %4,9'u ise yüksek düzey bağımlılık göstermektedir. 1-3 saat arası vakit geçirenlerin %57,4'ü asgari

düzye bağımlı iken bunun %31,3'ü orta düzye ve %11,4'ü yüksek düzye bağımlılık göstermektedir. 3-5 saat arası vakit geçirenlerin %41,0'ı asgari düzye bağımlı iken bunun % 41,0'ı orta düzye ve %18,0'ı yüksek düzye bağımlılık göstermektedir. 5-7 saat arası vakit geçirenlerin % 35,0'ı asgari düzye bağımlı iken bunun % 40,0'ı orta düzye ve %20,0 yüksek düzye bağımlılık göstermektedir. Son olarak 7 ve üzeri vakit geçirenlerin % 27,5'i asgari düzye bağımlı iken bunun %28,8'i orta düzye ve %43,8'i yüksek düzye bağımlılık göstermektedir. Bu veriler internette geçirilen vakit ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki olduğunu kanıtlar niteliktedir.

2.4.19. Paylaşımların Beğenilmesinin Kontrolü ve Bencillik

Tablo 2.4.19. Paylaşımların Beğenilmesinin Kontrolü ve Bencillik

Sosyal medyadaki paylaşımlarınızın ne kadar beğeni aldığını kontrol eder misiniz?		Bencillik düzeyi			Total
		Asgari Düzey Bencillik	Orta Düzey Bencillik	Yüksek Düzey Bencillik	
Sürekli	Count	54	56	48	158
	% within Sosyal medyadaki paylaşımlarınızın ne kadar beğeni aldığını kontrol eder misiniz?	34,2%	35,4%	30,4%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	14,0%	15,5%	19,7%	16,0%
	% of Total	5,5%	5,7%	4,8%	16,0%
Arada sırada	Count	144	153	105	402
	% within Sosyal medyadaki paylaşımlarınızın ne kadar beğeni aldığını kontrol eder misiniz?	35,8%	38,1%	26,1%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	37,4%	42,4%	43,0%	40,6%
	% of Total	14,5%	15,5%	10,6%	40,6%
Hiç	Count	187	152	91	430
	% within Sosyal medyadaki paylaşımlarınızın ne kadar beğeni aldığını kontrol eder misiniz?	43,5%	35,3%	21,2%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	48,6%	42,1%	37,3%	43,4%
	% of Total	18,9%	15,4%	9,2%	43,4%
Total	Count	385	361	244	990
	% within Sosyal medyadaki paylaşımlarınızın ne kadar beğeni aldığını kontrol eder misiniz?	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%

Bu tablo örneklemin sosyal medya paylaşımlarının ne kadar beğeni aldığını kontrol etme alışkanlıklarının bencillik duygusu ile olan ilişkisini tespit etmeye yöneliktir. Sosyal medyadaki beğenilerini hiç kontrol etmediklerini dile getiren bireylerimizin %43,5'i asgari düzey bencillik eğilimi gösterirken, %35,3'ü orta düzey bencillik ve %21,2'si yüksek düzey bencillik eğilimi göstermektedir. Sosyal medyadaki beğenilerini sürekli kontrol ettiğini dile getiren bireylerimizin %34,2'si asgari düzey bencillik eğilimi gösterirken; 36,4'ü orta düzey bencillik ve %30,4'ü yüksek düzey bencillik eğilimi göstermektedir. Sosyal medyadaki beğenilerini sürekli kontrol eden bireylerin yüksek düzey bencillik eğilimi beğenilerini hiç kontrol etmeyen bireylerin düzeyinden daha fazla çıkmaktadır. Bu durum bencillik algısı yüksek olan bireylerin sosyal medya platformlarında daha fazla paylaşımlarda bulunduğu ve bu paylaşımların diğer bireyler tarafından beğenilip beğenilmediği daha çok kontrol ettiğini göstermektedir. Çünkü bencillik algısı yüksek olan bireyler sürekli bir başkasının gözünde en iyisi olmak, başkaları tarafından sürekli beğenilmek ve en iyisinin sadece kendisi olduğuna inanmak ister. Bu nedenle internet ve sosyal medya gibi teknolojik siteler sahip oldukları birçok özellik sayesinde bu tür psikolojik özellikleri olan bireyleri daha çok kendilerine çekmekte ve onları bağımlı birer kişilik haline getirmektedir.

2.4.20. Sosyal Medyada Selfi Paylaşma Sıklığı ve Bencillik

Tablo 2.4.20. Sosyal Medyada Selfi Paylaşma Sıklığı ve Bencillik

Sosyal Medyada Selfi Paylaşma Sıklığı		Bencillik düzeyi			Total
		Asgari Düzey Bencillik	Orta Düzey Bencillik	Yüksek Düzey Bencillik	
Sürekli	Count	19	21	24	64
	% within Selfi çekip sosyal medyada (Facebook, Instagram, Snapchat vb.) paylaşma sıklığınız nedir?	29,7%	32,8%	37,5%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	4,9%	5,8%	9,8%	6,5%
	% of Total	1,9%	2,1%	2,4%	6,5%
	Count	163	169	115	447
Arada sırada	% within Selfi çekip sosyal medyada (Facebook, Instagram, Snapchat vb.) paylaşma sıklığınız nedir?	36,5%	37,8%	25,7%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	42,3%	46,8%	47,1%	45,2%
	% of Total	16,5%	17,1%	11,6%	45,2%
	Count	203	171	105	479
	% within Selfi çekip sosyal medyada (Facebook, Instagram, Snapchat vb.) paylaşma sıklığınız nedir?	42,4%	35,7%	21,9%	100,0%
Hiç	% within bencillik düzeyi	52,7%	47,4%	43,0%	48,4%
	% of Total	20,5%	17,3%	10,6%	48,4%
	Count	385	361	244	990
	% within Selfi çekip sosyal medyada (Facebook, Instagram, Snapchat vb.) paylaşma sıklığınız nedir?	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
Total	% of Total	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%

Bu tablomuz Selfi çekip paylaşma sıklığı ile bencillik düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaya yöneliktir. Sosyal medyada Selfi çekip paylaşma sıklığını sürekli olarak belirten bireylerimizin %29,7’si asgari düzey bencillik eğilimi gösterirken, %32,8’i orta düzey bencillik ve %37,5’i yüksek düzey bencillik eğilimi göstermektedir. Selfi çekip paylaşma sıklığını hiç olarak belirten bireylerimizin ise, %42,4’ü asgari düzey bencillik eğilimi gösterirken, %35,7’si orta düzey bencillik ve %21,9’u yüksek düzey bencillik eğilimi göstermektedir. Selfi çekip paylaşma sıklığını hiç olarak belirten bireylerin bencillik

düzeylerinin sürekli olarak belirten bireylerin bencillik düzeylerinden az olması ya da Selfi çekip paylaşma sıklığını sürekli olarak belirten bireylerin bencillik düzeylerinin daha yüksek çıkması bu iki durum arasında doğrusal bir ilişkinin olduğunu kanıtlar niteliktedir. Bu nedenle bireylerin bu tür davranışları sergilemelerinde bencillik algılarının etken bir rol oynadığını söyleyebiliriz. Ya da etkenlerinden biri bencillik algısıdır diyebiliriz. Kendilerini sürekli başkalarına beğendirme istekleri, diğerlerinin kendilerini sürekli övme istekleri, fotomontaj yoluyla kendilerini olduklarından daha güzel ve çekici gösterme istekleri vb. birçok istek bencillik duygusunun getirmiş olduğu isteklerdir ve bu durum sosyal medya paylaşımlarını artırıcı etki yapmaktadır. Teknolojik gelişmelerin atmasına bağlı olarak yaygınlaşan teknolojik aletler (telefon, bilgisayar, tablet vb.) ve bunlara sahip olan birey sayısının artması yeni bir hayat düzeni ortaya çıkarmaktadır. Ayrıca değişen sadece hayat düzeni değil; gündelik hayatlarımız, duygusal ve düşünsel yaşamımız ve davranış biçimlerimiz olmaktadır. Bugün caddede, sokakta, alışveriş merkezlerinde, tarihi ve turistik yerlerde vb. dolaşırken etrafımıza bir göz attığımızda gördüğümüz manzara çocuk, genç veya yetişkin fark etmez her kesin elinde bir telefon ve o telefonlarla her adımlarında yaptıkları öz çekimlerdir. Bireylerin her yerde o ortamın tadını çıkarmak yerine kendi fotolarını çekip paylaşma istekleri ve bu paylaşım karşısında diğerlerinin beğenme/beğenmeme oranlarını öğrenme istekleri elbette ki bir psikolojik meseledir. Bireyleri bu gibi isteklere iten sebepler nelerdir. Amacımız bu sebeplerden en azından bazılarını ortaya koyabilmektir.

2.4.21. En Çok Kullanılan Sosyal Medya ve Sosyal Medya Bağımlılığı

Tablo 2.4.21. En Çok Kullanılan Sosyal Medya ve Sosyal Medya Bağımlılığı

Aşağıdaki sosyal medya hesaplarından hangisini en fazla kullanırsınız	Sosyal medya bağımlılığı			Total
	Asgari Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Orta Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	Yüksek Düzey Sosyal Medya Bağımlılığı	
Facebook	6	5	0	11
	54,5%	45,5%	0,0%	100,0%
	1,1%	1,7%	0,0%	1,1%
	0,6%	0,5%	0,0%	1,1%
Twitter	9	3	6	18
	50,0%	16,7%	33,3%	100,0%
	1,6%	1,0%	4,2%	1,8%
	0,9%	0,3%	0,6%	1,8%
Instagram	242	160	94	496
	48,8%	32,3%	19,0%	100,0%
	43,4%	55,4%	65,7%	50,1%
	24,4%	16,2%	9,5%	50,1%
WhatsApp	100	41	12	153
	65,4%	26,8%	7,8%	100,0%
	17,9%	14,2%	8,4%	15,5%
	10,1%	4,1%	1,2%	15,5%
Tiktok	17	10	6	33
	51,5%	30,3%	18,2%	100,0%
	3,0%	3,5%	4,2%	3,3%
	1,7%	1,0%	0,6%	3,3%
YouTube	179	70	25	274
	65,3%	25,5%	9,1%	100,0%
	32,1%	24,2%	17,5%	27,7%
	18,1%	7,1%	2,5%	27,7%
Hiçbiri	5	0	0	5
	100,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	0,9%	0,0%	0,0%	0,5%
	0,5%	0,0%	0,0%	0,5%
Total	558	289	143	990
	56,4%	29,2%	14,4%	100,0%
	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	56,4%	29,2%	14,4%	100,0%

Bu tablomuz Günümüzde en çok kullanılan sosyal medya hesabını ve buna bağlı olarak sosyal medya bağımlılık oranını bulmaya yöneliktir. En çok kullanılan sosyal medya hesaplarının ilk olarak instagram ve ikinci olarak YouTube olduğunu görmekteyiz. Dönemin popürlüğüne uyum sağlayan öğrencilerimizin bu sosyal medya hesaplarına yoğun ilgi gösterdiklerini görmekteyiz. Bu sosyal medya hesaplarına olan yoğun ilgi aynı zamanda sosyal medya bağımlılığı olarak adlandırılan patolojik bir durumun ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu tablomuzda da en çok kullanılan sosyal medya hesabı ile sosyal medya bağımlılığı arasında ne tür bir ilişkinin olduğunu ortaya çıkarmaktır. Yüksek düzey sosyal medya bağımlılığı eğilimi gösteren bireylerimizin %0,0'ı Facebook, %4,2'si Twitter, %65,7'si Instagram, %8,4'ü WhatsApp, %4,2'si Tiktok ve %17,5'i ise YouTube kullanıcısıdır. Elde ettiğimiz verilerden de anlaşılacağı gibi yüksek düzeyde sosyal medya bağımlılığı gösteren bireylerimizin yarısından fazlası Instagram kullanıcısı olmaktadır. Bu oran çok yüksek ve sorunun kökenine inmek için yeterli bir orandır. Bir diğer taraftan yüksek bağımlılık oranı gösteren bireylerimizden Facebook kullanıcı sayısının sıfır olması da, bir zamanların en popüler sosyal medya hesabı olan Facebook'un bu dönemde artık bir işlevselliğinin kalmadığı ve popürlüğünü de tamamen yitirdiğini göstermektedir. Yani Facebook ile başlayan ve birçok insanının hayatına dâhil olan sosyal medya günümüzde Instagram ile işlevselliğini korumaktadır. Sosyal medya bağımlılığı süreç olarak hızlı bir şekilde artmaya devam ederken değişen sadece sosyal medya platformuna eklenen yeni uygulamalar ve yeni isimler olmaktadır.

2.4.22. İnternette Geçirilen Süre İle Dijital Oyun Bağımlılığı

Tablo 2.4.22. İnternette Geçirilen Süre İle Dijital Oyun Bağımlılığı

		Oyun bağımlılık			Total
		Asgari Düzey Oyun Bağımlılığı	Orta Düzey Oyun Bağımlılığı	Yüksek Düzey Oyun Bağımlılığı	
Bir günde kaç saat internette vakit geçirirsiniz					
0-1 saat arası	Count	206	46	11	263
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	78,3%	17,5%	4,2%	100,0%
	% within oyun bağımlılığı	34,0%	18,9%	7,8%	26,6%
	% of Total	20,8%	4,6%	1,1%	26,6%
1-3 saat arası	Count	240	102	45	387
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	62,0%	26,4%	11,6%	100,0%
	% within oyun bağımlılığı	39,6%	42,0%	31,9%	39,1%
	% of Total	24,2%	10,3%	4,5%	39,1%
3-5 saat arası	Count	110	58	32	200
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	55,0%	29,0%	16,0%	100,0%
	% within oyun bağımlılığı	18,2%	23,9%	22,7%	20,2%
	% of Total	11,1%	5,9%	3,2%	20,2%
5-7 saat arası	Count	22	21	17	60
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	36,7%	35,0%	28,3%	100,0%
	% within oyun bağımlılığı	3,6%	8,6%	12,1%	6,1%
	% of Total	2,2%	2,1%	1,7%	6,1%
7 ve üzeri	Count	28	16	36	80
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	35,0%	20,0%	45,0%	100,0%
	% within oyun bağımlılığı	4,6%	6,6%	25,5%	8,1%
	% of Total	2,8%	1,6%	3,6%	8,1%
Total	Count	606	243	141	990
	% within Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz	61,2%	24,5%	14,2%	100,0%
	% within oyun bağımlılığı	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	61,2%	24,5%	14,2%	100,0%

İnternette geçirilen süre ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkiyi belirlemek için oluşturduğumuz bu tablomuza bakacak olursak eğer geçen süre ile oyun bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki görülmektedir. İnternette 0-1 saat arasından vakit geçirenlerin %78,3'ü asgari düzey oyun bağımlısıyken bunun %4,2'si yüksek düzey oyun bağımlısı, 1-3 saat arasında vakit geçirenlerin %62,0'ı asgari düzey oyun bağımlısıyken bunun %11,6,2'si yüksek düzey oyun bağımlısı, 3-5 saat arasında vakit geçirenlerin %55,0'ı asgari düzey oyun bağımlısıyken bunun % 16,0'ı yüksek düzey oyun bağımlısı, 5-7 saat arasında vakit geçirenlerin %36,7'si asgari düzey oyun bağımlısıyken bunun %28,3'ü yüksek düzey oyun bağımlısı ve son olarak 7 ve üzeri saat vakit geçirenlerin %35,0'ı asgari düzey oyun bağımlısıyken bunun %45,0 yüksek düzey oyun bağımlısı olduğu görülmektedir. Verilerimize baktığımızda internette harcanan sürelerin artmasıyla asgari düzey oyun bağımlılığı sayısında azalma görülürken buna karşılık yüksek düzey oyun bağımlılığında artış olduğu görülmektedir. Bu durum dijital oyun bağımlılığında internette harcanan sürenin önemli bir etken olduğunu göstermektedir.

2.4.23. Dijital Oyun Bağımlılığı ve Yalnızlık

Tablo 2.4.23. Dijital Oyun Bağımlılığı ve Yalnızlık

Dijital Oyun bağımlılığı		Yalnızlık düzeyi			Total
		Asgari Düzey Yalnızlık	Orta Düzey Yalnızlık	Yüksek Düzey Yalnızlık	
Asgari Düzey Oyun Bağımlılığı	Count	377	161	68	606
	% within oyun bağımlılık	62,2%	26,6%	11,2%	100,0%
	% within yalnızlık düzey	64,9%	61,0%	46,9%	61,2%
	% of Total	38,1%	16,3%	6,9%	61,2%
	Count	136	67	40	243
Orta Düzey Oyun Bağımlılığı	% within oyun bağımlılık	56,0%	27,6%	16,5%	100,0%
	% within yalnızlık düzey	23,4%	25,4%	27,6%	24,5%
	% of Total	13,7%	6,8%	4,0%	24,5%
	Count	68	36	37	141
	% within oyun bağımlılık	48,2%	25,5%	26,2%	100,0%
Yüksek Düzey Oyun Bağımlılığı	% within yalnızlık düzey	11,7%	13,6%	25,5%	14,2%
	% of Total	6,9%	3,6%	3,7%	14,2%
	Count	581	264	145	990
	% within oyun bağımlılık	58,7%	26,7%	14,6%	100,0%
	% within yalnızlık düzey	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
Total	% of Total	58,7%	26,7%	14,6%	100,0%

Dijital oyun bağımlılığına göre yalnızlık ilişkini belirlemek için oluşturulan bu tabloda bu iki düzey arasında pozitif bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Yalnızlık, internet ve sosyal medya bağımlılığında önemli bir etken olduğu gibi dijital oyun bağımlılığında da önemli bir etken olarak görülmektedir. Asgari düzey dijital oyun bağımlılığı eğilimi gösteren katılımcıların %62,2'sinin asgari düzey yalnızlık, %26,6'sının orta düzey yalnızlık ve %11,2'sinin yüksek düzey yalnızlık eğilim gösterdiği görülmektedir. Yüksek düzey dijital oyun bağımlılığı eğilimi gösteren katılımcıların ise %48,2'sinin asgari düzey yalnızlık,

%25,5'inin orta düzey yalnızlık ve %26,6'sının ise yüksek düzey yalnızlık eğilimi gösterdiği görülmektedir. Dijital oyun bağımlılığı düzeyinin artmasına bağlı olarak yalnızlık düzeyinin de artması, dijital oyun bağımlılığında yalnızlık faktörünün önemli bir etken olduğunu göstermektedir.

2.4.24. Dijital Oyun Bağımlılığı ve Bencillik

Tablo 2.4.24. Dijital Oyun Bağımlılığı ve Bencillik

Dijital Oyun bağımlılığı		Bencillik düzeyi			Total
		Asgari Düzey Bencillik	Orta Düzey Bencillik	Yüksek Düzey Bencillik	
Asgari Düzey Oyun Bağımlılığı	Count	280	234	92	606
	% within oyun bağımlılık	46,2%	38,6%	15,2%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	72,7%	64,8%	37,7%	61,2%
	% of Total	28,3%	23,6%	9,3%	61,2%
Orta Düzey Oyun Bağımlılığı	Count	76	88	79	243
	% within oyun bağımlılık	31,3%	36,2%	32,5%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	19,7%	24,4%	32,4%	24,5%
	% of Total	7,7%	8,9%	8,0%	24,5%
Yüksek Düzey Oyun Bağımlılığı	Count	29	39	73	141
	% within oyun bağımlılık	20,6%	27,7%	51,8%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	7,5%	10,8%	29,9%	14,2%
	% of Total	2,9%	3,9%	7,4%	14,2%
Total	Count	385	361	244	990
	% within oyun bağımlılık	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%
	% within bencillik düzeyi	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	38,9%	36,5%	24,6%	100,0%

Dijital oyun bağımlılığı ile bencillik arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için oluşturulan bu tabloda, asgari düzey bencillik eğilimi gösteren bireylerimizin %72,7'si asgari

düzy dijital oyun bağımlılığı eğilimi gösterirken, %19,7'si orta düzey ve %7,5'i yüksek düzey dijital oyun bağımlılığı eğilimi göstermektedir. Yüksek düzey bencilik eğilimi gösteren bireylerimizin ise %37,7'si asgari düzey dijital oyun bağımlılığı gösterirken, %32,4'ü orta düzey ve %29,9'u yüksek düzey dijital oyun bağımlılığı eğilimi göstermektedir. Oranları değerlendirdiğimizde bencilik düzeyinin artmasına bağı olarak dijital oyun bağımlılığı eğiliminde arttığını görmekteyiz. Aynı şekilde yüksek düzey dijital oyun bağımlılığı eğilimi gösteren bireylerimizin bencilik düzeylerine baktığımızda; bunların %20,6'sı asgari düzey bencilik, %27,7'si orta düzey bencilik eğilimi gösterirken %51,8'i yüksek düzey bencilik eğilimi göstermektedirler. Yüksek düzeyde oyun bağımlılığına sahip olan bireylerin bencilik düzeylerinin bu derece yüksek olması aralarında doğrusal bir ilişkinin olduğunu göstermektedir. Yüksek bencilik eğilimi gösteren bireylerin genellikle benmerkezci davranması, ego tatmini için sürekli kendilerini övmeleri, beğenmeleri her şeyin en iyisine sadece kendilerinin layık olduklarını düşünmesi ve başka insanlara karşı galibiyet kazanma hırsına sahip olması bireylerimizi bu tür dijital oyunlarına iten önemli etkenlerdir. Bireyler bu tür oyunlarla kendi becerilerini karşılarındakilere yansıtır, kazandığı oyunlarla diğer bireylere üstünlük taslar ve sadece kazanma hırsıyla diğer bireyleri yok etme çabasına girer. Oyunların bireylerde uyandırdıkları bu tür psikolojik duygular bireylerin bencilik eğilimlerini tatmin eden önemli unsurlardır.

2.4.25. Aylık Gelir ve Yaşam Doyumu

Tablo 2.4.25. Aylık Gelir ve Yaşam Doyumu

Ortalama Aylık Gelir	Yaşam doyumu			Total
	Yaşam doyumu yok	nötr düzey yaşam doyumu	Yaşam doyumu yüksek	
Count	59	80	80	219
% within Ailenizin Ortalama Aylık Geliri ne kadardır?	26,9%	36,5%	36,5%	100,0%
% within yaşam doyumu	30,1%	23,7%	17,5%	22,1%
% of Total	6,0%	8,1%	8,1%	22,1%
Count	53	112	159	324
% within Ailenizin Ortalama Aylık Geliri ne kadardır?	16,4%	34,6%	49,1%	100,0%
% within yaşam doyumu	27,0%	33,1%	34,9%	32,7%
% of Total	5,4%	11,3%	16,1%	32,7%
Count	33	67	89	189
% within Ailenizin Ortalama Aylık Geliri ne kadardır?	17,5%	35,4%	47,1%	100,0%
% within yaşam doyumu	16,8%	19,8%	19,5%	19,1%
% of Total	3,3%	6,8%	9,0%	19,1%
Count	27	37	61	125
% within Ailenizin Ortalama Aylık Geliri ne kadardır?	21,6%	29,6%	48,8%	100,0%
% within yaşam doyumu	13,8%	10,9%	13,4%	12,6%
% of Total	2,7%	3,7%	6,2%	12,6%
Count	24	42	67	133
% within Ailenizin Ortalama Aylık Geliri ne kadardır?	18,0%	31,6%	50,4%	100,0%
% within yaşam doyumu	12,2%	12,4%	14,7%	13,4%
% of Total	2,4%	4,2%	6,8%	13,4%
Count	196	338	456	990
% within Ailenizin Ortalama Aylık Geliri ne kadardır?	19,8%	34,1%	46,1%	100,0%
% within yaşam doyumu	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
% of Total	19,8%	34,1%	46,1%	100,0%

Örnekleminizin yaşam doyumu düzeylerini ve bu düzeyleri etkileyen faktörlerin ne olduğunu öğrenmek için sorduğumuz bu sorularla elde ettiğimiz veriler bize gençlerin olumlu ya da olumsuz davranış ve düşüncelerini anlamlandırmamıza katkı sağlayacaktır. Bu tablomuzda ekonomik gelirin bireylerimizin yaşam doyumu süreçlerinde ne tür etkilere sahip olduğunu öğrenmeye çalıştık. Elde ettiğimiz veriler ekonomik gelir ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Asgari ücret ve altı atlık gelire sahip olan bireylerimizin %36,5'i yüksek yaşam doyumu gösterirken bu oran 2325-4000 TL aylık gelire sahip bireylerde %49,1'e, 4001-6000 TL aylık gelire sahip bireylerde %47,1'e, 6001-8000 TL aylık gelire sahip bireylerde 48,8'e ve 8001 ve üstü aylık gelire sahip bireylerde ise %50,4'e yükselmektedir. Gördüğümüz üzere bireylerimizin aylık gelirlerinin artışına bağlı olarak yaşam doyumu düzeylerinin de arttığını görmekteyiz. Bu durum bu iki faktör arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Aynı şekilde yaşam doyumu yok diyen bireylerinde aylık gelirin azalmasına bağlı olarak bir artış gösterdiklerini görmekteyiz. Bu durum ekonomik gelirin bireylerin gündelik hayatta istedikleri yaşam kalitesini elde etmekte önemli bir faktör olduğunu göstermektedir. Tabi tek etken bu olmamakla birlikte bu faktöründe yaşam doyumu sürecinde önemli bir yere sahip olduğunu görmekteyiz. Her ekonomik durumu iyi olan kişilerin her zaman yüksek yaşam doyumu yaşadıklarını söylemek de doğru olmamaktadır. Ekonomik gelirin yanında bireyin sahip olduğu aile, arkadaş çevresi, sağlık durumu, huzuru ve kişilik özellikleri de bu süreçte önemli bir yere sahip olmaktadır.

2.5. Bazı Sosyokültürel Özelliklerin İnternet, Sosyal Medya ve Dijital Oyun Bağımlılığı, Bencillik, Yalnızlık ve Yaşam Doyumu Düzeyleri Açısından Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

2.5.1. İnternet Bağımlılığına ilişkin Cinsiyetin Normal Dağılımı Testi

Tablo 2.5.1. İnternet Bağımlılığına ilişkin Cinsiyetin Normal Dağılımı Testi

Tests of Normality							
	Cinsiyetiniz?	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
İnternet bağımlılığı	Kız	,233	532	,000	,801	532	,000
	Erkek	,241	458	,000	,809	458	,000

Bu tablomuzda verilerimiz 50'den büyük olduğu için Kolmogorov-Smirnov test sonucuna bakıyoruz. Bu tablomuzun sig. değerine baktığımızda ($p<0,05$) yani ($p=0,000$) olduğundan burada bir anlamlılık söz konusudur.

2.5.2. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı İle Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi

Tablo 2.5.2. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı İle Yaşam Doyumu Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi

Correlations			
		İnternet bağımlılığı	Yaşam doyumu
İnternet bağımlılığı	Pearson Correlation	1	-,162**
	Sig. (2-tailed)		,000
	Sum of Squares and Cross-products	554,166	-92,040
	Covariance	,560	-,093
	N	990	990
Yaşam doyumu	Pearson Correlation	-,162**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	Sum of Squares and Cross-products	-92,040	583,717
	Covariance	-,093	,590
	N	990	990

İnternet bağımlılığı ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki **(-0,162)**'lik kolerasyon değeri (**sig: $p=0,000$ yani $p<0,05$**) açısından anlamlı bulunmuştur. Ancak kolerasyon değerinin **(-0,162)** negatif yönlü olduğunu görmekteyiz. Yani internet bağımlılığı düzeyi artıkça yaşam doyumu düzeyinin düştüğünü veya internet bağımlılığı düzeyi düştükçe yaşam doyumu düzeylerinin arttığını görmekteyiz. Bu durumda bu iki bağımlı değişken arasından anlamlı bir ilişki olduğunu söyleyebiliyorken bu iki değişkeni neden-sonuç ilişkisi açısından değerlendirememekteyiz.

2.5.3. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi

Tablo 2.5.3. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi

Correlations			
		İnternet bağımlılığı	Yalnızlık düzeyi
İnternet bağımlılığı	Pearson Correlation	1	,198**
	Sig. (2-tailed)		,000
	Sum of Squares and Cross-products	554,166	107,529
	Covariance	,560	,109
	N	990	990
Yalnızlık düzeyi	Pearson Correlation	,198**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	Sum of Squares and Cross-products	107,529	533,984
	Covariance	,109	,540
	N	990	990

İnternet bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasında (0 ,198**) olarak elde edilen kolerasyon değeri anlamlı bulunmaktadır. (Sig: ,000 yani $p<0,005$) Ayrıca kolerasyon katsayısı pozitif yönde olduğu için “internet bağımlılığı artıkça yalnızlık düzeyinin de arttığını ya da internet bağımlılığı azaldıkça yalnızlık düzeyi de azalmaktadır. ” diyebiliriz. Bu durum her iki değişken arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ama bu durum sadece kolerasyon katsayısına bağlı olarak neden-sonuç ilişkisi açısından yorumlanamaz.

2.5.4. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Bencillik Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi

Tablo 2.5.4. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Bencillik Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi

		İnternet bağımlılığı	Bencillik düzeyi
İnternet bağımlılığı	Pearson Correlation	1	,308**
	Sig. (2-tailed)		,000
	Sum of Squares and Cross-products	554,166	179,176
	Covariance	,560	,181
	N	990	990
	Pearson Correlation	,308**	1
Bencillik düzeyi	Sig. (2-tailed)	,000	
	Sum of Squares and Cross-products	179,176	608,918
	Covariance	,181	,616
	N	990	990

İnternet bağımlılığı ile bencillik düzeyleri arasındaki **(0,308**)**’ lik kolerasyon değeri **(sig: p=0,000 yani p<0,005)** açısından anlamlı bulunmuştur. Kolerasyon değerinin pozitif yönde olması her iki değişken arasında doğrusal bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yani internet bağımlılığı arttıkça bencillik düzeyi de artmaktadır ve ya internet bağımlılığının düşmesine bağlı olarak bencillik düzeyi de düşmektedir diyebiliriz.

2.5.5. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Dijital Oyun Bağımlılığı Arasındaki Kolerasyon Analizi

Tablo 2.5.5. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Dijital Oyun Bağımlılığı Arasındaki Kolerasyon Analizi

Correlations		İnternet bağımlılığı	Oyun bağımlılık
İnternet bağımlılığı	Pearson Correlation	1	,453**
	Sig. (2-tailed)		,000
	Sum of Squares and Cross-products	554,166	245,303
	Covariance	,560	,248
	N	990	990
	Pearson Correlation	,453**	1
Oyun bağımlılık	Sig. (2-tailed)	,000	
	Sum of Squares and Cross-products	245,303	528,591
	Covariance	,248	,534
	N	990	990

İnternet bağımlılığı ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki **(0,453*)**’lük kolerasyon değeri **(sig=0,000 yani $p<0,005$)** açısından anlamlı bulunmaktadır. Kolerasyon katsayı değerimizin pozitif yönlü olduğu görülmektedir. Bu durum internet bağımlılığı ile dijital oyun bağımlılığı arasında doğrusal yönden bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yani artan internet bağımlılığına bağlı olarak dijital oyun bağımlılığında da bir artış olduğu anlaşılmaktadır.

2.5.6. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki Kolerasyon Analizi

Tablo 2.5.6. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki Kolerasyon Analizi

Correlations		İnternet bağımlılığı	Sosyal medya bağımlılığı
İnternet bağımlılığı	Pearson Correlation	1	,633**
	Sig. (2-tailed)		,000
	Sum of Squares and Cross-products	554,166	342,141
	Covariance	,560	,346
	N	990	990
	Pearson Correlation	,633**	1
Sosyal medya bağımlılığı	Sig. (2-tailed)	,000	
	Sum of Squares and Cross-products	342,141	527,035
	Covariance	,346	,533
	N	990	990

İnternet bağımlılığı ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki **(0,633**)**’lük kolerasyon değeri **(sig=0,000 yani p<0,005)** açısından anlamlı bulunmaktadır. Kolerasyon katsayısı değerinin pozitif yönlü olduğu görülmektedir. Bu durum internet bağımlılığı ile sosyal medya bağımlılığı arasında doğrusal bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yani internet bağımlılığının artması veya azalmasına bağlı olarak sosyal medya bağımlılığının da arttığı veya azaldığı anlamına gelmektedir.

2.5.7. Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi

Tablo 2.5.7. Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi

Correlations		Sosyal medya bağımlılığı	Yalnızlık düzeyi
Sosyal medya bağımlılığı	Pearson Correlation	1	,291**
	Sig. (2-tailed)		,000
	Sum of Squares and Cross-products	527,035	154,232
	Covariance	,533	,156
	N	990	990
Yalnızlık düzeyi	Pearson Correlation	,291**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	Sum of Squares and Cross-products	154,232	533,984
	Covariance	,156	,540
	N	990	990

Sosyal medya ile yalnızlık düzeyleri arasındaki **(0,291**)**’lik kolerasyon değeri **(sig=0,000 yani $p<0,005$)** açısından anlamlı bulunmakta ve kolerasyon katsayı değeri pozitiftir. Bu durum sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasında doğrusal bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yani artan sosyal medya bağımlılığına bağlı olarak yalnızlık düzeylerinde de bir artış olduğu anlaşılmaktadır.

2.5.8. Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ile Bencillik Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi

Tablo 2.5.8. Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ile Bencillik Düzeyleri Arasındaki Kolerasyon Analizi

Correlations			
		Sosyal medya bağımlılığı	Bencillik düzeyi
Sosyal medya bağımlılığı	Pearson Correlation	1	,280**
	Sig. (2-tailed)		,000
	Sum of Squares and Cross-products	527,035	158,894
	Covariance	,533	,161
	N	990	990
Bencillik düzeyi	Pearson Correlation	,280**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	Sum of Squares and Cross-products	158,894	608,918
	Covariance	,161	,616
	N	990	990

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

Sosyal medya bağımlılığı ile bencillik düzeyleri arasındaki **(0,280**)**’lık kolerasyon değeri (**sig= 0,000 yani $p<0,005$**) açısından anlamlı bulunmuştur ve kolerasyon katsayı değerinin pozitif yönlü olduğunu görmekteyiz. Bu durum sosyal medya bağımlılığı ile bencillik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yani sosyal medya bağımlılığının artmasına bağlı olarak bencillik düzeylerinin de arttığını gösterir. Kolerasyon değerlerindeki bu pozitif ya da negatiflik ilişki iki değişkenin birlikte olan uyumunu göstermektedir. Bu değer neden-sonuç ilişkisi belirtmemektedir.

2.5.9. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Lise Türü Değişkenine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi

Tablo 2.5.9. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Lise Türü Değişkenine İlişkin Kruskal-Wallis H Testi

	Lise türünüz	N	Mean Rank	Chi-Square	Asymp. Sig. P
İnternet bağımlılığı	Anadolu Lisesi	343	464,68	12,338	,030
	Fen Lisesi	102	539,23		
	Meslek Lisesi	169	534,00		
	İmam Hatip Lisesi	203	480,83		
	Özel Lise	79	523,40		
	Sosyal Bilimler Lisesi	94	499,52		
	Total	990			

Örneklemin lise türü ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirleme çalıştığımız bu testimizde anlamlılık değerimiz (**p= ,030**) çıkmıştır. Yani bu değerimiz (**P<0,05**) anlamlılık değerinden küçük bir değer olup “lise türleri arasında internet bağımlılığı açısından anlamlı bir farklılık yoktur” hipotezimizi destekleyemeyecek kadar küçük bir değerdir. Bu nedenle lise türü ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu dile getirebiliriz. İnternet bağımlılığı eğilimi gösterenlerin büyük çoğunluğunu Anadolu, imam hatip ve meslek liselerinin oluşturduğunu gözlemlemekteyiz. Özel ve fen liselerinin daha az seviyede internet bağımlılığı eğilimi göstermelerini okulun çevre koşullarına, okul yönetim şekline, bu liselerde eğitim gören bireylerin aile, ekonomik, sosyo kültürel yapısına ve ailelerinin eğitim düzeylerine bağlayabiliriz.

2.5.10. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Yaş Değişkenine İlişkin Kruskal-Wallis H-Testi

Tablo 2.5.10. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Yaş Değişkenine İlişkin Kruskal-Wallis H-Testi

Kruskal-Wallis Test					
	Yaşınız	N	Mean Rank	Chi-Square	Asymp. Sig.
İnternet bağımlılığı	14	122	472,04	5,946	,312
	15	342	510,27		
	16	214	485,64		
	17	258	482,21		
	18	48	553,58		
	18 ve üstü	6	589,50		
	Total	990			

Öğrencilerimizin yaş düzeyleri ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık yoktur” adlı varsayımımızı doğrulamak için uyguladığımız “**Kruskal-Wallis Test**” verilerine bakacak olursak anlamlılık değerimiz ($p=0,312$) olarak görülmektedir. Bu değer ($p<0,005$) anlamlılık değerinden büyük bir değer ve bu değer “ yaş düzeyleri arasında internet bağımlılığı açısından anlamlı bir farklılık yoktur” adlı varsayımımızı doğrulayacak büyüklükte bir değerdir. Bu durumda araştırmamızda yaş değişkeninin internet bağımlılığı sürecinde etkili bir faktör olmadığını görmekteyiz.

2.5.11. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Sınıf Düzeyi Değişkenine İlişkin Kruskal-Wallis H-Testi

Tablo 2.5.11. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Sınıf Düzeyi Değişkenine İlişkin Kruskal-Wallis H-Testi

	Kaçıncı sınıftasınız?	N	Mean Rank	Chi-Square	Asymp. Sig.
İnternet bağımlılığı	9.Sınıf	501	508,48	2,402	0,121
	11.Sınıf	489	482,20		
	Total	990			

Bu tablomuzda öğrencilerimizin sınıf düzeylerinin internet bağımlılığı sürecinde nasıl bir etkiye sahip olduğunu dile getirdik. Tablomuzda 9. Sınıf (508,48) ile 11.Sınıf (482,20) öğrencilerinin internet bağımlılığı sürecindeki ortalamalarının birbirine çok yakın olduğunu

görmekteyiz. Ayrıca ilgili serbestlik derecesinde anlamlılık değerimiz **Asymp. Sig (0,121)** çıkmıştır. Bu değer **(0,121 yani $p>0,005$)** “Sınıf düzeyleri arasında internet bağımlılığı açısından anlamlı bir farklılık yoktur.” şeklindeki yokluk tezimizi destekleyecek yüksek bir puandır. Yani bu durumda internet bağımlılığı sürecinde sınıf düzeyinin belirleyici bir etkisinin olmadığını görmekteyiz. İnternet bağımlılığı sürecinde sınıf düzeyi gibi demografik özelliklerin bu süreci belirlemede yeteri kadar bir etkiye sahip olmadıklarını ve bu durumda bir psikolojik süreci incelerken bütün faktörlerin bütünsel olarak ele alınması gerektiği varsayımını dile getirebiliriz.

2.5.12. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Aylık Gelir Değişkenine İlişkin Anova Testi

Tablo 2.5.12. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Aylık Gelir Değişkenine İlişkin Anova Testi

İnternet bağımlılığı				
	N	Mean	Std. Deviation	Sig.
2324 TL ve altı	219	1,8447	,75638	,090
2325 TL-4000 TL arası	324	1,8827	,75382	
4001 TL- 6000 TL arası	189	2,0212	,72168	
6001-8000 TL arası	125	1,9360	,73774	
8001 TL ve üzeri	133	2,0000	,75879	
Total	990	1,9232	,74855	

İnternet bağımlılığı ve aylık gelir değişkenine ilişkin ANOVA testimizde (**$p=0,090$ yani $p>0,005$**) değerini görmekteyiz. Yani aylık gelir düzeylerinde internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur.

2.5.13. Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine İlişkin T-Testi Sonuçları

Tablo 2.5.13. Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine İlişkin T-Testi Sonuçları

Independent Samples Test									
Yalnızlık düzeyi	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
Equal variances assumed	4,685	,031	2,899	988	,004	,13528	,04666	,04371	,22685
Equal variances not assumed			2,909	977,744	,004	,13528	,04650	,04403	,22653

Yalnızlık düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını sınamak için değer “yalnızlık düzeyleri arasında cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık yoktur.” adlı yokluk hipotezimizi reddedecek kadar küçük bir değerdir. **($p < 0,05$)** Yani bu durumda yalnızlık düzeyleri arasında cinsiyet açısından anlamlı bir farklılığın olduğunu dile getirebiliriz.

2.5.14. Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılıklarının En Çok Oynanan Dijital Oyun Değişkenine İlişkin Kruskal-Walis H Testi

Tablo 2.5.14. Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılıklarının En Çok Oynanan Dijital Oyun Değişkenine İlişkin Kruskal-Walis H Testi

	Aşağıdaki dijital oyunlarından en çok beğenerek oynadığınız oyun hangisidir?	N	Mean Rank	Chi-Square	Asymp. Sig.
Oyun bağımlılık	Grand Theft Auto (GTA)	78	531,94	201,414	,000
	Bloodrayne	1	728,00		
	Call of Duty	46	563,42		
	Metin	18	569,08		
	PubG	239	550,04		
	Counter Strike	100	659,77		
	Hiçbiri	430	377,33		
	GTA, Call of Duty, PubG	47	662,83		
	GTA, PubG, Counter Streke	12	740,63		
	Hepsi	19	654,58		
	Total	990			

Bu testimizde en çok oynanan oyunun oyun bağımlılığı sürecinde nasıl bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktır. Elde ettiğimiz değerleri göz önünü aldığımızda oyun bağımlılığı sürecinde en çok oynanan oyunlardan PubG ve Counter Strike oyunlarının önemli bir etken olduğu görülmektedir. Oynanan oyunlar arasındaki yüksek oran farkları aynı zamanda oyun bağımlılığı sürecini de farklı düzeylerde etkilediğini göstermektedir. Elde ettiğimiz (**Sig=0,000 yani $P<0,005$**) puan aralığı da en çok oynanan oyunlar arasında dijital oyun bağımlılığı açısından anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir.

TARTIşMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma lise öğrencilerinin internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıklarını ve yalnızlık, bencillik, yaşam doyumu düzeyleri ve bazı demografik özelliklerin bu bağımlılık türleriyle olan ilişkilerini ortaya koymaya yöneliktir. Çağımızın en büyük gelişim kaynağı olan ve aynı zamanda çağımızın en önemli sorunlarını bünyesinde barındıran internet ve onun devamcısı olan sosyal medya ve dijital oyunlar araştırmamızda da yerini almaktadır. İnternetin toplum hayatına sunmuş olduğu yenilik ve kolaylıkların ardı arkası kesilmezken bunlarla eş güdümlü olarak toplum hayatında var ettiği sorunların ve problemlerin de ardı arkası kesilmemektedir. Sağlamış olduğu faydalar ve kolaylıklar ile bizi her geçen gün daha çok etkisi altına alan internet zamanla hayatımızın ayrılmaz bir parçası haline gelmektedir. İnternet insan psikolojini çok iyi tatmin ettiği gibi insanlar tarafından bilinçsiz kullanıldığı takdirde insan hayatında ve psikolojisinde çok büyük zararlar da bırakabilmektedir. Çağımız koşullarında internetin hayatımızın bir parçası olduğunu gerek günlük rutinlerimizde gerekse de iş, eğitim vb. birçok alanda görmekteyiz. Bu durumu kabul ettiğimiz gibi internetin hayatımızda yaratmış olduğu olumsuzlukları da kabul etmek gerekmektedir.

İnternetin insan hayatında ne derece önem taşıdığı ve aynı zamanda ne gibi sorunlara sebep olduğu araştırmamız açısından önem taşımaktadır. Araştırmamızın özellikle de ergen gruplara yönelik olması elbette ki rastgele seçilen bir kriter değildir. İnsan psikolojisi açısından en köklü değişimlerin, kimlik kazanımlarının, duygu karmaşasının ve benlik oluşumunun en yoğun yaşandığı dönem olan ergenlik dönemi araştırmamız açısından da büyük önem arz etmektedir. Çünkü bireylerin çok çabuk yönlendirilebildiği, duygu değişimlerinin çok yoğun yaşandığı ve etkilenme duygusunun çok kolay yaşandığı bu dönem ergen bireyleri birçok sorun ve problemle karşılaştırabilmektedir. Araştırmamız çerçevesinde ele aldıığımız internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı gibi problemler de ergen bireyler açısından daha çok önem arz eden konular olmaktadır. Bu nedenle bu tür problemlerin daha yoğun yaşandığı grup olarak ergen gruplar araştırmamız açısında da önem arz etmektedir.

Araştırmanın evreni Malatya ilinde bulunan on farklı lise türünde eğitim gören 990 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Bu araştırma 990 lise öğrencisine yapılan anket sonucunda öğrencilerin vermiş oldukları cevaplar analiz edilerek oluşturulmaktadır. Araştırma betimleyici ve açıklayıcı model çerçevesinde hazırlanmaktadır. Çalışmada anket tekniği

kullanılmaktadır. Ankette öğrencilerin demografik özelliklerini, internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıklarını ve yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumu düzeylerini ortaya çıkaracak sorular bulunmaktadır. Araştırmanın amacı ise lise öğrencilerinin internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları ile yalnızlık, bencillik, yaşam doyumu ve bazı demografik özellikler arasında anlamlı ilişkiler olup olmadığını ortaya çıkarmaktır.

Araştırmamızda elde ettiğimiz sonuçlara gelince; örneklemimizin anne ve baba mesleklerinde annelerin büyük çoğunluğunu ev hanımı oluştururken babaların ise büyük çoğunluğu esnaf, memur ve özel sektör meslek grubunda olduğu görülmektedir. Meslek dağılımındaki bu sonuçlar gerek yaşanan bölge olarak gerekse de içinde bulunduğumuz çağın koşulları olarak beklenen sonuçlardır. Örneklemin kardeş sayısına gelince büyük çoğunluğun 2, 3 ve 4 kardeşe sahip olduğu görülmekte ve bu durum çekirdek aile yapısının hâkim olduğunu göstermektedir. Örneklemin ortalama aylık gelirlerine baktığımızda örneklemin yaklaşık yarısı orta gelir grubunda yer aldığı görülmektedir. Örneklemin aile birliğine baktığımız zaman örneklemin yaklaşık %8'inin anne-babası ayrı iken geri kalan %92'lik oranının ise anne-babası birlikte yaşamaktadır. Örnekleminizin okul başarı durumlarını göz önüne aldığımızda genel başarı durumunun orta ve iyi olduğu görülmektedir. Örnekleminimize araştırmamızın genel amacı çerçevesinde yönelttiğimiz bazı sorulara verilen cevaplara baktığımızda; örneklemimizin genel çoğunluğu bir gün içinde internette 1-5 saat arası vakit geçirmektedirler. Bu oran ergen grupların bir gün içinde uyuma, okula gidip gelme, yeme içme ve dinlenme süreleri göz önüne alındığında yüksek bir oran olarak görülmektedir. Ayrıca örneklemin yaklaşık %8'inin internette 7 saat ve üzeri vakit geçirmesi büyük bir risk oluşturmaktadır. Örneklemin en fazla kullandıkları sosyal medya hesaplarına gelince başta Instagram olmak üzere WhatsApp ve YouTube olduğu görülmektedir. Başta Instagram olmak üzere bu sosyal medya türlerinin ergenler tarafından daha fazla tercih edilmesi diğer medya türlerine göre bireyleri okuma yazma zahmetinden kurtarması, sadece foto ve videolarla bireylerin benlik sunumunda, paylaşımlarda bulunabilmesi ve bu yolla birçok tatmini yaşayabilmesi gibi faktörler göz önünde bulundurulabilir. Örneklemin sahip olduğu sosyal medya hesap sayılarına baktığımızda örneklemin genel çoğunluğunun 1,2,3 ve 4 sosyal medya hesabına sahip olduğu görülmektedir. Bu durum bulunduğumuz çağ itibarıyla ergen gençlerin kendilerini sosyal medyadan uzak tutamadığını ve sadece bir sosyal medya hesabıyla yetinemediğini göstermektedir. Örneklemin interneti kullanma amaçlarına baktığımızda genel çoğunluğun interneti boş zamanını değerlendirmek, sörf yapmak ve oyun oynamak için kullandığını görmekteyiz. Bu durum aynı zamanda ergen bireylerimizin

interneti gerç k amacı dışında ve bilinçsiz kullandığı anlamını taşımaktadır. Örneklemenin en çok oynadıkları dijital oyunu bulmaya yönelik sorulan soruda örneklemenin genel çoğunluğunun PubG ve Counter Strike oyunlarını oynadıklarını dile getirmektedir. Bu durum yapılan gözlemler neticesinde beklenen bir sonuçtu. Son dönemlerde özellikle de ergen gençlerde yoğun bir şekilde PubG oyununun oynandığı ve gençlerin oyun dışında neredeyse hiçbir şeyin farkında olmadığı yapılan gözlemler dâhilindedir. Bu durumun elbette ki psikolojik bir yönü bulunmaktadır. Özellikle de merak ve kendini kanıtlama duygusunun, bencillik algılarının, arkadaş ve grup kurma isteğinin fazla olduğu ve mücadele etme içgüdüsünün yoğun bir şekilde yaşandığı ergenlik  ağı bireyleri bu tür oyunlara yöneltmede etken bir rol oynamaktadır.  rneklemimizin internet bağımlılığı oranlarının tespiti için uygulanan internet bağımlılığı ölçeğinde elde edilen sonuçlara baktığımızda örneklemimizin yaklaşık %25'inin yüksek düzey internet bağımlılığı eğılimi gösterdiğini görmekteyiz. Bu oran çok yüksek bir oran olup ergen gençlerimizin çok yüksek bir risk grubunda olduğunu göstermektedir. Aynı şekilde yaklaşık %45'inin de orta düzey internet bağımlılığı eğılimi taşıması yine riskli bir durumun yaşandığının kanıtıdır. İçinde yaşadığımız çağın bir gerekliliğı olan internetten uzak durabilmek elbette ki mümkün olamamaktadır. Ama interneti faydalı bir şekilde ve hayatımıza kolaylıklar sunacak şekilde kullanabilmek elbette ki bizim elimizdedir. Bilinçli internet kullanımını ergen bireylerimize aşılamak ve içinde bulundukları riski göz önüne sermek bizim amaçlarımız arasında olmalıdır.  rneklemimizin yaklaşık %15'lik kesiminin de yüksek düzey sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı eğılimi göstermesi internet bağımlılığında olduğu gibi yadsınamayacak bir orandır. Bu durumun farkına varılması ve bu durum çerçevesinde gerekli önlemlerin alınması gerekmektedir.  rneklemimizin bazı psikolojik ve sosyokültürel duygu ve davranış durumlarını tespit etmek için uygulanan yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumunu ölçeklerinden elde edilen verilere baktığımız zaman; örneklemenin yaklaşık %15'lik kesiminin yüksek düzey yalnızlık ve %27'lik kısmının ise orta düzey yalnızlık eğılimi göstermesi araştırmamız açısından üzerinde durulması gereken bir orandır. Ergenlik  ağında yaşanan büyük değişim ve dönüşümler, kimlik oluşturma ve karakter kazanma süreçleri ergen bireyler üzerinde bazı psikolojik problemlerin yaşanmasına sebep olabilmektedir. Özellikle de bu çağda ergen bireylerde kendilerini her şeyden soyutlama, aile ortamından uzaklaşma ve  zg r davranışlar sergileme gibi birçok yeni duygu ve davranış örüntüleri ortaya çıkmaktadır. Kendini çevreden ve gündelik yaşantısından soyutlayan ergen bireylerde uygun bir arkadaş çevresi edinmediğı takdirde yalnızlık duygusuyla tanışmaya başlar ve bu yalnızlık duygusuyla mücadele etme sürecine girerler. Bu süreçte faydalı veya zararlı birçok yol seçebilir ve bu yolda

ilerleyebilirler. Aynı şekilde örneklemin bencillik düzeylerine baktığımızda, örneklemin yaklaşık %25’lik kısmının yüksek düzey bencillik eğilimi göstermesi yine ergen bireylerimiz için çok yüksek bir oran olmaktadır. Bu oran bu durumu psikolojik bir sorun olarak algılamamıza yetecek bir orandır. Ergenlik çağının bir getirisi olarak gördüğümüz benlik algısı ve bencillik duygusu bu araştırmamızda da kendini göstermektedir. Bu dönemde dünyanın sadece kendi etraflarında döndüğünü zanneden ergen bireyler, kendilerini dünyanın merkezinde görürler ve bu duygu bencillik algılarını en üst safhaya çıkarmaktadır. Ergen bireylerdeki bu yüksek bencillik algısını normal karşılayıp bu süreçleri atlatmada ne gibi çözüm yollarına ihtiyaç duyulduğu ön görülmelidir. Örneklemin yaşam doyumu düzeylerine baktığımızda, örneklemin yarısından fazlasının nötr yaşam doyumu ve yaşam doyumu yok eğilimlerini göstermesi yine ergenlik çağının bireylerde yarattığı değişim ve dönüşümün bir sonucu olarak ergenlerin beğenme ve tatmin olma duygularının en alt seviyede olduğu bir dönem olmasından kaynaklanmaktadır. Bu çağ bireylerin en lüks hayat koşullarını tercih ettikleri bir çağdır ve bu dönemde tatminsizlik en üst safhadadır.

Araştırma sürecinde kurmuş olduğumuz hipotezleri sınamaya gelirsek eğer; ilk hipotezimiz, “Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin internet, sosyal medya, dijital oyun bağımlılıkları ve bencillik, yalnızlık, yaşam doyumu düzeyleri anlamlı ölçüde farklılaşmaktadır” olmaktadır. Elde ettiğimiz veriler çerçevesinde, cinsiyet faktörü açısından internet bağımlılığının anlamlı ölçüde farklılaştığını görmekteyiz. Bu araştırmamızda cinsiyet açısından kız öğrencilerimizin erkek öğrencilere kıyasla daha fazla internet bağımlılığı eğilimi gösterdiklerini görmekteyiz. Daha önce bu konuda yapılmış ve cinsiyet faktörünün önemli bir etken olduğunu dile getiren birçok araştırma mevcuttur. (Öztosun, 2018), (Kısa, 2018), (Bayraktar, 2001), (Derin, 2013), (Gülner, 2009), (Çelikkaleli, 2010), (Özbek, 2017) vb. araştırmalarda cinsiyet açısından erkeklerin daha fazla internet bağımlılığı eğilimi gösterdikleri görülürken, (Gürültü, 2016), (H. Doğan., 2008) vb. araştırmalarda ise kızların erkeklere oranla daha fazla internet bağımlılığı eğilimi gösterdikleri görülmüştür. Kendi araştırmamız çerçevesinde kızların erkeklere oranla daha fazla internet bağımlılığı eğilimi göstermelerini birçok nedene bağlayabiliriz. Kızların erkeklere kıyasla daha dar bir yaşam alanı olması, toplumsal cinsiyetin kızlara dayattığı bazı rol ve sorumluluklar, kızların erkeklere kıyasla daha farklı bir duygu ve düşünce yapısına sahip olması gibi birçok unsur kızların daha farklı tepkiler vermesine ve farklı alanlara yönelmesine sebebiyet verebilir. Kızların erkeklere kıyasla dışardaki sosyal aktivitelere katılımının daha kısıtlı olması, kız öğrencilerinin genellikle ev ve okul arasında bir yaşam döngüsü içinde olması kendilerini

yalnız hissetmeye ve farklı yollarla yaşayamadıkları hayatı yaşamaya sebep olabilmektedir. İnternet bu süreçte kızlar için oldukça cazip görünen bir unsur olabilmektedir. Gerek yaşayamadıkları hayatı yaşayabilme imkânı vermesi, kuramadıkları arkadaşlıkları kurabilme imkânı vermesi ve gerekse de kendilerini internet sayesinde başkalarına gösterebilme ve ispatlayabilme imkânı verebilmesi açısından internet ve devamcısı olan sosyal medya önemli unsurlar olabilmektedir. Bu süreçlerin yaşanmasında cinsiyet tek başına yeterli bir faktör olmamakla birlikte bu süreçlerin yaşanmasında kızlar kadar erkeklerde etkili roller oynadığı görülmektedir. Araştırmamızda kız ve erkek cinsiyeti arasındaki farkın az olması cinsiyetin tek başına ayırıcı bir etken olamadığını göstermektedir. Erkeklerinde internet bağımlılığı eğilimlerinin yüksek olması da kızlarda olduğu gibi birçok farklı nedene bağlanabilir. Erkekleri interneti uzun süre kullanmaya iten ve bunu bir bağımlılık sürecine dönüştüren birçok neden olmakla birlikte özellikle de spor, film, dijital oyunlar, müzik ve sosyal ağlar gibi faaliyetler bu süreçte daha etkin rol oynamaktadır. İnternet bağımlılığında cinsiyet açısından elde edilen sonuçlar sosyal medya bağımlılığında da kendini göstermektedir. Bu bağımlılık türünde de kızlar erkeklere oranla daha yüksek bir oran göstermektedir. Sosyal medya platformları sahip oldukları özellikler açısından kızların ilgi, duygu ve merakını daha fazla etkileyecek bir konumdadır. Bu nedenle sosyal medya platformlarında erkeklere oranla kızların daha fazla hesap sayısı olduğunu görmekteyiz. Bu durum sosyal medyayı kullanma sürelerine ve sosyal medya hesap sayılarına bağlı olarak kızların daha fazla sosyal medya bağımlılığı eğilimi gösterdiklerini ortaya koymaktadır. Araştırmamızda elde edilen sonuçlara benzer bir sonucu (Bozkurt, 2018) çalışmasında da görmekteyiz. Dijital oyun bağımlılığına gelince internet ve sosyal medya bağımlılığında görülen sonucun tersi bir sonuç görmekteyiz. Bu bağımlılık türünde erkekler kızlara oranla daha fazla bir eğilim göstermektedir ve bu fark cinsiyetin önemli bir etken olduğunu göstermektedir. Erkeklerin kızlara oranla bu tür oyunlara daha fazla bağımlı olması, bu oyunlara daha fazla zaman ayırması ve bu oyunları oynamak için daha fazla istekli olmalarına bağlıdır. Erkeklerin kızlara nazaran bu tür oyunlara daha fazla eğilimli olması elbette ki cinsiyetin ve toplumsal cinsiyetin kız ve erkek bireylerde yarattığı farklı biyolojik, psikolojik ve sosyolojik yönelimlerin etkisi vardır. Erkeklerin gerek biyolojik yapıları gerekse de toplumun kendilerine layık gördüğü güç ve savaşçı özellikleri bu tür oyunları oynamada önemli bir etkidir. Ayrıca kızlara oranla erkeklerin toplum tarafından daha az kısıtlanmaları erkeklerin bu oyunlara ulaşımını kolaylaştırmakta ve genelleştirmektedir. Dijital oyunların büyük çoğunluğunun güç, strateji, yönetme ve savaş özellikleri taşıması yine erkekleri bu oyunlara çeken bazı özellikler olmaktadır.

Cinsiyetin yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumu düzeyleri açısından farklılaştığını dile getirdiğimiz hipotez çerçevesinde, kız öğrencilerin erkeklere oranla daha fazla yalnızlık eğilimi gösterdikleri görülmüştür. Kızların gerek aile gerekse çevre tarafından daha fazla kısıtlanması, hayatlarını sadece ev, okul veya işyerlerinde geçirmelerinin istenmesi ve bir erkeğe göre daha dar bir sosyal çevreye sahip olması gibi durumlar kız cinsiyetini yalnızlığa sürükleyen önemli sebeplerden olabilir. Ayrıca kızların erkeklere kıyasla öz saygı ve öz güven gibi benlik algılarında daha fazla problem yaşamasına ve çevrelerine karşı daha fazla güvensizlik duymalarına bağlanabilir. Özbek 2007’de (Özbek, 2017) yapmış olduğu çalışmada kızların erkeklere oranla daha fazla yalnız olduklarını dile getirmesi çalışmamızı destekler niteliktedir. Örneklem bencillik düzeylerine gelince farklı bir durumla karşılaşmaktayız. Araştırmamızda erkek öğrencilerin kızlara kıyasla daha fazla bencillik eğilimi gösterdikleri görülmektedir. Bu durum erkek bireylerimizin psikolojik ve sosyolojik yapısından ve toplum tarafından kendilerine biçilen rollerden kaynaklanmaktadır. Erkeklerin zihinsel ve duygusal dünyalarının kızlardan daha fazla sert ve yüzeysel olması erkekleri bencillığe iten bir faktör olabilir. Ayrıca toplum olarak erkeklere daha güçlü, daha güvenilir ve kendi kendilerine yetebilme kabiliyetine sahip bir gözle bakılması erkek bireyleri bir öz güven patlamasına ve bencillığe götürebilir. Veysel Bozkurt’un (Bozkurt, 2018) yapmış olduğu çalışmada erkeklerin kızlara oranla daha fazla bencillik eğilimi göstermesi araştırmamızı destekler niteliktedir. Yaşam doyumu düzeylerine gelince kızların erkeklere oranla daha yüksek bir yaşam doyumu yaşadıkları görülmektedir. Bu durum cinsiyet algısının kız ve erkek cinsiyetinde yarattığı duygu ve düşüncelerden kaynaklanmaktadır. Kızların erkeklere kıyasla daha küçük şeylerle mutlu olabilmeleri, toplum tarafından kısıtlanmış bir hayatları oldukları için hayal sınırlarının da kısıtlı olması ve geçim konusunda kendilerine erkeklere kıyasla daha az yükümlülükler yüklenmesi kızların yaşam doyumu düzeylerinin yüksek olmasını sağlamaktadır. Buna karşılık erkeklerin toplumda daha aktif olması ve bununla birlikte dünya nimetlerinden kadınlardan daha çok haberdar olması onları en güzel, en güçlü ve en iyi olana yöneltmektedir. Bu hayal dünyasında kurdukları hayata ulaşamadıkları zaman ise doyumsuzluk yaşayabilirler. Ayrıca toplumsal cinsiyetin erkeklere tanıdığı bir özellik olarak sürekli güçlü, iktidar ve saygın olarak görülmek istenmesi bireyi daha farklı yollar aramaya sürükleyecek ve eldeki imkânlar hep yetersiz gelecektir. Bu nedenle diyebiliriz ki yaşam doyumu kişilerin doyum düzeylerinin farklı olmasına bağlı olarak değişen bir olgudur. Cinsiyet olarak da her iki cinsiyetin doyum algıları aynı olmadığı için doyum düzeylerinin de aynı olması beklenemez. Lise öğrencilerinin verdikleri cevaplar doğrultusunda yapılan analizler sonucunda elde ettiğimiz bu sonuçlar cinsiyetin birçok faktör

üzerinde önemli bir etken olduğunu göstermekte ve bu sonuçlar ayrıca ilk hipotezi doğrulamaktadır.

Araştırmamızın ikinci hipotezi “Ergenlerin internet bağımlılığı ile yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumu düzeyleri ve bazı demografik özellikler arasında anlamlı bir ilişki vardır.” olmaktadır. Bu hipotez çerçevesinde elde ettiğimiz sonuçlara gelince; internet bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Araştırmamızda elde ettiğimiz veriler artan yalnızlık düzeylerine bağlı olarak internet bağımlılığı düzeylerinin de arttığını göstermektedir. Yalnız olan bireyler kendilerini sosyal hayattan soyutladıkları için bu sosyal boşluğu dolduracak başka alanlara yönelmektedir. İnternet ve sosyal medyaya olan ilgileri bu boşluktan kaynaklanmaktadır. Bu nedenle bireyler sosyalleşme ve iletişim ihtiyacını gidermek için bu tür platformlara çokça vakit ayırmaya başlar, ayrılan bu vakitler zamanla artmaya başlar ve birey bu zamanı kontrol edemez duruma gelir. Bunu takip eden süreç ise bağımlılıktır. Bu nedenle yalnızlık ve internet bağımlılığı arasında karşılıklı bir ilişki olduğu söylenebilir. İnternet bağımlılığı ile bencillik düzeyleri arasında da anlamlı bir ilişki olduğu elde edilen sonuçlar çerçevesinde görülmektedir. İnternet sahip olduğu birçok özelliğin yanı sıra ayrıca bireylerin bencillik duygularını dışa yansıtmasını sağlayacak birçok uygulamayı bünyesinde barındırmaktadır. İnternetin bireylere kendilerini olduklarından farklı gösterebilme özgürlüğü tanınması, paylaşma özelliğiyle birçok insana kendini gösterebilme ve beğendirebilme imkânı vermesi ve bencilliklerini tatmin ettirecek birçok uygulamayı bünyesinde barındırması bireylerin bencilik algılarını artıran önemli koşullardır. İnternet bağımlılığı ile yaşam doyumu düzeyleri arasında da anlamlı bir ilişki olduğu elde ettiğimiz sonuçlar dâhilindedir. Araştırmamızda yaşam doyumu düzeylerinin azalmasına bağlı olarak bağımlılık oranının da arttığı görülmektedir. Yüksek yaşam doyumu düzeyine ulaşan bireylerimizin ise daha az oranda bağımlılık eğilimi gösterdikleri görülmektedir. Bu durum yaşam doyumu ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir. Belli bir yaşam doyumu seviyesine ulaşmış bireyler birçok isteğinde tatmin oldukları için kendilerini beğendirmek, başkalarının gözünde değerli olduklarını hissetmek ve kendilerini kanıtlamak gibi bir amaçları olmadığı için bazı psikososyal problemlerle karşılaşmaları daha düşüktür. İnternet ya da sosyal medya gibi platformlar daha çok gerçek yaşantısından memnun olmayan ve bu mutluluğu başka yerlerde arayan bireyleri kendisine çekmektedir. Daha doğrusu bu bireylerde bu tür platformlar amacı dışında ve olumsuz sonuç doğuracak şekillerde kullanmalarına neden olmaktadır. Bu nedenle diyebiliriz ki belli bir yaşam doyumu seviyesine ulaşmış bireylerde bu tür problemleri davranışların ortaya çıkması daha zordur. (Ko ve ark. 2005; Wang ve ark., 2008; Ko ve ark., 2007; Akt: Esen, 2010) vb.

araştırmalarda yaşam doyumu ve internet bağımlılığı arasında negatif yönlü bir ilişkinin olduğu dile getirilmesi araştırmamızı destekler niteliktedir.

İnternet bağımlılığı ile aile birliğı arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için öğrencilerimize yönelttiğimiz sorular çerçevesinde, anne-babası ayrı yaşayan bireylerimizin anne-babası birlikte yaşayan bireylere kıyasla daha yüksek oranda internet bağımlılığı eğilimi gösterdikleri görölmektedir. Bu durum internet bağımlılığı ile aile birliğı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. (Kısa, 2018), (Arslan, 2017), (Turan, 2015), (F.Turan, 2017), (Bayhan, 2011) tarafından yapılan çalışmalar sonucunda da anne-babası ayrı yaşayan bireylerin birlikte yaşayan bireylere oranla daha fazla internet bağımlılığı eğilimi gösterdikleri görölmektedir. Bu durum aile içindeki psikolojik sorunların başka bir psikolojik soruna neden olduğunu göstermektedir. Anne-babası ayrı olan bireylerimizin anne veya baba sevgisinden uzak olması, kendilerini yalnız hissetmeleri ve ebeveynler arasındaki çatışmaya maruz kalması bireyi başka yollar aramaya sürükler. Birey bu süreçte biraz olsun bu karmaşadan uzaklaşmak, kendini daha iyi hissedecek yerlere gitmek ister ve bu durumda internet ve sosyal medya iyi bir kaçamak yolu olarak görülür. Oysa birey bunu sürekli yaparak gerçek hayatından kopmaya başlar ve sadece bu internet ve sosyal medya platformları üzerinde kurdukları hayatı yaşamaya başlarlar. Lise türü ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu elde ettiğimiz bir diğer sonuçtur. Araştırmamız sonucunda internet bağımlılığı eğilimi gösterenlerin büyük çoğunluğunu Anadolu, imam hatip ve meslek liselerinin oluşturduğu görölmektedir. Özel ve fen liselerinin daha az seviyede internet bağımlılığı eğilimi göstermelerini okulun çevre koşullarına, okul yönetim şekline, bu liselerde eğitim gören bireylerin aile, ekonomik, sosyo kültürel yapısına ve ailelerinin eğitim düzeylerine bağlayabiliriz. Ayrıca Anadolu ve meslek liselerinin bu konuda dezavantajlı olması yine okulun çevresine, okul yönetim şekline, o okulların toplum içindeki algısına, buralarda eğitim gören bireylerin ekonomik ve eğitim seviyelerinin daha düşük olmasına, aile ilgisizliğine vs. birçok nedene bağlanabilir. Ayrıca öğrencilerin başarı durumları, interneti kullanma amaçları ve üye oldukları sosyal medya hesap sayıları ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişkiler olduğu araştırmamızda elde edilen sonuçlar arasındadır. Bu durum ikinci hipotezimizin doğrulandığını göstermektedir. Bunun yanı sıra internet bağımlılığı ile aylık gelir, yaş ve sınıf düzeyi arasında anlamlı herhangi bir ilişkinin bulunmaması hipotezimizin yanlışlanabilirliğini göstermektedir.

Araştırmamızın üçüncü hipotezinde sosyal medya bağımlılığı ile yalnızlık, bencillik, yaşam doyumu ve bazı demografik özellikler arasında anlamlı bir ilişki olduğunu dile getirmiştik. Bu hipotez çerçevesinde elde ettiğimiz sonuçlara baktığımızda, sosyal medya

bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu görmekteyiz. İnternet bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiye benzer ilişki sosyal medya bağımlılığında da söz konusu olmaktadır. Araştırmamızda yüksek yalnızlık eğilimi gösteren öğrencilerin daha fazla sosyal medya bağımlısı olduğu görülmektedir. Bu durum kendilerini yalnız hisseden bireylerin farklı çıkar yolları denediğini ve bu psikolojik süreci atlatmak için farklı yollara başvurduklarını göstermektedir. Özellikle de ergenlik sürecinin ergen bireylerde yaratmış olduğu psikolojik sorunlar yalnızlığı da beraberinde getirmektedir. Birey bu süreci fazla yaralar almadan atlatmak için bazen yanlış yollara da sapabilir. Bu süreçte sosyal medya çok cazip bir unsurmuş gibi görülse de bu platformların yanlış ve bilinçsiz kullanımı ergen bireylerde daha büyük sorunlara neden olabilmektedir. Sosyal medya bağımlılığı bu yanlış ve bilinçsiz kullanımının bir sonucu olarak ortaya çıkan sorunlu bir davranış örüntüsüdür. Aynı şekilde sosyal medya bağımlılığı ile bencillik arasında anlamlı bir ilişki olduğu araştırmamızda elde edilen bir diğer sonuçtur. İnternette olduğu gibi sosyal medyanın da bireylerin benliklerini sergilemede ve bencillik duygularını dışa vurumda etkin birçok platforma sahip olması bireyleri bu platformlara çeken önemli albenilerdir. Ayrıca sosyal medyanın bireylere görülme/izlenme imkânı vermesi ve bireye “ben de varım” hissi vermesi bireyin bencillik algısını etkileyen diğer faktörlerdir. Koç (Koç, 2017) yapmış olduğu çalışmada bencillik ile sosyal medya arasında önemli bir ilişkinin varlığından bahsetmesi çalışmamıza referans oluşturmaktadır. En çok kullanılan sosyal medya ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiye baktığımızda, daha önce en çok kullanılan sosyal medya hesapların başta Instagram olmak üzere WhatsApp ve YouTube olduğunu görmüştük. Yüksek sosyal medya bağımlılığı eğilimi gösteren bireylerimizin büyük çoğunluğunun Instagram kullanıcısı olması en çok kullanılan sosyal medya ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar üçüncü ve altıncı hipotezimizin doğrulandığını göstermektedir.

Beşinci hipotezimiz internette geçirilen süre ile internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişkinin varlığına yöneliktir. Araştırmamız çerçevesinde elde ettiğimiz sonuçlar internette geçirilen süre ile internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. İnternette geçirilen sürenin artmasına bağlı olarak bireylerin bu süreleri kontrol edemedikleri ve bu sürecin devam etmesiyle bireyin internete, sosyal medyaya ve dijital oyunlara bağımlı bir kişilik oluşturduğu gözlenmektedir. K. Nalwa ve A.P Anand 2003 yılında Hindistan’da, C.Chou ve Mc Hsiao 2000 yılında Tayvan’da ve Kubey ve Ark. 2001 yılında (Gülner, 2009), (Yılmaz, 2014) (Bayhan, 2011), (Kaygusuz, 2013), (Öztosun, 2018) ve (Topal, 2018) yapmış oldukları

Çalışmalarda internette geçirilen süre ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunun gözlemlenmesi araştırmamızı destekler niteliktedir.

Araştırmamızın dördüncü hipotezimiz dijital oyun bağımlılığı ile yalnızlık, bencillik, yaşam doyumu ve bazı demografik özellikler arasında anlamlı ilişkiler olduğuna yöneliktir. Bu hipotez çerçevesinde elde ettiğimiz sonuçlar bize dijital oyun bağımlılığı ile bu değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Araştırmamızda yüksek yalnızlık eğilimi gösteren bireylerin dijital oyunlara daha fazla yöneldikleri ve bu sürecin kontrol edilememesiyle birlikte dijital oyun bağımlılığının yaşıandığı görülmektedir. Bireylerin bencillik düzeylerinin artmasına bağlı olarak dijital oyun bağımlılığının da artması elde edilen diğer bir önemli sonuçtur. Bireyler bu tür oyunlarla kendi becerilerini karşılarındakilere yansıtır, kazandığı oyunlarla diğer bireylere üstünlük taslar ve sadece kazanma hırsıyla diğer bireyleri yok etme çabasına girer. Oyunların bireylerde uyandırdıkları bu tür psikolojik duygular bireylerin bencillik eğilimlerini tatmin eden önemli unsurlardır. Dijital oyun bağımlılığı ile bu değişkenler arasında kurulan anlamlı ilişkiler dördüncü hipotezimizi doğrular niteliktedir.

rneklemimizin sahip oldukları sosyal medya hesap sayıları ile internet ve sosyal medya bağımlılığı arasında da anlamlı bir ilişki olduğu elde edilen diğer önemli bir sonuçtur. Bireylerimizin sahip oldukları hesap sayıları arttıkça internet ve sosyal medya bağımlılığı eğiliminin de arttığını görmekteyiz. Bireylerimizin hesap sayılarının fazla olması internette ve sosyal medyada daha fazla süre harcamalarına, her bir hesap için ayrı bir vakit ve ilgi göstermelerine neden olmaktadır. Bu durum belli bir süre kontrol altına alınamayınca bağımlılık süreci başılamış olur. Öztosun (ztosun, 2018) yapmış olduğu çalışmada sosyal medya hesap sayısı ile internet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişkinin varlığından bahsetmekte ve bu çalışma araştırmamıza referans olmaktadır. En çok oynanan dijital oyun ile dijital oyun bağımlılığı arasında, sosyal medyada selfi paylaşıma sıklığı ile bencillik düzeyleri arasında, aylık gelir ile yaşam doyumu arasında, paylaşımların beğenilmesinin kontrolü ile bencillik düzeyleri arasında ve aile birliği ile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişkilerin bulunması araştırmamız çerçevesinde elde edilen diğer önemli sonuçlardır.

Araştırmamıza başlamadan önce yaptığımız gözlemler sonucunda başıta ergen geenlerimiz olmak üzere toplumun büyük bir çoğunluğunun toplumda büyük bir psikolojik sorun teşkil eden internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıklarıyla karşı karşıya olduklarını gözlemledik. Elbette ki toplumda bu derece önem teşkil eden psikolojik sorunlar üzerine birçok araştırmalar yapılmış ve yapılmaktadır. Ama geleşen ve dönüşen toplumumuz bu gibi sorunlarla her geçen gün daha fazla ve daha sık karşılaşmaktadır. İnternetin tüm

toplumu hâkimiyeti altına aldığı bu süreçte bu sorunların üstüne eğilmek ve farklı çözüm yolları üretmek daha çok gerekli hale gelmektedir. Araştırmamızda bu psikolojik ve toplumsal sorunlara eğilmek bu gereklilikten doğmaktadır. Araştırmamızda bu sorun çerçevesinde özellikle ergen bireyler üzerinde durmamız ergenlerin bu süreçte en riskli grubu oluşturmalarından kaynaklanmaktadır. Ergenlik çağının kendi dönemine has psikolojik sorunları ergen bireyleri bu tür problemli davranışlara daha fazla itmekte ve internet, sosyal medya ve dijital oyunların sahip oldukları özellikler açısından bu gruba daha çok itham etmektedir. Araştırmada elde ettiğimiz sonuçlar internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılıkları gibi problemli davranışlarda ergenlik çağına özgü olan duygu ve davranış örüntülerinin önemli etkenler olduğu görülmüştür. Ayrıca ergen bireylerin bu dönemde yaşadıkları yalnızlık, bencillik ve yaşam doyumu süreçlerinin bağımlılık davranışında önemli bir rol oynadığı görülmüştür. Araştırmamız kapsamında bu tür bağımlılıklar sürecinde birden çok faktörün etkin olduğunu ve bu faktörlerin birbirleriyle ilişkili olduğunu gördük. Bireylerimizin bu süreçleri en az zararla atlatmasını sağlamak bu bireylerin normal yaşamlarındaki sorunları iyileştirmekle mümkün olacaktır. Bu iyileştirme bireyin sadece bir problemini gidermekle değil bireyi bütünsel açıdan ele alarak ve birbirine bağlı olarak gelişen problemleri çözüme kavuşturarak olacaktır.

Bu araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda şu öneriler geliştirilmiştir:

1. Araştırma Malatya ilindeki on farklı lisede eğitim gören 990 lise öğrencisiyle gerçekleştirilmiştir. Ama elde edilen sonuçların daha genelleyici olması açısından çalışma daha farklı illerde ve daha büyük bir örneklem ile evrenle genişletilebilir.
2. Araştırmada internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığını yordayan cinsiyet, aile yapısı, internette geçirilen süre, interneti kullanma amacı, yalnızlık, bencillik, yaşam doyumu vb. birçok etken olduğu görülmüştür. Ama bu etkenlerin bu bağımlılık süreçlerini tamamen açıklamada yeterli olmadığı görülmüştür. Bu nedenle farklı araştırma türleri kullanılarak ve araştırmada açık uçlu sorular sorularak sorunun köküne inilmelidir.
3. Araştırmada ergenlik döneminde daha yoğun yaşanan yalnızlık ve bencillik gibi psikolojik sorunların genç bireyleri internet, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı gibi sorunlu davranışlara daha çok ve hızlı yönelttiği görülmüştür. Bu nedenle ergenlik döneminde gerek aile gerekse de okul yönetmeliklerinde bu tür problemli davranışların önüne geçilmesi için bazı önlemler alınıp öğrencilere terapi nitelikli uygulamalar uygulanmalıdır.

4. İnternete erişimin her geçen gün daha kolay ve ucuz olması özellikle de genç ve çocukları bu teknolojileri kullanmaya yöneltmektedir. Bu durum internetin kontrolsüz ve bilinçsiz kullanımına neden olmaktadır. Bu nedenle aile ve okul idaresi tarafından bu teknolojilerin kullanımı kontrol altına alınmalı ve bilinçli kullanım için bazı eğitim seminerleri verilmelidir.
5. Araştırmada internet bağımlılığı riski yüksek çıkan ve kendisini bağımlı olarak tanımlayan bireyler seçilerek bunlara yönelik daha kapsamlı ve derinlemesine görüşmeler yapılmalıdır. Bu yöntem sorunun kökenine inmemize ve alınabilecek çözüm yöntemlerini belirlememize yardımcı olacaktır.



KAYNAKÇA

- Ahmet Akın, F. U. (2015). "Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçe Versiyonunun Geçerlik ve Güvenirliği" 2. *Uluslararası Davranışsal Bağımlılıklar Konferansı*. Budapeşte.
- Arıcak, T. (2015). *Siber Alemin Avatar Çocukları:İnternet ve Gençlik İlişkisinin Bugünü ve Geleceği*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Arslan, G. (2017). Anne Babası Boşanmış ve Boşanmamış Olan Ergenlerin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Avcı, M. (2015). *Ergenlik ve Toplumsal Uyum Sorunları: Erzurum İl Merkezi Üzerine Bir Çalışma* . Erzurum : Kitap ve Cafe Serüven.
- Babacan, M. E. (2015). *Sosyal Medya ve Gençlik*. İstanbul: Açılım Kitapevi.
- Bal, E. (2013). *Teknoloji Çağında Cep Telefonu Kullanım Alışkanlıkları ve Motivasyonlar; Selçuk Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Bir İnceleme*. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Balcı, N. (2018). Lise Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları ve Yalnızlık Düzeyi İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisan Tezi*. İstanbul: Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bayhan, V. (2011). "Lise Öğrencilerinde İnternet Kullanma Alışkanlığı Ve İnternet Bağımlılığı: Malatya Uygulaması." *Akademik Bilişim 11-13. Akademik Bilişim Konferansı Bidirimleri* . Malatya : İnönü İniversitesi.
- Bayraktar, F. (2001). İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü. *Yüksek Lisans Tezi*. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bozkurt, V. (2018). "Sosyal Medya Kullanan Gençler Arasında Bencillik ve Yalnızlık." M.Asan (Dü.), *Türkiye'nin Yüzyılı ve Geleceği Uluslararası Gençlik Sempozyumu Tebliğler Kitabı*. içinde İstanbul: İstanbul Üniversitesi.
- Canan, F. (2010). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Disosiyatif Belirtiler ve Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki . *Uzmanlık Tezi*. Düzce : Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Castells, M. (2013). *Enformasyon Çağı: Ekonomi, Toplum, ve Kültür: Ağ Toplumunun Yükselişi* (Cilt 1). istanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Ceyhan, E. (2010). Problemlı İnternet Kullanım Düzeyi Üzerinde Kimlik Statüaünün, İnternet Kullanım Amacının ve Cinsiyetin Yordacılığı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*. Eskişehir : Anadolu Üniversitesi.
- Çakır, M. (2015). *İnternette Gösteri ve Gözetim: Eleştirel Bir Okuma* . Ankara : Ütopya .

- Çelikkaleli, G. Ç. (2010). "Ergenlerin Arkadaş Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılığının Cinsiyet, Ebeveyn Tutumu ve Anne-Baba Eğitim Düzeylerine Göre İncelenmesi." *Çanakkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(3).
- Çivilidağ, A. (2013). **Gelişim Süreci Odağında Ergenlik Psikolojisi**. Ankara : Nobel Akademik Yayıncılık.
- Dağıtmaç, M. (2015). **Sosyal Medya Bizi Neden Kullanır**. İstanbul: Okur Akademi.
- Derin, S. (2013). Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş. *Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Doğan, A. (2013). İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı. *Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ekşi, D. Ü. (2016). "Türkiyede Genç Yetişkinlerde İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Sanal Ortam Yalnızlık Bağlamında Bir İnceleme." *Bağımlılıklar Dergisi*, 1(3).
- Erdoğan, A. Y. (2016). "Ergen ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış". *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2(27).
- Esen, E. (2010). Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. *Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi*. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- F.Turan. (2017). Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Anne Baba Tutumları Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Güçdemir, Y. (2017). **Sosyal Medya: Hakla İlişkiler, Reklam ve Pazarlama**. İstanbul: Derin Yayınları.
- Gülner, Ş. B. (2009, Temmuz). "Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılarının Profili." *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*(6), 6.
- Gülşah Aydın, D. A. (2015). "Dijital Dünyada Sosyalleşme Aracı Sosyal Medya." (T. K. Özgen, Dü.) *Ağdaki Şüphe: Bir Sosyal Medya Eleştirisi*.
- Gürültü, E. (2016). Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılıkları Ve Akademik Erteleme Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi* . İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- H. Doğan., A. I. (2008). "Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi". *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*(18).
- Hellman, L. T. (2001). **Gençlerle İletişim: Ergenlik ve Ergenlik Problemleri**. İstanbul: Ekinoks.

- İbrahim Taş, H. E. (2014). "Orta Öğretim Öğrencilerinin İnternet ve Oyun Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi." *Çevrimiçi Teknoloji Bağımlılığı ve Siber Zorbalık Dergisi*(2).
- İnanç, B. Y. (2004). *Gelişim Psikolojisi: Çocuk ve Ergen Gelişimi*. İstanbul: Nobel Kitapevleri.
- Kaplan, M. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeyleri, Sosyal Medya Kullanım Amaçları ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksel Lisans Tezi*. Gaziantep: Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kaplanseren, E. (2019). **Nesnelerin Sessiz Dünyasıyla Tanışmaya Hazır mısınız?** Şubat 24, 2019 tarihinde <http://webrazzi.com/2016/03/09/nesnelerin-sessiz-dunyasiylatanismaya-hazir-misiniz/>. adresinden alındı
- Karahan, T. (2015). Bencilliği Benimsedik. İstanbul: Çatı Kitapları.
- Kartal, N. (2018). Sosyal Medyanın Kimlik Sunumuna Etkisi: Erving Goffman'ın Dramaturjik Teorisi Üzerine Bir Analiz. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul.
- Kaygusuz, M. K. (2013). *İnternet Bağımlılığı: Sorunlar ve Çözümler*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kesikoğlu, S. (2016). Felsefede Bencilik ve Sosyal Darwinizm Eleştirisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kestellioğlu, İ. T. (2011). **Halkla İlişkilerde İnternetin Yeri ve Önemi**. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İİBF Dergisi*.
- Kılıç, N. S. (2016, Nisan). "Sanal Âlem Üzerinde Schutzcu Bir Çözümleme." (A. Ç. Hülür, Dü.) *Yeni Medya ve Toplum Disiplinlerarası Yaklaşımlar*.
- Kılıç, S. (2018). Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkilerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi . *Yüksek Lisans Tezi*. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kısa, Ö. (2018). Ortaokul Öğrencilerinde Yalnızlık ve Sosyal Beceri Düzeyleri İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Kırklareli: Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Koç, H. İ. (2017). Sosyal Medya ve Narsisizm Kültürü. *Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi*. Sakarya : Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Köfteci, B. (2018). Lİse Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının, Psikolojik Dayanıklılık ve Ruminasyon Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Lewins, F. (2011). *Sosyal Bilim Metodolojisi: Eleştirel Bir Bakış*. (A. Taştan, Çev.) Ankara: Lotus Yayınevi.
- Moral, R. (2018). Ergenlerdeki İnternet Bağımlılığı: Anne-Baba ve Akran İlişkileri Açısından Bir Değerlendirme. *Yüksek Lisans Tezi*. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Muftafa, B. H. (2018). Sosyal Medyanın Gelişimi ve Toplumda Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları: Erbil Selahaddin Üniversitesi Örneği. *Yüksek Lisans Tezi*. Van: Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Mustafa Kutlu, M. S. (2016). "Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun Türkçe uyarlaması: Üniversite Öğrencileri ve Ergenlerde Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması." *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 70.
- Okur, H. D. (2016, Nisan). "Sosyal Ağların Gençlerin Değerlerine Etkisi." (A. D. Hülür, Dü.) *Yeni Medya ve Toplum Disiplinlerarası Yaklaşımlar*.
- Önder, F. C. (2015). "Öznel İyi Olma." (S. Doğan, Dü.) *Yaşam Doyumu: Seçme Konular*, 3.
- Özbek, B. (2017). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yalnızlık Düzeyleri Açısından Değerlendirilmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özel, M. (1998). **Birey, Burjuva ve Zengin**. İstanbul: Kitapevi.
- Öztosun, A. (2018). Ergenlerde Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Dışlanma Deneyimlerinin İnternet Bağımlılığını Yordayıcılığı. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Polat, H. (2016). *Sosyal Medya ile Başım Dertte: Ne Seninle Ne de Sensiz*. İstanbul: Yediveren.
- Saffet Burak Bayram, G. G. (2016). İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Eğilimlerinin ve Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*(54).
- Selahattin Çavuş, B. A. (2016). "Bilgisayar Oyunları ve Bağımlılık." *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Alan Araştırması*(43).
- Şentürk, Ü. (2013). "Milenyum Gençliğinin Dijital Yaşamı: Küresel Gençlik Kültürünü Sosyal Medyada Okumak" *Düşünce Dünyasında Türkiz Siyaset ve Kültür Dergisi*, 4(23).
- Tarcan, A. (2005). *İnternet ve Toplum*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Taş, İ. (2017). "Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu (SMBÖ-KF)." *Çevrimiçi Teknoloji Bağımlılığı ve Siber Zorbalık Dergisi*.

- Tiryaki, S. (2015). **Sosyal Medya ve Facebook Bağımlılığı** . Konya: Literatürk Yayınevi.
- Topal, E. (2018). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Faktörlerin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Turan, R. T. (2015). Başkent Üniversitesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Sıklığı Ve İlişkili Faktörler. *Uzmanlık Tezi*. Ankara: Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yar, A. (2012). Ruhsal Bozukluğu Olan ve Olmayan Ergenlerde İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı. *Doktora Tezi*. Kocaeli Üniversitesi.
- Yaygır, C. (2018). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı Depresyon ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yengin, D. (2015). **Sosyal Medya Araştırmaları**. İstanbul: Paloma Yayınları.
- Yılmaz, A. v. (2014). Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: Balıkesir İli Örneği. *Eğitim Bilimleri Araştırma Dergisi*, 4(1).

EKLER

EK 1: YOUNG İNTERNET BAĞIMLILIĞI TESTİ - KISA FORMU (YİBT-KF)

Bu araştırmamız lise öğrencilerinin internet kullanımı alışkanlığı üzerinedir. Lütfen her maddeyi dikkatlice okuyup, size uygun olan maddeyi işaretleyiniz. Ankete ad-soy ad yazmayınız. Vereceğiniz cevaplar araştırma amacıyla kullanılacak ve bilgiler saklı tutulacaktır. Anketimize katıldığınız için teşekkür ederim.

SORULAR	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Her zaman
1 Hangi sıklıkta planladığınızdan daha fazla internette kalırsınız?					
2 Hangi sıklıkta ailenizle ilgili işleri ihmal ederek internette daha fazla zaman harcarsınız?					
3 Okul veya dersle ilgili çalışmalarınız hangi sıklıkta internette harcadığınız süre yüzünden zarar görmektedir.					
4 Birileri internette ne yaptığınızı sorduğunda hangi sıklıkta sır gibi saklar veya savunmaya geçersiniz?					
5 Birileri siz internette iken canınızı sıkarsa hangi sıklıkta onları tersler, onlara bağırır ve öfkeli davranırsınız?					
6 Hangi sıklıkta gece internette harcadığınız süre yüzünden uykusuz kalırsınız?					
7 İnternete bağlı değilken hangi sıklıkta internetle avunur veya internete bağlı olduğunuz hayalini kurarsınız?					
8 İnternette iken hangi sıklıkta kendinizi ‘birkaç dakika’, derken bulursunuz?					
9 Hangi sıklıkta internette harcadığınız zamanı azaltmak için uğraşırsınız ve başarısız olursunuz?					
10 Ne kadar süre internette olduğunuzu hangi sıklıkta saklamaya çalışırsınız?					
11 Hangi sıklıkta başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman harcamayı tercih edersiniz?					
12 İnternete bağlanmadığınızda hangi sıklıkta kendinizi bunalımda, kararsız ve sinirli hissedip, internete bağlandığınızda bu şikâyetlerinizin geçtiğini görürsünüz?					

EK-2: SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ KISA FORMU (SMBÖ-KF)

Aşağıda son bir yıl içinde yaşadığınız durumları verilen seçenekleri kullanarak belirtiniz.

SORULAR	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğunlukla	Her zaman
13 Sosyal Medyayı kullandığımda sinirli, endişeli veya üzgün olurum.					
14 Aklımda sürekli sosyal medyada yaptığım veya yapacağım etkinlikler vardır.					
15 Sosyal medyayı çok kullandığım için, sinema, tiyatro, müzik, spor gibi diğer etkinliklere veya hobilerime zamanım kalmıyor.					
16 Sosyal medyada gezinirken “biraz daha “ diyerek süreyi uzatırım.					
17 Sosyal medya iş, okul veya aile hayatımı olumsuz etkilemesine rağmen sosyal medyayı kullanmaya devam ediyorum.					
18 Sosyal medya kullanımımı kontrol etmeye, azaltmaya veya durdurmaya çalışırken zorlanıyorum.					
19 Kendimi mutlu hissetmek için sosyal medyayı daha fazla kullanırım.					
20 Sosyal medyada harcadığım zaman miktarını ailemden veya çevremdeki insanlardan gizlerim.					
21 Sosyal medyada harcadığım süre yüzünden insanlarla(aile, arkadaş ve sosyal çevre) ilişkilerimde ciddi çatışmalar yaşarım.					

EK 3: OYUN BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ (GAS; Game Addiction Scale)

Aşağıdaki durumları son 6 ay içinde hangi sıklıkla yaşadığınızı işaretleyiniz.

Sorular	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her zaman
22 Bir bilgisayar oyununu tüm gün boyunca oynamayı düşündün mü?					
23 Oyun için harcadığın zamanı giderek artırdın mı?					
24 Günlük yaşamdan uzaklaşmak için oyun oynadığın oldu mu?					
25 Yakınındaki kişiler (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) oyun süreni azaltmada başarısız oldu mu?					
26 Oyun oynamadığın zaman kendini kötü hissettin mi?					
27 Oyunda harcadığın zaman konusunda yakındaki kişiler ile(aile bireyleri, arkadaşlar gibi) kavga ettin mi?					
28 Oyun oynamak için diğer önemli faaliyetleri (okul, iş, spor gibi) ihmal ettin mi?					

EK 4: UCLA YALNIZLIK ÖLÇEĞİ KISA VERSİYONU

SORULAR		Hiç Katılmıyoru m	Katılmıyoru m	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
29	Yeterli arkadaşım yok					
30	Artık kimseye yakın değilim					
31	İlgi alanlarım ve fikirlerim etrafımdakiler tarafından paylaşılmıyor					
32	Sosyal ilişkilerim yüzeysel					
33	Beni gerçekten tanıyan hiç kimse yok					
34	Böyle içe kapanık/ çekinden olduğum için mutsuzum					
35	İnsanlar etrafımda, fakat benimle değil					

EK 5: BENCİLLİK ÖLÇEĞİ/ UYUMSAL BENCİLLİK

SORULAR	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
36 Kendime ve başkalarına yardım edecekse “beyaz yalanlar” söylemekle problemim olmaz					
37 Arkadaşlarımı, avantaj kazanmak için zaman zaman manipüle ederim					
38 Her zaman dürüst olmak gerekmez. Çünkü bazen dürüstlük zarar verir					
39 Başkalarından çıkar sağlamak hoş değildir ancak bazen sadece bunu yapman gereken zamanlar vardır.					
40 Bazen kendi iyiliğim, hatta onların da iyiliği için başkalarına yalan söylerim					
41 Kendimin ve ailemin çıkarları söz konusu olduğunda kuralları çiğnerim					

EK 6: YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

SORULAR		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
42	İdeallerime yakın bir yaşantım var					
43	Yaşam koşullarım mükemmeldir.					
44	Yaşamımdan memnunum					
45	Hayatımda şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim					
46	Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim					

EK 7: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

47. Cinsiyetiniz? 1 () Kız 2 () Erkek 48. Yaşınız 49. Kaç kardeşiniz
50. Kaçınıcı Sınıftasınız
51. Lise Türünüz? 1() Anadolu Lisesi 2() Fen Lisesi 3() Meslek Lisesi 4() İmam Hatip Lisesi 5() Özel Lise
52. Annenizin Eğitim Durumu? 1() Okur- Yazar Değil 2() İlkokul 3() Ortaokul 4() Lise Mezunu 5() Üniversite ve Üzeri
53. Babanızın Eğitim Durumu? 1() Okur-Yazar Değil 2() İlkokul 3() Ortaokul 4() Lise Mezunu 5() Üniversite ve Üzeri
54. Babanızın mesleği
55. Annenizin mesleği
56. Ailenizin Ortalama Aylık Geliri ne Kadardır? 1 () 2324 TL ve altı 2 () 2325-4000 TL arası 3 () 4001-6000 TL arası 4 () 6001-8000TL arası 5 () 8001 TL ve üzeri
57. Anne ve Babanız Birlikte mi yaşıyor? 1 () Evet 2 () Hayır
58. Aşağıdaki sosyal medya hesaplarından hangisini en fazla kullanırsınız? 1 () Facebook 2 () Twitter 3 () Instagram 4 () WhatsApp 5 () Tiktok 6 () YouTube
59. Sosyal medya hesaplarından kaç tanesine sahipsiniz? 1 () 1 2 () 2 3 () 3 4 () 4 5 () 5 6 () 6 ve üzeri 7 () Hesabım yok
60. Selfi çekip sosyal medyada (Facebook, Instagram, Snapchat vb.) paylaşma sıklığınız nedir? 1() sürekli 2() Bazen 3() Hiç
61. Sosyal medyadaki paylaşımlarınızın ne kadar beğeni aldığını kontrol eder misiniz? 1() Sürekli 2() Arada sırada 3() Hiç
62. Sosyal medyadaki paylaşılan fotoğraf ve durumlar için (like/beğen) düğmesini tıklar mısınız? 1 () Sürekli 2 () Arada sırada 3 () Hiç
63. Aşağıdaki dijital oyunlarından en çok beğenerek oynadığınız oyun hangisidir? 1() Grand Theft Auto (GTA) 2() Bloodrayne 3() Call Of Duty 4 () Metin 2 5() PubG 6() Counter Strike 7. () Hiçbiri
64. Akıllı telefonunuz var mı? 1() Evet 2() Hayır
65. Okuldaki başarı durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz? 1() Çok Kötü 2() Kötü 3() Orta 4() İyi 5() Çok İyi
66. Bir günde kaç saat internette vakit geçiriyorsunuz? 1() 0-1 Saat Arası 2() 1-3 Saat Arası 3 () 3-5 Saat Arası 4() 5-7 Saat arası 5() 7 ve üzeri
67. İnterneti genel itibarıyla hangi amaçlar için kullanırsınız? 1() İnternet sayfalarında sörf yapmak 2() Oyun Oynamak 3() Okulla ilgili Araştırmalar yapmak 4() Film İzlemek 5 () Boş zamanlarını Değerlendirmek 6 () Diğer