



T.C.

TOKAT GAZİOSMANPAŞA ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK

YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR, PROBLEMLİ İNTERNET
KULLANIMI VE KİŞİSEL ERDEMLER ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Emine Sümeyye YILDIZ

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Ahmet ERDEM

TOKAT- 2023

ETİK SÖZLEŞME

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tez yazım kılavuzuna göre, Dr. Öğr. Üyesi Ahmet ERDEM danışmanlığında hazırlamış olduğum “Psikolojik İhtiyaçlar, Problemlı İnternet Kullanımı ve Kişisel Erdemler Arasındaki İlişki” adlı Yüksek Lisans tezinin bilimsel etik değırlere ve kurallara uygun, özgün bir çalışma olduğunu, aksinin tespit edilmesi halinde her türlü yasal yaptırımını kabul edeceğimi beyan ederim.

.../.../...

Emine Sümeyye YILDIZ



JÜRİ KABUL VE ONAY



ÖNSÖZ

Çalışmam sürecinde ihtiyaç duyduğum her zaman bilgi ve tecrübesiyle yol gösteren tez danışmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi Ahmet Erdem’e teşekkürlerimi sunarım.

Bu çalışmanın yapılma sürecinde zaman ayıran, desteğini esirgemeyen değerli aile dostumuz Doç. Dr. Erhan Ünal’a teşekkür ederim.

Tez savunma jürisinde görüşlerini sunan Dr. Öğr. Üyesi Pınar Özdemir ve Dr. Öğr. Üyesi Neslihan Çıkrıkçı’ya teşekkür ederim.

Bana yeniden hayat veren, yaşamımı anlamlandıran, desteğini, ilgisini, sevgisini her daim hissettiğim, karakterini örnek aldığım, her zaman olduğu gibi bu süreçte de kendisinden çok şey öğrendiğim eşim Talha Yıldız’a çok teşekkür ederim.

Varlıklarından dolayı Allah’a her zaman müteşekkirdiğim, hayatıma enerji katan, yüzümü daima güldüren, öğrenme azimleriyle bana örnek olan, canımdan değerli çocuklarım Melih ve Yağmur iyi ki varsınız.

ÖZET

PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR, PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI VE KİŞİSEL ERDEMLER ARASINDAKİ İLİŞKİ

Yıldız, Emine Sümeyye

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Ahmet ERDEM

Ocak 2023, xiii + 115 sayfa

Bu araştırmanın amacı, ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları, problemli internet kullanım düzeyleri ve kişisel erdemleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu çalışma betimsel nitelikte tarama modeline dayanan bir araştırmadır. Araştırmanın çalışma grubunu 2020-2021 yılları arasında Orta Karadeniz Bölgesinin orta ölçekli bir il merkezindeki farklı okul türlerinde öğrenim gören 9., 10., 11. ve 12. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Basit tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen çalışmanın örneklemini 351 kadın ve 311 erkek olmak üzere 636 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği, Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu, Kişisel Erdemler Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve Kişisel Erdemler ölçeği üniversite öğrencilerine yönelik geliştirildiği için araştırmada ilk olarak çalışma kapsamındaki lise öğrencileri üzerinde uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yürütülmüştür. Araştırma bağlamında, psikolojik ihtiyaçlar, problemli internet kullanımı ve kişisel erdemler değişkenleri arasındaki ilişkileri belirleyebilmek için basit ve çoklu doğrusal regresyon analizi; belirtilen değişkenlerdeki değişimlerin cinsiyete göre farklılaşma durumunu analiz etmek için bağımsız (ilişkisiz) örneklemeler t-testi, sınıf düzeyine göre farklılaşma durumunu analiz etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular, ortaöğretim öğrencilerinin problemli internet kullanımını açıklamada sevgi/ait olma, özgürlük psikolojik ihtiyaç alt boyutlarının anlamlı birer yordayıcı olduğunu, diğer psikolojik

ihitiya alt boyutlarının (g ve eğlence) anlamlı olmadığını göstermiştir. Ayrıca araştırma, ortaöğretim ğrencilerinin problemlili internet kullanımını açıklamada sorumluluk kişisel erdemler alt boyunun anlamlı bir yordayıcı olduğu, buna karşın amaçlılık ve değerlilik kişisel erdemler alt boyutlarının anlamlı birer yordayıcı olmadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma neticesinde, kişisel erdemlerin psikolojik ihtiyaçları açıklamada önemli bir yordayıcı olduğu grlmştir. Araştırma bulguları problemlili internet kullanım durumlarının erkekler lehine farklılaştığını, psikolojik ihtiyaçların ve kişisel erdemlerin cinsiyete göre farklılaşmadığını göstermiştir. Son olarak araştırmada, problemlili internet kullanımı ve psikolojik ihtiyaçların sınıf seviyelerine göre farklılık göstermezken kişisel erdemlerin 10. ve 12. sınıfta okuyan öğrenciler lehine anlamlı biçimde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucunda ortaya çıkan bulgular, ilgili alan yazın temelinde tartışılmış, araştırmaya ve uygulamaya dönük öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik İhtiyaçlar, Problemlili İnternet Kullanımı, Kişisel Erdemler, Ortağretim ğrencileri, Ergenler

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL NEEDS, PROBLEMATIC INTERNET USE AND PERSONAL VIRTUES

Yıldız, Emine Sümeyye

Master's Thesis, Division of Guidance and Psychological Counseling

Advisor: Assit.Prof.Dr. Ahmet ERDEM

January 2023, xiii + 115 pages

The aim of this study is to investigate the relationship between the psychological needs, problematic internet use levels and personal virtues of secondary education students. This study is a research based on descriptive survey model. The study group of the research consisted of 9th, 10th, 11th and 12th grade students studying at different high school types in a medium-sized city center of the Central Black Sea Region between the years 2020-2021. The sample of the study, which was selected using the simple random sampling method, had been consisting of 636 high school students whom were 351 female and 311 male. The data of the study were collected with the Psychological Needs Scale, the Problematic Internet Use Scale-Adolescent Form, the Personal Virtues Scale and the Personal Information Form which was prepared by the researcher. Since the Psychological Needs Scale and Personal Virtues scale were prepared for university students, adaptation, validity and reliability studies were conducted on high school students within the scope of the study. Simple and multiple linear regression analysis to determine the relationships between psychological needs, problematic internet use and personal virtues variables; independent samples t-test was used to analyze differentiation by gender the changes, one way ANOVA was used to analyze differentiation by grade level in the specified variables. The findings of the study showed that love/belonging and freedom psychological needs sub-dimensions were significant predictors of high school students' problematic internet use, while their

other psychological needs (power and fun) were not significant. In addition, it was determined that responsibility personal virtue sub-dimension was significant in explaining problematic internet use, but purposefulness and worthiness sub-dimensions were not significant. As a result of the research, personal virtues were found to be an important predictor in explaining psychological needs. The findings showed that, while the problematic internet use situations of high school students differ in favor of men, psychological needs and personal virtues do not differ according to gender. Finally in the study, it was concluded that while problematic internet use and psychological needs did not differ according to grade levels, personal virtues differed significantly in favor of 10th and 12th grade students. The findings of the research were discussed on the basis of the relevant literature, and suggestions for research and practice were presented.

Keywords: Psychological Needs, Problematic Internet Usage, Personal Virtues, High school students, Adolescents

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ETİK SÖZLEŞME.....	i
JÜRİ KABUL VE ONAY	ii
ÖNSÖZ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER	viii
TABLO LİSTESİ.....	xi
ŞEKİL LİSTESİ.....	xii
KISALTMALAR.....	xiii
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
Problem	1
Amaç	5
Önem	5
Sayıtlar	7
Sınırlılıklar	7
Tanımlar	7
BÖLÜM II	9
KAVRAMSAL ÇERÇEVE	9
Ergenlik Dönemi ve Gelişim Özellikleri.....	9
Problemli İnternet Kullanımı	10
Problemli İnternet Kullanımına Yönelik Kuramsal Modeller	11
Goldberg’ın İnternet Bağımlılığı Modeli.....	11
Young’un İnternet Bağımlılığı Modeli	12
Suler’in İhtiyaçlar Hiyerarşisi Patalojik İnternet Kullanımı Modeli	13
Grohol’ün Üç Aşamalı İnternet Bağımlılığı Modeli.....	14
Davis’in Bilişsel-Davranışçı Patalojik İnternet Kullanım Modeli.....	14
Caplan’ın Problemli İnternet Kullanım Modeli	15
Psikolojik İhtiyaç.....	15
Psikolojik İhtiyaçlara Yönelik Kuramsal Modeller	16
Murray’ın Psikolojik İhtiyaç Modeli	16
Maslow’un Psikolojik İhtiyaç Modeli.....	16

Deci ve Ryan'ın Psikolojik İhtiyaç Modeli.....	18
Glasser'in Psikolojik İhtiyaç Modeli	19
Kişisel Erdemler.....	22
Sorumluluk	25
Amaçlılık	27
Değerlilik.....	28
Bilgelik	29
Ahlak	30
Ergenlik Dönemi Problemlı İnternet Kullanımı, Psikolojik İhtiyaçlar ve Kişisel Erdemler ile İlgili Araştırmalar	31
BÖLÜM III	39
YÖNTEM	39
Araştırma Modeli	39
Çalışma Grubu.....	39
Veri Toplama Araçları	41
Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu (PİKÖ-E).....	41
Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (PİÖ).....	43
Kişisel Erdemler Ölçeği (KEÖ).....	49
Kişisel Bilgi Formu	54
Veri Toplama Süreci	54
Verilerin Analizi.....	54
BÖLÜM IV.....	57
BULGULAR.....	57
Psikolojik İhtiyaç Puanlarının Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanmalarını Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	57
Psikolojik İhtiyaç Puanlarının Öğrencilerin Kişisel Erdemlerini Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	59
Kişisel Erdemler Puanlarının Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanmalarını Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	61
Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanımı, Psikolojik İhtiyaçlar ve Kişisel Erdemler Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Yönelik Bulgular	63

Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanımı, Psikolojik İhtiyaçlar ve Kişisel Erdemler Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Sınıf Düzeyine Göre Farklılaşıp Farklılaşmadığına Yönelik Bulgular	64
BÖLÜM V	66
TARTIŞMA VE YORUM.....	66
BÖLÜM VI.....	79
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	79
Sonuç	79
Öneriler.....	79
Araştırmacılara Yönelik Öneriler	79
Alanda Çalışanlara (Uygulayıcılara) Yönelik Öneriler	80
Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler	81
KAYNAKÇA.....	82
EKLER.....	112
Ek 1. Araştırmada Uygulanan Ölçme Araçları	112
Ek 2. Ölçme Araçları Kullanım İzni	113
Ek 3. Araştırma Uygulama İzin Belgesi.....	113
Ek 4. Yazarın Özgeçmişi.....	113

TABLO LİSTESİ

	Sayfa
Tablo 1. Katılımcıların Bulundukları Yaşa Göre Dağılımı	40
Tablo 2. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı.....	40
Tablo 3. Katılımcıların Sahip Oldukları Kardeş Sayılarına Göre Dağılımı	40
Tablo 4. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Okul Türüne Göre Dağılımı	40
Tablo 5. Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Maddelerine İlişkin Betimleyici İstatistikler	44
Tablo 6. Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	46
Tablo 7. Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Madde Analizi Sonuçları.....	48
Tablo 8. Kişisel Erdemler Ölçeği Maddelerine İlişkin Betimleyici İstatistikler	50
Tablo 9. Kişisel Erdemler Ölçeği Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları	52
Tablo 10. Kişisel Erdemler Ölçeği Madde Analizi Sonuçları	53
Tablo 11. Sevgi/Ait Olma, Özgürlük, Güç ve Eğlence Puanlarının Öğrencilerin Problemlili İnternet Kullanmalarını Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	58
Tablo 12. Psikolojik İhtiyaç Puanlarının Öğrencilerin Kişisel Erdemlerini Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	60
Tablo 13. Sorumluluk, Amaçlılık ve Değerlilik Puanlarının Öğrencilerin Problemlili İnternet Kullanmalarını Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	62
Tablo 14. Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği, Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve Kişisel Erdemler Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları	63
Tablo 15. Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği, Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve Kişisel Erdemler Ölçeği Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	64
Tablo 16. Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği, Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve Kişisel Erdemler Ölçeği Puanlarının Sınıf Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları.....	65

ŞEKİL LİSTESİ

	Sayfa
Şekil 1. Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Yamaç Birikinti Grafiği.....	45
Şekil 2. Kişisel Erdemler Ölçeği Yamaç Birikinti Grafiği	51
Şekil 3. Çoklu Regresyon Analizi Doğrusallık Varsayımının İncelenmesine İlişkin Saçılım Diyagramları	58
Şekil 4. Psikolojik İhtiyaçlar ve Kişisel Erdemler Değişkenleri İçin Saçılım Diyagramı ve Regresyon Doğrusu	60
Şekil 5. Çoklu Regresyon Analizi Doğrusallık Varsayımının İncelenmesine İlişkin Saçılım Diyagramları	61

KISALTMALAR

ADSL: Asimetrik Sayısal Abone Hattı

DSM: Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı

KEÖ: Kişisel Erdemler Ölçeği

PIKÖ-E: Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği- Ergen Formu

PIÖ: Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği

TDK: Türk Dil Kurumu

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu



BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi, alt problemleri, amacı, önemi, sayıltıları, sınırlılıkları, tanımları ve kısaltmalarına yer verilmiştir.

Problem

Teknolojideki gelişmeler, birey hayatını kolaylaştıran birçok uygulama teknoloji kullanımına yönelik ayrılan zamanı arttırmaktadır. Teknolojik hizmetlerden faydalanmanın ana koşullardan birisi olan internet bağlantısı da insan yaşamında önemli bir yer edinmektedir (Çiçek, 2019). Daha fazla bilgiye daha kolay, daha hızlı erişim sağlaması, daha ekonomik olması, çok yönlü etkileşime kaynak sağlaması, haftanın her günü yirmi dört saat hizmet sunması internete olan ilgiyi arttırmaktadır. İnternetin bu cazibesi bireylerin hayatına fayda sağladığı gibi internet kullanımına ilişkin sorunları da ortaya çıkarmaktadır. Bireylerin günlük yaşam becerilerini ihmal edecek düzeyde, zihinsel olarak uzun süreli internetle ilgilenmesi, internet kullanımında aşırıya kaçması ve bu durumu kontrol etmekte zorlanması bireylerin internet bağımlılığına veya problemlili internet kullanımına işaret etmektedir (Ceyhan, 2011; Shaw ve Siyah, 2008). Bireyler interneti kontrollü kullandıklarında kişisel, akademik, sosyal gelişimlerine katkı sağlayabilirken, internet kullanımlarını kontrol edemedikleri durumlarda aile, okul ve arkadaşlık ilişkilerinde sorunlar yaşayabilmektedirler (Sırakaya ve Seferoğulları, 2013). Alanyazın incelendiğinde bireylerin aşırı internet kullanım davranışlarını açıklamak amacıyla farklı tanımlar kullandığı görülmektedir. Problemlili internet kullanımı (Yellowlees ve Marks, 2007), patolojik internet kullanımı (Davis, 2001), internet bağımlılığı (Young, 1998) bu tanımlardan bazılarıdır. Problemlili internet kullanımı kavramı bireylerin psikolojik, sosyal, akademik veya mesleki hayatlarını olumsuz etkileyen, kontrol edemediği ve kendisini olumsuz etkileyen internet kullanımını tanımlamak amacıyla ortaya çıkmıştır (Fernandes, Maia, ve Pontes, 2019). Problemlili internet kullanımı bireyde alışkanlık ve öz düzenleme ile ilgili bir sorun olarak görülmekte bir hastalık olarak tanımlanmamaktadır. Problemlili internet kullanımı kavramı, internet bağımlılığı kavramına göre davranışsal sonuçların daha hafif yönünü

vurgulamaktadır (Pontes, Caplan ve Griffiths, 2016). Problemlı internet kullanımı tanımı patolojik bir psikiyatrik bozukluğa işaret etmediğinden, doğrudan bağımlılığın tespit edilemediği, genel bireylerin özelliklerini araştıran çalışmalarda, problemlı internet kullanımı tanımının internet bağımlılığı kavramı yerine kullanılması daha uygun görölmektedir (Ceyhan, 2010; Erdem, 2017). Bu araştırmada da problemlı internet kullanımı tanımı tercih edilmiştir.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK, 2020), Türkiye’de interneti yoğun kullanım yaş aralığının 16-75 olduğunu açıklamıştır. Bu verilerden hareketle yoğun internet kullanımının başladığı ergenlik döneminde internetin gençlerin yaşamında vazgeçilmez bir yerinin olduğu, sağlıklı kullanılmadığında gençlerin yaşamı için bir tehdit oluşturacağı yadsınamaz bir gerçektir. Ergenlerin, kişilik özellikleri, psikolojik problemleri internet bağımlılığını etkilediği gibi internet kullanımı da ergenlerin günlük hayatlarını, arkadaş aile ilişkilerini ve akademik yaşantılarını etkilemektedir (Ceyhan, 2008). Ergenler, iletişim, sosyalleşme, zaman geçirme, eğlenme, sorumluluklarını erteleme, can sıkıntılarını gidermek için internette vakit geçirmektedirler (Canoğulları ve Güçray, 2017). İnterneti problemlı kullananlar interneti problemlı kullanmayanlara göre çevirim içi etkileşimli oyunlar, yeni insanlarla tanışma ve sohbet programlarını kullanma eğilimindedir. Problemlı internet kullananlar internette kendilerini rahat ve söz sahibi hissedecekleri ortam oluşturarak, problemlı internet kullanmayanlara göre yalnızlaşmakta ve sosyalleşme sıkıntısı yaşamaktadır (Morahan ve Martin, 2000). Ergenler internette vakit geçirirken psikolojik ihtiyaçlarının bir kısmını da internet üzerinden karşılama eğilimi göstermektedirler. Bu eğilim bireylerin, interneti problemlı kullanmalarında ve internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Arpacı, Kesici ve Baloğlu, 2018). Literatürde psikolojik ihtiyaçların farklı şekillerde gruplandırıldığı görölmektedir. Glasser (1999), insan davranışının oluşması için insanların doğuştan getirdiği davranışlarına yön veren, beş temel ihtiyaçın ‘hayatta kalma, sevgi ve ait olma, güç, eğlence, özgürlük’ karşılanması gerektiğini savunur. Kişiliği oluşturan bu ihtiyaçların baskın olma durumları bireyden bireye göre değişmektedir. Bireyin internet kullanım derecesi sağlıklı, bağımlı veya ikisinin arasındadır. Bireyin internet kullanımının sağlıklıdan bağımlılığa doğru gitmesi internet yoluyla karşıladığı ihtiyaçlara ve internetin ihtiyaçlarını nasıl karşıladığına göre değişim göstermektedir (Suler, 2009). Gençlerin kendilerini mutlu hissetmek için gerçek yaşamlarında karşılayamadıkları psikolojik ihtiyaçları, sanal alemden karşılamaya

çalışmaları aşırı internet kullanma eğilimlerine neden olabilmektedir (Eyyüpoğlu ve Özbay, 2018). Canoğulları ve Güçray (2017), ergenlerle yaptıkları araştırmalarında, yaşamlarında karşılayamadıkları psikolojik ihtiyaçlarını internetten karşıladıklarında, ergenlerin internet bağımlılık düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Ergenler de internet kullanımının artması, onları daha çok yalnızlaştırmakta ve ilişki ihtiyaçlarına yönelik doyumlarını da azaltmaktadır (Can ve Zeren, 2019). Ait olma ve güç ihtiyaçlarını karşılayamayan ergenlerin, sosyal ağ bağımlılığı da artmaktadır (Tanrikulu, Öztürk ve Yeşil, 2015). Güç ve ait olma psikolojik ihtiyaçları da problemli internet kullanımını etkilemektedir (Balkaya-Çetin, 2014). Psikolojik ihtiyaçlarından özerklik ihtiyacının karşılanması ise ergenlerin internet oyun bağımlılığı riskini azaltmaktadır (Dursun ve Erasalan-Çapan, 2018). Bu dönemde kimlik kazanma sürecinde de olan ergenler, farklı kimliklere ait rolleri özgürce deneyimleme ve geri bildirim alma fırsatı bulduklarından dolayı internete daha fazla yönelebilmektedirler (Balkaya-Çetin, 2014). Çevresini ve kendisini keşfetme noktasında yüksek enerjiye sahip, psikolojik ihtiyaçlarını gerçek ve sanal ortamda karşılamaya çalışan ergenler; bu ihtiyaçlarını karşılayabildiklerinde sağlıklı internet kullanım davranışı geliştirebilirler. Psikolojik ihtiyaçlarını karşılayamadıklarında ise; bu ihtiyaçlarını internetten karşılama eğilimini seçebilmekte, bu eğilim yeterli doyum sağlamadığı gibi yoksunluk hissini daha yoğun yaşamalarına ve kullarımdaki kontrolü kaybetmelerine neden olabilmektedir (Eyyüpoğlu ve Özbay, 2018; Suler, 2009).

Bireylerin internet kullanımıyla ilgili araştırmalarda genellikle olumsuz faktörler araştırılmış olmakla birlikte pozitif psikolojideki gelişim internet kullanımı ile ilgili olumlu faktörleri de araştırmaya yönelik ilgiyi arttırmaktadır (Zhang ve diğerleri, 2014). Erdem de pozitif psikolojinin temel kavramlarından. Pozitif psikoloji, bireydeki sadece huzurlu ve mutlu anlara odaklanmaz, insanın tekrar mutlu olması için erdemlerine odaklanarak güçlü yanlarının geliştirilmesini amaçlamaktadır. Erdemli insanlar kendilerine yetebilecek düzeydeki ihtiyaçları fark etme ve bu ihtiyaçlarını karşılayabilme bilgeliğine sahiptirler (Demirci, 2017). Zhang ve diğerleri (2014), Çinli ergenlerle yaptıkları çalışmalarında; erdemlerin, patolojik internet kullanımında koruyucu rol oynadığı sonucuna ulaşmışlardır. Erdem ve ahlak; kendisine, topluma yönelik faydalı düşüncelere sahip olma ve yine davranış sergileme olarak ifade edilmektedir. Ahlak, erdemin felsefi olarak açıklanması olarak tanımlanmaktadır (Deniz ve Koralp-Özel, 2019). Ekşi ve Çiftçi (2017), ergenlerle yaptıkları çalışmalarında

ahlaki olgunluğun problemli internet kullanımı üzerinde koruyucu etkisinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Erdemli bireyler sorumluluk sahibi, amaçlarına ulaşma noktasında daha kararlı bireylerdir (Yılmaz, 2013). Sorumluluk, amaçlılık, değerlilik erdemleri olan bireyler kendilerine yetecek düzeyde ihtiyaçlarını belirleyip karşılaya bildiklerinden dolayı daha mutlu ve huzurlu olmaktadır (Demirci, 2017). İhtiyaçlarını karşılayan, erdem sahibi ergenlerin interneti daha kontrollü kullanması beklenmektedir.

Erdemli birey, psikolojik ihtiyaçlarını karşılama ve başarılı hareket etmede motivasyon sahibidir (Besser, 2020). Erdem ve psikolojik ihtiyaç arasındaki ilişki noktasında literatürdeki çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Erdemin felsefi açıklaması olarak görünen ahlak, bireylerin yaşamlarının yolunda gitmesini belirleyen bir etken, aynı zamanda psikolojik bir ihtiyaçtır (Prentice ve diğerleri, 2019). Erdemli insanlar belirlediği ihtiyaçlarda en azı tüketme, kanaatkar olma ve ihtiyaçlarını yeterli oranda karşılama bilgeliğine sahiptir (Demirci, 2017). Nam ve Cho (2018), yaşlılarla yaptıkları çalışmalarında yaşlılarda bilgeliğin oluşabilmesi için psikolojik ihtiyaçlarla desteklenmesinin gerekmekte olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Psikoloji, insan davranışının amaca yönelik olduğunu kabul etmektedir. Erdemli bireylerin özelliklerinden birisi de amaçlarını belirleyerek bu doğrultuda hareket etmesidir. Bireylerin yaşam amaçlarını belirlemesi ve bu amaçları gerçekleştirmeye yönelik çabası, psikolojik ihtiyaçlarını karşılamakta ve bireyin iyilik halini arttırmaktadır (İlhan, 2009) Erdemli bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını uygun şekilde karşılayabilme noktasında amaçlar belirlemesi ve bu doğrultuda davranış geliştirmesi beklenmektedir (İlhan ve Özbay, 2010).

Bireyler özünde dünyayı tanıma, anlama ihtiyacıyla hareket etmektedirler. Gençlik yıllarında, kimlik kazanma krizinin en yoğun yaşandığı dönemde, gençler dünyayı anlama ve tanıma ihtiyaçlarını karşılarken internetten de faydalanmaktadırlar. Ergenlerin problemli internet kullanım davranışlarını incelemek önemlidir. Teknolojinin hızlı gelişimi ile artan internet kullanımı gençlerin psikolojik ihtiyaçlarının bir kısmını internetten karşılama eğiliminde olduğunu göstermektedir. Erdem sahibi ergenlerin, psikolojik ihtiyaçlarını daha sağlıklı karşılamaları ve internet kullanımlarının da daha kontrollü olması beklenmektedir.

Amaç

Bu çalışmanın amacı, psikolojik ihtiyaçlar, problemli internet kullanımı ve kişisel erdemler arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu kapsamda araştırmada aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranacaktır:

1. Psikolojik ihtiyaçlar problemli internet kullanımının yordayıcısı mıdır?
2. Psikolojik ihtiyaçlar kişisel erdemlerin yordayıcısı mıdır?
3. Kişisel erdemler problemli internet kullanımının yordayıcısı mıdır?
4. Problemli internet kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
5. Problemli internet kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler sınıf düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

Önem

Ergenlik dönemi kimlik kazanma, aileden bağımsızlaşma, güç, özgürlük, eğlence, ait olma ihtiyaçlarının karşılandığı çok yönlü bir gelişim dönemidir. İnternet, artan teknolojik cihaz sayısı ile birlikte, her yaştan kullanıcısının yaşamında, bilgi alma, eğlenme, film izleme, oyun oynama, yazılı veya görüntülü iletişim kurma vb. amaçlarla vazgeçilmez bir kaynağa dönüşmüştür (Erdem, 2017). Teknolojinin hızla geliştiği bu çağda gençlerin internette fazla zaman geçirmesi, problemli internet kullanımını açıklayan unsurların belirlenmesine olan ihtiyacı arttırmaktadır. Ergenlerin her geçen gün daha fazla artan problemli internet kullanımları sosyal, akademik ve gündelik yaşamlarını olumsuz etkilenmektedir (Ceyhan, 2008). Ergenlik döneminde bireyler ihtiyaçlarını genellikle sosyal ortamlarında karşılamakta, psikolojik ihtiyaçlarını karşılayamadıklarında ise kendilerini değersizlik hissedebilmektedirler. Gerçek yaşamlarında karşılayamadıkları psikolojik ihtiyaçlarını sosyal ağlar veya uygulamalar aracılığıyla karşılama eğilimine girebilmektedirler (Demirci, 2017). Bu da maalesef kontrolsüz internet kullanımına neden olabilmektedir. İnternet kullanımının altında yatan nedenleri belirlemek önemlidir. Bu noktada kişisel erdemler önem kazanmaktadır çünkü erdem, insanın kendisine gösterdiği sorumluluk duygusudur (Fromm, 1995). Ergenlerin kişisel erdem düzeyi, kendilerine yetecek düzeyde psikolojik ihtiyacı belirleyebilmeleri ve bu psikolojik ihtiyaçları karşılayabilmeleri için harekete geçme

noktasında önemli bir motivasyon kaynağıdır. İhtiyaçlarını yetecek kadar edinen ergenin, ihtiyacı kadar internet kullanması beklenmektedir.

Türkiye’de problemli internet kullanımı ile ilgili araştırmalar incelendiğinde, araştırmaların daha çok problemli internet kullanımı ile ilişkili ve problemli internet kullanımını etkileyen değişkenler ile ilişkisini inceleyen araştırmalar olduğu görülmüştür. Problemli internet kullanımı ile yalnızlık (Ak, 2020; Çağır, 2010; Çetinkaya, 2017; Elevli, 2019; Genç, Durğun, Kara ve Çakır, 2018; Meral ve Bahar, 2016; Oktan, 2015; Say ve Durak-Batıgün, 2016;), kaygı- stres- depresyon (Durak ve Durak, 2013; Halkacıoğlu, 2019; Nazik ve Güneş, 2019; Odacı ve Çıkrıkçı, 2017; Şahan ve Çapan, 2017; Yıldırım, 2020; Zorbaz, 2013), anne baba tutumu (Altıntaş ve Öztürk 2016; Erkan, 2019; Kapudere, 2020; Özdemir, 2015; Taneri ve Tiryakioğlu, 2015), iyilik hali- iyi oluş (Ak, 2019; Altıntaş, 2020; Baş ve Aysan, 2016; Çağır ve Gürcan, 2010; Dağlı-Çetinkaya ve Gündüz, 2020; Kök ve Akpınar, 2018; Meral ve Bahar, 2016; Özer, 2013; Soysal ve Aysan, 2016; Yılmaz, 2013), siber zorbalık (Akgül, Cicioğlu, 2014; Derya ve Uzunpınar, 2021; Korkmaz, 2019; Öksüz, 2019; Özen, 2018; Peker, 2013; Tunçtürk, 2019; Türkoğlu, 2013), kişilik- kimlik (Çetin ve Ceyhan, 201; Gök, 2017; Öztürk ve Özmen-Kaymak, 2011; Saruhan, 2019; Yıldırım, 2020; Yılmaz, 2016) gibi kavramların incelendiği çalışmalar mevcuttur. Problemli internet kullanımının önlenmesi ve tedavi edilmesinde karşılanmamış ihtiyaçların karşılanması oldukça önemlidir (Wong, Yuen, Li, 2015). Psikolojik ihtiyaçlar ve internet bağımlılığı (Bayoğlu, 2019; Eyyüpoğlu ve Özbay, 2018; Karaburç, 2017), oyun bağımlılığı (Dursun ve Eraslan-Çapan, 2018) vb. kavramlara yönelik son yıllarda çalışma sayıları artmakla beraber, problemli internet kullanımı ve psikolojik ihtiyaçları incelemeye yönelik çalışma az sayıdadır.

İçinde bulunulan çağda internet her yaştan kullanıcısı için vazgeçilmezdir. Sağlıklı kullanıldığında önemli bir kaynakken, sağlıksız kullanıldığında kişilik, sosyal ve akademik gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir. Bu nedenle problemli internet kullanımına etki edebilecek değişkenleri incelemek önem kazanmaktadır. Erdemli bireylerin kendine yetecek kadar olan ihtiyaçları tespit etme ve bu ihtiyaçları uygun şekilde karşılama, yaşamında doğru ve yanlış davranışları belirleyebilme olgunluğuna sahip olduğu varsayıldığında, ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarını karşılamada ve problemli internet kullanım durumlarını belirlemede kişisel erdemlerinin önemli olduğu

öngörülmektedir. Bu araştırma sonucunda elde edilen bulguların ortaöğretimde çalışan psikolojik danışman/rehber öğretmenlere psikolojik ihtiyaçlar, problemleri internet kullanımı ve erdemler ile ilgili literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir

Sayıtlar

1. Bu çalışmada kullanılan ölçme araçları, ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, problemleri internet kullanımı ve kişisel erdemleri ile ilgili görüşlerini ortaya çıkarmada yeterlidir.
2. Orta Karadeniz Bölgesinin orta ölçekli bir ilindeki ortaöğretim öğrencileri araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır.
3. Araştırmada katılımcılar Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği, Problemleri İnternet Kullanım Ölçeği ve Kişisel Erdemler Ölçeğindeki bütün maddeleri içten ve nesnel şekilde cevaplamıştır.
4. Araştırmanın evrenini tüm ortaöğretim eğitimine devam eden öğrenciler oluşturmaktadır.

Sınırlılıklar

1. Bu çalışma, ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, problemleri internet kullanımları ve kişisel erdemleri arasındaki ilişkinin incelenmesi ile sınırlıdır.
2. Araştırma kapsamında incelenen değişkenlerden psikolojik ihtiyaçlar, Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin, problemleri internet kullanımı, Problemleri İnternet Kullanım Ölçeği Ergen Formunun, kişisel erdemler, Kişisel Erdemler Ölçeğinin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
3. Araştırma 2020-2021 yılları arasında Orta Karadeniz Bölgesinin Orta ölçekli bir ilindeki katılımcılardan elde edilen verilerle sınırlıdır.
4. Araştırma Orta Karadeniz Bölgesinin Orta ölçekli bir ilinde farklı lise türlerinde öğrenim görmekte olan 9., 10., 11. ve 12. Sınıf toplam 681 öğrencinin cevapları ile sınırlıdır.

Tanımlar

Problemleri İnternet Kullanımı: yoğun internet kullanımı neticesinde oluşan çok boyutlu bilişsel ve davranışsal belirtilerin, olumsuz akademik, sosyal ve mesleki sonuçlara neden olması olarak tanımlanmaktadır (Caplan, 2003, 2005).

Psikolojik İhtiyaçlar: seçim kuramına göre; hayatta kalma, sevgi ve ait olma, güç, özgürlük ve eğlence temel psikolojik ihtiyaçları oluşturmaktadır (Glasser, 1999; s.38)

Kişisel Erdemler: Kişinin, ruhunun özüne ve amaçlarına uygun, kendisine, topluma yarar sağlayacak şekilde düşünmesini ve eyleme geçmesini sağlayan, psikolojik uyum süreci olarak tanımlanmaktadır (McCullough ve Snyder, 2000).



BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde araştırmanın konusuna ilişkin alan yazında yer alan bilgiler sunulmuştur. Sırasıyla ergenlik dönemi, problemleri internet kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar, kişisel erdemlere ilişkin kuramsal çerçeve sunulmuş, alan yazındaki ilgili çalışmalara yer verilmiştir.

Ergenlik Dönemi ve Gelişim Özellikleri

İnsanların yaşamlarındaki değişim araştırılırken, çeşitli gelişim dönemlerine ayrılarak incelenmektedir. Bu gelişim dönemlerinden birisi olan ergenlik, bireyin diğer gelişim dönemlerine göre önemli miktarda değişim yaşadığı, biyolojik, bilişsel, psikolojik ve sosyal özelliklerinin ilişkili olarak değiştiği, çocukluk ve yetişkinlik dönemi arasındaki geçiş dönemidir (Lerner, Boyd ve Du, 2010; Petersen, 1988). İki cins arasında fiziksel değişimden meydana gelen farkların en fazla olduğu, duygusal dalgalanmaların yaşandığı, kişisel değer sisteminin ve ahlakın geliştiği, sosyalleşmenin onun için çok önemli olduğu dönemde ergen, çevresinde model alacak kişi veya kişiler seçme eğiliminde olmaktadır (Koç, 2004). Tüm ergenler bu değişimleri yaşasa da bu geçişlerin hızı, zamanı, derecesi ve sonuçları bireyden bireye farklılık göstermektedir. Ergen, hızlı değişimden kaynaklanan stres ve gerginlikler yaşasa da genç insandaki muhteşem değişikliklerin ve sonrasındaki yaşam dönemlerinin değişim ve gelişim gücü ergenlik döneminden beslenerek ilerlemektedir (Lerner ve diğerleri, 2010).

Türk Dil Kurumu (TDK, 2021) sözlüğüne göre kuşak, yirmi beş otuz yıllık yaş gruplarından oluşan bireylere denir. 2000 yılı ve sonrasında doğanlar Z kuşağı olarak adlandırılmaktadır. Z kuşağı teknolojinin de içinde doğmaları nedeniyle; bilgiye, imkanlara hızlı erişen, eş zamanlı farklı ihtiyaçlarını giderebilen teknolojiyi doğal yaşam parçası olarak algılayan nesildir (Kırık ve Köyüstü, 2018). İnternet, ergenlerin sağlıklı gelişimine katkı sağlayan kimlik denemeleri yapma, gelişimsel ihtiyaçlarını karşılama noktasında önemli bir araçtır. Kimlik edinme sürecinde sanal alemin, gerçek yaşam deneyimlerinin yerini alması, ergenin, sosyal, gelişimsel ve psikolojik gelişimine zarar verebilir (Ceyhan, 2011). İçerik kapanıklık, aile sorunları, arkadaşların ön planda olması nedeniyle bir gruba dahil olma arzusu, can sıkıntısı, beğenilmeme korkusu,

kendi geleceği ve dünyanın geleceği konusunda karamsarlık dönemin başlıca sorunları arasındadır. Ergen, bu sorunlardan uzaklaşabilmek, anlaşılacak, ihtiyaçlarını karşılamak, kabul görmek amacıyla daha fazla internet kullanmaya yönelebilmekte ve arzu ettiği sosyal desteği bulduğunda da internet kullanımını arttırabilmektedir (Ögel, 2012, s. 169). İnterneti yoğun kullanan ergenlerin, interneti ne sıklıkla, hangi amaçla, hangi ihtiyaçlarını karşılamak için kullandığı önemlidir. İnterneti sağlıklı kullanamayan ergenlerin interneti problemlili kullanma eğilimleri artmaktadır (Dursun, 2020).

Problemlili İnternet Kullanımı

İnternet kullanımı her geçen gün insanların yaşamında daha önemli bir yer edinmeye devam etmektedir. İnternet kullanımıyla ilgili TÜİK (2021), Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonucunda 16-24 yaş arası internet kullanan erkeklerin oranını 98,4, kızların oranını 95,0 olarak açıklamıştır. 16-74 yaş aralığında internet kullanım durumu araştırmasında; internete erişim imkânı olan hane oranını %92,0, İnternet kullanan bireylerin oranını %82,6, düzenli internet kullananların oranını %80,5, E-devlet hizmetlerini kullanma oranını %58,9, internet üzerinden mal veya hizmet siparişi verme ya da satın alma oranını %44,3, ADSL'den internete bağlanma oranını 61,9, cep telefonu/ akıllı telefonda internete bağlanma oranını da 88,5 olarak açıklamıştır. TÜİK (2021), Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonucunda internet kullanımının önceki yıla oranla yükselmesinin nedenleri arasında Covid-19 döneminde eğitimin genellikle online olmasının ve yapılan kısıtlamalarında etkili olduğu düşünülmektedir. Araştırma verilerine dayanarak ergenlerin büyük çoğunluğunun internet kullandığı varsayıldığında, internet sunduğu seçenekler ve hayatı kolaylaştırma noktasında bu denli önemli bir yere sahipken, sağlıklı internet kullanımı kavramı önem kazanmaktadır (Dursun, 2020). İnterneti gerekli ve zorunlu durumlarda sadece ihtiyaçlarını karşılamak, bilgiye ulaşmak, arkadaşları ile iletişim kurmak, işinin görevlerini yapmak, boş zamanlarında eğlence aracı olarak kullanmak sağlıklı internet kullanımı olarak gösterilebilir. İnternet; emek sorumluluk, göz kontağı gerektirmez. Kontrolün kişide olduğu, gizemli, sınırsız, ödüllü eğlencesi bol; sosyalleşmek, kendini ifade etmek, gruba dahil olmak, farklı kimlikler oluşturmak için kolay bir platformdur (Ögel, 2012, s. 31). Alanyazında sağlıksız internet kullanımını betimlemek adına problemlili internet kullanımı, aşırı internet kullanımı, patolojik internet kullanımı, siber bağımlılık, oyun bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı, cep telefonu bağımlılığı, sosyal

medya bağımlılığı vb. pek çok kavram kullanılmaktadır. İnternet bağımlılığını Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı (DSM V) bir hastalık olarak tanımlamamaktadır. İnternet kullanımının faydalı yönlerinin olması, toplumun özelliklerini ortaya koyan betimleyici çalışmalarda, patolojik ifadelerin yanlış anlaşılabilmesi problemlili internet kullanımı kavramının kullanılmasının uygunluğunu göstermektedir (Erdem, 2017).

Problemlili İnternet Kullanımına Yönelik Kuramsal Modeller

Goldberg'in İnternet Bağımlılığı Modeli

Goldberg (1996) İnternet bağımlılığı bozukluğu kavramını ilk olarak kullanan kişidir. Goldberg, internet bağımlılığını tanılamaya yönelik ölçütlerini; bir yıllık dönem diliminde aşağıdaki belirtilerden üç veya daha fazlası görülen, internet kullanımının bireyde klinik açıdan belirgin bir bozulma veya sıkıntıya yol açtığı, uyumsuz kullanım örüntüsü şeklinde ifade etmiştir.

(I) Aşağıdakilerden biri ile tanımlanan arttırma ihtiyacı:

(A) Memnuniyeti sağlamaya yönelik internet kullanımında belirgin şekilde artan süre ihtiyacı

(B) İnternette aynı sürenin sürekli kullanımıyla belirgin şekilde azalmış etki

(II) Aşağıdakilerden biri ile kendini gösteren geri çekilme:

(A) Kişiyi özgü yoksunluk sendromu

(1) İnternet kullanımının yoğun ve uzun süreli olarak kesilmesi (veya azaltılması).

(2) Aşağıdakilerden ikisi (veya daha fazlası), Kriter 1'den sonraki bir ay içinde gelişir:

(a) Psikomotor ajitasyon

(b) Kaygı

(c) İnternette olanlar ile ilgili takıntılı düşünme

(d) İnternetle ilgili rüyalar veya fanteziler

(e) Parmaklardaki (istemli veya istem dışı) yazma hareketleri

(3) 2. Ölçütteki belirtiler, toplumsal işlevsellik alanında ve sıkıntıya neden olur.

(B) İnternet gibi çevrimiçi bir hizmetin, geri çekilme belirtilerini önlemek veya hafifletmek için kullanılması

(III) İnternete çoğu zaman daha sık veya amaçlanandan daha uzun sürelerle erişme

(IV) İnternet kullanımını kontrol etmeye veya azaltmaya yönelik sürekli bir isteğin duyulması veya başarısız çabalama

(V) İnternet kullanımıyla ilgili etkinliklere çok zaman harcama

(VI) İnternet kullanımı nedeniyle yaşamındaki önemli mesleki, sosyal veya eğlenceye yönelik etkinliklerden vazgeçme veya bu etkinliklere katılımı azaltma.

(VII) İnternet kullanımından kaynaklanan fiziksel, sosyal, mesleki veya psikolojik bir sorun olduğu bilinmesine rağmen internet kullanımına devam edilmesi (uykusuzluk, evlilik zorlukları, randevulara geç kalma vb.).

Young'un İnternet Bağımlılığı Modeli

Young (1998), internet bağımlılığını, sarhoşluk verici bir madde içermeyen bozukluk olan kumar bağımlılığı gibi dürtü kontrolü bozukluğu olarak tanımlamıştır. İnternet bağımlılığını belirleyebilmek için DSM IV kumar bağımlılığı tanılama ölçütlerini model alarak sekiz ölçüt belirlemiştir. Young bu ölçütten beş veya daha fazlasına "evet" yanıtı veren internet kullanıcılarını bağımlı kişiler, geri kalanları normal internet kullanıcıları olarak sınıflandırdı.

Bu maddeler;

1. Kendinizi internetle meşgul mü hissediyorsunuz?

2. İnterneti sürekli artan miktarlarda kullanma ihtiyacı mı hissediyorsunuz?
3. İnternet kullanımınızı kontrol altına almak, azaltmak veya sonlandırmak için tekrar eden başarısız girişimlerde bulundunuz mu?
4. İnternet kullanımını azaltmaya veya sonlandırmaya çalışırken kendinizi huzursuz, huysuz, depresif veya sinirli hissediyor musunuz?
5. İnternette başlangıçta hedeflenenenden daha uzun süre kalıyor musunuz?
6. İnternet kullanımınızdan dolayı önemli bir iş, ilişki, eğitim veya kariyer fırsatını kaybettiniz mi?
7. İnternete bağımlılık durumunuzu saklamak için aile üyelerinize, terapistinize veya herhangi bir kişiye yalan söylediniz mi?
8. İnterneti problemlerinizi uzaklaştırmak veya bir disforiyi (mutsuzluk, huzursuzluk, memnuniyetsizlik) hafifletmek için mi kullanıyorsunuz?

Suler'in İhtiyaçlar Hiyerarşisi Patolojik İnternet Kullanımı Modeli

Suler (1999), bireyin internete olan tutkusunun sağlıklı, patolojik, bağımlı veya bu terimlerin arasında olabileceğini ifade eder. Burada bireyin hangi ihtiyaçları nasıl karşıladığının önemli olduğunu vurgulamaktadır. İhtiyaçları; ait olma ihtiyacı, seks/cinsellik ihtiyacı, ilişki ihtiyacı, değiştirilmiş bilinç hali ihtiyacı, başarı ve uzmanlık ihtiyacı, kendini gerçekleştirme ihtiyacı şeklinde kategorize etmiştir. Kategorize edilen ihtiyaçların birbiri ile etkileşime girebileceğini, bu etkileşimleri anlamının insanların interneti sağlıklı veya patolojik olarak kullandıklarına ışık tutabileceğini savunur. Suler (1999), belirlediği ihtiyaçlar çerçevesinde internet kullanımının sağlıklı ve sağlıksız kullanımını belirlemeye yönelik sekiz ölçüt belirlemiştir. Bunlar: belirtilen ihtiyaçların kategorisi ve sayısı, temelde yatan yoksunluk derecesi, internet etkinliğinin türü, internet etkinliğinin kişisel işlevsellik düzeyine etkisi, öznel sıkıntı duyguları, ihtiyaçların bilinçli farkındalığı, deneyim ve katılım aşaması, gerçek ve sanal yaşamın uyumudur.

Grohol'ün Üç Aşamalı İnternet Bağımlılığı Modeli

Grohol (1999), bireyin internet kullanımının artmasını, sosyalleşme ihtiyacını internetten karşılama düzeyiyle ilişkilendirmektedir. İnternetin, kullanıcılarına oyun, gruplar, sohbet vb. ortamlar sunarak onlara sosyalleşme imkânı sağladığını ifade etmektedir.

Grohol (1999), internet kullanım modelini üç aşamada açıklamaktadır:

Cezbetme/ büyülenme aşaması: birey internette sunulan yeni bir içerikle karşılaştığında bu onu cezbeder/ büyülenir ve bireyin interneti aşırı kullanmasına neden olur.

Hayal kırıklığı aşaması: birinci aşamada fazla kullanılan cezbeden içerik sıradanlık göstermekte ve interneti aşırı kullanım davranışı azalmaktadır.

Denge aşaması: birey ihtiyaç duydukça internet kullanımı davranışı sonucunda sanal ve gerçek yaşantısı arasında denge kurar, internet kullanımı normal düzeye ulaşır.

Davis'in Bilişsel-Davranışçı Patolojik İnternet Kullanım Modeli

Davis (2001), işlevsel olmayan düşünceler sonucu oluşan problemlili davranışların patolojik internet kullanımına neden olduğunu savunur. Birey kendisi ve dünya hakkındaki olumsuz düşünceler (sosyal kaygı, düşük benlik algısı, düşük güven duygusu) ile baş edebilmek için interneti kullanır ve internetle bu şemaları (sadece internette anlaşılıyorum vb.) tekrar şekillenir. Düşüncelerini destekleyen olumlu deneyimler pekiştirme etkisi oluşturarak, internet kullanım davranışını arttırmaktadır.

Davis (2001), patolojik internet kullanımını tanılamaya ilişkin etkili olan nedenleri patolojik internet kullanımına neden olan uzak nedenler ve patolojik internet kullanımına neden olan yakın nedenler olarak açıklamıştır. İlk grup olan patolojik internet kullanımına neden olan uzak nedenleri, stres ve zayıflık çerçevesinde; ikinci grup olan patolojik internet kullanımına neden olan yakın nedenleri ise kendisi ve dünya hakkında işlevsel olmayan düşünceleri olarak açıklamaktadır.

Davis (2001), patolojik internet kullanımını genelleştirilmiş patolojik internet kullanımı ve spesifik patolojik internet kullanımı olmak üzere iki grupta açıklamıştır.

Genelleştirilmiş patolojik internet kullanımı, internetin belirli bir amaca sahip olmadan vakit geçirmek için sosyal (mesajlaşma, sohbet uygulamaları) olarak fazla kullanımı olarak tanımlanmıştır.

Spesifik patolojik internet kullanımı, internette bir şeye yönelik bağılıktan kaynaklanan (oyun, cinsellik, kumar, borsa, sosyal medya vb.) kullanım olarak tanımlanmıştır.

Caplan'ın Problemli İnternet Kullanım Modeli

Caplan (2002), diğer modellerden farklı olarak bağımlılık/patolojik internet kullanımı tanımlaması yerine problemli internet kullanımı kavramını ön plana çıkarmıştır. Bazı bireyler internet kullanımlarını sınırlandırabilirken, bazı bireylerin internet kullanımlarını sınırlandırmakta güçlük çekmelerinden kaynaklı sorunlar yaşadığını, bu sorunlu davranış örüntülerinin de problemli internet kullanımına neden olduğunu savunmuştur.

Düşük benlik saygısına sahip, kendisini yalnız algılayan, içine kapanık bireyler gerçek ortamdaki sosyal iletişim yerine gerçek ortamda olmayan sanal iletişimi seçmektedirler. Bireylerin, sanal ortamda kurdukları iletişimde daha az kaygı yaşamaları ve daha rahat iletişime geçebilmesi, sosyal ortamlarından uzaklaşarak daha fazla internet kullanma davranışlarına neden olmaktadır (Caplan, 2002).

Psikolojik İhtiyaç

İhtiyaç, gereksinim, güçlü istek olarak tanımlanmaktadır. Temel fiziksel ihtiyaçlar yemek, barınma, kıyafet, hava ve su yani fiziksel olarak hayatta kalmamızı sağlayan ihtiyaçlar olarak adlandırılabilir (TDK, 2021). Psikolojik ihtiyaç kavramının çıkışı Murray (1938)'in kişilik tipleri üzerine yaptığı çalışmaya dayanmaktadır. Wubbolding (2015), ihtiyaçları kültür, ırk veya etnik grupla sınırlı olmayan evrensel ve kalıtsal olarak insanların davranışlarını dürtüleyen güdüler olarak açıklamaktadır. Deci ve Ryan (2000) ise doğuştan gelen, temel ve evrensel psikolojik ihtiyaçların insanların gelişimi, sağlığı ve bütünleşmesi açısından önemli olduğunu ifade etmektedir. Temel fizyolojik ihtiyaçlar ve psikolojik ihtiyaçlar insan davranışına yön veren yapılardır. Bireyin fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılaması yaşam doyumunu arttırmaktadır (Toprak, 2014).

Psikolojik İhtiyaçlara Yönelik Kuramsal Modeller

Murray'ın Psikolojik İhtiyaç Modeli

Murray, ihtiyaç kavramını, bireyin düşünce, davranış ve algılarını bütünüyle etkileyen amaçlı ve harekete geçirici güç olarak tanımlamıştır. İhtiyaçlar genetik ve çevre faktörleri ile oluşmakta, çevre ve fizyolojik dürtüler ise ihtiyaçları yönlendirmektedir. Murray, ihtiyaçları birincil ve ikincil olarak iki gruba ayırmıştır; Birincil ihtiyaçları fiziksel ihtiyaçlar, ikincil ihtiyaçları ise bireylerin psikolojik ihtiyaçları olarak gruplandırmıştır (Murray, 1953; akt. Okur, 2017).

Murray, çeşitli şekilde topladığı araştırmaları sonucunda 20 temel ihtiyaç belirlemiştir. Bu ihtiyaçlar bağımsızlık, kabul etme, reddetme, zarardan kaçınma, küçük düşmeden kaçınma, başarı, dostluk, yardım alma, saldırganlık, vericilik, düzen, oyun ve eğlence, karşıt tepki kurma, savunma, yüceltme, cinsellik, zevk, hükmetme, kendini sergileme, öğrenmedir (Ercoşkun ve Nalçacı, 2005). Bu ihtiyaçların yoğunluğu bireyden bireye değişmekte, yoğun ihtiyaç karşılanma önceliğinde olmakla beraber ihtiyaçlar birbirini tamamlayıcı etkiye de sahiptirler (Gök, 2017). Bireyin ihtiyaçlarının birbirini engellediği durumlarda, birey çatışma yaşar ve hangi ihtiyacı doğrultusunda davranacağına karar verir (Ercoşkun ve Nalçacı, 2005).

Maslow'un Psikolojik İhtiyaç Modeli

Maslow (1970, s. 35), beş temel ihtiyacı içeren ihtiyaç hiyerarşisi piramidi modelini geliştirmiştir. Maslow, ihtiyaçları hiyerarşinin en altından yukarıya doğru: fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyaçları, sevgi ve ait olma ihtiyaçları, saygı ihtiyaçları ve kendini gerçekleştirme ihtiyaçları olarak sıralamaktadır.

1. Fizyolojik ihtiyaçlar: biyolojik gereksinimleri, hayatta kalmak için temel gereksinimleri temsil eder. Yiyecek, barınak, giyim, sıcaklık, cinsellik, uyku fizyolojik ihtiyaçlardır.
2. Güvenlik ihtiyaçları: tehlikelerden korunmak, özgürlük ihtiyaçlarıdır.
3. Sevgi ve ait olma ihtiyaçları: kişiler arası ilişkiler ile ilgilidir. Sevmek, sevilmek sosyallik, aidiyet, yakınlık, şefkat, güven ve kabul ihtiyaçlarıdır.
4. Saygınlık ihtiyaçları: bireyin kendine saygı göstermesi ve başkalarından saygı görme arzusu ihtiyaçlarıdır.

5. Kendini gerçekleştirme ihtiyaçları: bireyin kişisel gücünün farkına varması, kişisel gelişimine yönelik ihtiyaçlardır (Maslow, 1970, s. 35).

Maslow'a göre davranışlar ihtiyaçlar ile motive olur, alt sıradaki ihtiyaçlar üst sıradaki ihtiyaçlarla ilgilidir. Birey temel ihtiyaçlarını karşıladığında üst ihtiyaçları giderme eğilimine, temel ihtiyaçları karşılayamadığında ise üst ihtiyaçları erteleme eğilimine gitmektedir. İnsan yeteneklidir, bir üst ihtiyacına çıkmaya çalışır, ancak karşılaştığı boşanma, kayıp, ayrılık gibi olaylar ihtiyaçları karşılama basamakları arasında dalgalanmalara neden olmaktadır. İhtiyaçların sıralamasında çevresel koşullara ve bireysel farklılıklara göre yer değişikliği olabilmektedir. Çoğu davranış birden fazla ihtiyaç tarafından da belirlenebilmektedir. Birey hiyerarşinin üst ihtiyaç seviyelerine geçse de alt ihtiyaçlar da düşük düzeyde de olsa tatmin edilmeye devam etmektedir (Leod, 2007).

Maslow ihtiyaç hiyerarşisini sonraki yıllarda güncelleyerek 8 basamaklı bir model sunmaktadır. İlk 4 ihtiyaç basamağını sabit tutarak kendini gerçekleştirme ihtiyacı basamağını aşağıdaki şekilde güncellemiştir. Bu basamaklar;

5. Bilişsel ihtiyaçlar: bireyin anlayış, keşfetme ve bilgi ihtiyaçlarıdır.
6. Estetik ihtiyaçlar: bireyin güzellik, simetri ve dengeyi arama ihtiyaçlarıdır.
7. Kendini gerçekleştirme ihtiyaçları: bireyin kendini gerçekleştirmeyi bulması ve potansiyelini gerçekleştirme ihtiyaçlarıdır.
8. Kendini aşma ihtiyaçları: bireyin kişisel benliğin ötesine (mistik, estetik, cinsel, bilim arayışı, dini inanç, başkalarına hizmet ile ilgili deneyimler vb.) geçmesidir (Leod, 2007).

Maslow, modeldeki güncellemenin nedenini şu şekilde ifade etmektedir; yalnızca hayatta kalmak, yaşamını sürdürmek insan için yeterli değildir. Bireyin, potansiyellerini gerçekleştirmeye, mutluluğa, dinginliğe, doruk deneyimlere, aşkına doğru büyümesi önemli görülmektedir. Hayatta kalmak için yaşamak; yaşam, kişilik, bilinç ve bilgelik kalitesini de düşürmektedir. Birey, ihtiyaç hiyerarşisinde kendini gerçekleştirme ihtiyaçlarını ve kendini aşma ihtiyaçlarını karşıladıkça daha akıllı hale gelerek (bilgelik geliştirir) karşılaştığı farklı durumlarda ne yapması ve davranması gerektiğini otomatik olarak bilme bilgeliğine ulaşmaktadır (Maslow, 1970, s. 35).

Deci ve Ryan'ın Psikolojik İhtiyaç Modeli

Deci ve Ryan (2018) kendi kaderini tayin modelinde ihtiyaçları, vücut sağlığı ve güvenliğini karşılamaya yönelik gerekli olan fizyolojik ihtiyaçlar, gelişimin sürdürülebilmesi için karşılanması gereken psikolojik ihtiyaçlar ve psikolojik sağlık olarak gruplandırmıştır. Temel fizyolojik ihtiyaçlar, oksijen, temiz su, yeterli beslenme, fiziksel zararlardan uzak durma gibi gereksinimleri içermektedir. Psikolojik ihtiyaçları ise üç grupta; özerklik ihtiyacı, yeterlilik ihtiyacı ve ilişkili olma ihtiyacı olarak belirlemektedirler. Doğuştan, evrensel, nesnel olan bu psikolojik ihtiyaçların büyüme, bütünlük ve esenlik için gerekli olduğunu vurgulamaktadırlar. İster fizyolojik ister psikolojik olsun ihtiyaçlar karşılanmadığında patolojiye neden olmaktadır. Bu model, temelde sosyal faktörlerin etkilediği psikolojik ihtiyaçların, insanların davranışlarını ve insanların gelişimini nasıl desteklediğini veya engellediğini açıklamaya yönelik bir teoridir (Deci ve Ryan 2018, s.8).

Deci ve Ryan'ın (2018), özerklik ihtiyacı, yeterlilik ihtiyacı ve ilişkili olma ihtiyacını aşağıdaki şekilde tanımlanmaktadır:

Özerklik ihtiyacı: kişinin davranışlarını ve deneyimlerini kendisi tarafından düzenlemesi ihtiyacıdır. Özerklik ihtiyacı bireyin değerleriyle uyumludur. Birey özerklik ihtiyacı ile hareket ederken davranışlar içtendir. Bireyin bazı davranışları kendi kendini düzenler, bazı davranışlar ise çevresel koşullardan etkilenir. İnsanların değerlerinin ve davranışlarının çoğunun, öz düzenlemeyi geçersiz kılan iç ve dış baskılardan oluşabileceğini ifade etmektedir.

Yeterlilik ihtiyacı: motive edilmiş davranışlarda ustalığı ve etkinliği hissettiren ihtiyaçtır. Doğuştan gelen özünde merak duygusunu barındıran yeterlilik ihtiyacı, mobil oyun oynayan insana da keşif yapan bilim insanının davranışına da enerji veren ihtiyaçtır. Zorlukla karşılaştığında, eleştirildiğinde, kıyaslamalarla karşılaştığında, olumsuz geribildirim gelmesi durumunda bu ihtiyaç oluşmaktadır.

İlişkililik ihtiyacı: ait olma, önemli hissetme, yakınlık duyma ihtiyaçlarıyla ilgilidir. İnsanlar başkaları tarafından önemsendiklerini hissettiklerinde bağlılık hisseder, sosyal grupların üyesi olarak gruba katkıda bulunarak grupla ilişki ve aidiyet duygularını yaşamaktadırlar.

Glasser'in Psikolojik İhtiyaç Modeli

Glasser, seçim kuramında ihtiyaçları, içsel arzuları tatmin etmek amacına yönelik, içsel güdülenme sonrasında, karar verme ve nihai davranışın kaynağı olarak tanımlamaktadır (Wubbolding, 2015, s.79). Glasser, ihtiyaçları fizyolojik ihtiyaçlar ve psikolojik ihtiyaçlar olarak iki gruba ayırmaktadır. Fizyolojik ihtiyaçları hayatta kalma, psikolojik ihtiyaçları da sevgi ve ait olma, güç, özgürlük ve eğlence olarak tanımlamaktadır. Glasser'e göre davranışların amacı kendini iyi hissetmeye yönelmektir. Birey kendini iyi hissetmiyorsa, bu beş temel ihtiyaçtan bir veya daha fazlasının yeterince doyurulmadığını göstermektedir. Birey ihtiyaçları hakkında bilgi sahibi olursa, kendini mutsuz hissettiğinde hangi ihtiyacının eksikliğinden kaynaklandığını, mutlu hissettiğinde hangi ihtiyacının tatmin olduğunu bilmekte ve bu yönde düzenlemelere gidebilmektedir (Glasser, 1999; s.42). İhtiyaçlar duygu, düşünce, davranış üreten mottolardır. Seçim kuramına göre ihtiyaçlar aşağıdaki ortak özelliklere sahiptir;

İhtiyaçlar kişiye özgü değil, *geneldir*.

İhtiyaçlar, tüm ırk ve etnik gruplara dayandırılabilir, *evrenseldir*.

İhtiyaçlar uygun olup olmamaktan ziyade tatmine yönelik olmasından *tarafsızdır*.

İhtiyaçların bireyden bireye *yoğunluk/güç seviyeleri farklıdır*.

İhtiyaçlardan biri diğerlerine göre baskın dahi olsa hiçbir ihtiyaç göz ardı edilmez, *denglidir*.

İhtiyaçlar karşılanırken, bir davranış birden fazla ihtiyacı karşılayabildiği gibi ihtiyaçlar birbirleriyle *çelişebilir*.

Bireyin ihtiyaçları, başka bireyin ihtiyaçlarını karşılamasını engellediği zaman doğabilir.

İhtiyaçlar birbiriyle *çakışır*. Bir ihtiyacı tatmin etmek başka bir ihtiyacı da tatmin eder.

İhtiyaçlar insan davranışı arkasındaki güdü kaynağıdır, *reddedilemez*.

İhtiyaçlar *kısmen hiyerarşiktir* (Wubbolding, 2015; s.78).

Glasser'in psikolojik ihtiyaç modeline göre hayatta kalma, sevgi ve ait olma, güç, özgürlük, eğlence ihtiyaçlarının tanımlamaları aşağıda açıklanmaktadır.

Hayatta kalma ihtiyacı. İnsan da tüm yaşayan varlıklar gibi hayatta kalmak için çaba sarfetmektedir. İnsanın genlerinde var olan hayatta kalma ihtiyacı; yiyecek, su, hava, güvenlik, barınak, sıcaklık, sağlık ve üreme/cinselliği içeren fiziksel ihtiyaçlar olarak kabul edilmektedir. Aynı zamanda güvenlik ve temel ihtiyaçları karşılayacak gelire sahip olmak da hayatta kalma ihtiyacı içerisinde ifade edilmektedir (Frey ve Wilhite, 2005). Seçim kuramına göre ihtiyaçlar birbirleriyle ilişki içerisinde. Diğer ihtiyaçlara da temel oluşturan hayatta kalma ihtiyacı tarih öncesi çağlardan bu yana önemli ihtiyaçlardan biri olarak görülmektedir. Glasser, zamanla sevgi besleyenlerin hayatta kalma adına avantaj elde ettiklerinden dolayı sevgi ve ait olma ihtiyacının hayatta kalma ihtiyacından ayrılarak temel bir ihtiyaç haline geldiğini ifade etmektedir. Zamanla belli bir güce sahip olanlar hayatta kalmak için avantaj elde ettiklerinden dolayı güç ayrı bir ihtiyaç olarak gruplandırılmaktadır. Yaşamlarında başkalarının egemenliğinden kurtulanların hayatta kalması kolaylaştığından dolayı özgürlükte temel ihtiyaçlardan biri olarak kabul edilmektedir. Sevgi, güç ve özgürlüğü elde etme yolu olan öğrenme de genetik bir ödül olan eğlence ihtiyacını doğurmaktadır. İnsan hayatta kalmak amacıyla tüm ihtiyaçlarını karşılamış olsa dahi sevgi ve ait olma, güç, özgürlük ve eğlence ihtiyaçları karşılanmadığı sürece acı çekmeye devam edecektir (Glasser, 1999; s. 45).

Sevgi ve ait olma ihtiyacı. İnsanın tatmin etmesi en önemli ihtiyaç olarak sevgi ve ait olma ihtiyacı görülmektedir (Sheldon ve Bettencourt, 2002). Sevgi ve ait olma ihtiyacı; aile, arkadaş, dost, eş, çevresindekiler ile ilişki-iletişim kurmayı ve aidiyet duygusunu desteklemekte; birbirlerine olan saygı, güven ve bağlılığı arttırmaktadır. Güvenmek, ortak karar vermek-uygulamak, birbirlerinin fikirlerine saygı duymak, cesaretlendirmek, değer vermek, birbirleriyle ortak noktaları görebilmek, deneyimleri paylaşmak, tavsiyede bulunmak, yardım almak sevgi ve ait olma ihtiyaç içeriklerine örnek olarak gösterilebilmektedir. Bireyin kurduğu ilişki, kendi yeteneklerini,

özelliklerini ve niteliklerini tanımaya devam etmesini sağladığı gibi kendi öz saygı düzeylerinin arttırılmasına da yardımcı olmaktadır (Misztal, 2010).

Ergenlik döneminde sevgi-ait olma ihtiyacı genellikle baskın ihtiyaç olarak görülmektedir. Ergenler arkadaşlık ilişkilerini, herhangi bir grubun üyesi olmayı önemsemektedirler. Sevgi ve ait olma ihtiyacını çevresinden sağlıklı yoldan karşılayamayan ergen, arkadaş bulmak veya herhangi bir gruba dahil olmak adına sorunlu davranışları deneyimlemekte veya internette ait olma sevilme ihtiyacını karşılamaya yönelik farklı kimlik denemeleri sergileyebilmektedir (Dursun, 2020).

Güç ihtiyacı. İnsana özgü olan güç ihtiyacı, hayatın kontrolüne sahip olma, yapabilme, yetenekli olma, başarıma hissinden kaynaklı içsel kontrol hazzı olarak tanımlanmaktadır (Frey ve Wilhite, 2005; Wubbolding, 2015; s. 69). Gücün iyi veya kötü olarak tanımlanması gücün tanımlanmasına, nasıl elde edildiğine ve elde edilen gücün nasıl kullanıldığına bağlı olmaktadır. Güç ihtiyacı iyi geçinmek, farklılıklara saygı duymak, iyilik için çalışmaktır. Güç ihtiyacı hayatta kalma ihtiyacının yerini aldığıda egemenlik kurma, sömürme, baskı, zorlama, kontrol etme, hükmetme baş göstermekte, ilişki kurmak zorlaşmakta bu durum toplumu tehdit etmekte, tehlike oluşturan bir hal almaktadır (Glasser, 1999; s. 51).

Ergenlik döneminde güç, öğrencinin okulda seçim yapma, söz sahibi olma, dahil olma ve öğrenmeye katkıda bulunma yeteneği ile tanımlanabilmektedir. Bu dahil olma kendilerini yeterli, gururlu ve güvende hissetmelerini sağlar (Frey ve Wilhite, 2005). Ebeveynlerince okul türü, meslek seçimi yapma konusunda seçim sunulmayan; okulda dahil olma ve öğrenmeye katkıda bulunma anlamında engellenen ergenler, güç ihtiyaçlarını sağlıklı karşılama noktasında sorun yaşayabilmektedir. Karşılayamadıkları güç ihtiyacını sağlıksız olarak internet üzerinden sağlamaya çalışan ergenler, uygunsuz kimlik denemeleri yaparak siber zorbalık veya akran zorbalığı gibi olumsuz davranışlara yönelerek karşılamaya çalışabilmektedirler (Dursun, 2020).

Özgürlük ihtiyacı. Glasser özgürlük ihtiyacını, seçenekler arama, keşfetme, kendisini ifade etme, yeterli alana sahip olma, seçenekler arasından seçim ve tercih yaparken kendi özgürlüğünü sınırsız hissetmek olarak tanımlamaktadır. Özgürlük, ihtiyaçlar arasında dengeyi sağlayan bir ihtiyaç olarak ifade edilmektedir (Frey e Wilhite, 2005). Özgürlük ihtiyacı her bireyde farklılık göstermektedir. Özgürlük ihtiyacı

bazı bireyler için sınırlandırılmamak, bazı bireyler için ise hayatının rutinlerini yerine getirmek, kendisini özgür hissetmesini sağlamaktadır (Wubbolding, 2015; s.71). Birey özgürlük ihtiyacını başkalarının ihtiyaçlarını engellemeyecek şekilde karşıladığında, yaratıcılığı gelişmekte, bencil davranmamakta, paylaşmaktan zevk almaktadır (Glasser, 1999; s.53).

Fiziksel, duygusal ve kişilik gelişiminin yoğun olduğu, bedensel özgürlüğün ve düşünce özgürlüğünün önemli bir yeri olan ergenlik döneminde, okul ortamları, dış kontrol odaklı programlar, kalabalık sınıflar ve okul sorumlulukları bireylerin özgürlüklerini sınırlandırabilmektedir. Fiziksel özgürlüğü ve yaratıcılığı engellenen genç, problemleri bir rol seçerek özgürlük ihtiyacını karşılamakta zorlanabilmektedir (Frey ve Wilhite, 2005).

Eğlence ihtiyacı. Keyif almak, zevk almak, rahatlamak, gülmek ve öğrenmek amacıyla insanların davranışlarını yönlendiren ancak zorlamayan bir ihtiyaç olarak tanımlanmaktadır (Wubbolding, 2015; s. 72). Çok fazla seçeneğe sahip olan eğlence ihtiyacı, karşılanması en kolay ihtiyaç olarak görülmektedir. İşini severek yapmak, hobi edinmek, boş zamanlarını değerlendirecek farklı ilgi alanlarına yönelmek, mizah duygusuna sahip olmak, dersi öğrenmek, arkadaşının-partnerinin özelliklerini öğrenmek, bebeğin hayatı öğrenmesi eğlenceli anlar oluşturmaktadır. Nitelikli, uzun, sürekli arkadaşlık ve ilişkilerin temelini eğlence ihtiyacının ilişki esnasında karşılanmasına bağlı olduğu öne çıkmaktadır (Frey ve Wilhite, 2005; Wubbolding, 2015; s.55).

Ergenlik döneminde genç, okulda güzel arkadaşlıklar edindiğinde, öğrendiğinde eğlenmektedir. Gülmek ve öğrenme ilişkisini derste karşılayan ergenin, o derse olan yetkinliği üst düzeye çıkmaktadır. Okul ortamında başarıyı deneyimleyememe, akranlarıyla yaşadıkları problemler, eğlence ihtiyacının sağlıklı karşılanmamasına neden olmakta ve gençlerin zihinsel/psikolojik sağlıklarını olumsuz olarak etkilemektedir (Frey ve Wilhite, 2005).

Kişisel Erdemler

Psikoloji bilimi, insanın olumlu yanları ve güçlü özellikleri, psikolojik bozukluklar ve bu psikolojik bozuklukların tedavi yöntemleriyle ilgilenmektedir. Pozitif

psikoloji ise bireylerin olumlu yanları ve güçlü özelliklerinin araştırılması ve geliştirilmesiyle ilgilenen akım olarak adlandırılmaktadır (Demirci, 2017). Pozitif psikoloji de yaşam doyumu, iyi oluş, mutluluk, iyimserlik, umut gibi kavramlarla ilgili çalışmalara ağırlık verilmektedir (Demirci ve Ekşi, 2015). Yine pozitif psikolojide; psikolojik bozukluklara, hayatında kötü giden şeylere ve bireyin olumsuz özelliklerine odaklanmanın yanında bireyin olumlu özelliklerine, iyi oluşuna, kişisel erdemlerine, güçlü yönlerine odaklanarak bireyin yaşamını değerli kılan faktörleri ön plana çıkarmaya yönelik çalışmalara da ağırlık verilmektedir. Bu sayede önleyici ve koruyucu ruh sağlığına yönelik önlemler olarak bireylerin psikolojik sağlığını ön plana çıkarmakta; bireyde mutluluğu arttırmanın önemini vurgulamaktadır (Demirci, 2017).

Pozitif psikolojinin yoğunlaştığı konulardan birisi olan kişisel erdem, insanın karşılaştığı seçeneklerden kendisine en uygunu kendisi için en iyi olan değeri gerçekleştirmesi, iyi insani özelliklerinin (bilgi, iletişim, ilişki) gelişmesini sağlayan mükemmellikleri veya karakter güçleri, bilişsel, davranışsal, duyuşsal yönleri ve bilgelik özelliği olarak tanımlanabilmektedir. Erdemler, bireysel ve toplumsal mutluluğu sağlayan eylemlerle kendisini göstermektedir. Bireylerin karşılaştığı olumsuz deneyimlerin sağlıklı olarak üstesinden gelebilmek için kişisel erdemlerin kullanılması, erdemlerin, psikolojik sağlığı desteklediğini göstermektedir. İyi karakter geliştiren insanlar, iyi davranma eğilimindedirler, kişisel erdemler de iyiyi bulma noktasında yardımcı olmakta, yol gösterici bir rol oynamaktadır. Kişinin amaçlarına ulaşması, güçlü olan karakterini kullanma konusunda karar verme gücü, erdem için esastır ve bu bilgeliğinde göstergesidir (Ocak, 2011; Ennaco, 2020; Fowers, 2012). Güçlü bir karakter özelliği olan kişisel erdemler, bireyi mutluluğa ulaştıran ahlaki yetenekler olarak gösterilebilmektedir (Yastıoğlu, Alparslan ve Günay, 2019). Kişisel erdemlere sahip olan bireylerin olumlu davranış ve yaşantıları artmakta; olumsuz davranış ve yaşantıları azaltmaktadır (Kabakçı, 2016). Sokrates, Aristoteles ve Platon insanların erdemli ve anlamlı bir yaşam sürdürdüklerinde hayatlarında daha mutlu olduklarını savunmaktadırlar. Pozitif psikolojiye göre bireylerin kişisel erdemleri, yaşadıkları zorluklarla başa çıkmalarını kolaylaştırmakla beraber başarılı kimlik geliştirmelerini ve sosyalleşmelerini de sağlamaktadır (Nazir, 2020; s. 379). Erdemler, evrimsel, biyolojik ve kültürel özelliklerden oluşmaktadır. Zamanla oluşan ve sürdürülen erdemlerin her biri temelde hayatta kalma sorununun çözülmesini sağlamaya yönelik hizmet emektedir.

Erdemlerin kültürler arası gösterdiği benzerlik ise kültürler arası yakınlaşma sağlamakta önemli bir unsur olarak görülmektedir (Dahlsgaard, Peterson ve Seligman, 2005).

Dahlsgaard ve diğerleri (2005), çalışmalarında erdemleri; insanlık, cesaret, ölçülülük, adalet, bilgelik ve aşkınlık olarak altı başlık olarak belirlemişlerdir. Bunlar;

Cesaret Erdemi: iç veya dış tehditlere rağmen bireyin hedeflere ulaşabilmesi için bireysel iradesini kullanılmasını sağlayan duygusal güçler olarak tanımlanmaktadır. Cesaret, azim ve özgünlük (dürüstlük) gibi özellikleri kapsamaktadır.

Adalet Erdemi: Sağlıklı toplumsal yaşantının temelinde yatan sivil güçler olarak tanımlanmaktadır. Adalet, liderlik ve vatandaşlık veya ekip çalışması gibi özellikleri kapsamaktadır.

İnsanlık Erdemi: Kişilerarası güçlü yönler olarak tanımlanmaktadır. Sevgi ve nezaket gibi özellikleri kapsamaktadır.

Ölçülülük Erdemi: Aşırılığa karşı koruma sağlayan güçlü yönler olarak tanımlanmaktadır. Affetme, alçakgönüllülük, sağduyu ve özdenetim gibi özellikleri kapsamaktadır.

Bilgelik Erdemi: Bilginin öğrenilmesini ve kullanılmasını sağlayan bilişsel güçler olarak tanımlanmaktadır. Yaratıcılık, merak, yargı ve bakış açısı (başkalarına tavsiyede bulunmak) gibi özellikleri kapsamaktadır.

Aşkınlık Erdemi: büyük evrenle bağlantı kurulmasını sağlayan bu şekilde anlam kazanan güçler olarak tanımlanmaktadır. Şükran, umut ve maneviyat gibi özellikleri kapsamaktadır, şeklinde açıklanmıştır.

Demirci ve Ekşi (2018), çalışmalarında erdemleri sosyal erdemler ve kişisel erdemler olarak iki grupta incelemektedirler. Fedakarlık, hoşgörü, yardımseverlik ve yararlılık özelliklerine sahip bireyleri sosyal erdemlere; sorumluluk, amaçlılık ve değerlilik özelliklerine sahip bireyleri ise temel kişisel erdemlere sahip bireyler olarak ifade etmektedirler. Kalıcı mutluluğu sağlayan amaçlı davranışların erdemler, ahlak ve bilgelik ile olabileceği vurgulanmaktadır. Bireyin yaşamına ilişkin sorumluluk alması,

kendini değerli görmesi, kendi amaçları doğrultusunda karar alıp uygulayabilme erdemlerini göstermesi, huzurlu ve mutlu olmasını desteklemektedir (Demirci, 2017).

Araştırmada değinilen kişisel erdemlerin özellikleri sorumluluk, amaçlılık, değerlilik kavramları ve pozitif psikolojide kişisel erdemler kavramı ile kullanılan bilgelik ve ahlak kavramlarından aşağıda bahsedilmiştir.

Sorumluluk

Kişinin yaşamının sorumluluğunu alması, çaba göstermesi, başladığı işi bitirmesi, hedeflerine ulaşma noktasında gayretli, istekli ve üzerine düşen görevleri yerine getirmesi olarak tanımlanmaktadır. Sorumluluk önemli bir kişilik özelliğidir. Sorumluluk sahibi insanlar eğitsel, mesleki, kişiler arası ilişkiler gibi yaşamın birçok alanında başarılı olmakta, amaçlarına daha kolay ulaşmakta ve erdemli davranışlar göstermektedirler (Demirci, 2017).

Sorumluluk amaca yönelik davranışlardaki planlı olma, sabırlı olma, motivasyon, detaylara dikkat etme, dikkatli hareket etme ve başarıma ile ilgili bir kavramdır (Mete, 2006). Sorumluluk sahibi bireyler disiplinli, azimli, başarılı olabilmektedir (Tatlıoğlu, 2014).

Sorumluluk gelişiminde yaş, cinsiyet, aile, toplum, bilinç düzeyi, inançlar, özgürlük düzeyi etkilidir (Şahan, 2011). Somer (1998) çalışmasında sorumluluk sahibi bireylerin özelliklerini çalışkan, amaçlı, programlı, düzenli, disiplinli, dikkatli, mücadeleci, azimli, iradeli olarak ifade etmektedir. Sorumluluk sahibi bireyler, başarı isteği olan veya öz-disiplin becerisine sahip kişiler olarak görülmektedir (Tatlıoğlu, 2014). Kendi istekleri ve düşünceleriyle yapmış oldukları davranışların mesuliyetini alır, kendisine ve topluma karşı görevlerini zamanında ve gerektiği şekilde yapar, güvenilir kişilik özelliklerine sahip bireyler olarak görülmektedir. Sorumluluk, kişilik gelişimini ve bireyin mutluluğunu doğru orantılı olarak etkilemektedir (Şahan, 2011).

Seçim kuramına göre ise sorumluluk sahibi bireyler, ihtiyaçlarını karşılama ve hayatına yönelik seçimler yapma noktasında farkındalıkları olan, yaşamlarının kontrollünü alarak eyleme yönelebilen bireyler olarak tanımlanmaktadır. Kendini değerlendirmek, plan yapmak, davranışlarının sorumluluğunu almak önemlidir.

Sorumluluk sahibi bireyler, işlevsiz davranışlarını, işlevsel davranışlarla değiştirmede zorlanmazlar (Dursun, 2020).

Şahan (2011), çalışmasında öğrencilere ait sorumlulukları; kişisel sorumluluklar, akademik sorumluluklar, sosyal sorumluluklar, ortak sorumluluklar, yasal sorumluluklar, dini sorumluluklar olarak altı başlıkta aşağıdaki biçimde açıklamaktadır.

Kişisel Sorumluluklar: yaşamına ilişkin düşünce ve davranışlarını denetleme gücüne sahip olma, amaç belirleme, amaçlara ulaşmak için üzerine düşen görevleri kabul etme ve bu doğrultuda uygulamaya geçmesi olarak tanımlanmaktadır. Kişisel sorumlulukları olan birey yaşamında daha uyumlu ve mutlu olmaktadır.

Akademik Sorumluluklar: öğrencilerin eğitim öğretim sürecinde sorumluluklarını yerine getirmesi, öğrenmeye açık ve istekli olması olarak tanımlanmaktadır. Akademik sorumluluk başarıyı da beraberinde getirmektedir.

Sosyal Sorumluluklar: bireylerin, toplumda beraber yaşamın gerekliliği olarak beraber yaşadığı insanlara yönelik sorumlulukları da vardır. Bireyin toplum içerisinde toplumsal iyiliği, huzuru sağlama noktasında üzerine düşeni yapması ve beraber yaşadığı insanlara yardım etmesi olarak tanımlanmaktadır.

Ortak Sorumluluklar: dünyada tüm insanlığı ilgilendiren salgın, iklim değişikliği, küresel ısınma, silahlanma gibi sorunlara karşı bireyin kendi üzerine düşeni yapma konusunda eyleme geçmesi ve tüm insanlarla birlikte hareket etmesi olarak tanımlanmaktadır.

Yasal Sorumluluklar: sorumsuz davranan insanlara yönelik, toplumda düzeni, ahengi ve adaleti sağlamak için yasa ve kurallardan doğan yükümlülükler olarak tanımlanmaktadır. Toplum hayatını düzenleyen, huzur ve mutluluğu destekleyen önemli bir etkidir.

Dini Sorumluluklar: bireylerin dini inançları, düşünce ve davranışlarını etkilemekte ve vicdan oluşturmaktadır. İnanç derecesi bireyin sorumluluk gelişimini etkilemektedir.

Amaçlılık

Kişinin boşluk hissine kapılmadan yaşamında hedefler belirlemesi, hedeflerine ulaşmada kendisine güvenmesi, hedeflerini gerçekleştirme noktasında yaşamını düzenlemesine yönelik enerji olarak tanımlanmaktadır. Sorumluluk ve amaçlılık kişilik özellikleri birbirleri ile ilişkili kavramlar olarak görülmektedir (Demirci, 2017). İnsan, yaşamı boyu hayatına yön vermede, hayatında düzeni sağlamada, fark ettiği problemlerine yönelik çözüm yolları aramada, kişisel gelişimini planlamada ve hedeflerini gerçekleştirmeye yönelik motive olmada belirlediği kişisel amaçlarından faydalanmaktadır. Fiziksel sağlık ve ruhsal sağlık için amaçlar insan yaşamında önemli bir araçtır. Birey amaç belirlerken toplumun yapısından ve kültüründen etkilenmektedir (Eryılmaz, 2012). Kişisel erdemler, alçakgönüllü davranmak, başkalarının ihtiyaçlarını dikkate almak, amaç ve amaca ulaşmasını engelleyecek anlık dürtüleri kontrol etmek gibi öz düzenlemeyi gerektiren davranış ve düşünceleri de kapsayan bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Root Luna, Van Tongeren ve Witvliet, 2017).

Amaçlılık karakter özelliklerine sahip insanlar, şimdiki ve geçmiş yaşantısının yaşamını devam ettirmesinde bir anlamı olduğunu bilir. Yaşamak için amaçları, hedefleri ve amaçlarını gerçekleştirmeye yönelik inançları vardır (Ryff ve Keyes, 1995). Amaçlılık erdemine sahip olmak, bireyin yaşamında amaçlarını belirleyerek, bu amaçlarını gerçekleştirmeye yönelik çaba göstermesini ve yaşama bağlanması noktasında fayda sağlamaktadır (Eryılmaz, 2012). Kendilerine bir yön belirleyebildikleri, hayatta üretken oldukları, yaratıcı ve duygusal bütünleşmeyi sağlayabildiklerinden dolayı başarılı olmaya daha yakın görülmektedirler (Ryff, 1989). Amaçlılık karakter özelliğine sahip olmayan kişilerin hayatında anlam bulma duyguları zayıftır; geçmiş yaşantısının kişiliğine kattığı anlamı fark edemez; hayatlarını devam ettirmeye yönelik amaçları çok azdır ve hayatlarına yönelik az da olsa belirleyebildiği amaçlarını gerçekleştirmeye yönelik inanca sahip değildirler (Ryff ve Keyes, 1995). Kişinin anlam ve amaç bakımında zengin bir yaşam sürmesi, karşısına çıkan zorluklara rağmen özgürce seçtiği amaçları gerçekleştirmeye yönelik çaba göstermesi, yaşamını anlamlı kılmakta ve psikolojik sağlığın bir parçası olarak görülmektedir (Ryff ve Singer, 2008). Amaçlı olmak, bireyin potansiyelini göstermesini sağladığından, bireyin yaşamına olumlu katkılardan dolayı fiziksel ve psikolojik müdahale programlarında yer almaktadır (Eryılmaz, 2012).

Eryılmaz (2012), çalışmasında amaçları kişisel amaçlar, günlük amaçlar, başarı amaçları ve yaşam amaçları olarak incelemekte ve aşağıdaki şekilde tanımlamaktadır:

Kişisel Amaçlar, bireylerin gelişim görevlerine uygun olarak belirlediği amaçlardır. Gençler için yakınlık kurmak gelişim göreviyken, romantik ilişkiler kurmak kişisel amaca örnek olarak verilebilmektedir.

Günlük Amaçlar, bireylerin günlük olarak belirlediği, kısa süreli küçük hedefler veya alt düzey amaçlardır. Yaşam amaçlarını gerçekleştirmekte aracı bir rolü vardır.

Başarı Amaçları, bireylerin akademik olarak bir konuyu anlama, uzmanlaşma, öğrenme veya başkalarından daha iyi olmaya yönelik yüksek düzeyde performans göstermeye yönelik amaçlarıdır.

Yaşam Amaçları, bireylerin yaşamlarında mutlu olmak için, gelecekte beklenen ve umutlarını gerçekleştirmeye yönelik, uzun sürede gerçekleştirebileceği amaçlardır.

Değerlilik

Kişinin kendisine şefkatli olması, hayatında yaptığı seçimlerde kendisini cesaretlendirmesi, yaptığı hatalarda kendisini hoş görmesi ve yaşamıyla ilgili daha az iç çatışma yaşaması olarak tanımlanmaktadır (Demirci, 2017). Değerlilik kavramı ile yakın ilişkili olan benlik saygısı kavramı ise kişinin kendisinin değerli, yetenekli, önemli ve başarılı olduğuna ne derece inandığı olarak tanımlanmaktadır. Bu değerlilik yargısı, geçici ve özel değil, kalıcı ve geneldir. Kişi kendisine verdiği değer farkında olsa da olmasa da davranışları ve performanslarıyla tespit edilebilmektedir. Kişinin kendisini değerli görmesi diğer insanlarla olan ilişkilerden de etkilenebilmektedir (Demirci, 2017; Hah Wah, 1985). Benlik saygısı yüksek bireyler, kendisine saygı gösterir, kendisini kabul eder, belirlediği sınırlara uygun hedefler belirler ve bu hedeflere ulaşmaya yönelik çaba gösterirler. Bireyin sahip olduğu yüksek benlik algısı hayatını yönlendirmede başarı ile düşük benlik algısı da başarısızlık ile ilişkili görülmektedir (Coopersmith, 1969). Yüksek öz saygı ve benlik saygısı psikolojik iyi oluş ile de ilişkilidir (Neff, 2003).

Değerlilik kavramı öz saygı ve öz şefkat kavramları ile de açıklanabilmektedir (Yastıoğlu ve diğerleri, 2019). Öz-şefkat, insanın acı, hayal kırıklığı, başarısızlık

durumlarında, kendisini sert bir biçimde eleştirmektense, kendisine nazik, anlayışlı, yaşadıklarını yaşam deneyimi olarak görmesi olarak tanımlanmaktadır (Neff, 2003). Özsaygı ise kişinin kendisine yönelik inançları olarak tanımlanmaktadır. Özsaygı, sağlıklı kişilik gelişiminin göstergesi olmakla birlikte, bireylerin kişisel, sosyal, duygusal, psikolojik, akademik yaşamlarını etkilemektedir. Yüksek özsaygı bireyin toplumla etkili ilişki kurmasını, kişisel başarı ve mutluluk düzeyinin artmasını sağlamaktadır (Güloğlu ve Aydın, 2001).

Bilgelik

Tüm kültürlerin değerli karakter özelliklerinden biri olarak kabul edilen bilgelik, nesillerin deneyimleriyle edinilen inanç ve yaşam yasalarının somutlaşması, varoluşun temel sorunlarıyla ilgili uzmanlık gerektiren bilgiye sahip olma sistemi olarak tanımlanmaktadır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2014).

Bilgelik erdemi, bireyin araştırmacı, öğrenmeyi seven, öğrenmeye açık, objektif bakış açısıyla, eleştirel düşünerek, özgün olarak bilgiyi öğrenme ve kullanma süreci ve becerisi olarak görülmektedir (Demirci, 2017). Bilgelik erdemine sahip olan bireylerde bireysel ve toplumsal iyilik için zihin ve karakterin mükemmel uyumu içinde olduğu görülmektedir (Staudinger ve Glück, 2011). İnsana özgü olan bilgelik erdemi, yaşla birlikte artan, deneyime dayalı bilişsel ve duygusal gelişim biçimi olmakla beraber, öğrenilebilen ve ölçülebilen kişisel özelliği olarak da ifade edilmektedir (Jeste ve diğerleri, 2010). Kabakçı (2013), erdemli oluş ile ilgili yaptığı çalışmada bilgelik erdeminin özgünlük, öğrenmeye açık olma, açık fikirli olma, meraklı olma ve çok yönlü bakış açısına sahip olma kişilik özellikleri ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Zorlu olay ve durumlar karşısında sakin kalarak, durumun üstesinden gelmede bilgelik özelliği olarak görülmektedir (Paker, 2011). Bilgelik ve mutluluk pozitif ilişkili kavramlar olarak görülmektedir (Bergsma ve Ardelt, 2012).

Ardelt (2003), bilgeliğin birbirine bağımlı ancak kavramsal olarak da farklı anlamlara gelen üç boyuttan (bilişsel, yansıtıcı ve duyuşsal) birleşmesinden oluştuğunu ifade etmektedir. Bilişsel boyut, kişinin yeteneklerini ifade etmektedir. İnsanın bir duruma yönelik anlama yeteneklerini, istekliliğini, insan doğasının olumlu ve olumsuz özelliklerine ait bilgileri, karar verme yeteneğini içermektedir. Yansıtıcı boyut, bilgeliğin bilişsel boyutunun oluşmasında önemlidir. Bireyin farkındalık ve içgörü

geliştirmek için olaylara farklı bakış açılarıyla bakması, inceleme yeteneğidir. Duyuşsal boyut, diğer varlıklara karşı olumlu duygu ve davranışların (sempati ve merhamet vb.) olduğu, olumsuz duyguların olmadığı, sıkıntılı durumlarda da olumlu kalan davranışlar olarak tanımlanmaktadır.

Ahlak

Ahlak, ilişkilerimizde iyi, kötü, doğru, yanlış, hak, haksızlık olarak belirlenen değer yargıları olarak tanımlanmaktadır. Ahlak, ülkelere ve çağlara göre farklılıktan ziyade benzerlikler göstermektedir. Örneğin Eski Yunanlılarda kabul edilen doğruluk, ölçülülük ve bilgelik erdemleri tüm toplumlar da kabul edilen ahlak ilkelerinden olmaya devam etmektedir (Aktan, 2009). Kohlberg ahlakı bireysel ve toplumsal değerler doğrultusunda bireyin sorgulama, karar verme ve davranışa dönüştürmesini içeren bilişsel yapı olarak tanımlamaktadır. Gelişen dünyada sorunların karmaşıklığı, ahlaki sorumluluklarında kompleks olmasına neden olmaktadır (Çiftçi, 2003). Ahlak, gelişimi bireyde zamanla şekillenir ve toplumda barış, huzur, mutluluk ve güvenliği sağlayabilmek için önemli bir faktördür. Teknoloji ve bilimdeki değişimler toplumun yapısını ve ahlaki değerleri etkilemektedir. Toplumda ahlak ve teknoloji birlikte gelişmelidir aksi takdirde olumsuz, art niyetli kullanımlar doğabilmektedir. Kalıtım, zeka, yaş, aile, arkadaş ve çevre, eğitim, sosyo ekonomik düzey, öğretmenler, din, iletişim araçları ve kültür ahlak gelişimi üzerinde etkilidir ancak ahlak bireyin içinde gelişir yani öznel yargılardır. Toplum ahlaki gelişim desteklemekte veya durdurabilmektedir (Çiftçi, 2003; Şengün, 2007). Ahlaklı birey ve ahlaklı toplum, mutlu huzurlu yaşamın ve toplumsal düzenin sağlanmasında önemlidir (Gültekin, 2008).

Çalışma alanı insan olan, insan yararını gözetten psikolojinin de ahlak önemli konularındandır. Ahlak kuralları evrensel özelliğe sahip olmakla birlikte bulunduğu kültürün özellikleriyle anlam kazanmaktadır. Ahlaklı olmak bireye yarar sağlamakla kalmayıp topluma da katkı sağlamaktadır (Ekşi ve Ümmet, 2018).

Kohlberg, ahlak gelişimini gelenek öncesi, geleneksel ve gelenek sonrası olmak üzere üç düzeyde incelemiştir. Evreler bilişsel gelişim ile paralel gelişmekle birlikte ahlaki gelişim evrelerinin sırası değişmemektedir. Her evre bir önceki yapıyı da içeren yapıdan oluşmaktadır. Gelenek öncesi dönem, ihtiyaçlar, değerlendirmeler kurallara ve

otoriteye bağlıdır. Geleneksel dönemde toplumun beklentileri ön plandandır ve toplumsal düzenin devamlılığını sağlamak önceliklidir. Gelenek sonrası dönemde ise birey kendi ahlaki yargılarını oluşturarak bu doğrultuda davranmakta, eşitlik, özgürlük, mutluluk, saygı, birliktelik ön plana çıkmaktadır (Gültekin, 2008).

Erdem, bireyin davranış ve amaçlarını yönlendiren ahlaki bir karakter özelliği olarak görülmektedir. Ahlaken erdemli karakter özelliğine sahip birey, saygılı, merhametli, çalışkan, sorumluluk sahibi, dürüst, hoşgörülü, yardımsever vb. değerlere sahiptir (Ocak, 2011). Ahlak ve bilgelik, erdemli oluşun temelini oluşturmaktadır. Birey ve toplumda mutluluk ve huzuru sağlayan davranışların temelinde ahlak, bilgelik ve erdem olmazsa olmaz özelliklerden kabul edilmektedir (Demirci, 2017).

Ergenlik Dönemi Problemlı İnternet Kullanımı, Psikolojik İhtiyaçlar ve Kişisel Erdemler ile İlgili Araştırmalar

Ergenlerin problemlı internet kullanımları ile farklı değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemeye yönelik araştırmalar literatürde mevcuttur. Ceyhan (2008), kimlik kazanma sürecindeki ergenlerin gelişimlerinde internet kullanımlarının risk faktörü olduğunu belirleyebilmek amacıyla, literatürde ergenlerde internet ve ruh sağlığı ile ilgili araştırmaları analiz etmiştir. Çalışması sonucunda ergenlerin interneti en fazla kullanan yaş aralığında olduğu, yetişkin internet bağımlılığı belirtilerinin ergenlerde de gözlemlenmeye başladığını, ergenlerin internet bağımlılığı veya patolojik internet kullanımlarındaki artışın sosyal, bireysel, akademik yaşamlarını olumsuz etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Ceyhan (2011), 307 lise öğrencisi üzerinde ergenlerin problemlı internet kullanım düzeylerini araştırmıştır. Ergenlerin, lisenin ilk yıllarında olmalarının ve meslek lisesinde olmalarının problemlı internet kullanımı noktasında risk faktörü oluşturduğu sonucuna ulaşmıştır. Yılmaz (2013), üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşları ve problemlı internet kullanımları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, bilgi edinmek amacıyla interneti kullanan öğrencilerin interneti eğlence ve iletişim amacıyla kullananlara göre psikolojik iyi oluşlarının anlamlı şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada problemsiz internet kullanan öğrencilerin problemlı internet kullanan öğrencilere göre psikolojik iyi oluşlarının anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Erdem (2017), üniversite öğrencilerinde kontrollü internet kullanımı psikoeğitim programının öğrencilerin problemlı internet kullanımlarına etkisini incelediği çalışma kapsamında uyguladığı psikoeğitim

programının, öğrencilerin problemli internet kullanım düzeyleri üzerinde zamana bağlı değişim sağladığı sonucuna ulaşmıştır. Çiçek (2019), 554 lise öğrencisinin problemli internet kullanım davranışları ve siber zorbalık düzeylerini denetim odağı açısından incelediği araştırmasında problemli internet kullanımının denetim odağına, sanal arkadaş sayısına, internet kullanım süresine göre anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşmıştır.

Problemli internet kullanımı, sosyal ağ/oyun bağımlılığı, internet bağımlılığı ile psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiyi açıklamaya yönelik çalışmalarda son yıllarda artış görülmektedir. Aşağıda sırasıyla problemli internet kullanımı ile ilgili literatürdeki çalışmalara, sonrasında problemli internet kullanımı ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiye yönelik çalışmalara yer verilmiştir. Grohol (1999), internette çok fazla zaman geçirmenin internet bağımlılığının mı, sağlıklı sosyal etkileşimin mi göstergesi olduğunu tespit etmeye yönelik çalışmada; çevrimiçi aşırı kullanımı, sosyalleşmenin ve bedensel veya zihinsel sağlık sorunlarıyla başa çıkmanın basit bir yöntemi olarak göstermektedir. Gross (2004), ergenlerin internet kullanımını betimlemeye yönelik yaptığı çalışma sonucunda, ergen kız ve erkek çocukların çevrimiçi etkinliklerinin zamanla farklı olmaktan çok benzer hale geldiğini ifade etmektedir. Araştırmasında ergenlerin yaşamlarında önemli bir yeri olan arkadaşlarıyla, e-posta ve anlık mesajları kullanarak çevrimdışı yaşantıları ile ilgili veya sıradan samimi sohbetler ettikleri sonucuna ulaşmıştır. Yine aynı çalışmada ergenlerin farklı kimlik denemelerini arkadaşlarına şaka yapma arzusuyla kullandıklarını ayrıca ergenlerin internet kullanımı ile iyi oluşları arasında bir ilişki bulunmadığı sonucuna ulaşmıştır. Hollandalı ergenlerde, internet bağımlılığının yaygınlık ve risk faktörlerinin araştırıldığı çalışmada, internet bağımlılığının ergenlerde potansiyel bir sorun olduğu; çevrimiçi oyun ve çevirim içi sosyal uygulamaların kullanımının, internet bağımlılığı riskini artırırken; dışa dönüklük ve vicdanlılığın internet bağımlılığına karşı koruyucu faktör olarak ortaya çıktığı sonucuna ulaşmışlardır (Kuss, Van Rooij, Shorter, Griffiths, Van de Mheen, 2013). İnternet bağımlılığı bozukluğu olan 304 erkek ergenin ruh sağlığı, kişilik ve ebeveyn yetiştirme stillerinin incelendiği çalışmada, internet bağımlısı olan ergenlerin, kaygı, obsesif-kompulsif davranışlar, düşmanlık, depresyon, paranoid düşünce ve psikotik sorunları sergileme eğilimleri artarken; dışadönüklük düzeylerinde düşüş olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Xiuqin ve diğerleri, 2010). Ergenlerde internet bağımlılığı üzerindeki faktörlerin araştırıldığı farklı bir çalışmada; 1956 ergenden %15'inin internet

bağımlısı, %30'unun risk grubunda olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ergenlerin kurdukları zayıf sosyal ilişkilerin ve demografik özelliklerin problemleri internet kullanımı üzerinde etkili olduğu; internet bağımlısı olan ergenlerin akademik başarısızlık ve kontrol güçlüğü noktasında sorun yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır (Polat, Kök ve Tekeli, 2020). Tayvan'da 1360 üniversite birinci sınıf öğrencisi üzerinde internet bağımlılığı risk faktörlerinin araştırıldığı çalışmada, internet bağımlılığı ile kahvaltı öğünü atlama alışkanlığı olanlar, ruh sağlığı hastalığı olanlar, yeterli sosyal desteğe sahip olmayanlar, erkekler ve nevrotik kişilik özelliklerine sahip olanlar arasında pozitif ilişki bulunmuştur (Tsai ve diğerleri 2009). Balkaya-Çetin ve Ceyhan (2014), 2729 lise öğrencisinin internette kimlik denemeleri yapma, psikolojik ihtiyaçları, yaşam doyumları ve problemleri internet kullanım düzeyleri ile ilgili yaptıkları çalışmalarında katılımcıların çoğunun internette kimlik denemeleri yaptıklarını, sevme-sevilme ve güç ihtiyaçları karşılanmadığında ise problemleri internet kullanımlarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Aynı çalışmada ergenlerin yaşam doyumları ve başarılı kimlik kazanma düzeyleri arttıkça, problemleri internet kullanım davranışlarının azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Sever (2021), ergenlerin internet bağımlılıkları ile temel psikolojik ihtiyaçları (ait olma, güç, özgürlük, eğlence) arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada; internet bağımlılığı ile ait olma ve güç ihtiyacı arasında pozitif; internet bağımlılığı ile özgürlük ihtiyacı arasında negatif ilişki bulmuştur. Yine aynı çalışmada ait olma, güç ve özgürlük ihtiyaçlarının, internet bağımlılığını düşük düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Canoğulları ve Güçray (2017), 644 ortaöğretim öğrencisinin internet bağımlılık düzeyleri ve psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında; ergenlerin internet bağımlılık düzeyleri ve cinsiyete göre psikolojik ihtiyaçları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı yüksek psikolojik ihtiyaçlara sahip olan ergenlerin internet bağımlılık düzeyinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı çalışma ergenlerde internet bağımlılık düzeyi düşük olanların internet bağımlılık düzeyi yüksek olanlara göre daha fazla özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Eyyüpoğlu ve Özbay (2018) ise 352 üniversite öğrencisinin internet bağımlılığı belirtileri ve psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında; üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirtileri ile psikolojik ihtiyaçlarla interneti kullanma amaçları arasında anlamlı, internet bağımlılığı belirtileri ile psikolojik ihtiyaçlar arasında ters yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. 322 lise öğrencisi ile yapılan farklı bir çalışmada psikolojik ihtiyaçların dijital oyun bağımlılığını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Eraslan-Çapan ve Dursun

2018). Can ve Zeren (2019), 914 lise öğrencisiyle yaptıkları ergenlerin internet bağımlılığı, temel psikolojik ihtiyaçları ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, internet bağımlılığının temel psikolojik ihtiyaçları negatif doğrudan açıkladığı; akademik erteleme davranışlarının ise temel psikolojik ihtiyaçları dolaylı olarak açıkladığı bulgusuna ulaşmışlardır. 436 üniversite öğrencisinin katıldığı, problemli internet kullanımı, problemli sosyal medya kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada; psikolojik ihtiyaçların, problemli internet kullanımı ve sosyal medya kullanımı üzerinde etkili olduğu; psikolojik ihtiyaçların doyumundaki artışın problemli internet kullanımı ve problemli sosyal medya kullanımında azalmaya sebep olduğu sonucuna ulaşmışlardır. (Özteke-Kozan, Baloğlu, Kesici, Arpacı, 2019). Okur (2019), 1318 lise öğrencisinin temel psikolojik ihtiyaçları, problemli internet kullanımları, yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında; temel psikolojik ihtiyaçların, problemli internet kullanımını negatif yönde anlamlı yordadığı, temel psikolojik ihtiyaçların yaşam doyumunu pozitif yönde anlamlı yordadığı, yaşam doyumunun da problemli internet kullanımını negatif yönde anlamlı yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Aynı araştırmada araştırmacı, lise öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçları ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide yaşam doyumunun kısmi aracılık rolüne sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bayoğlu (2019), ergenlerin problemli internet kullanımı, olumsuz ebeveynlik stilleri ve temel psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında; ergenlerde psikolojik ihtiyaçların (özerklik, yeterlik ve ilişkili olma), olumsuz ebeveynlik stilleri ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide kısmi aracı role sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Baltacı (2017), 873 üniversite öğrencisinin katıldığı, internet bağımlılığını yordayan psikososyal faktörleri araştırdığı çalışmasında; duygusal dengesizlik, yalnızlık, cinsiyet, dışa dönüklük, deneyime açıklık, heyecan arama, sorumluluk, yumuşak başlılık ve sosyal desteğin internet bağımlılığını sırasıyla yordayan değişkenler olduğu sonucuna ulaşmıştır. Problemli internet kullanım eğilimi olan Malezyalı öğrencilerde gerçeklik terapisi temelli grupla psikolojik danışma terapisinin etkililiğinin araştırıldığı çalışmada, problemli internet kullanım eğilimi olan 48 öğrenciden 24'ü deney 24'ü kontrol grubu olarak belirlenmiştir. Araştırma gerçeklik terapisi temelli grupla psikolojik danışma oturumlarına katılan deney grubundaki öğrencilerin, kişilerarası becerilerinin arttığı sonucunu ortaya koymuştur (Shafie, Kahar, Anuar, Rahimi ve Ahmad, 2019). Kim (2008), seçim teorisi ve gerçeklik terapisi temelli grupla psikolojik danışma programının, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık

düzeyleri ve benlik saygıları üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında, 5 hafta boyunca haftada 2 oturum seçim teorisi ve gerçeklik terapisi temelli grupla psikolojik danışma programına katılan deney grubunun internet bağımlılık düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Problemlili internet kullanımı, temel ihtiyaçlar ve psikolojik sıkıntının arasındaki ilişkinin incelendiği farklı bir çalışmada ise problemlili internet kullanımı ve temel ihtiyaçlar arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki; temel ihtiyaçların karşılanması ve problemlili internet kullanımı arasındaki ilişkide psikolojik sıkıntının aracı etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Wong ve diğerleri 2015).

Kişisel erdemler ve problemlili internet kullanımı arasındaki ilişkiyi açıklamaya yönelik çalışmaların literatürde kısıtlı olduğu görülmüştür. Bu nedenle pozitif psikolojide erdemlerle yakın anlamlara gelen ahlak, bilgelik ve araştırmada incelenecek kişisel erdemler kavramının kapsadığı sorumluluk, amaçlılık ve değerlilik kavramları ile problemlili internet kullanımı arasındaki ilişkiyi açıklayan çalışmaların bir kısmına aşağıda yer verilmiştir. Dahlsgaard ve diğerleri (2005); Çin, Güney Asya ve Batı'daki felsefi ve dini gelenekleri inceledikleri çalışmalarında, 6 temel erdemi: bilgelik, insanlık, adalet, cesaret, ölçülülük, ve aşkınlık olarak ifade etmektedirler. Zhang ve diğerleri (2014), Çin'li 674 ergen ile erdemler ve patolojik internet kullanımı arasındaki ilişkiyi netleştirmeye yönelik araştırmalarında, erdemlerin ilişki ve vicdanlılık alt boyutlarının, problemlili internet kullanımı noktasında koruyucu role sahip olduğu sonucuna ulaşmışlardır. 742 Çinli Üniversite öğrencileri arasında akıllı telefon bağımlılığında erdemlerin ve ebeveynlik tarzının rollerinin araştırıldığı çalışmada erdemlerin, olumsuz ebeveynlik tarzı ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkiye aracılık eden bilişsel bir mekanizma görevi gördüğü sonucuna ulaşılmıştır (Lian ve diğerleri, 2016). Lian ve You (2017), literatür incelemeleri sonucunda internet kullanımıyla ilgili çalışmaların genellikle internet kullanımını etkileyen faktörleri incelemeye yönelik olduğu, problemlili akıllı telefon kullanımını önleme programlarının etkililiğini arttıracak erdemler gibi koruyucu ve önleyici çalışmalarının az olduğunu ifade etmişlerdir. Bu analiz çalışması neticesinde 682 üniversite öğrencisi ile erdemlerin akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Araştırma sonucunda erdemlerin akıllı telefon bağımlılığı ile önemli ölçüde ilişkili olduğunu, erdemlerin akıllı telefon bağımlılığını olumsuz yönde yordadığı ve erdemlerinin akıllı telefon bağımlılığı için koruyucu faktör olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Farklı bir araştırmada ise 389 lise öğrencisinin problemlili internet kullanım durumlarının ahlaki olgunluk

düzeyleriyle ilişkisi incelenmiş, lise öğrencilerinde ahlaki olgunluğun problemli internet kullanımının önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Ekşi ve Çiftçi, 2017). Lian (2018), Çinli Üniversite Öğrencileri Arasında Erdemler ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişkisi ve yabancılaşmanın aracı rolünü araştırdığı çalışmada, erdemlerinin akıllı telefon bağımlılığını olumsuz yönde yordadığını, erdemlerin akıllı telefon bağımlılığını azaltmadaki olumlu rolü olduğu sonucuna ulaşmıştır. Çakır ve Turan (2022), derleme çalışmalarında erdemlerin dahil olduğu karakter güçlerinin ergenlerin oyun bağımlılığında koruyucu işleve sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Parlacı (2020), ergenlerde problemli internet kullanımı ve ahlaki uzaklaşma arasındaki ilişkiyi farklı değişkenler açısından inceledikleri çalışmalarında, problemli internet kullanımının saldırganlık ile ilişkili olduğu ve ahlaki uzaklaşmanın bu ilişkiye aracılık ettiği sonucuna ulaşmıştır. Köse, Çınar ve Akduman (2012), 165 hemşirelik bölümü lisans öğrencisi ile internet bağımlılığı ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında, lisans öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile sorumluluk alma davranışları arasında ters yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Kolan ve Dinçer (2021), farklı türdeki liselerde öğrenim gören öğrencilerin problemli internet kullanımı ile öğrenme sorumlulukları arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik çalışmalarında problemli internet kullanımı ile öğrencilerin öğrenme sorumlulukları arasında orta düzeyde ters yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Farklı bir araştırmada Peker (2013), insani değerler yönelimli hazırladığı psiko-eğitim programının problemli internet kullanımı üzerindeki etkisini araştırdığı deneysel çalışmada; deney grubuna, problemli internet kullanımı davranışlarını azaltmaya yönelik hazırladığı insani değerler yönelimli psiko-eğitim programını uygulamıştır. İnsani değerler psiko-eğitim programının 3. oturum gündemi sorumluluk değeri olarak belirlenen araştırma sonucunda, psikoeğitim programına katılan bireylerin problemli internet kullanımı düzeylerinde anlamlı bir azalmanın olduğu ve problemli internet kullanımındaki azalmanın kalıcı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı araştırmada, insani değerler psiko-eğitim programına katılan katılımcıların, interneti sorumlu bir şekilde başkalarına zarar vermeden kullandıkları sonucuna ulaşmıştır. Yaumas ve Syafril (2019), rehberlik ve psikolojik danışma bölümü öğrencilerinin internet teknolojisinin iyi ve doğru kullanımı hakkında bilgi vermesi gereken eğitim danışmanı adayları oldukları varsayımından hareketle, araştırmalarında internet teknolojisinin kullanımında danışman adaylarının sorumlu tutumlarını belirlemeyi amaçlamışlardır. Araştırmacılar, rehberlik ve psikolojik danışma bölümü öğrencilerinde interneti doğru kullanma

noktasında sorumluluk sahibi olmayan öğrencilerin var olduğu sonucuna ulaşılmışlardır. Yalçın-Çınar ve Mutlu (2019), 400 üniversite öğrencisinden oluşan internet bağımlılığının kişilik özellikleri ile ilişkisine ilişkin çalışmada üniversite öğrencilerinin sorumluluk ile internet bağımlılık düzeyleri arasında zıt yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmışlardır. Çırak, Yetiş ve Gürbüz (2018), üniversite öğrencilerinin internet kullanımlarının sorumluluklarını yerine getirmelerindeki etkisini inceledikleri çalışmalarında sorumluluk alan ve sorumluluklarına yaşamlarında öncelik veren öğrencilerin internet bağımlılığı puanlarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmışlardır. Kolan ve Dinçer (2021), problemleri internet kullanımının lise öğrencilerinin öğrenme sorumluluğu üzerindeki yordayıcı gücünü araştırdığı çalışmada ergenlerin problemleri internet kullanımı ile öğrenme sorumlulukları arasında orta düzeyde negatif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Çinli üniversite öğrencileri arasında yaşamdaki amaç ve internette oyun oynama bozukluğu ile ilgili yapılan çalışmada, yaşamdaki amacın internette oyun oynama bozukluğuna karşı etkili ve anlamlı bir koruyucu faktör olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Zhang, Wang, Shu, Wu, 2019). İskender ve Akın (2011), öz şefkat ve internet bağımlılığı ile ilgili 261 öğrencinin katıldığı çalışmalarında öz-şefkat bilinçli farkındalık faktörlerinin internet bağımlılığı ile negatif ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yaman ve diğerleri (2022), 494 hemşirelik öğrencisinin sosyal medya bağımlılığı ile öz şefkat düzeyleri ve bilinçli farkındalıkları arasındaki ilişkiyi belirledikleri çalışmalarında öz şefkat ile öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı arasında ters yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kişisel erdemler ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiyi açıklamaya yönelik çalışmaların literatürde kısıtlı olduğu görülmüştür. Pozitif psikolojide erdemlerle yakın anlamlara gelen ahlak, bilgelik kavramlarına ve araştırmada incelenecek kişisel erdemler kavramının kapsadığı sorumluluk, amaçlılık ve değerlilik kavramları ile psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiyi inceleyen literatürdeki çalışmaların bir kısmına aşağıda yer verilmiştir. İlhan (2009), 1474 üniversite öğrencisinin yaşam amaçları ile temel psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, öğrencilerin yaşam amaçları ile psikolojik ihtiyaçlarının ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Yine aynı araştırmada, içsel amaçlara sahip olmak üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumunu ve öznel iyi oluşlarını desteklerken; dışsal amaçlara sahip olma

durumunun ise üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaç doyumunun ve öznel iyi oluşlarının azalmasına neden olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Şimşek ve Kuzucu (2013), lise öğrencilerinde temel psikolojik ihtiyaçların tatmini ile yaşam amacı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılamamış ergenlerin, daha az ve net olmayan yaşam amaçları belirledikleri sonucuna ulaşmışlardır. 395 işçiyle ahlakın bir psikolojik ihtiyaç olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılan başka bir araştırmada ise ahlakın temel bir psikolojik ihtiyaç olabileceği ve ahlaklı olmanın, hayatın iyi gittiği zamanları tanımlamalarına yardımcı olabileceği sonucuna ulaşmışlardır (Prentice ve diğerleri, 2018).

Nam ve Cho (2018), yaşlılara yönelik hizmet veren, altı sosyal yardım merkezinde, en az 55 yaşında olan 150 yaşlı bireyle, bir aylık zaman diliminde yaşlıların temel psikolojik ihtiyaçlarının ve bilgeliğinin başarılı yaşlanma üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Başarılı yaşlanma ile temel psikolojik ihtiyaçlar ve bilgelik arasında pozitif bir ilişki bulunmuş, bilge yaşamların desteklenmesi için psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması gerektiği sonucuna ulaşmışlardır. Abukan (2014), huzur evi ve bakım evinde kalan 203 yaşlı bireyle ihtiyaçlar ve bilgelik arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, yaşlılarda bilgelik ile kendini gerçekleştirme ihtiyacı arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde; araştırma modeli, araştırma modeline göre belirlenen çalışma grubu, araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizine yönelik bilgiler yer almaktadır.

Araştırma Modeli

Bu araştırma ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik ihtiyaç, kişisel erdem ve problemleri internet kullanımı düzeylerini incelemeyi amaçlayan nicel ve betimsel bir araştırmadır. Betimsel araştırmalar, verilen durumu tam olarak tanımladığından eğitim alanındaki çalışmalarda yaygın olarak kullanılan betimsel yöntem tarama çalışmalarıdır (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012, s. 22). Tarama araştırmaları, araştırma yapılan grubun özelliklerini belirlemek için var olan durumu betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır (Karasar, 2004; s.77). İlişkisel tarama araştırmaları iki veya daha fazla değişkenin arasındaki ilişkiyi ve ilişkinin derecesini belirlemeyi amaçlayan çalışmalardır (Karasar, 2004, s. 81). Araştırma bağlamında psikolojik ihtiyaç, kişisel erdem ve problemleri internet kullanımı değişkenleri arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerin derecesi belirlenmeye çalışılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2020-2021 eğitim-öğretim yılında, Orta Karadeniz Bölgesinin orta ölçekli bir il merkezindeki farklı okul türlerinde öğrenim gören 9., 10., 11. ve 12. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışma grubunun seçiminde basit tesadüfi örnekleme yöntemi seçilmiştir. Çalışma grubunu, farklı okul türlerinde ve farklı sınıf düzeyinde okuyan, araştırmaya tesadüfi olarak seçilen ve ölçeklere cevap vermeye gönüllü olan 351'i (%51.1) kız ve 311'i (%48.9) erkek olmak üzere toplamda 636 katılımcı oluşturmaktadır. Aşağıda araştırma katılımcılarının bulundukları yaşa göre (Tablo 1), öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre (Tablo 2), sahip oldukları kardeş sayısına göre (Tablo 3) ve öğrenim gördükleri okul türüne göre (Tablo 4) dağılımları ayrıntılı biçimde sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Bulundukları Yaşa Göre Dağılımı

Yaş	<i>n</i>	%
14 ve altı	74	11.63
15	143	22.50
16	172	27.04
17	142	22.33
18 ve üstü	105	16.50
Toplam	636	100

Tablo 1'e göre katılımcı öğrencilerin yaşları 13 ile 19 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 16.11 (ss= 1.30) olarak belirlenmiştir. Katılımcıların %83.5'i 18 yaşın altındadır.

Tablo 2. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Sınıf Düzeyine Göre Dağılımı

Sınıf Düzeyi	<i>n</i>	%
9. sınıf	181	28.5
10. sınıf	171	26.9
11. sınıf	117	18.4
12. sınıf	167	26.3
Toplam	636	100

Tablo 2'ye göre katılımcı öğrencilerin 181'i (%28.5) 9. sınıfta, 171'i (%26.9) 10. sınıfta, 117'si (%18.4) 11. sınıfta, 167'si (%26.3) 12. sınıfta öğrenim görmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların Sahip Oldukları Kardeş Sayılarına Göre Dağılımı

Kardeş Sayısı	<i>n</i>	%
1	122	19.18
2	181	28.46
3	146	22.95
4	121	19.03
5 ve üstü	66	10.38
Toplam	636	100

Tablo 3'e göre katılımcı öğrencilerin kardeş sayıları 1 ile 6 arasında değişmektedir. Katılımcıların 122'sinin 1 kardeşi, 181'inin 2 kardeşi, 146'sının 3 kardeşi, 121'nin 4 kardeşi ve 66'sının 5 ve üzeri kardeşi olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4. Katılımcıların Öğrenim Gördükleri Okul Türüne Göre Dağılımı

Okul Türü	<i>n</i>	%
Fen Lisesi	117	18.4
Anadolu Lisesi	146	23.0
Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi	248	39.0
Anadolu İmam Hatip Lisesi	125	19.6
Toplam	636	100

Tablo 4'e göre katılımcı öğrencilerin 117'si (%18.4) Fen Lisesi, 146'sı (%23) Anadolu Lisesi, 248'i (%39) Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, 125'i Anadolu İmam Hatip Lisesi'nde (%19.6) öğrenim görmektedirler.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada ortaöğretim öğrencilerinin problemleri internet kullanım düzeylerini belirlemek amacıyla Ceyhan ve Ceyhan (2014), tarafından geliştirilen Problemleri İnternet Kullanımı Ölçeği- Ergen Formu; psikolojik ihtiyaç düzeylerini belirlemek için Eşici (2014), tarafından geliştirilen Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği, kişisel erdem düzeylerini belirlemek için Demirci (2017), tarafından geliştirilen Kişisel Erdemler Ölçeği veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Ayrıca çalışma kapsamında, katılımcıların demografik bilgileri araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu (EK-1) kullanılarak toplanmıştır. Aşağıda çalışma kapsamında kullanılan veri toplama araçlarına ait detaylı bilgiler başlıklar halinde verilmiştir.

Problemleri İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu (PİKÖ-E)

Problemleri İnternet Kullanımı Ölçeği- Ergen Formu (PİKÖ-E), Ceyhan ve Ceyhan (2014), tarafından ergen bireylerin problemleri internet kullanım düzeylerini ölçmek amacıyla daha önce Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan (2007), tarafından üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanım düzeylerini belirlemeye yönelik geliştirdikleri Problemleri İnternet Kullanımı Ölçeğinden geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılarak uyarlanmıştır. Ölçek, artan internet kullanım düzeyinin normal ve patolojik kullanım arasında değişebileceğinden hareketle boyutsal olarak geliştirilmiştir (Ceyhan ve Ceyhan, 2009). Ceyhan ve Ceyhan (2014), PİKÖ-E'nin yapı geçerliliğini belirleyebilmek için haftada iki saatten fazla internet kullandığını ifade eden 571 lise öğrencisi ile faktör analizi çalışmasını gerçekleştirmiştir. Açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi bulguları PİKÖ-E ölçeğinin toplam varyansın %49.35'ini açıklayan 27 madde ve internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım ve sosyal fayda/sosyal rahatlık olmak üzere üç alt boyuttan oluştuğunu göstermiştir. PİKÖ-E'nin 14 maddeden oluşan internetin olumsuz sonuçları alt boyutunun toplam varyansın %37.73'ünü; 6 maddeden oluşan aşırı kullanım alt boyutunun toplam varyansın %6.48'ini; 7 maddeden oluşan sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutunun toplam varyansın % 5.14'ünü açıkladığı bildirilmiştir. Problemleri İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu 5'li Likert tipinde, üç

alt boyut (internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık) ve 27 maddeden oluşmaktadır. İnternetin olumsuz sonuçları alt boyutu 12.-24. ve 26. maddelerden oluşmaktadır. Aşırı kullanım alt boyutu 1., 2., 6., 7., 10., 25. maddelerden oluşmaktadır. Aşırı kullanım alt boyutunda 7. ve 10. maddeler ters madde olarak puanlanmaktadır. Sosyal fayda/sosyal rahatlık boyutu 3., 4., 5., 8., 9., 11., 27. maddelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan en düşük 27, en yüksek puan 135'tir (Ceyhan ve Ceyhan, 2014). Ölçekten yüksek puan alınması ergenlerin internet kullanım sürelerinin arttığından hareketle, internet kullanımlarının günlük yaşamlarını olumsuz etkilediğini, interneti problemlili kullanma eğiliminin arttığını ve internet bağımlılığına eğiliminin yüksek olabileceğinin göstergesi olarak yorumlanabilmekte; bununla birlikte ölçek internet bağımlılığı tanısı koymak amacıyla kullanılamamaktadır (Ceyhan, 2011). PİKO-E'nin genel iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa (α) .93, internetin olumsuz sonuçları alt boyutu iç tutarlık katsayısı (α) .93, aşırı kullanım alt boyutu iç tutarlık katsayısı (α) .76 ve sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutu iç tutarlık katsayısı ise (α) .78 olarak hesaplanmıştır (Ceyhan ve Ceyhan, 2014).

Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği- Ergen Formu ortaöğretim öğrencilerinin bulunduğu yaş grubunda geliştirildiğinden araştırmada doğrudan kullanılmıştır. Ölçek üç alt boyuttan oluşmakta olup bunlar internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık şeklindedir. Araştırma bağlamında ölçeğin güvenirliğini test etmek için iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa (α) hesaplanmıştır. Bu noktada, ölçeğin güvenirliği için hesaplanan Cronbach alfa (α) katsayıları, internetin olumsuz sonuçları alt boyutu için .95, aşırı kullanım alt boyutu için .736, sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutu için .815 ve ölçeğin tamamı için .938 şeklindedir. Çalışmada araştırma sorularına uygun analiz tekniğine karar verebilmek için ölçek verilerinin normal dağılım gösterip göstermediğine bakılmıştır. Bu amaçla veri seti üzerinden ölçek puanlarının çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri hesaplanmıştır. Netice itibarıyla ölçek toplam puanı üzerinden çarpıklık değeri .709, basıklık değeri -.238; internetin olumsuz sonuçları alt boyutu puanı üzerinden çarpıklık değeri 1.076, basıklık değeri .238; aşırı kullanım alt boyutu üzerinden hesaplanan çarpıklık değeri .099, basıklık değeri -.131 ve sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutu üzerinden hesaplanan çarpıklık değeri .543, basıklık değeri -.498 olarak hesaplanmıştır. Genel olarak küçük örneklemelerde çarpıklık ve basıklık değerleri için sınır değerlerin ± 1.96 , nispeten büyük örneklemelerde ($n > 200$) çarpıklık ve basıklık değerleri için sınır değerlerin ± 2.58 ($p = .01$)

ve ± 3.29 ($p=.0001$) ölçüt olarak alınabileceği bildirilmektedir (Ghasemi ve Zahediasl, 2012; Mayers, 2013). Sonuç itibarıyla ölçek toplam puanı ve ölçek alt boyut puanlarının tümünün çarpıklık ve basıklık değerlerinin sınır değerler olan ± 3.29 aralığında olduğu görülmüştür ve böylece verilerin normallik varsayımını karşıladığı kabul edilmiştir.

Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (PIÖ)

Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (PIÖ), Eşici (2014), tarafından üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Toplam 59 maddeden oluşan ölçek taslağı üç uzman görüşü sonucu yapılan düzenlemeden sonra 18-29 yaş aralığında 33 öğrenciye uygulanmıştır. Faktöriyel yapısının belirlenebilmesi amacıyla gerçekleştirilen açımlayıcı faktör analizi (AFA) sonucunda ölçeğin genel varyansı %48.21; sevgi ve ait olma alt boyutu için %17.50, güç alt boyutu için %9.13, özgürlük alt boyutu için %9.28 ve eğlence alt boyutu için %12.30 olarak bulunmuştur. Ölçeğin faktör yükleri ise .38 ile .75 arasında değiştiği bildirilmiştir. Ölçeğin 5'li Likert tipinde, sevgi ve ait olma, güç, özgürlük ve eğlence olmak üzere 4 alt boyut ve 25 maddeden oluştuğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin tanımlanmış olan dört boyutlu yapısının geçerliğini test etmek için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir. DFA sonucuna göre RMSEA=.05, RMR=.04, CFI=.91, GFI=.90 olarak bulunmuştur. Bu sonucun ölçeğin 4 boyutunun uyumlu olduğunu gösterdiği ifade edilmiştir. PIÖ'nün güvenirlik çalışmaları için hesaplanan Cronbach alfa (α) iç tutarlılık katsayısı değerleri sırasıyla sevgi ve ait olma alt boyutu için $\alpha = .87$, güç alt boyutu için $\alpha = .69$, özgürlük alt boyutu için $\alpha = .66$ ve eğlence alt boyutu için $\alpha = .76$ olarak hesaplanmıştır. İki hafta arayla tekrar uygulanan ölçeğin iç tutarlılık katsayıları .66 ile .87 aralığında, test tekrarına ilişkin kararlılık katsayıları ise .66 ile .91 aralığında bulunmuştur (Eşici, 2014).

Ölçek üniversite öğrencilerine yönelik hazırlandığı için araştırma kapsamındaki ortaöğretim öğrencileri üzerinde uyarlama çalışması yapılmıştır. Bunun için ölçek açımlayıcı faktör analizine tabi tutulmuştur. Faktör analizine geçmeden önce maddeler için gerekli olan normallik varsayımı çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak test edilmiştir. Bu kapsamda ölçek maddeleri için hesaplanan çarpıklık ve basıklık değerleri ile diğer tanımlayıcı istatistiklere ait sonuçlar Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Maddelerine İlişkin Betimleyici İstatistikler

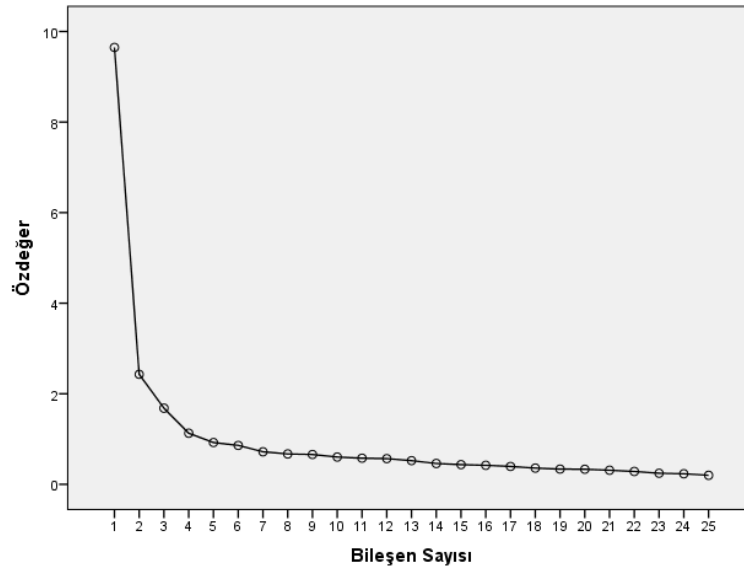
Madde No	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık	Basıklık
1	4,149371	1,069852	-1,190521	0,634434
2	3,992138	1,100437	-0,880659	-0,124717
3	4,089623	1,069175	-0,993488	0,138518
4	4,608491	0,748241	-2,026112	3,506664
5	4,389937	0,951828	-1,529137	1,623294
6	4,564465	0,786057	-1,775280	2,252020
7	4,325472	0,974984	-1,343703	0,973232
8	3,963836	1,209001	-1,035441	0,100648
9	4,075472	1,012036	-0,974690	0,345288
10	3,820755	1,192870	-0,705905	-0,506930
11	3,820755	1,145732	-0,741669	-0,273841
12	3,231132	1,304760	-0,212249	-1,007349
13	3,877358	1,112870	-0,781112	-0,184094
14	3,866352	1,176971	-0,837936	-0,242048
15	3,761006	1,076355	-0,676317	-0,176990
16	3,937107	1,029857	-0,758983	-0,063352
17	3,654088	1,189124	-0,546710	-0,594632
18	3,929245	1,098185	-0,875778	0,013642
19	3,811321	1,144214	-0,720422	-0,294848
20	4,105346	1,049891	-1,071531	0,433616
21	4,066038	1,052351	-0,986157	0,226072
22	3,757862	1,218435	-0,644680	-0,614275
23	4,165094	1,090882	-1,258450	0,757502
24	4,240566	0,947598	-1,265026	1,186465
25	4,232704	1,008280	-1,385030	1,392482

Ölçek maddelerine ilişkin hesaplanan çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 3.29 sınır değerleri aralığında olması verilerin normal dağıldığının göstergesidir (Ghasemi ve Zahediasl, 2012; Mayers, 2013). Tablo 5 incelendiğinde 4.maddenin basıklık değeri dışındaki diğer tüm ölçek maddeleri için çarpıklık ve basıklık değerlerinin sınır değerler olan ± 3.29 aralığında olduğu görülebilmektedir. Bu noktada, diğer ölçek maddeleriyle birlikte değerlendirildiğinde araştırmacı tarafından bu maddenin de faktör analizine dâhil edilmesine karar verilmiştir.

Ölçeğin yapı geçerliğinin belirlenmesi amacıyla açımlayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Öncelikle verilerin açımlayıcı faktör analizine uygunluğunu belirleyebilmek adına örneklem büyüklüğünün yeterli olup olmadığına bakılmıştır. Bunun için Kaiser-Meyer Olkin (KMO) katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan analiz neticesinde KMO katsayısı .934 olarak bulunmuştur. KMO katsayısının .90 ve üzeri olmasının örneklem yeterliği açısından mükemmel şeklinde yorumlandığı bilinmektedir (Kaiser, 1974). Verilerin faktör analizine uygunluğunun belirlenmesi için

gerçekleştirilen bir diğer test Bartlett Küresellik Testi'dir. Bartlett Küresellik Testi korelasyon matrisini genel olarak inceleyerek bu korelasyon matrisinin istatistiksel olarak anlamlılığını test eder. Test ile istenen durum ki-kare değerinin anlamlı çıkmasıdır (Yaşlıoğlu, 2017). Araştırmada veri seti için gerçekleştirilen Bartlett Küresellik Testi sonucunda ortaya çıkan ki-kare değerinin .01 düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p < .01$). Bu sonuçla verilerin çok değişkenli normal dağılımdan geldiği yorumu yapılmıştır (Büyüköztürk, 2012).

Açımlayıcı faktör analizi neticesinde uyarlaması gerçekleştirilen ölçeğin öz değeri 1'den büyük 4 alt faktörde toplandığı belirlenmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunu gösteren yamaç birikinti grafiği (Scree Plot) Şekil 1'de verilmiştir.



Şekil 1. Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Yamaç Birikinti Grafiği

Yamaç birikinti grafiği incelendiğinde ölçeğin 4 alt faktörlü olduğu görülmektedir (Şekil 1). Bu 4 alt faktörün toplam varyansa katkıları sırasıyla %38.590, %9.751, %6.727 ve %4,516 şeklindedir. Bu 4 faktörün tümünün birlikte açıkladığı toplam varyans ise %59.548'dir.

Açımlayıcı faktör analizi bulgularına göre ölçek maddelerinin bir faktör altında gösterilebilmesi için faktör yükünün .364 ve üzerinde olmasının gerekli olduğu bildirilmektedir (Field, 2009). Bununla birlikte çalışmada, birden fazla faktörde yer alan maddelerin yer alacağı faktördeki faktör yükünün diğer faktörlerdeki faktör yüklerinden

en az .10 ve daha fazla olmasına da dikkat edilmiştir (Büyüköztürk, 2012). Daha sonra, açımlayıcı faktör analizinde döndürme işlemi gerçekleştirilmiş ve sonuçta ölçek maddelerinden 16. ve 17. maddelerin 1. ve 3. alt boyuta girdiği (binişik madde) görülmüştür. Bu noktada öncelikle 16. maddenin ölçekten çıkarılması uygun görülmüştür. Analiz tekrarlanmış ve sonuçta 17. maddenin 1. ve 4. alt boyuta girdiği belirlenmiştir. Bu noktada 17. madde de ölçekten çıkarılarak analiz tekrar edilmiştir. Tekrar edilen analiz sonucunda bu sefer 2. maddenin 2. ve 4. alt boyuta girdiği belirlenmiş ve 2. madde de ölçekten çıkarılarak analiz tekrar edilmiştir. Sonuç itibarıyla, binişik maddeler çıkarıldıktan sonra ölçek yeniden açımlayıcı faktör analizine tabi tutulmuş ve böylece ölçeğe son hali verilmiştir. Ölçeğin güvenirliğinin belirlenmesi için madde analizine dayalı iç tutarlılık katsayısı olan Cronbach alfa hesaplanmıştır (Büyüköztürk, 2012; Tabachnick ve Fidell, 2013). Ölçeğin KMO değeri, Barlett Küresellik Testi *p* değeri, alt boyutların açıkladıkları varyanslar, madde numaraları ve ölçek alt boyutları ile tamamının güvenirliğine ilişkin Cronbach alfa katsayısı bilgileri Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Ölçeğin Alt Boyutları	Maddeler	Açıkladığı Varyans	Güvenirlik Katsayısı (α)
Sevgi/Ait Olma	6 madde (m1, m3, m4, m5, m6, m7)	%10.482	.889
Özgürlük	5 madde (m8, m9, m10, m11, m12)	%7.436	.793
Güç	3 madde (m13, m14, m15)	%4.684	.750
Eğlence	8 madde (m18, m19, m20, m21, m22, m23, m24, m25)	%37.442	.868
Toplam	22 madde	%60.044	.914
	Kaiser-Meyer-Olkin Ölçek Geçerliliği	0.934	
	Bartlett’s Küresellik Testi	Ki-Kare	6703.597
		sd	231
		p değeri	.000*

* $p < .05$

Gerçekleştirilen analiz neticesinde ölçeğin Sevgi/Ait Olma alt boyutunun 6 maddeden oluştuğu, faktör yüklerinin .644 ile .837 arasında değişmekte ve açıkladığı varyansın %10.482 olduğu; Özgürlük alt boyutunun 5 maddeden oluştuğu, faktör yüklerinin .620 ile .773 arasında değişmekte ve açıkladığı varyansın %7.436 olduğu; Güç alt boyutunun 3 maddeden oluştuğu, faktör yüklerinin .643 ile .691 arasında değişmekte ve açıkladığı varyansın %4.468 olduğu; Eğlence alt boyutunun 8 maddeden

oluştugu, faktör yüklerinin .570 ile .744 arasında değişmekte ve açıkladığı varyansın %37.442 olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6’da görüldüğü gibi ölçeğin alt boyutları için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı Sevgi/Ait olma alt boyutu için .889, Özgürlük alt boyutu için .793, Güç alt boyutu için .750, Eğlence alt boyutu için .868’dir. Ölçeğin tamamı için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .914’tür. Ölçek alt boyutları ve tamamı için hesaplanan güvenilirlik katsayılarının .70’ten büyük olması ölçek güvenilirliğinin yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmıştır.

Ölçek maddelerinin ölçek toplam puanını yordama gücünü ve ayırt ediciliğini belirleyebilmek için madde analizi ve %27’lik alt-üst grup karşılaştırmaları yapılmıştır. Madde toplam korelasyonunun ölçek maddelerinden alınan puanlar ile ölçek toplam puanı arasındaki ilişkiyi açıklayabildiği bildirilmektedir (Büyüköztürk, 2012). Bu bağlamda madde toplam korelasyon değeri .30 ve üzeri olan maddelerin ölçeği temsil etme gücünün yeterli düzeyde olduğu kabul edilir. Maddelerin ölçülen özelliğe sahip olan ve olmayan bireyleri ayırt edebilme gücünü, bir başka deyişle maddelerin ayırt ediciliğini belirleyebilmek için, toplam ölçek puanına göre %27’lik alt ve üst grupların ortalama puanlarıyla bağımsız örneklem t testi gerçekleştirilmiştir. Madde toplam korelasyon değerleri ve %27’lik alt-üst gruplar arası t değerleri madde analizi sonuçları Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7. Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Madde Analizi Sonuçları

Madde No	r	t
m1	.532	16.498*
m3	.628	19.516*
m4	.525	11.606*
m5	.607	15.424*
m6	.519	12.682*
m7	.578	15.734*
m8	.404	13.452*
m9	.518	15.665*
m10	.435	13.511*
m11	.588	18.595*
m12	.347	12.201*
m13	.610	19.922*
m14	.511	15.511*
m15	.651	21.543*
m18	.636	19.500*
m19	.562	17.219*
m20	.608	17.448*
m21	.671	21.638*
m22	.447	12.869*
m23	.559	15.610*
m24	.606	16.019*
m25	.635	17.208*

*p < .05

Tablo 7 incelendiğinde ölçeğin tüm maddeleri için düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonları .347 ile .671 arasında değişmekte ve t değerlerinin anlamlı ($p < .05$) olduğu görülmektedir. Bu sonuca göre, ölçek maddelerinin öğrencileri psikolojik ihtiyaçları bağlamında ayırt etmekte olduğu söylenebilir.

Araştırma sorularına göre uygun analiz tekniğine karar verebilmek için son hali verilen ölçeğin normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığına bakılmıştır. Bunun için ölçek puanlarının çarpıklık ve basıklık değerleri temel alınmıştır. Yapılan analiz neticesinde ölçek toplam puanı üzerinden çarpıklık değeri -.726, basıklık değeri .164; Sevgi/Ait olma alt boyutu puanı üzerinden çarpıklık değeri -1.282, basıklık değeri 1.012; Özgürlük alt boyutu puanı üzerinden çarpıklık değeri -.535, basıklık değeri -.226; Güç alt boyutu puanı üzerinden çarpıklık değeri -.695, basıklık değeri -.105; Eğlence alt boyutu puanı üzerinden çarpıklık değeri -.914, basıklık değeri .528 olarak hesaplanmıştır. Genel olarak küçük örneklemelerde çarpıklık ve basıklık değerleri için sınır değerlerin ± 1.96 , nispeten büyük örneklemelerde ($n > 200$) çarpıklık ve basıklık değerleri için sınır değerlerin ± 2.58 ($p = .01$) ve ± 3.29 ($p = .0001$) ölçüt olarak

alınabileceği bildirilmektedir (Ghasemi ve Zahediasl, 2012; Mayers, 2013). Sonuç itibarıyla ölçek toplam puanı ve ölçek alt boyut puanlarının tümünün çarpıklık ve basıklık değerlerinin sınır değerler olan ± 3.29 aralığında olduğu görülmüştür ve böylece ölçek verilerin normallik varsayımını karşıladığı kabul edilmiştir.

Kişisel Erdemler Ölçeği (KEÖ)

Kişisel erdemler ölçeği (KEÖ), Demirci (2018), tarafından 18 yaş genç yetişkinlik döneminden 60 yaş ve üzeri ileri yetişkinlik dönemine kadarki bireylerin kişisel erdemlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Kişisel erdemler ölçeği taslak formunda belirlenen 52 madde, 8 uzmanın görüşü, önerileri ve katılımcılardan alınan verilerin analiz sonucuna göre yeniden düzenlenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliğini belirleyebilmek için 35 maddeden oluşan yeni taslak formdan elde edilen veriler doğrultusunda açıklayıcı faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Sonuçta ölçek toplam varyansının %54.670'ini açıklayan 15 maddeden oluşan üç boyutlu bir yapıda olduğu ve maddele faktör yüklerinin de .58 ile .85; düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonlarının ise .45 ile .61 arasında sıralandığı belirlendiği ifade edilmiştir. Ölçek, 5'li Likert tipinde, 15 maddeden ve sorumluluk, amaçlılık, değerlilik olmak üzere üç alt boyuttan oluşan oluşmaktadır. Ölçek, sorumluluk, amaçlılık ve değerlilik boyutlarıyla kişisel erdemleri ölçmeyi amaçlamaktadır. Kişisel erdemler ölçeğinde ters madde bulunmamaktadır. Ölçekte, sorumluluk, amaçlılık ve değerlilik alt boyutları kendi içinde puanlanmakta, katılımcının ilgili boyuttan aldığı puanlar arttıkça, ilgili özelliğinin de arttığı kabul edilmektedir (Demirci ve Ekşi, 2018).

Kişisel Erdemler Ölçeğinin üç boyutlu yapısının geçerliğini test etmek için DFA yapılmıştır. DFA sonucunda elde edilen uyum indeksi değerleri; $\chi^2_{(87, N = 450)} = 189,74$, $p < .001$; CFI= .98; NFI= .96; NNFI= .98; SRMR= .049; RMSEA= .051 ile kabul edilebilir düzeyde uyumlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Faktör yükleri ise .50 ile .77 arasında bulunmuştur. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin üç hafta arayla 30 katılımcıya tekrar uygulanmasıyla test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .90 olarak belirlenmiştir. Bu bağlamda ölçeğin sorumluluk alt boyutunun Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının .82, test-tekrar test güvenilirlik katsayısının .81; amaçlılık alt boyutunun Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının .77 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısının .77; değerlilik alt boyutunun Cronbach alfa iç

tutarlılık katsayısının .75 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .67 olarak bulunduğu ifade edilmiştir (Demirci, 2017).

Ölçek üniversite öğrencileri için geliştirildiğinden çalışma kapsamındaki ortaöğretim öğrencilerine yönelik uyarlama çalışması yapılmıştır. Bunun için ölçek açımlayıcı faktör analizine tabi tutulmuştur. Faktör analizinden önce maddeler için gerekli olan normallik varsayımı çarpıklık ve basıklık değerleri temel alınarak test edilmiştir. Bu kapsamda ölçek maddeleri için hesaplanan çarpıklık ve basıklık değerleri ile diğer betimleyici istatistik değerleri Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8. Kişisel Erdemler Ölçeği Maddelerine İlişkin Betimleyici İstatistikler

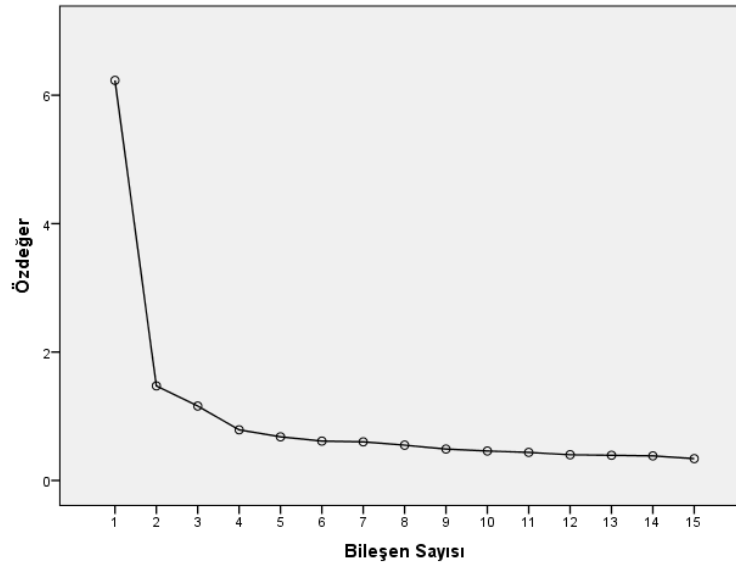
Madde No	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık	Basıklık
1	4,13	0,780	-0,426	-0,680
2	4,25	0,782	-0,625	-0,614
3	3,95	0,868	-0,338	-0,559
4	4,02	0,909	-0,703	0,066
5	3,67	0,951	-0,393	-0,088
6	3,84	1,005	-0,580	-0,107
7	3,80	1,169	-0,783	-0,150
8	3,75	1,060	-0,564	-0,383
9	3,93	0,933	-0,708	0,288
10	3,51	1,055	-0,372	-0,296
11	3,87	1,116	-0,882	0,153
12	3,64	1,189	-0,600	-0,462
13	3,58	1,134	-0,490	-0,396
14	3,69	1,113	-0,606	-0,235
15	3,85	1,199	-0,866	-0,096

Ölçek maddeleri için hesaplanan çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 3.29 sınır değerleri aralığında olmasının verilerin normal dağıldığının göstergesi olduğu bildirilmektedir (Ghasemi ve Zahediasl, 2012; Mayers, 2013). Tablo 8 incelendiğinde tüm ölçek maddeleri için çarpıklık ve basıklık değerlerinin sınır değerler olan ± 3.29 aralığında olduğu görülmüş ve böylece faktör analizine geçilmiştir.

Ölçeğin yapı geçerliğinin test edilmesi için açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Öncelikle verilerin açımlayıcı faktör analizine uygunluğunu belirleyebilmek adına örneklem büyüklüğünün yeterli olup olmadığına bakılmıştır. Bunun için KMO katsayısı hesaplanmıştır. Yapılan analiz neticesinde KMO katsayısı .922 olarak bulunmuştur. KMO katsayısının .90 ve üzeri olmasının örneklem yeterliği açısından mükemmel şeklinde yorumlandığı bilinmektedir (Kaiser,1974). Verilerin faktör

analizine uygunluğunun belirlenmesi için gerçekleştirilen bir diğer test Bartlett Küresellik Testi'dir. Bartlett Küresellik Testi korelasyon matrisini genel olarak inceleyerek bu korelasyon matrisinin istatistiksel olarak anlamlılığını test eder. Test ile istenen durum ki-kare değerinin anlamlı çıkmasıdır (Yaşlıoğlu, 2017). Araştırmada veri seti için gerçekleştirilen Bartlett Küresellik Testi sonucunda ortaya çıkan ki-kare değerinin .01 düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p < .01$). Bu sonuçla verilerin çok değişkenli normal dağılımdan geldiği yorumu yapılmıştır (Büyüköztürk, 2012).

Açımlayıcı faktör analizi neticesinde uyarlaması gerçekleştirilen ölçeğin öz değeri 1'den büyük 3 alt faktörde toplandığı belirlenmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunu gösteren yamaç birikinti grafiği (Scree Plot) Şekil 2'de sunulmuştur.



Şekil 2. Kişisel Erdemler Ölçeği Yamaç Birikinti Grafiği

Yamaç birikinti grafiği incelendiğinde ölçeğin 3 alt faktörlü olduğu görülmektedir (Şekil 2). Bu 3 alt faktörün toplam varyansa katkıları sırasıyla %41.541, %9.821 ve %7.730 şeklindedir. Bu 3 faktörün tümünün birlikte açıkladığı toplam varyans ise %59.092'dir.

Açımlayıcı faktör analizi bulgularına göre ölçek maddelerinin bir faktör altında gösterilebilmesi için faktör yükünün .364 ve üzerinde olmasının gerekli olduğu bildirilmektedir (Field, 2009). Bununla birlikte çalışmada, birden fazla faktörde yer alan maddelerin yer alacağı faktördeki faktör yükünün diğer faktörlerdeki faktör yüklerinden en az .10 ve daha fazla olmasına da dikkat edilmiştir (Büyüköztürk, 2012).

Ölçeğin güvenirliğinin belirlenmesi için madde analizine dayalı iç tutarlılık katsayısı olan Cronbach alfa hesaplanmıştır (Büyüköztürk, 2012; Tabachnick ve Fidell, 2013). Ölçeğin KMO değeri, Barlett Küresellik Testi p değeri, alt boyutların açıkladıkları varyanslar, madde numaraları ve ölçek alt boyutları ile tamamının güvenirliğine ilişkin Cronbach alfa katsayısı bilgileri Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 9. Kişisel Erdemler Ölçeği Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Ölçeğin Alt Boyutları	Maddeler	Açıkladığı Varyans	Güvenirlik Katsayısı (α)
Sorumluluk	5 madde (m1, m2, m3, m4, m5)	%9.821	.811
Amaçlılık	5 madde (m6, m7, m8, m9, m10)	%41.541	.841
Değerlilik	5 madde (m11, m12, m13, m14, m15)	%7.730	.795
Toplam	15 madde	%59.092	.896
	Kaiser-Meyer-Olkin Ölçek Geçerliliği	0.922	
	Bartlett’s Küresellik Testi	Ki-Kare	3812.560
		sd	105
		p değeri	.000*

* $p < .05$

Gerçekleştirilen analiz neticesinde ölçeğin Sorumluluk alt boyutunun 5 maddeden oluştuğu, maddelerin faktör yüklerinin .604 ile .741 arasında değişmekte ve açıkladığı varyansın %9.821 olduğu; Amaçlılık alt boyutunun 5 maddeden oluştuğu, maddelerin faktör yüklerinin .650 ile .751 arasında değişmekte ve açıkladığı varyansın %41.451 olduğu; Değerlilik alt boyutunun 5 maddeden oluştuğu, maddelerin faktör yüklerinin .612 ile .806 arasında değişmekte ve açıkladığı varyansın %7.730 olduğu belirlenmiştir.

Tablo 9’da görüldüğü gibi ölçeğin alt boyutları için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı Sorumluluk alt boyutu için .811, Amaçlılık alt boyutu için .841, Değerlilik alt boyutu için .795’dir. Ölçeğin tamamı için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .896’dır. Ölçek alt boyutları ve tamamı için hesaplanan güvenirlik katsayılarının .70’ten büyük olması ölçek güvenirliğinin yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmıştır.

Ölçeğin maddelerinin ölçek toplam puanını yordama gücünü ve ayırt ediciliğini belirleyebilmek için madde analizi ve %27’lik alt-üst grup karşılaştırmaları yapılmıştır. Madde toplam korelasyonunun ölçek maddelerinden alınan puanlar ile ölçek toplam

puanı arasındaki ilişkiyi açıklayabildiği bildirilmektedir (Büyüköztürk, 2012). Bu bağlamda madde toplam korelasyon değeri .30 ve üzeri olan maddelerin ölçeği temsil etme gücünün yeterli düzeyde olduğu kabul edilir. Maddelerin ölçülen özelliğe sahip olan ve olmayan bireyleri ayırt edebilme gücünü, bir başka deyişle maddelerin ayırt ediciliğini belirleyebilmek için, toplam ölçek puanına göre %27'lik alt ve üst grupların ortalama puanlarıyla bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Madde toplam korelasyon değerleri ve %27'lik alt-üst gruplar arası t değerleri madde analizi sonuçları Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10. Kişisel Erdemler Ölçeği Madde Analizi Sonuçları

Madde No	<i>r</i>	<i>t</i>
m1	.577	19,838*
m2	.534	17,222*
m3	.558	17,299*
m4	.492	15,567*
m5	.562	17,319*
m6	.597	19,748*
m7	.596	18,393*
m8	.692	24,033*
m9	.647	19,381*
m10	.603	18,139*
m11	.514	16,496*
m12	.589	19,653*
m13	.479	14,949*
m14	.587	17,891*
m15	.589	19,048*

*p < .05

Tablo 10 incelendiğinde ölçeğin tüm maddeleri için düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonları .479 ile .692 arasında değişmekte ve t değerlerinin anlamlı ($p < .05$) olduğu görülmektedir. Bu sonuca göre, ölçek maddelerinin öğrencileri kişisel erdemleri bağlamında ayırt etmekte olduğu söylenebilir.

Araştırma sorularına göre uygun analiz tekniğine karar verebilmek için son hali verilen ölçeğin normallik varsayımını karşılayıp karşılamadığına bakılmıştır. Bunun için ölçek puanlarının çarpıklık ve basıklık değerleri temel alınmıştır. Yapılan analiz neticesinde ölçek toplam puanı üzerinden çarpıklık değeri -.361, basıklık değeri -.347; Sorumluluk alt boyutu puanı üzerinden çarpıklık değeri -.288, basıklık değeri -.619; Amaçlılık alt boyutu üzerinden hesaplanan çarpıklık değeri -.517, basıklık değeri -.095 ve Değerlilik alt boyutu üzerinden hesaplanan çarpıklık değeri -.562, basıklık değeri -

.071 olarak hesaplamıştır. Genel olarak küçük örneklerde çarpıklık ve basıklık değerleri için sınır değerlerin ± 1.96 , nispeten büyük örneklerde ($n > 200$) çarpıklık ve basıklık değerleri için sınır değerlerin ± 2.58 ($p = .01$) ve ± 3.29 ($p = .0001$) ölçüt olarak alınabileceği bildirilmektedir (Ghasemi ve Zahediasl, 2012; Mayers, 2013). Sonuç itibarıyla ölçek toplam puanı ve ölçek alt boyut puanlarının tümünün çarpıklık ve basıklık değerlerinin sınır değerler olan ± 3.29 aralığında olduğu görülmüştür ve böylece ölçek verilerin normallik varsayımını karşıladığı kabul edilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu katılımcıların genel bilgilerine yönelik veri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Kişisel bilgi formu katılımcıların cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, öğrenim gördükleri okul türü, kardeş sayısı ve internet kullanım süresi gibi bilgilerini elde etmeye yönelik soruları içermektedir. Kişisel Bilgi Formu Ek 1’de verilmiştir.

Veri Toplama Süreci

Veri toplama sürecine öncelikle ölçme araçlarını geliştiren kişilerden gerekli izinler alınarak başlanmıştır. Araştırma verileri, 2020-2021 eğitim-öğretim yılında, Orta Karadeniz Bölgesinde orta ölçekli bir ili olan Tokat’ta, farklı ortaöğretim kurumlarının 9., 10., 11. ve 12. sınıflarında öğrenim gören öğrencilerinden tesadüfi örnekleme yoluyla toplanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilere araştırmanın amacı hakkında; gizlilik ve gönüllülük ilkeleri bağlamında bilgiler verilmiş ve gönüllü olan öğrencilere ölçme araçları uygulanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmanın veri toplama sürecinde katılımcıların ölçme araçlarını eksiksiz bir biçimde doldurmaları için araştırmacı tarafından gerekli yönlendirme ve açıklamalarda bulunulmuştur. Buna karşın düzgün ve tam bir şekilde doldurulmamış ölçek formları araştırma kapsamından çıkarılmıştır. Katılımcılar tarafından tam ve düzgün bir biçimde doldurulmuş olan ölçme araçları 1’den 681’e kadar kodlanmıştır. Araştırma bağlamında elde edilen tüm nicel veriler dijital ortama aktarılarak istatistiksel analizlere hazır hale getirilmiştir. Veri analizinde IBM Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) Statistics programının 22.0 versiyonu kullanılmıştır.

Araştırma katılımcılarının “Kişisel Erdemler Ölçeği”, “Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği” ve “Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen” puanlarının istatistiksel analizlerine geçilmeden önce verilerin parametrik testler için gerekli olan şartları sağlama durumları test edilmiştir. Verilerin ölçüm düzeyinin eşit aralıkta olduğu görülmüştür. Normal dağılım göstermesi beklenen bir veri setinin normal dağılım göstermemesinin nedenlerinin başından ilgili veri seti içinde aykırı gözlemlerin varlığının olmasıdır (Alpar,1997). Aykırı gözlemler, genel olarak veri setinin ortalamasının çok uzağına düşen bir veya daha fazla sayıda olabilen gözlemler olarak ifade edilmektedir. Aykırı değerlerin veri setinin standart sapmanın artışına neden olmanın yanında, dağılımın şekline etki edebileceği ve istatistiksel analizlerde hatalı kararlar verilmesine sebep olacağı bildirilmektedir (Üçkardeş, Şahinler ve Efe, 2010). Aykırı gözlemlerin belirlenmesi amacıyla kullanılmakta olan farklı istatistiksel yöntemler mevcuttur. Bu çalışmada ölçek verilerinde aykırı değerlerin varlığını tespit etmek amacıyla öncelikle veri seti standart hale getirilmiş ve z puanları üzerinden hesaplama yapılmıştır. Sürekli değişkenlerde standart değeri $\pm 3,29$ 'un üzerinden olan gözlemlerin potansiyel aykırı değerler olduğu değerlendirilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu bağlamda araştırma veri seti içinden değeri $\pm 3,29$ aralığının dışında kalan 45 gözlem, aykırı değer olarak belirlenerek veri setinden çıkarılmıştır. Böylece normallik sayıltısının incelenmesi aşamasına geçmeden önce veri setinin son halinde 636 gözlem kalmıştır. Bu aşamadan itibaren tüm analizler uç değerlerden arındırılmış 636 gözlem verisi üzerinden gerçekleştirilmiştir.

Çalışma kapsamında kullanılan üç ölçeğe ilişkin verilerinin normallik varsayımını karşıladığı belirlenmiştir. Bu nedenle araştırma sorularını cevaplamak için parametrik testler kullanılmıştır. Araştırma bağlamında katılımcı gruptan toplanan demografik bilgiler ve ölçek puanları için yüzde, frekans, aritmetik ortalama ve standart sapma gibi betimleyici istatistiklerden faydalanılmıştır. Araştırma kapsamında problemli internet kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler değişkenleri arasındaki ilişkileri belirleyebilmek için basit ve çoklu doğrusal regresyon analizi; belirtilen değişkenlerdeki değişimlerin cinsiyete göre farklılaşma durumunu belirleyebilmek için bağımsız (ilişkisiz) örneklem t-testi; sınıf düzeyine göre farklılaşma durumunu belirleyebilmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Her bir analiz öncesinde ilgili parametrik testin normallik varsayımı dışındaki diğer varsayımları kontrol edilerek süreç takip edilmiştir. Bu bağlamda

regresyon analizlerinden önce değişkenler arasındaki ilişkinin doğrusal özellik gösterme durumu saçılım diyagramı ile, ANOVA testinden önce bağımlı değişkene ilişkin varyansların her bir örneklem için eşit olma varsayımı Levene F testi ile incelenmiştir (Büyüköztürk, 2012).



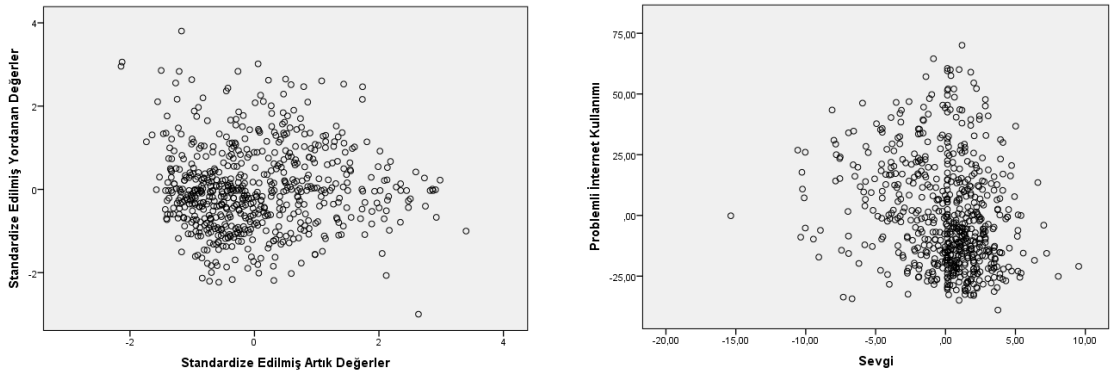
BÖLÜM IV

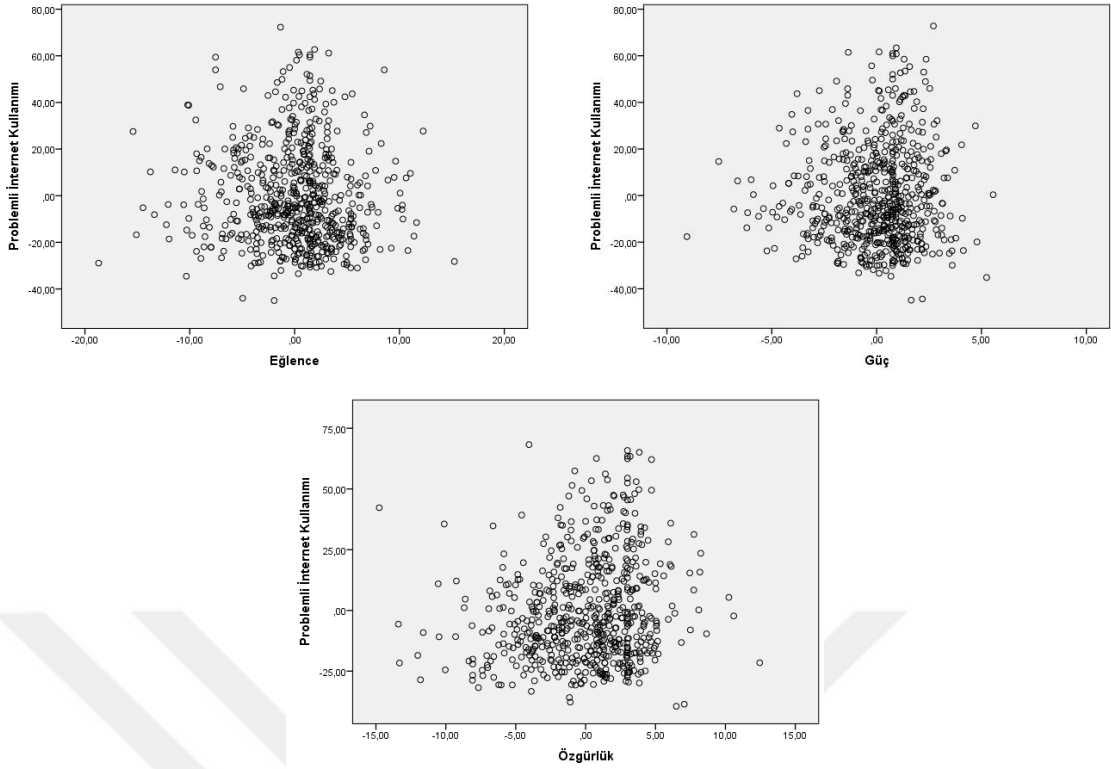
BULGULAR

Bu bölümde çalışmanın alt problemlerine ilişkin toplanan nicel verilerin istatistiksel analizlerine, bu analizler neticesinde ortaya çıkan bulgulara ve bunların yorumlanmasına yer verilmiştir.

Psikolojik İhtiyaç Puanlarının Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanmalarını Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz öncesinde yordayıcı değişkenlerle (Sevgi/Ait Olma, Özgürlük, Güç ve Eğlence) yordanan değişken (problemlı internet kullanımı) arasındaki ilişkinin doğrusal bir nitelik gösterip göstermediğini belirleyebilmek için saçılım diyagramları incelenmiştir. Buna göre standardize edilmiş artık değerler ile standardize edilmiş yordanan değerler için oluşturulan saçılım diyagramının doğrusal bir ilişkiyi tanımlamakta olduğu, noktaların bir eksen etrafında toplanma eğiliminde oldukları söylenebilir. Ayrıca yordayıcı değişkenlerin yordanan değişkenle verdikleri kısmi ilişkileri temel alan saçılım diyagramlarından, problemlı internet kullanımı ile sevgi/ait olma ve eğlence arasında doğrusal ve negatif; problemlı internet kullanımı ile özgürlük ve güç arasında ise sıfıra yakın bir ilişki olduğu görülmektedir (Şekil 3).





Şekil 3. Çoklu Regresyon Analizi Doğrusallık Varsayımının İncelenmesine İlişkin Saçılım Diyagramları

Araştırmanın ilk alt problemi, “Psikolojik ihtiyaçlar problemlili internet kullanımının yordayıcısı mıdır?” şeklinde ifade edilmiştir. Bu bağlamda psikolojik ihtiyaçlar değişkeni alt boyutları olan Sevgi/Ait Olma, Özgürlük, Güç ve Eğlence düzeylerinin problemlili internet kullanım düzeyinin ne kadarını açıkladığını belirleyebilmek için gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11. Sevgi/Ait Olma, Özgürlük, Güç ve Eğlence Puanlarının Öğrencilerin Problemlili İnternet Kullanmalarını Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata B	β	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	82.673	5.600	-	14.762	.000	-	-
Sevgi/Ait Olma	-1.607	.274	-.276	-5.875	.000	-.235	-.224
Özgürlük	.913	.225	.180	4.066	.000	.088	.160
Güç	.301	.421	.038	.714	.475	-.059	.028
Eğlence	-.215	.187	-.061	-1.145	.252	-.046	-.044
R = .291,	R ² = .084						
F = 14.556,	p = .000						

Tablo 11’de sunulan regresyon analizi sonuçları incelendiğinde psikolojik ihtiyaçlar alt boyutları olan sevgi/ait olma, özgürlük, güç ve eğlence alt değişkenleri birlikte, öğrencilerin problemli internet kullanım puanları ile düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermekte olduğu görülmektedir ($R = 0.291$, $R^2 = 0.084$, $p < .01$). Buna göre, Sevgi/ait olma, özgürlük, güç ve eğlence alt değişkenleri birlikte, problemli internet kullanımındaki toplam varyansın yaklaşık % 8.4’ünü açıklamaktadır.

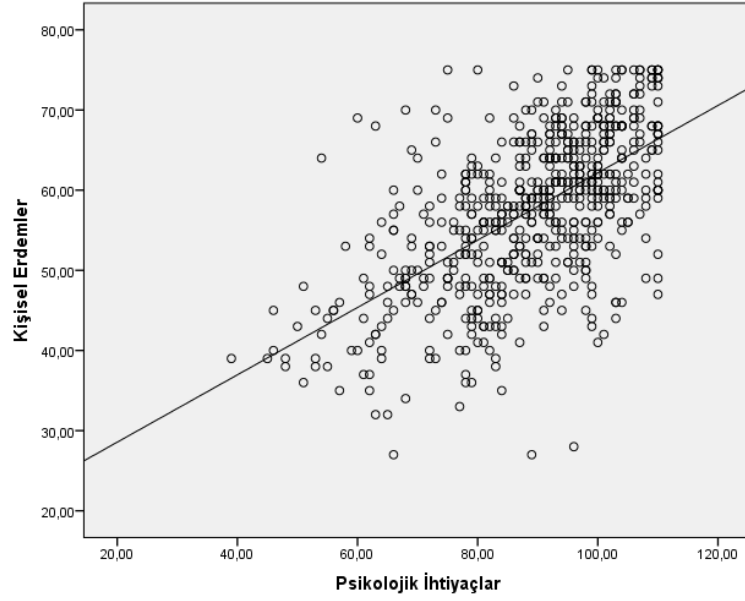
Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin yordanan değişken olan problemli internet kullanımı üzerindeki göreceli önem sırası sevgi/ait olma, özgürlük, eğlence ve güçtür. Regresyon analizinin t değerleri incelendiğinde dört alt değişkenden güç ve eğlence alt boyutlarının problemli internet kullanımını açıklamada anlamlı (önemli) birer yordayıcı olmadıkları görülmektedir. Buna karşın sevgi/ait olma ve özgürlük alt boyutlarının problemli internet kullanımını yordamada anlamlı birer yordayıcı oldukları görülmektedir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre problemli internet kullanımının yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği (matematiksel model) aşağıda sunulmuştur:

$$\text{Problemli internet kullanımı} = 82.673 - 1.607 \text{ sevgi/ait olma} + 0.913 \text{ özgürlük} + 0.301 \text{ güç} - 0.215 \text{ eğlence}$$

Psikolojik İhtiyaç Puanlarının Öğrencilerin Kişisel Erdemlerini Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz öncesinde psikolojik ihtiyaçlar ile kişisel erdemler değişkenleri arasında ilişkinin doğrusal bir nitelik gösterip göstermediği belirleyebilmek için saçılım diyagramı incelenmiştir. Saçılım diyagramına göre psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler değişkenlerinin doğrusal bir ilişkiye sahip oldukları söylenebilir. Katılımcıların her iki değişkene ait gözlem verilerini gösteren noktaların bir doğru etrafında toplandığı görülmektedir (Şekil 4).



Şekil 4. Psikolojik İhtiyaçlar ve Kişisel Erdemler Değişkenleri İçin Saçılım Diyagramı ve Regresyon Doğrusu

Araştırmanın ikinci alt problemi, “Psikolojik ihtiyaçlar kişisel erdemlerin yordayıcısı mıdır?” şeklinde ifade edilmiştir. Bu alt probleme ilişkin regresyon analizi sonucu Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12. Psikolojik İhtiyaç Puanlarının Öğrencilerin Kişisel Erdemlerini Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

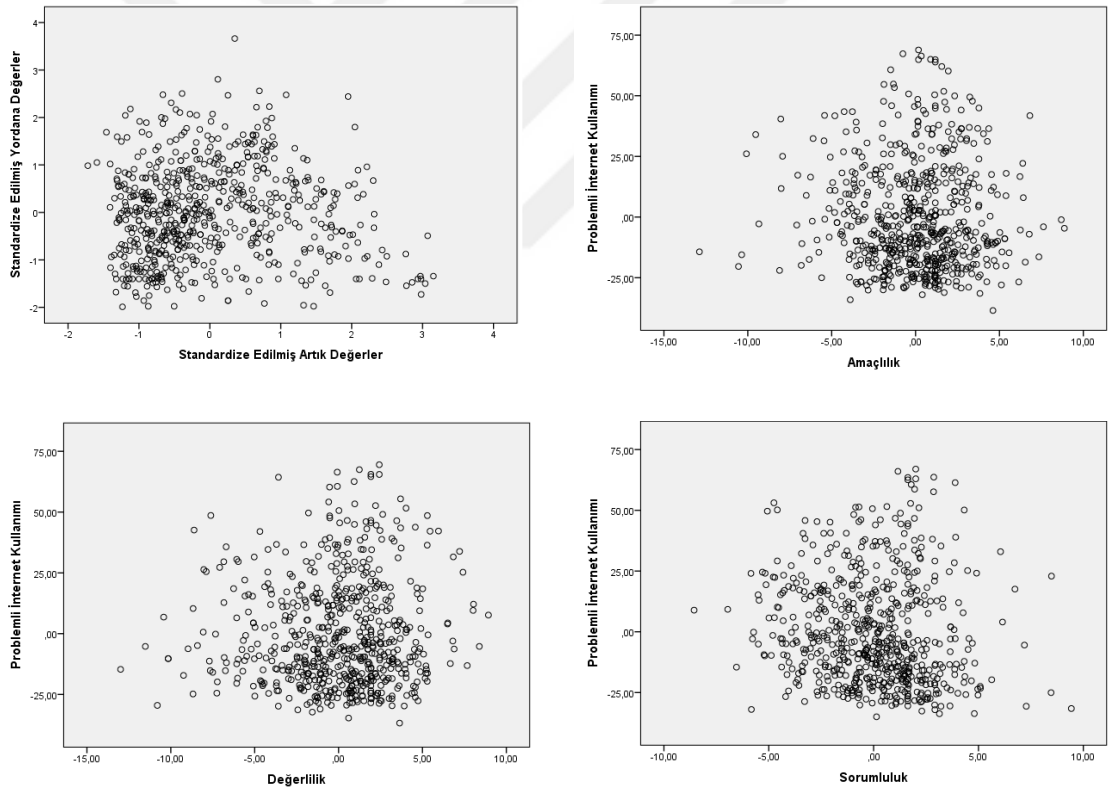
Model	Standart Puanlar		Standartlaştırılmış Puanlar	t	P
	B	Standart Hata	β		
Sabit	20.166	1.985		10.159	.000
Psikolojik İhtiyaçlar	.420	.022	.603	19.034	.000

Bağımlı Değişken: Kişisel Erdemler, $R^2=0.364$, $F=362.307$

Tablo 12’de verilen regresyon analizi sonuçları incelendiğinde öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının, kişisel erdem durumlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir, $R= 0.603$, $R^2 = 0.364$, $F (1, 634) =362.307$, $p<.01$. Buna göre, kişisel Erdemlere ilişkin toplam varyansın %36.4’ünün öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarıyla açıklandığı ifade edilebilir.

Kişisel Erdemler Puanlarının Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanmalarını Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Analiz öncesinde yordayıcı değişkenlerle (Sorumluluk, Amaçlılık ve Değerlilik) yordanan değişken (problemlı internet kullanımı) arasındaki ilişkinin doğrusal bir nitelik gösterip göstermediğini belirleyebilmek için saçılım diyagramları incelenmiştir. Buna göre standardize edilmiş artık değerler ile standardize edilmiş yordanan değerler için oluşturulan saçılım diyagramının doğrusal bir ilişkiyi tanımlamakta olduğu, noktaların bir eksen etrafında toplanma eğiliminde oldukları söylenebilir. Ayrıca yordayıcı değişkenlerin yordanan değişkenle verdikleri kısmi ilişkileri temel alan saçılım diyagramlarından, problemlı internet kullanımı ile sorumluluk arasında doğrusal ve negatif; problemlı internet kullanımı ile amaçlılık ve değerlilik arasında ise sıfıra yakın bir ilişki olduğu görülmektedir (Şekil 5).



Şekil 5. Çoklu Regresyon Analizi Doğrusallık Varsayımının İncelenmesine İlişkin Saçılım Diyagramları

Araştırmanın üçüncü alt problemi, “Kişisel erdemler problemlı internet kullanımının yordayıcısı mıdır?” şeklinde ifade edilmiştir. Bu kapsamda kişisel

erdemler değişkeni alt boyutları olan Sorumluluk, Amaçlılık ve Değerlilik düzeylerinin problemlili internet kullanım düzeyinin ne kadarını açıkladığını belirleyebilmek için gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 13'te sunulmuştur.

Tablo 13. Sorumluluk, Amaçlılık ve Değerlilik Puanlarının Öğrencilerin Problemlili İnternet Kullanmalarını Ne Düzeyde Yordadığına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata B	β	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	80.216	5.591	-	14.348	.000	-	-
Sorumluluk	-.974	.343	-.143	-2.843	.005	-.142	-.112
Amaçlılık	-.193	.296	-.036	-.652	.514	-.095	-.026
Değerlilik	.243	.261	.045	.894	.372	-.048	.036
R = .147,		R ² = .022					
F = 4.666,		p = .005					

Tablo 13'te sunulan regresyon analizi sonuçları incelendiğinde kişisel erdemler alt boyutları olan sorumluluk, amaçlılık ve değerlilik alt değişkenlerinin birlikte, öğrencilerin problemlili internet kullanım puanları ile düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki verdiği görülmektedir ($R = 0.147$, $R^2 = 0.022$, $p < .01$). Buna göre, sorumluluk, amaçlılık ve değerlilik alt değişkenleri birlikte, problemlili internet kullanımındaki toplam varyansın yaklaşık % 2.2'sini açıklamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) bakıldığında, yordayıcı değişkenlerin yordanan değişken olan problemlili internet kullanımı üzerindeki görece önem sırasının sorumluluk, değerlilik ve amaçlılık olduğu görülmektedir. Regresyon analizinin t değerleri incelendiğinde üç alt değişkenden amaçlılık ve değerlilik alt boyutlarının problemlili internet kullanımını açıklamada anlamlı (önemli) birer yordayıcı olmadıkları görülmektedir. Buna karşın sorumluluk alt boyutunun problemlili internet kullanımını yordamada anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre problemlili internet kullanımının yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği aşağıda verilmiştir:

$$\text{Problemlili internet kullanımı} = 80.216 - 0.974 \text{ sorumluluk} + 0.243 \text{ değerlilik} - 0.193 \text{ amaçlılık}$$

**Öğrencilerin Problemlı İnternet Kullanımı, Psikolojik İhtiyaçlar ve
Kişisel Erdemler Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşp
Farklılaşmadığına Yönelik Bulgular**

Araştırmada dördüncü alt problem, “Problemlı internet kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?” şeklinde ifade edilmiştir. Çalışma grubunda yer alan öğrencilerin “Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği- Ergen Formu”, “Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği” ve “Kişisel Erdemler Ölçeğın” den aldıkları puanların cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını belirleyebilmek için bağımsız (ilişkisiz) örneklemeler t-testi analizi yapılmıştır. Bu alt probleme ilişkin t-testi analizi sonuçları Tablo 14’te sunulmuştur.

Tablo 14. Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeğı, Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğı ve Kişisel Erdemler Ölçeğı Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	t	p
Problemlı İnternet Kullanımı	Kadın	325	58.44	21.86	324	-3.527	.000*
	Erkek	311	64.56	21.85	310		
Psikolojik İhtiyaçlar	Kadın	325	88.33	14.27	324	-.962	.336
	Erkek	311	89.40	13.92	310		
Kişisel Erdemler	Kadın	325	57.00	10.29	324	-1.268	.205
	Erkek	311	57.99	9.29	310		

*p<.05

Tablo 14 incelendiğinde, çalışma grubunda yer alan erkek öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinden aldıkları puanların ($\bar{X}=89.40$), kız öğrencilere göre ($\bar{X}=88.33$) daha yüksek düzeyde olduğı; ancak psikolojik ihtiyaç durumlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediğı belirlenmiştir, $t(634)=-.962$, $p>.05$. Benzer şekilde, çalışma grubunda yer alan erkek öğrencilerin kişisel erdemler ölçeğinden aldıkları puanların ($\bar{X}=57.99$), kız öğrencilere göre ($\bar{X}=57.00$) daha yüksek düzeyde olduğı; ancak kişisel erdemler durumlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediğı belirlenmiştir, $t(634)=-1.268$, $p>.05$. Bunlara karşın, çalışma grubunda yer alan öğrencilerin problemlı internet kullanımı ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir, $t(634)=-3.527$, $p<.05$. Erkek öğrencilerin problemlı internet kullanma durumlarının ($\bar{X}=64.56$), kız öğrencilere göre ($\bar{X}=58.44$) daha yüksek düzeyde olduğı

görülmüştür. Bu bulgudan yola çıkılarak problemli internet kullanımı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu yorumu yapılabilir. Araştırma örneklemini için hesaplanan η^2 değeri .02'dir. Buna göre problemli internet kullanımı ölçeği puanlarında gözlenen varyansın yaklaşık olarak % 2'sinin cinsiyete bağlı olarak gerçekleştiği ifade edilebilir. Ayrıca yine araştırma örneklemini için hesaplanan Cohen d değeri .28'dir. Buna göre kız ve erkek öğrencilerin problemli internet kullanımı ölçeği ortalama puanları arasındaki farkın .28 standart sapma kadar olduğu yorumu yapılabilir.

Öğrencilerin Problemli İnternet Kullanımı, Psikolojik İhtiyaçlar ve Kişisel Erdemler Ölçeklerinden Aldıkları Puanların Sınıf Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Yönelik Bulgular

Araştırmada beşinci alt problem, “Problemli internet kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler sınıf düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?” şeklinde ifade edilmiştir. Çalışma grubundaki öğrencilerin “Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu”, “Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği” ve “Kişisel Erdemler Ölçeği” den aldıkları puanların sınıf düzeyine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirleyebilmek için bağımsız (ilişkisiz) örneklemeler için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Çalışma grubunda yer alan öğrencilerin problemli internet kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler ölçeklerinden aldıkları puanlara ilişkin betimsel istatistikler Tablo 15'te; araştırma alt problemine ilişkin ANOVA analizi sonuçları Tablo 16'da sunulmuştur.

Tablo 15. Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği, Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve Kişisel Erdemler Ölçeği Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

	Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss
Problemli İnternet Kullanımı	9. Sınıf	181	60.84	21.09
	10. Sınıf	171	62.94	23.24
	11. Sınıf	117	62.25	20.68
	12. Sınıf	167	59.97	22.82
Psikolojik İhtiyaçlar	9. Sınıf	181	89.59	13.46
	10. Sınıf	171	90.54	13.00
	11. Sınıf	117	86.73	14.37
	12. Sınıf	167	88.01	15.43
Kişisel Erdemler	9. Sınıf	181	58.27	9.11
	10. Sınıf	171	59.06	9.20
	11. Sınıf	117	56.35	10.36
	12. Sınıf	167	55.82	10.50

Tablo 16. Problemlili İnternet Kullanımı Ölçeği, Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ve Kişisel Erdemler Ölçeği Puanlarının Sınıf Düzeyine Göre ANOVA Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Problemlili İnternet Kullanımı	Gruplar arası	884.918	3	294.973	.605	.612
	Gruplar içi	308043.308	632	487.410		
	Toplam	308928.226	635			
Psikolojik İhtiyaçlar	Gruplar arası	1392.361	3	464.120	2.350	.071
	Gruplar içi	124825.745	632	197.509		
	Toplam	126218.107	635			
Kişisel Erdemler	Gruplar arası	1148.479	3	382.826	4.027	.007*
	Gruplar içi	60082.393	632	95.067		
	Toplam	61230.873	635			

*p<.05

Tablo 16 incelendiğinde çalışma grubundaki öğrencilerin problemlili internet kullanımı ölçeği puanlarının bulunulan sınıf düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği, $F(3, 632) = 0.605$, $p > .05$; benzer şekilde çalışma grubundaki öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlar ölçeği puanlarının bulunulan sınıf düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği, $F(3, 632) = 2.350$, $p > .05$ görülmektedir. Bunlara karşın analiz sonuçlarından, çalışma grubundaki öğrencilerin kişisel erdemler ölçeğinden aldıkları puanların sınıf düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir, $F(3, 632) = 4.027$, $p < .05$. Bir başka deyişle, öğrencilerin kişisel erdemleri sınıf düzeyine bağlı olarak anlamlı bir biçimde değişmektedir. Ayrıca, Tablo 15'e göre ortalama puanlar incelendiğinde 9. Sınıfta ($\bar{X} = 58.27$), 10. Sınıfta ($\bar{X} = 59.05$) ve 11. Sınıfta ($\bar{X} = 56.35$) bulunan öğrencilerin kişisel erdemlerinin 12. Sınıfta ($\bar{X} = 55.82$) bulunan öğrencilerden daha olumlu/yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bağlamda sınıf düzeyleri arasındaki farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirleyebilmek için yapılan Post Hoc Tukey Hsd testinin sonuçlarına göre, 10. Sınıfta bulunan öğrenciler ile 12. Sınıfta bulunanlar arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Bu çalışmada, ortaöğretim öğrencilerinin problemli internet kullanımları, psikolojik ihtiyaçları ve kişisel erdemleri arasındaki ilişkiler araştırılmıştır. Bu bağlamda çalışma kapsamında ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarının, problemli internet kullanımları ve kişisel erdemlerinde anlamlı bir yordayıcı olup olmadığı; kişisel erdemlerinin problemli internet kullanma durumlarının anlamlı bir yordayıcısı olup olmadığı araştırılmıştır. Ayrıca çalışmada, öğrencilerin internet kullanım durumlarının, psikolojik ihtiyaçlarının ve kişisel erdemlerinin cinsiyetlerine ve öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya koyulması amaçlanmıştır.

Araştırma kapsamında öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının problemli internet kullanım durumlarını ne düzeyde yordadığını belirleyebilmek için regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre psikolojik ihtiyaçlar alt boyutları olan sevgi/ait olma, özgürlük, güç ve eğlence değişkenlerinin birlikte öğrencilerin problemli internet kullanım puanları ile düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki ortaya koyduğu belirlenmiştir. Araştırma verilerinin analizi neticesinde psikolojik ihtiyaçların alt boyutları olan sevgi/ait olma, özgürlük, güç ve eğlence değişkenlerinin birlikte, problemli internet kullanımındaki toplam varyansın yaklaşık %8.4'ünü açıklamakta olduğu görülmüştür. Araştırma bulgularından yordayıcı değişkenlerin problemli internet kullanımı üzerindeki göreceli önem sırasının sevgi/ait olma, özgürlük, eğlence ve güç olduğu, bununla birlikte regresyon analizinin t değerlerine göre güç ve eğlence alt boyutlarının problemli internet kullanımını açıklamada anlamlı (önemli) birer yordayıcı olmadıkları, buna karşın sevgi/ait olma ve özgürlük alt boyutlarının problemli internet kullanımını yordamada anlamlı birer yordayıcı oldukları görülmüştür.

Alanyazın incelendiğinde, bu bulgu, ergenlerin çevrelerinde karşılayamadıkları sevgi ve ait olma, sosyal destek ihtiyacını, internette karşıladıkları sonucuna ulaşan çalışmalarla (Balkaya-Çetin ve Ceyhan 2014; Canoğulları ve Güçray, 2017; Dursun, 2020; Eraslan-Çapan ve Dursun 2018; Eyyüpoğlu ve Özbay, 2018; Sever, 2021; Tsai ve diğerleri 2009; Valkenburg ve Peter, 2007) tutarlıdır. Sevgi ve ait olma bireyin

çevresindekiler ile kurduğu ilişki, iletişim ve aidiyet kurması neticesinde güven ve bağlılığın artmasıdır (Misztal, 2010). Ergenlik sosyalleşme ve kişilik gelişiminde model alma eğiliminin ön planda olduğu bir dönemdir (Koç, 2004). Ergenler, sevmeye sevilme ve ait olma ihtiyacını karşılamada çevresindeki kişilerle etkileşime girmenin yanında internetten de faydalanabilmektedir. İnternet sayesinde farklı yer ve özellikteki kişilerle daha hızlı ve rahat iletişim kurabilmesi, sosyal destek sağlaması interneti daha cezbedici hale getirebilmektedir (Subrahmanyam ve Greenfield, 2008). Sosyal ağlar ve online oyunlar, ergenlerin kendisiyle benzer görüşte olanlarla örgütlenmesini kolaylaştırarak ait olma ihtiyacını karşılayabilmektedir. Ait olma ihtiyacını çevresinde karşılayamayan ergen, internette karşılama eğilimine yöneldiğinde sağlıklı bir şekilde bu ihtiyacını karşılamakta ve problemleri internet kullanımı riskini de arttırmaktadır (Balkaya-Çetin ve Ceyhan 2014; Kaygusuz, 2013; Ögel, 2012, s.22). Araştırma sonucuna göre ergenler sevmeye, sevilme, ait olma ihtiyaçlarını çevrelerinde karşılayamadıklarında bu ihtiyaçlarını internetten karşılama eğiliminde olmaktadır. Bu durum ergenlerin interneti problemleri kullanmalarına neden olmaktadır şeklinde yorumlanabilir.

Araştırma da ergenlerin problemleri internet kullanımını açıklamada özgürlük ihtiyacının önemli bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın incelendiğinde, bu bulgu, ergenlerin karşılayamadıkları özgürlük/özerklik ihtiyacını, internette karşıladıkları sonucuna ulaşan çalışmalar (Arpacı ve diğerleri, 2018; Balkaya-Çetin ve Ceyhan 2014; Can, 2018; Canoğulları ve Güçray, 2017; Dursun ve Eraslan-Çapan, 2018; Eyyüpoğlu ve Özbay, 2018; Ryan ve Diğerleri, 2006; Sever, 2021; Shen ve diğerleri, 2013; Şahin ve Kesici, 2009) ile tutarlıdır. Özgürlük ihtiyacı, bulduğu seçenekler arasından seçim yapma, yaşamının kontrolünü hissetmektir (Frey ve Wilhite, 2005). İtaat, otorite ve bağlılığın önemli olduğu kültürümüzde bireylerin seçim yapması ve hayatları ile ilgili karar alması kolay olmamaktadır (Yorgun ve Voltan-Acar, 2014). Alacağı seçimlerde ve maddi olarak ailesine bağımlı olan ergen, özgürlük ihtiyacının baskın görüldüğü bu dönemde kendisinin karar verebileceği, fikrine başvurulacağı, seçimler yapacağı alanlar oluşturulmadığında bu ihtiyacını internetten karşılama eğilimine başvurabilmektedir (Dursun, 2020). Birleşmiş Milletler Eğitim Bilim ve Kültür Örgütü, 1,38 milyar çocuğun, ne zaman biteceği belli olmayan tüm dünyada etkili olan COVID-19 nedeniyle, dışarı çıkmasının kısıtlandığını, okula gidemediğini, oyun ve spordan mahrum kaldığını belirtmiştir. Bu kısıtlama döneminde ergenleri evde ve güvende tutmak zorlaşmıştır (Cluver ve diğerleri, 2020). Kısıtlamalar nedeniyle

ergenler psikolojik ihtiyaçlarını yakın çevresi ve internet aracılığıyla karşılamak durumunda kalmışlardır. Ergenler, psikolojik ihtiyaçlarını yakın çevrelerinde karşılayamadıklarında özgürce ve rahatça dolaşabilme imkânı sağlayan, alışveriş yapma imkânı sunan, hedef ve strateji seçimi ile iyi tasarlanmış oyunlarla özgürlük ihtiyaçlarını internetten karşılayabilmektedir. Bu durum da ergenlerin interneti problemli kullanma riskini arttırabilmektedir (Dursun, 2022; Sherry, 2001; Willis ve Tranter, 2006). Literatürde zgrlk ihtiyaının problemli internet kullanımını yordamadığı çalışmada (Dursun, 2020) mevcuttur. Dursun (2020), ergenlerin problemli internet kullanımını azaltmaya yönelik geliştirdiği gerçeklik terapisi temelli psiko-eğitim programını uyguladığı çalışmasında özgürlük ihtiyaının problemli internet kullanımını yordamadığı sonucuna ulaşmıştır. Ergenlerin psikoeğitim programı sürecinde özgürlük ihtiyaını internetten karşıladıklarında karşılaşacakları sorunlar konusunda farkındalık kazandıklarından dolayı bu etkiyi göstermiş olabileceğini ifade etmiştir. Araştırma sonucuna göre ulaşılan sonuç, özgürlük ihtiyaçlarını günlük yaşamlarında karşılayamayan ergenler, bu ihtiyaçlarını internetten karşılamaya çalışmakta bu durum da problemli internet kullanımlarına neden olmaktadır şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmada eğlence ihtiyaının problemli internet kullanımını açıklamada anlamlı bir yordayıcı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın incelendiğinde bu bulgu, ergenlerin eğlence ihtiyaı ile problemli internet kullanımı arasında ilişki olmadığı sonucuna ulaşan alışmalar (Balkaya-etin ve Ceyhan, 2014; Canoğulları ve Güçray, 2017; Dursun,2020; Sever, 2021) ile benzerlik göstermektedir. İnternet kullanımının amaçları arasında eğlencenin olduğu sonucuna ulaşan çalışmalar da (Armstrong, 1999; Ayhan ve Balcı, 2009; Balcı ve Ayhan, 2007; Kaye ve Johnson, 2002; Koçak ve zcan, 2002; Papacharissi ve Rubin, 2000; Park, 2004; Song ve diğerleri, 2004) literatürde mevcuttur. Ergenler interneti iletişim, eğlence, zaman geçirme, çevrim içi oyun oynama, bilgi edinme, haberleşme gibi amaçlarla kullanmaktadır (Griffiths, Davies ve Chappell, 2003). Yaptığı işi sevmeyi, iyi oluşu, öğrenmeyi, çözüm üretmekten keyif almayı, hobileri, mizah duygusunu kapsayan eğlence ihtiyaı sosyal ilişkiler kurmayı, yaratıcılığı arttırmayı ve stresi azaltmayı sağlamaktadır (Erwin, 2003; Frey ve Wilhite, 2005). Sosyal kısıtlamaların yaşandığı salgın döneminde, interneti eğlenme aracı olarak sağlıklı biçimde kullanan ergenlerin, salgınla baş etme yöntemi olarak internetten faydalandıkları düşünülebilir (King, Delfabbro, Billieux ve Potenza, 2020). Araştırma sonucuna göre ortaya çıkan sonuç,

ergenlerin salgın süreciyle baş etmede interneti sağlıklı kullandığı, öğrenerek, hobileri ile eğlence ihtiyacını karşıladığı şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmada güç ihtiyacının problemli internet kullanımını açıklamada anlamlı bir yordayıcı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın incelendiğinde, bu bulgu, ergenlerin güç ihtiyacı ile problemli internet kullanımı arasında ilişki olmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar (Dursun, 2020) ile tutarlıdır. Güç ihtiyacı ile problemli internet kullanımı arasında ilişki bulan çalışmalar (Balkaya- Çetin, 2014; Bozkurt ve Bozkurt, 2022; Dursun, 2022; Eyyüpoğlu ve Özbay, 2018; Sever, 2021) literatürde mevcuttur. Ergenler heyecan, hareket, mücadele içeren etkinlikler sayesinde güç ihtiyaçlarını karşılarlar (Frey ve Wilhitte, 2005). Ancak ergen güç ihtiyacını sadece diğer bireylerle yarış halinde karşılamaz. Hayatına ilişkin planlar yaparak bunları uygulamaya geçerek de güç ihtiyacını karşılayabilmektedir (Wubbolding, 1988). Çoğunlukla çekingen, içe kapanık, kendini ifade etmekte zorlanan ergenler, gerçek hayatta yapamadığı, karşılayamadığı, kendisinde görmek istediği güç ihtiyacını internetten karşılama eğilimine gidebilir (Acier ve Kern, 2011). Sosyal medya ve oyun tasarımları güç ihtiyacını karşılayacak şekilde (puan, beğeni, takipçi, arkadaş sayıları) tasarlanmıştır. Ergenler, herhangi bir spor dalıyla meşgul olarak, müzik aleti çalarak veya eğitici akıl oyunları oynayarak güçlü olma duygusunu yaşayacakları ortamlara yönlendirilebilir (Young, 2009). Wan ve Chiou (2013), internet bağımlılığında birincil motivasyonun can sıkıntısı, sorumluluklarından kaçma, erteleme olduğunu, ikincil motivasyonun güç ve başarı ihtiyacının karşılanamaması olduğunu ifade etmektedir. Araştırma grubundaki ergenlerin güç ihtiyaçlarını karşılama noktasında interneti problemli kullanmadıkları, yaşamlarında karşılama eğiliminde oldukları söylenebilir. Araştırma sonucunda güç ihtiyacının anlamlı olmamasının farklı nedenleri olabilir. Türk aile yapısındaki koruyucu, baskıcı, kuralcı anne baba tutumlarından dolayı ergenler internet kullanımına ilişkin seçimler yapma, zamanını ayarlama (internetle çok meşgul olduğu için ailenin internet kullanımı sınırlandırılması) ve yaptıkları seçimi uygulama sorumluluğunu alma noktasında sorun yaşamış olabilir (Yorgun ve Voltan-Acar, 2014).

Araştırma kapsamında ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarının kişisel erdemlerini ne düzeyde yordadığını belirleyebilmek için regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Regresyon analizi bulgularında kişisel erdemlere ilişkin toplam varyansın %36.4'ünün öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarıyla açıklanabileceği

görülmüştür. Bu noktada öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının kişisel erdemlerinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın incelendiğinde psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler ve arasındaki ilişkiyi açıklamaya yönelik çalışmaların literatürde kısıtlı olduğu görülmüştür. Ulusal ve uluslararası literatürde ergenlik döneminde psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler arasındaki ilişki konusunda herhangi bir araştırmaya rastlanmamakla birlikte; psikolojik ihtiyaçlar (Ahmet ve Eşici, 2017; Çivitçi, 2012; İlhan ve Özbay, 2010; Usta, 2019) ve kişisel erdemler (Aydın, 2018; Demirci, Ekşi, Dinçer ve Ekşi, 2018; Güldal, 2019; Kabakçı, 2016) farklı değişkenlerle ilişkili olarak farklı araştırmalara konu olmuştur. Araştırma sonucu, psikolojik ihtiyaçlar ile kişisel erdemlere yakın kavramlar olan amaçlılık, değerlilik, öz şefkat, bilgelik ve ahlak ile arasındaki ilişkiyi ortaya koyan araştırma (Abukan 2014; İlhan, 2009; Nam ve Cho, 2018; Prentice ve diğerleri, 2018; Şimşek ve Kuzucu 2013) sonuçlarını desteklemektedir. Pozitif psikolojinin ön plana çıkardığı kişisel erdemlere sahip olmak, ergenin hayatında önleyici ve koruyucu fayda sağlayarak psikolojik sağlığı ön plana çıkarmayı hedeflemektedir (Demirci, 2017). Kişisel erdemler, bireysel anlamda hayatı anlamlı kılabilmeyi, toplumsal anlamda da uyumlu ve üretken olmayı sağlar (Lickona, 1997). Kişisel erdemlere sahip birey, kendisi ve toplum için en iyi ve en değerli özellikleri seçerek hem bireysel hem de toplumsal mutluluğu sağladığı gibi bireysel ve toplumsal psikolojik sağlığa destek olmaktadır. Ergenin amacına ulaşması, seçme ve karar verme gücü kişisel erdemli oluşunun ve bilgeliliğinin göstergesidir (Ennaco, 2020; Fowers, 2012; Ocak, 2011). Amaçlılık kişisel erdemi, bireyin yaşamını kendisinin organize etmesini, belirlediği hedefler doğrultusunda davranışlarına yön vermesini sağlayan bir merkezdir (McKnight ve Kashdan, 2009). Gerçeklik terapisi de bireylerin kendi yaşamlarının kontrolünü alarak doğru seçimler yapmalarını amaçlar. Gerçeklik terapisinde ergenler psikolojik ihtiyaçlarını doyurmaya yönelik seçimlerini ve seçimlerinin sorumluluğunu alarak zorluklarla daha kolay başa çıkar, böylece başarılı kimlik geliştirmiş ve sosyalleşmiş olurlar (Nazir, 2020; s. 379; Ülker-Tümlü ve Voltan-Acar, 2014). Ergenin yaşam amacı erdemine sahip olması psikolojik ihtiyaçlarını tatmin etmesi noktasında önemli bir değişkendir (Şimşek ve Kuzucu 2013). Ergenler amaçlarını kendileri seçtiklerinde psikolojik ihtiyaçlarını daha fazla doyurmaktadırlar (İlhan, 2009). Bu araştırmayla benzer sonuca ulaşan İlhan (2009), araştırmasında üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ile yaşam amaçlarının ilişkili olduğunu, içsel amaçlara sahip olan öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçların doyumuna ve öznel iyi oluşlarına katkı sağladığı sonucuna ulaşmıştır. Şimşek ve Kuzucu (2013) ise temel

psikolojik ihtiyaçlarını karşılamamış ergenlerin, daha az ve net olmayan yaşam amaçları belirledikleri sonucuna ulaşmıştır.

Kişisel erdemler, biyolojik olarak temelde hayatta kalmayı sağlamaya yöneliktir. Benzer kültürel özellikteki kişisel erdemler ise yakınlaşmayı ve sevmeye ait olma ihtiyaını karşılamaya yönelik önemli unsurdur (Dahlsgaard ve diğerleri, 2005). Glasser'e göre kalite dünyası insanın doğumuyla başlar, yaşamıyla gelişir. Ergenlerin kalite dünyasındaki ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi, karşılaştıkları sorunlar ve bu sorunların zmne yönelik attığı adımlar başarılı veya başarısız kimliğin göstergelerindendir (lker-Tümlü ve Voltan-Acar, 2014). Benzer şekilde kişisel erdemlere sahip ergenlerinde olumlu davranış ve yaşantıları artar olumsuz davranış ve yaşantıları ise azalır bu sayede başarılı kimlik gelişimlerine katkı sağlanmış olmaktadır (Kabakçı, 2016). Nam ve Cho (2018), araştırmalarında başarılı yaşlanma ile temel psikolojik ihtiyaçlar ve bilgelik arasında pozitif bir ilişki olduğunu, bilge yaşamların desteklenmesi için psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması gerektiği sonucuna ulaşmıştır. Psikolojik ihtiyaçlarını karşılayan bireylerin de psikolojik sağlıklı olması kaçınılmazdır (Faustino ve diğerleri, 2020). Araştırmada ele alınan değerlilik kişisel erdemi öz şefkat kavramı ile de açıklanabilmektedir (Yastioğlu ve diğerleri, 2019). Araştırma sonucu, Faustino ve diğerleri (2020)'nin çalışmalarında öz şefkatin psikolojik ihtiyaçların düzenlenmesini sağladığı sonucuyla da örtüşmektedir. Araştırmalarında kendilerini olduğu gibi kabul eden, kendilerine yönelik kaygı ve karamsarlığın daha kolay üstesinde gelebilen, kendisine değer veren öz şefkatli bireylerin, psikolojik ihtiyaçlarını düzenleme ve karşılamaya yönelik istekli oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Literatürde ergenlere yönelik psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler ilişkisinin tartışılmasına olanak sağlayacak bulgu ve sonuçların kısıtlı olması elde edilen bulguların tartışmasını sınırlı kılmıştır. Araştırmada ortaya çıkan sonuç, ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarını karşılamaları kişisel erdemli oluşlarına katkı sağlarken; kişisel erdemli olma durumları da psikolojik ihtiyaçlarını daha kolay karşılamalarını sağlamaktadır şeklinde yorumlanabilir.

Bu çalışmada, ortaöğretim ğrencilerinin kişisel erdemlerinin problemleri internet kullanımlarını ne düzeyde yordadığını belirleyebilmek için regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre kişisel erdemler alt boyutları olan sorumluluk, amaçlılık ve değerlilik alt değişkenlerinin birlikte, öğrencilerin

problemlı internet kullanım puanları ile düşük düzeyde anlamlı bir ilişki ortaya koyduğu belirlenmiştir. Araştırma verilerinin analizi neticesinde kişisel erdemlerin alt boyutları olan sorumluluk, amaçlılık ve değ erlilik değ işkenlerinin birlikte, problemlı internet kullanımındaki toplam varyansın yaklaşık % 2.2'sini açıklamakta olduğu görülmüştür. Araştırma bulgularından yordayıcı değ işkenlerin problemlı internet kullanımı üzerindeki gö relı önem sırasının sorumluluk, değ erlilik ve amaçlılık olduğu, bununla birlikte regresyon analizinin t değ erleri incelendiğinde amaçlılık ve değ erlilik alt boyutlarının problemlı internet kullanımını açıklamada anlamlı birer yordayıcı olmadıkları, buna karş ın sorumluluk alt boyutunun problemlı internet kullanımını yordamada anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür.

Alan yazın incelendiğinde araştırma sonucu, kişisel erdemler, ahlak ve problemlı internet kullanımı arasında ilişki bulan çalışmalarla (Çakır ve Turan, 2022; Ekşi ve Çiftçi, 2017; Lian, 2018; Lian ve diğ erleri, 2016; Lian ve You, 2017; Zhang ve diğ erleri, 2014) örtüşmektedir. Kişisel erdemli oluş, bireyin olumluya, doğruya, iyiye ve sağlıklı olmaya yönelen güçleriyle ilgilidir (Steen, Kachorek ve Peterson, 2003). Dahlsgaard ve diğ erleri (2005), erdemli oluşun altı temel boyut ve yirmi dört karakter gücünden oluştuğunu savunmaktadır. Bu çalışmada kişisel erdemli oluşun üç boyutunun ele alınmasının sınırlılık oluşturabileceği düşünülmektedir. Problemlı internet kullanımına yönelik erdemler gibi koruyucu faktörleri araşt ıran çalışma sayısı literatürde kısıtlıdır. Kişisel erdemleri koruyucu ve önleyici faktör olarak ele almak, problemlı internet kullanımını önlemeye yardımcı olabilmektedir (Lian ve diğ erleri, 2016).

Araşt ırma da kişisel erdemler sorumluluk alt boyutunun problemlı internet kullanımını yordamada anlamlı bir yordayıcı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucunun kişisel erdemler sorumluluk alt boyutu ve problemlı internet kullanımı arasında ilişki bulan çalışmalar (Çırak ve diğ erleri, 2018; Kıl ınç ve Gündüz, 2017; Kolan ve Dinçer, 2021; Köse ve diğ erleri, 2012; Peker, 2013; Yalç ın-Çınar ve Mutlu, 2019) ile benzerlik gösterdiği görülmüştür. Kişiliğini oluşturmaya çalışan, bağımsızlık arzusu ile farklı kararlar alma eğ iliminde olan ergen, sorumluluklarını de keşfetmeye çalışır (Mergler ve Shield, 2016). Diğ er taraftan ise eleşt irilme, başaramama korkusundan dolayı sorumluluk almak istemeye de bilirler. Sorumluluk, ergenlerde gelişmesi gereken bir özellik olmakla birlikte üstesinden gelemeyeceği sorumlulukların

verilmesi sağlıklı sonuçlara da neden olabilir (Çuhadaroğlu, 2004). Ergenlik, yetişkinliğe kadar sorumluluk alma yeteneğinin gelişmeye devam ettiği bir dönemdir. Ergenlerin sorumluluk alması karar vermesi noktasında önemli bir etkiye sahiptir (Mergler, Spencer ve Patton, 2007). Ergenler bir taraftan sorumluluklarının sık sık hatırlatılmasından hoşlanmadıkları gibi bir taraftan da toplum ve kültürün oluşturduğu sorumlulukları öğrenmek için kuvvetli istek duyma eğilimindedirler (Önal, 2005). Problemliliği internet kullanan ergenlerin, internet kullanım sürelerinin artması, zihinlerinin internet aktiviteleri ile meşgul olması gibi nedenlerle sorumluluk alma davranışlarının olumsuz etkilendiği söylenebilir (Kolan ve Dinçer 2021). Araştırma sonucuyla benzer şekilde Doğan (2022)'da çalışmasında ortaöğretim öğrencilerinin sorumluluk düzeyleri arttıkça problemliliği internet kullanım düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşmıştır. Araştırma sonucu, sorumluluk kişisel erdemine sahip ortaöğretim öğrencilerinin interneti problemliliği kullanmadıkları şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmada kişisel erdemler amaçlılık ve değerlilik alt boyutlarının problemliliği internet kullanımını açıklamada anlamlı birer yordayıcı olmadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucu kişisel erdemler amaçlılık alt boyutu ile problemliliği internet kullanımı arasında ilişki bulan Zhang, Wang, Shu ve Wu (2019)'nın çalışmaları ile örtüşmemektedir. Bireyler hayatlarının farklı dönemlerinde farklı yaşam amaçları belirler. Bireyin bu yaşam amaçlarına uygun davranışlarda bulunması yaşamını anlamlı kılmasını sağlar (Türküm, 2013). Ergenlerin içinde bulundukları dönemi mutlu ve kazanç sağlayarak geçirebilmeleri için amaçlar belirlemeleri ve belirledikleri amaçlar doğrultusunda hayatlarını devam ettirmeleri önemlidir (Eryılmaz, 2010). Ergenlerin duygu durumlarındaki dengesizlikten, ergen benmerkezciliğinden dolayı yaşadıkları zamanı algılamaları farklılık gösterebilmektedir. Yaşadıkları bu karmaşa ergenin geleceğe yönelik planlama yapmasına, amaç belirlemesine ve bu amaçları uygulamaya geçmesine engel olabilmektedir (Sheldon ve Lyubomirsky, 2006). Kişisel erdemlerden amaçlılık alt boyutunun problemliliği internet kullanımını yordamamasının nedeninin ergenlerin amaç belirlemede yaşadıkları zorluklardan kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Literatürde ergenlere yönelik problemliliği internet kullanımı ve amaçlılık arasındaki ilişkisinin tartışılmasına olanak sağlayacak bulgu ve sonuçların kısıtlı olması nedeniyle elde edilen bulguların tartışılması sınırlı kalmıştır.

Araştırma sonucu, değerlilik kişisel erdemıyla yakın anlamda olan öz şefkat/öz saygı alt boyutu ile problemli internet kullanımı arasında ilişki bulan çalışmalar (Balcı, Bekiroğlu ve Karaman ,2019; Boonlue, 2016; İskender ve Akın, 2011; Yaman ve diğerleri, 2022) ile örtüşmemektedir. Araştırma sonucu, Reisoğlu, Gedik ve Göktaş (2013)'ın öğretmen adaylarında özsaygının problemli internet kullanımının yordayıcısı olmadığı sonucuna ulaştıkları çalışmaları ile benzerlik göstermektedir. Problemli internet kullanımı özsaygıda herhangi bir değişikliğe neden olmayabilir (Caplan, 2002). Ergenler, internet kullanırken kendilerini güvenli hissetmekle birlikte interneti halihazırdaki problemlerinden uzaklaşma amacıyla da kullanabilmektedir (Ko ve diğerleri, 2005). Araştırma sonucuna göre, ergenlerin ekonomik, kültürel, sosyal, bireysel farklılıklar nedeniyle karşılaştıkları problemlerden uzaklaşmak ve kendilerini değerli hissetmek amacıyla interneti kullandığı söylenebilir.

Çalışma kapsamında ortaöğretim öğrencilerinin problemli internet kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler ölçeklerinden aldıkları puanların cinsiyetlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmıştır. Bu bağlamda ölçek verilerinin analizi için gerçekleştirilen bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre çalışma grubunda yer alan erkek öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinden ve kişisel erdemler ölçeğinden aldıkları puanların kız öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu ancak öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlar durumlarının ve kişisel erdemler durumlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Buna karşın çalışma grubunda yer alan erkek öğrencilerin problemli internet kullanımı ölçeğinden aldıkları puanların kız öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu ve bu durumun istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Özetle çalışma bağlamında problemli internet kullanımı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin varlığı görülmüştür.

Alanyazın incelendiğinde cinsiyet ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar mevcuttur. Araştırma sonucunu destekleyen, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre problemli internet kullanımını ortaya koyan çalışmalar (Alçay, 2019; Atalan-Ergin, 2018; Gümüş, Şıpkın, Tuna ve Keskin, 2015; Kormas, ve diğerleri, 2011; Mottram ve Fleming, 2009; Şahan ve Eraslan-Çapan 2017;Yolga-Tahiroğlu ve ark. 2008; Zorbaz ve Tuzgöl-Dost, 2014) olduğu gibi; cinsiyete göre problemli internet kullanımının anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koyan çalışmalarda (Ceyhan, 2011; Altundağ, 2016; Gross, 2004; Pawlak, 2002; Smahel,

Brown ve Blinka, 2012; Şahin, Aydın ve Balay, 2016) mevcuttur. Son yıllarda internete kolay erişim, internet kullanımının çeşitliliğinin artmasından dolayı cinsiyetin problemli internet kullanımında anlamlı olmadığı sonucuna ulaşan çalışmalarda mevcuttur. İnternet, iletişim kurma, eğlenme, bilgi edinme, yaşamı kolaylaştıracak uygulamaların varlığından dolayı her iki cinsiyette de ergenlerin yaşamında da önemli bir yer edinmektedir (Ceyhan, 2011). Araştırma sonucunda problemli internet kullanımının erkek öğrencilerde kız öğrencilere göre farklılaşmasının kültürel cinsiyet rollerinden kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Erkeklerin teknolojiye olan ilgileri, teknolojiye ulaşmalarının daha kolay olması, ailelerin erkeklere internet kullanımında daha az sınırlayıcı olmaları, erkeklerin interneti çeşitli amaçlarla kullanmaları nedenleri arasında gösterilebilir (Ballarotto ve diğerleri, 2018; Zorbaz ve Tuzgöl-Dost, 2014).

Literatür incelendiğinde araştırma sonucuyla benzerlik gösteren, ergenlerin cinsiyetleri ile psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişki olmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar (Bozkurt, 2021; Canoğulları ve Güçray, 2017; Halmatov, 2007; Kaya, 2018; Liu ve Chung, 2014; Nigar, 2014; Orkibi ve Ronen, 2017; Türkçapar ve Yasul, 2020) mevcuttur. Literatürde psikolojik ihtiyaçların cinsiyete göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşan çalışmalar (Çelikkaleli, Gökçakan ve Çapri, 2005; Gündoğdu ve Yazuzer, 2012; Eyyüpoğlu ve Özbay, 2018; Türkdoğan, 2010) da mevcuttur. Psikolojik ihtiyaçların karşılanmasında yaş, cinsiyet ve toplumsal roller etkilidir (Deci ve Ryan, 2006). Psikolojik ihtiyaçların cinsiyete göre farklılık göstermemesinin nedenlerinden biri olarak gençlerin ergenlik döneminde benzer sorunlar yaşaması olarak gösterilebilir (Nigar, 2014). Kültürel aile yapısına paralel olarak halen ailelerinin koruması ve baskısının yoğun hissedildiği bir dönemde olan ergenlerin, ihtiyaçlarını fark etmelerinin, seçim yapmalarının zor olması diğer bir neden olarak gösterilebilir (Çelikkaleli ve diğerleri, 2005). Psikolojik ihtiyaçları belirlemeye yönelik bulguların farklı ölçeklerle toplanmasından dolayı, ölçülmek istenen psikolojik ihtiyaçların farklılık göstermesinin de araştırma bulgularındaki farklılıklara neden olabileceği düşünülmektedir (Bozkurt, 2021). Araştırma sonucunda kız ve erkek ortaöğretim öğrencilerinin cinsiyete göre farklılaşmamasının ergenlik döneminde benzer psikolojik ihtiyaçlarının olmasından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma sonucu cinsiyet ve kişisel erdemler, ahlak arasında ilişki olmadığını ortaya koyan çalışmalar (Acuner, Camadan ve Türkan, 2014; Cesur ve Küyel, 2010;

Çekin, 2013; Heintz, Kramm ve Ruch, 2019; Stephens, 2009) ile örtüşmektedir. Literatürde kişisel erdemlerin cinsiyete göre farklılaştığını, erkeklerin veya kadınların daha yüksek puan aldığını ortaya koyan çalışmalar da (Ferragut, Blanca ve Ortiz-Tallo, 2014; Husain, 2022; Linley ve diğerleri, 2007; Neto, Neto, ve Furnham, 2014; Özyürek ve Basar, 2021) bulunmaktadır. Ergenlerde ahlak ile cinsiyet arasındaki ilişkiyi ele alan çok az çalışma mevcuttur (Steinberg, 2007). Kişisel erdemler karmaşık, değişen, dinamik yapıda olmasından dolayı her yaşta önemlidir. Kişisel erdemler ergenlik dönemi başlarında nispeten sabit kalmakla beraber zamanla farklılaşmaya başlamaktadır (Ferragut ve diğerleri, 2014). Araştırmada kişisel erdemler ile cinsiyet arasında ilişki olmamasının katılımcıların ergenlik dönemi başlarında olmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Kız ve erkeklerin araştırma sonucunda benzer puanlar almaları kişisel erdeme sahip olduklarında aynı tepki ve davranışı gösterecekleri anlamına gelmemektedir (Heintz, Kramm ve Ruch, 2017). Fleming (2005), Kız ve erkeklerin farklı toplumsal rolleri öğrenme aşamasında olmasından dolayı çocukluk yıllarında ahlaki gelişimin cinsiyete göre karşılaştırılmasının uygun olmadığını ifade etmiştir.

Bu çalışmada ortaöğretim öğrencilerinin problemli internet kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler ölçeklerinden aldıkları puanların sınıf düzeylerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmıştır. Bu çerçevede ölçek verilerinin analizi için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre çalışma grubundaki öğrencilerin problemli internet kullanımı ve psikolojik ihtiyaçlar ölçeklerinden aldıkları puanların sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Buna karşın varyans analizi sonuçları çalışma grubundaki öğrencilerin kişisel erdemler ölçeğinden aldıkları puanların sınıf düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiğini ortaya çıkarmıştır. Kişisel erdemler bağlamında sınıf düzeyleri arasındaki farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirleyebilmek için yapılan Post Hoc Tukey Hsd testinin sonuçlarına göre 10. Sınıfta bulunan öğrenciler ($X=59.05$) ile 12. Sınıfta bulunanlar ($X=55.82$) arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Alanyazın incelendiğinde problemli internet kullanımı ile sınıf düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalarda sınıf düzeyine göre farklılık olmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar (Alçay,2019; Çakır, Ayas, ve Horzum, 2011; Derin, 2013; Gürcan, 2010; Saruhan, 2019; Şahin ve diğerleri, 2016) olduğu gibi sınıf düzeyine göre problemli

internet kullanımının değiştiği sonucuna ulaşan araştırmalar da (Ceyhan, 2010; akır ve diğerleri, 2011; ınar, 2015; Toraman, 2013; Wu ve Tsai, 2006; Yılmaz ve diğerleri 2014) mevcuttur. Ergenlik, kız ve erkeklerde biyolojik, bilişsel, psikolojik ve sosyal özelliklerin bütünlük içerisinde değiştiği çocukluk ve yetişkinlik arasındaki döneme denk gelmektedir (Lerner ve diğerleri, 2010; Petersen, 1988). Ortaöğretim de her sınıf düzeyi kendine özgü, ergenlik dönemini de içinde barındıran kimlik gelişimi, ders, alan, meslek seçimi ve niversite sınavı gibi önemli karar ve seçimleri içeren bir dönemdir. Bireysel veya çevresel beklentilerin getirdiği gerginlikten kaçış amacıyla farklı sınıf düzeyindeki ergenler farklı internet kullanım eğilimi gösterebilmektedir (Derin, 2013). Çalışmanın uygulandığı 9., 10., 11. ve 12. Sınıfta eğitim ğretim gören öğrencilerin yaşlarının yakın olması, yaş olarak sınıf düzeyinde net bir sınırın olmaması sebebiyle benzer gelişim gösterebilecekleri öngörüldüğünde kullanım amaç ve davranışlarının benzer olması problemli internet kullanımında sınıf düzeyine göre farklılık göstermemeleri sonucunu ortaya çıkarabilir.

Araştırma sonucuna göre ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarının sınıf düzeyine farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Nigar (2014), yaşları yakın olan ergenlerin, benzer sosyo ekonomik düzey ve benzer kültürel yapıda olmasının sınıf düzeyine göre temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasında farklılık göstermemesine neden olabileceğini ifade etmiştir. Literatürde araştırma sonucunu destekleyen alışmalar (Eren, 1994; Hamurcu, 2011, Nigar, 2014) olduğu gibi desteklemeyen çalışmalar da (Türkdoğan, 2010; stndağ, 2022) mevcuttur. Okula başlama yaşı veya sınıf tekrarına kalma durumlarından dolayı aynı sınıf düzeyinde 2 veya 3 farklı yaşın olması ve yaş gruplarının yakın olması temel psikolojik ihtiyaçların sınıf düzeyine göre farklılaşmamasının nedenlerinden biri olarak gösterilebilir. Temel psikolojik ihtiyaçlar bireyden bireye değişiklik gösteren bir yapıdadır. Temel psikolojik ihtiyaçlarda hangi ihtiyacın ne zaman karşılanmak istenileceği, karşılanıp karşılanamayacağı bilinemez (Tay ve Diener, 2011).

Araştırma sonucunda kişisel erdemler bağlamında sınıf düzeyleri arasında 10. Sınıfta bulunan öğrenciler ile 12. Sınıfta bulunanlar arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde ergenlerde sınıf düzeyi ile kişisel erdemler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar sınırlı olduğundan tartışma bölümünde benzer çalışmalara yer verilmiştir. Sınıf düzeyine göre kişisel erdemler, ahlak, sorumluluk, amaçlılık, öz

şefkat arasında farklılık olmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar (Battal, 2022; Çırak, 2006; Çelebi, 2014; Kesici, 2018; Mameghani, Taşan ve Saylan, 2020; Şengün, 2008) olduğu gibi sınıf seviyesine göre farklılık ortaya koyan çalışmalar (Acuner, 2004; Kaya ve Aydın, 2011) da mevcuttur. Karakter güçleri ve davranışlarla gözlemlenebilen değerlerden oluşan kişisel erdemli oluş, öğrencilerin gelişimlerinde kişisel, bilişsel, duyuşsal ve davranışsal alanlarına olumlu katkı sunmaktadır. Kişisel erdemler yaşamla, eğitimle, bilişsel olarak geliştikçe zenginleşen karakter güçleri ve değerleri içeren davranışlardır (Kabakçı, 2013). Dilmaç (2007), lise öğrencilerinde insani değerler grup rehberliğinin sorumluluk kazanımında etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Lise öğrencilerinde farklı kişisel erdemleri geliştirmeyi amaçlayan programlardan faydalanılması önemlidir. Eğitim düzeyi arttıkça erdem, bilgelik, ahlak da artar (Doyle ve O'Flaherty, 2013). Eğitim sisteminde kalabalık sınıflar, müfredatı yetiştirme çabası, sık değişen eğitim sistemi ergenlerin kişisel erdemlerini geliştirmeye yönelik sınıf düzeyinde farklılıklara neden olabilmektedir (Çelebi, 2014). Bu araştırmaya katılan 10 ve 12. Sınıf öğrencilerinin kişisel erdemlerinin anlamlılık göstermesinin, öğrencilerinin gelişim özellikleri, yaşamları, aldıkları eğitim ve öğretimin içeriklerinden kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç

Bu çalışmada, ortaöğretim öğrencilerinin problemli internet kullanımları, psikolojik ihtiyaçları ve kişisel erdemleri arasındaki ilişkiler araştırılmış, aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir.

Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği sevgi/ait olma ve özgürlük alt boyutları problemli internet kullanımını açıklamakta, Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği güç ve eğlence alt boyutları, problemli internet kullanımını açıklamamaktadır.

Psikolojik ihtiyaçlar, kişisel erdemleri açıklamaktadır.

Kişisel Erdemler Ölçeği sorumluluk alt boyutu problemli internet kullanımını açıklamakta, amaçlılık ve değerlilik alt boyutları problemli internet kullanımını açıklamamaktadır.

Psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Erkekler kızlara göre daha fazla problemli internet kullanmaktadır.

Psikolojik ihtiyaçlar ve problemli internet kullanımı sınıf düzeyine göre farklılık göstermemektedir. Kişisel erdemler 10. ve 12. sınıflarda daha yüksektir.

Bu araştırma sonuçlarının etkili kullanılabilmesi için araştırmacılara, alanda çalışanlara, politika yapıcılara yönelik önerilere aşağıda yer verilmiştir.

Öneriler

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Araştırma sadece ergenlerin problemli kullanımına yönelik cevaplarıyla sınırlıdır. Araştırmada ergenlerin problemli internet kullanımına ilişkin ebeveynlerinden bilgi alınması araştırmaya katkı sağlayabilir

Bu araştırmada problemli internet kullanımı, psikolojik ihtiyaçlar ve kişisel erdemler arasındaki ilişkiler ölçeklere verilen cevaplar ile sınırlıdır. Araştırmanın nitel desenle desteklenmesi konunun derinlemesine incelenmesine katkı sağlayabilir.

Daha küçük ve daha bk yaş gruplarının araştırmaya dahil edilerek ergenlik dönemine ilişkin araştırma bulguları daha net ortaya koyulabilir.

Sağlıklı internet kullanımını ortaya koymayı amaçlayan araştırmalarda problemli internet kullanımı ile pozitif psikoloji kavramları arasındaki ilişkiyi açıklamaya yönelik çalışmalar yapılabilir.

Bu araştırmada psikolojik ihtiyaçların ve kişisel erdemlerin problemli internet kullanımını açıklamadaki rollerinden yola çıkarak öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına, kişisel erdemlerinin gelişimine ve sağlıklı internet kullanımına yönelik psiko-eğitim programları hazırlanarak deneysel çalışmalar yapılabilir.

Araştırma Orta Karadeniz Bölgesinde orta ölçekli bir ilde devlet ortaėėretim kurumlarında öğrenim gören 9., 10., 11., 12. Sınıf ortaėėretim öğrencileri ile sınırlıdır. Farklı bölgede, farklı yaş gruplarında veya yaş grubu daha geniş tutularak oluşturulacak örneklem grubunda araştırma tekrarlanabilir. Böylece temel psikolojik ihtiyaçlar, problemli internet kullanımı ve kişisel erdemlerin daha geniş yaş aralığında ve farklı gruplarla ortaya konması sağlanabilir.

Alanda alışanlara (Uygulayıcılara) Yönelik neriler

İnternetin sağlıklı kullanımı, kişisel erdemler ve psikolojik ihtiyaçlar konusunda ailelere ve öğrencilere yönelik önleyici eğitimler düzenlenebilir.

İnterneti problemli kullanan öğrencilere yönelik grup çalışmaları, psikoeğitim programları, bireyle veya grupla psikolojik danışma planlanabilir.

İnternetin problemli kullanımını önlemek amacıyla daha küçük yaş gruplarında temel psikolojik ihtiyaçların belirlenerek önleyici rehberlik çalışmaları ve programlar hazırlanması faydalı olabilir.

Okulda sosyal etkinliklerin, sosyal-toplumsal sorumluluk projelerinin planlanması ve yürütülmesi sürecinde öğrencilerin aktif rol aldığı; okul, ğrenci, veli iş

birliği ile yapılacak planlamalar ile öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına destek olunabilir. Bu etkinlikler problemlı internet kullanımının azalmasına da katkı sağlayabilir.

Okulda öğrenciler ile eğitim öğretimin planlanmasında, sorunların çözümünde, kuraların belirlenmesinde iş birliğine yönelik okul ikliminin oluşması öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasında fayda sağlayabilir.

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarını sağlıklı karşılayabilmeleri için bireysel veya grup rehberlik çalışmaları/psikolojik danışma yapılabilir.

Kişisel erdemler, değerler, karakter güçleri, bilgelik, ahlak konularında okul içi veya okul dışı etkinlikler, bilgilendirmeler, bireysel ve grup çalışmalarının yapılarak öğrencilerin kişisel gelişimlerine katkı sunulabilir.

Politika Yapıcılara Yönelik Öneriler

Problemlı internet kullanımı, kişisel erdemlerin geliştirilmesi ve psikolojik ihtiyaçların karşılanmasına yönelik çalışmaların eğitim öğretim politikasında yer alması sağlanabilir.

Milli Eğitim Bakanlığı bünyesinde öğretmen ve idarecilere yönelik problemlı internet kullanımı, kişisel erdemler ve psikolojik ihtiyaçlara yönelik hizmet içi eğitimler düzenlenebilir.

Aile eğitim programlarına problemlı internet kullanımı, kişisel erdemlerin geliştirilmesi ve psikolojik ihtiyaçlara yönelik konular dahil edilerek planlama yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Abukan, B. (2014). *Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi kuramına göre kendini gerçekleştirme ve bilgelik ilişkisi: yaşlılar üzerinde bir araştırma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Acier, D. ve Kern, L. (2011). Problematic Internet use: Perceptions of addiction counsellors. *Computers & Education*, 56(4), 983-989.
- Acuner, H. Y. (2004). *14-18 yaş arası gençlerde ahlaki yargı gelişimi ve ahlak eğitimi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Acuner, H. Y., Camadan, F. ve Türkan, M. (2014). Ahlaki gelişim düzeyleri ile mkemmelilikin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 12(27), 7-40.
- Ahmet, A. ve Eşici, H. (2017). Üniversite ğrencilerinde kariyer uyumluluğunun yordanmasında psikolojik ihtiyaçlar ve azmin rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(3), 1130-1141.
- Ak, S. (2019). *Eğitim fakültesi ğrencilerinde problemlili internet kullanımının yalnızlık, yaşam doyumunu ve algılanan sosyal destek ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bursa.
- Ak, Tuğba (2020). *niversite ğrencilerinde sosyal görünüş kaygısı, problemlili internet kullanımı, yalnızlık ve çocukluk ağı travmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. şkdar niversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akgl, G., Atalan Ergin, D. ve Uzunpınar, S. (2021). Üstün Yetenekli Ergenlerde Problemlili İnternet Kullanımı ve Siber Zorbalık: Drama Temelli Bir Müdahale Programının Etkililiği. *Yaratıcı Drama Dergisi*, 16(2), 167-190.

- Aktan, C. C. (2009). Ahlak ve ahlak felsefesine giriş. *Hukuk ve İktisat Araştırmaları Dergisi*, 1(1).
- Alçay, E. S. (2019). *Ergenlerde problemlili internet kullanımı ile bilinçli farkındalık ve öz düzenleme arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Akdeniz Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Alpar, R. (1997). *Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistiksel Yöntemlere Giriş I*. Ankara: Bağırhan Yaynevi.
- Altıntaş, A. (2020). *Lise öğrencilerinde problemlili internet kullanımının duygusal zeka ve yaşam doyumu açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Altıntaş, S. (2016). *Ortaokul öğrencilerindeki problemlili internet kullanımı ile algılanan anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Altıntaş, S. ve Öztürk, M. (2016). Ortaokul öğrencilerinin problemlili internet kullanımları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori ve Uygulama*, 7(13), 109-128.
- Altundağ, Y. (2016). Lise öğrencilerinde sanal zorbalık ve problemlili internet kullanımı ilişkisi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 3(1), 27-43.
- Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale. *Research on aging*, 25(3), 275-324.
- Armstrong, Malcolm H. (1999). *The gratification dimensions of the internet's world wide web: an exploratory study*. Yayınlanmamış doktora tezi. The Florida State University, UMI Dissertation Information Service, Florida.
- Arpacı, I., Kesici, Ş. ve Baloğlu, M. (2018). Individualism and internet addiction: The mediating role of psychological needs. *Internet Research*, 28(4).
- Aydın, M. (2018). Genç yetişkinlerde mutluluğun özgünlük ve kişisel erdemler açısından incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(6), 1023-1030.

- Ayhan, B ve Balcı, Ş. (2009). Kırgızistan'da üniversite gençliği ve internet: Bir kullanımlar ve doyumlar araştırması. *Bilig Journal of Social Sciences of the Turkish World*, 48, 13-40.
- Bahar, H. H., ve Meral, D. (2016). Ortaöğretim öğrencilerinde problemli internet kullanımının yalnızlık ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 1117-1134.
- Balcı, Ş. ve Ayhan, B. (2007). Üniversite öğrencilerinin internet kullanım ve doyumları üzerine bir saha araştırması. *Selçuk İletişim* 5 (1), 174-197.
- Balcı, Ş., Bekiroğlu, O. ve Karaman, S. Y. (2019). Sosyal medya bağımlılığının bir belirleyicisi olarak öz saygı: Konya örneğinde bir araştırma. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 2019(48), 35-64.
- Balkaya, A. (2014). *Ergenlerin internet ve problemli internet kullanım davranışlarının bazı psiko-sosyal özellikler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Baltacı, Ö. (2017). *İnternet bağımlılığını yordayan psikososyal faktörler*. Yayımlanmamış doktora tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Baş, A. U., Soysal, F. ve Aysan, F. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Problemli İnternet Kullanımının Psikolojik İyi-oluş ve Sosyal Destek ile İlişkisi. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 5(4).
- Battal, H. (2022). *Genç yetişkin üniversite öğrencilerinde duygu düzenleme becerilerinin ve öz şefkat düzeyinin mutluluk ile ilişkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Bayoğlu, S. G. (2019). *Ergenlerde olumsuz ebeveyn stilleri ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçlar ve duygu düzenleme güçlüğüünün aracılık rolü*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.

- Bergsma, A. ve Ardel, M. (2012). Self-reported wisdom and happiness: An empirical investigation. *Journal of Happiness Studies*, 13(3), 481-499.
- Besser, L. L. (2020). Learning virtue. *Journal of Moral Education*, 49:3, 282-294, DOI: 10.1080/03057240.2020.1714564.
- Boonlue, T., Briggs, P. ve Silience, E. (2016, July). *Self-compassion, psychological resilience and social media use in Thai students*. In Proceedings of the 30th International BCS Human Computer Interaction Conferencede sunuldu, Bournemouth.
- Bozkurt, İ. (2021). *Sosyal medya bağımlılık düzeyi ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Bozkurt, İ. ve Bozkurt, Ö. (2021). COVID-19 Kısıtlamaları Sürecinde Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 23(2), 181-190.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş. Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri. Pegem Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankra: Pegem A Yayıncılık.
- Can, S. ve Zeren, Ş. G. (2019). Ergenlerin Akademik Erteleme Davranışlarını Açıklamada İnternet Bağımlılığı ve Temel Psikolojik İhtiyaçların Rolü. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 48(2), 1012-1040.
- Can, S. (2018). *Ergenlerin akademik erteleme davranışları, internet bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçları: Bir model önerisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Candemir- Karaburç, G. (2017). *Evli bireylerin problemlı internet kullanımı, evlilik uyumu, eş tükenmişliğı ve temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Canoğulları, Ö. ve Güçray, S. S. (2014). İnternet bağımlılık düzeyleri farklı ergenlerin cinsiyetlerine göre psikolojik ihtiyaçları, sosyal kaygıları ve anne baba tutum algılarının incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(1), 42-57.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553–575.
- Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: A theory of problematic Internet use and psychosocial well-being. *Communication research*, 30(6), 625-648.
- Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic Internet use. *Journal of communication*, 55(4), 721-736.
- Cesur, S. ve Küyel, N. Ö. (2010). Ebeveyn tutumları ve gençlerin ahlaki muhakeme ve ahlaki yönelimleri arasındaki ilişkiler. *Psikoloji Çalışmaları*, 29, 65-91.
- Ceyhan, A. A. (2011). Ergenlerin problemlı internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*. 18 (2), 85-94.
- Ceyhan, A.A. ve Ceyhan, E. (2009, Ekim). *Ergenlerde Problemlı İnternet Kullanım Ölçeğı (PİKÖ-E) geliştirme çalışmaları*. X. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresinde sunuldu, Adana.
- Ceyhan, A.A. ve Ceyhan, E. (2014). Problemlı İnternet Kullanım Ölçeğı'nin ergenlerde geçerlik ve güvenilirlik çalışması (The validity and reliability study of Problematic Internet Use Scale for Adolescents). *Bağımlılık Dergisi*, 15 (2), 56-64.

- Ceyhan, E. (2008). Ergen ruh sağılığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağılığı Dergisi*, 15 (2), 109-116.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürçan, A. (2007). The validity and reliability of the problematic Internet usage scale. *Educational Sciences: theory & practice*, 7(1).
- Cicioğlu, M. (2013). *Öğrencilerin problemli internet kullanımı ve siber zorbalık davranışlarına ilişkin görüşleri*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bolu.
- Cluver, L., Lachman, J. M., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., ... McDonald, K. (2020). Parenting in a time of COVID-19. *Lancet*, 395 (10231),1-4.
- Coopersmith, S. (1969, Şubat). *Implications of Studies on Self-Esteem for Educational Research and Practice*. Paper presented at the meetings of the American Educational Research Association'da sunuldu, Los Angeles, Kaliforniya.
- Çağır, G. ve Gürçan, U. (2010). Lise ve üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanım düzeyleri ile algılanan iyilik halleri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(24), 70-85.
- Çağır, G. (2010). *Lise ve üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanım düzeyleri ile algılanan esenlik halleri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Çağır, G., ve Gürçan, U. (2010). Lise ve üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanım düzeyleri ile algılanan iyilik halleri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13(24), 70-85.
- Çakır, Ö., Ayas, T. ve Horzum, M. B. (2011). An investigation of university students' internet and game addiction with respect to several variables. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 44(2).
- Çakır, Y. ve Turan, N. Adölesanlarda Teknolojik Oyun Bağımlılığı ve Karakter Güçleri. *Bağımlılık Dergisi*, 23(3), 1-1.

- Çakır, Ö., Ayas T. ve Horzum, M. B. (2011). An investigation of university students' internet and game addiction with respect to several variables. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 44(2), 95-118.
- Çekin, A. (2013). Öğretmen Adaylarının Ahlaki Olgunluk Düzeyleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(3), 1035-1048.
- Çelebi, Ç. D. (2014). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşları ile ahlâkî olgunluk seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Çelikkaleli, Ö., Gökçakan, N. ve Çapri, B. (2005). Lise öğrencilerinin bazı psikolojik ihtiyaçlarının cinsiyet, okul türü, anne ve baba eğitim düzeyine göre incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 245-268.
- Çetin, B. A. ve Ceyhan, A. A. (2014). Ergenlerin internette kimlik denemeleri ve problemli internet kullanım davranışları. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 1(2), 5-46.
- Çınar, Ç. Y. ve Mutlu, E. (2019). İnternet bağımlılığının benlik saygısı, dikkat, gelişmeleri kaçırma korkusu, yaşam doyumu ve kişilik özellikleri ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 20(3), 133-142.
- Çınar, M. (2015). *Ergenlerin problemli internet kullanım davranışları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkinin belirlenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çırak, Z. D., Yetiş, G. ve Gürbüz, P. (2018). Üniversite öğrencilerinin internet kullanımlarının aile ilişkileri ve sorumluluklarını yerine getirmelerindeki etkisi. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi*, 6(2), 1-8.
- Çiçek, S. (2019). *Ortaöğretim öğrencilerinin problemli internet kullanımlarının ve siber zorbalık davranışlarının denetim odağı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

- Çiftçi, N. (2003). Kohlberg'in bilişsel ahlak gelişimi teorisi: Ahlak ve demokrasi eğitimi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 1(1), 43-77.
- Çivitçi, A. (2012). Üniversite öğrencilerinde genel yaşam doyumu ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2), 321-336.
- Dağlı- Çetinkaya, M. (2017). *Üniversite öğrencilerinde problemli internet kullanımının psikolojik iyi oluş ve yalnızlık ilişkisinde aracı rolü*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Dağlı- Çetinkaya, M. ve Gündüz, B. (2020). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve psikolojik iyi oluş ilişkisinde problemli internet kullanımının aracı rolü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44, 339 – 357.
- Dahlsgaard, K., Peterson, C. ve Seligman, M. E. (2005). Shared virtue: The convergence of valued human strengths across culture and history. *Review of general psychology*, 9(3), 203-213.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195. DOI:10.1016/S0747-5632(00)00041-8.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian psychology/Psychologie canadienne*, 49(3), 182.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2000). The" what" and" why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268.
- Demirci, İ. (2017). *Huzurlu ve mutlu yaşamın değerler ve karakter güçleri bağlamında karma bir araştırmayla incelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Demirci, İ. ve Ekşi, F. (2015). Ergenler için beş boyutlu iyi oluş modeli: EPOCH ölçeği'nin Türkçe formunun geçerliği ve güvenilirliği. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 9-30.
- Demirci, İ. ve Ekşi, H. (2018). Keep calm and be happy: A mixed method study from character strengths to well-being. *Educational Sciences: Theory & Practice* 18(29) 303–354. DOI: 10.12738/estp.2018.2.0799
- Demirci, İ., Ekşi, H., Dinçer, D. ve Ekşi, F. (2018, Ekim). *Ergenlerde karakter güçleri ve iyi oluş*. 20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresinde sunuldu, Samsun.
- Derin, S. (2013). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Dilmaç, B. (2007). *Bir grup fen lisesi öğrencisine verilen insani değerler eğitiminin insani değerler ölçeği ile sınanması*. Yayımlanmamış doktora tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Doğan, K. (2022). *Öğrencilerde Bireysel Sorumluluğun İnternet Bağımlılığına Etkisinin Okul Sosyal Hizmeti Bağlamında Değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Karabük Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Karabük.
- Doyle, E. ve O'Flaherty, J. (2013). The impact of education level and type on moral reasoning. *Irish Educational Studies*, 32(3), 377-393.
- Durak, M. ve Durak, E. Ş. (2013). Gençlerde sosyal kaygı ve depresyonun problemli internet kullanımıyla ilgili bilişlerle ilişkisi. *Eğitim ve Bilim*, 38, 169.
- Dursun, A. (2020). *Ergenlerin problemli internet kullanımını azaltmaya yönelik gerçeklik terapisi temelli psiko-eğitim programının etkililiği*. Yayımlanmamış doktora tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Dursun, A. (2022). Ergenlerin problemli internet kullanımı ve psikolojik ihtiyaçlarına ilişkin görüşleri. *Kalem Eğitim İnsan Bilimleri Dergisi*, 12, 521-546.

- Dursun, A. ve Çapan, B. E. (2018). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ve psikolojik ihtiyaçlar. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 128-140.
- Ekşi, H. ve Ümmet, D. (2018). Temelleri ve uygulamalarıyla iş ahlakı. N. Erdoğan, Ö. Torlak, K. Bilgin Tiriyaki (Ed.) *Psikoloji ve ahlak içinde* (326-354). İstanbul: İGİAD yayınları.
- Ekşi, H. ve Çiftçi, M. (2017). Lise öğrencilerinin problemli internet kullanım durumlarının dinî inanç ve ahlaki olgunluk düzeylerine göre yordanması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 4(2), 181-206.
- Elevli, S. (2019). *Ergenlerde ebeveyn kabul-red algısı ile red duyarlılığı, sosyal kaygı, yalnızlık, duygu düzenleme güçlüğü ve problemli internet kullanımı arasındaki ilişkinin incelenmesi: Karma desenli bir çalışma*. Yayımlanmamış doktora tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Ennaco, D. T. (2020). *The Relationship Between Resilience, Trauma, PTSD, PTG and Individual Virtues*. Yayımlanmamış doktora tezi. Alliant International University, Faculty of the California School of Professional Psychology, Los Angeles.
- Ercoşkun, M. H. ve Nalçacı, A. (2005). Öğretimde psikolojik ihtiyaçların yeri ve önemi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (11), 353-370.
- Erdem, A. (2017). *Kontrollü internet kullanımı psikoeğitim programının üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanımlarına etkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Eren, A. (1994). *Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Ergin, D. A. (2018). Problematic internet usage: why and how often do adolescents use internet?. *International Journal of Arts and Social Science*, 1(3), 46-55.

- Erkan, S. (2019). *Erişkinlerde bulunan anne baba tutumu, benlik saygısı ve problemli internet kullanımı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erwin, J.C. (2003). Giving students what they need. *Educational Leadership*, 61 (1), 19-24.
- Eryılmaz, A. (2010). Yeniden gözden geçirme: Pozitif psikoterapi ve gelişimsel rehberlik bağlamında ergenler için amaçları genişletme programı. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(20), 53-66.
- Eryılmaz, A. (2012). Amaçlar: ruh ve beden sağlığını korumanın önemli bir aracı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 428-448.
- Eşici, H. (2014). *Romantik ilişki kalitesinin erken dönem uyumsuz şemalar, bağlanma ve psikolojik ihtiyaçlar açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Eyyüpoğlu, E. ve Özbay, Y. (2018). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirtilerinin psikolojik ihtiyaçlar açısından incelenmesi. *Education Sciences*, 13(4), 121-131.
- Faustino, B., Vasco, A. B., Silva, A. N. ve Marques, T. (2020). Relationships between emotional schemas, mindfulness, self-compassion and unconditional self-acceptance on the regulation of psychological needs. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*, 23(2).
- Fernandes, B., Maia, B. R. ve Pontes, H. M. (2019). Internet addiction or problematic internet use? Which term should be used? *Psicologia USP*, 30.
- Ferragut, M., Blanca, M. J. ve Ortiz-Tallo, M. (2014). Psychological virtues during adolescence: A longitudinal study of gender differences. *European Journal of Developmental Psychology*, 11(5), 521-531.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS statistics*. London: Sage.
- Fleming, D. A. (2005). Futility: revisiting a concept of shared moral judgment. *HEC F.*, 17, 260.

- Fowers, B. J. (2012). Placing virtue and the human good in psychology. *Journal of Theoretical and Philosophical Psychology*, 32(1), 1.
- Frey, L. M. ve Wilhite, K. (2005). Our five basic needs: Application for understanding the function of behavior. *Intervention in School and Clinic*, 40(3), 156-160.
- Frey, L. M., ve Wilhite, K. (2005). Our five basic needs: Application for understanding the function of behavior. *Intervention in School and Clinic*, 40(3), 156-160.
- Fromm, E. (1994). *Erdem ve Mutluluk* (çev. Ayda Yörükan). Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Genç, Y., Durğun, A., Kara, H. Z. ve Çakır, R. (2018). İnternet Kullanımının Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Algılarına Etkileri. *Akademik İncelemeler Dergisi*, 13(2), 301-336.
- George, D. ve Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference*. Boston: Pearson.
- Ghasemi, A. ve Zahediasl, S. (2012). *Normality tests for statistical analysis: a guide for non-statisticians*. International journal of endocrinology and metabolism, 10(2), 486-489.
- Glasser, W. (1999). *Kişisel Özgürlüğün Psikolojisi* (çev. Müge İzmirli). Hayat Yayıncılık.
- Goldberg, I. (1996). *Internet addiction disorder*. En el Congreso Mundial de Psiquiatras'da sunuldu, Madrid, İspanya.
- Gök, F. (2017). *Lise öğrencilerinde akran zorbalığına maruz kalma: Temel psikolojik ihtiyaçlar ve anne-babaya duygusal erişilebilirlik*. Yayımlanmış yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Griffiths, M. D., Davies, M. N. ve Chappell, D. (2003). Breaking the stereotype: The case of online gaming. *CyberPsychology ve Behavior*, 6(1), 81-91.
- Grohol, J. M. (1999). Too much time online: Internet addiction or healthy social interactions?. *CyberPsychology & Behavior*, 2(5), 395-401.

- Gross, E. F. (2004). Adolescent Internet use: What we expect, what teens report. *Journal of applied developmental psychology*, 25(6), 633-649.
- Gross, E. F. (2004). Adolescent Internet use: What we expect, what teens report. *Journal of applied developmental psychology*, 25(6), 633-649.
- Gül-Bayoğlu, S. (2019). *Ergenlerde olumsuz ebeveyn stilleri ile problemli internet kullanımı arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçlar ve duygu düzenleme güçlüğüünün aracılık rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Güldal, Ş. (2019). *Bilinçli farkındalık temelli ergenlere yönelik psikoeğitim programının karakter güçleri, bilinçli farkındalık ve akademik başarı gelişimine etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Güloğlu, B. ve Aydın, G. (2001). Coopersmith özsaygı envanterinin faktör yapısı. *Eğitim ve Bilim*, 26(122).
- Gültekin, F. (2008). *Psikoloji, rehberlik ve psikolojik danışma, sosyal hizmet öğrencilerinde üniversite eğitiminin ahlaki yargı yeteneğine etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gümüş, A., Şıpkın, S., Tuna, A. ve Keskin, G. (2015). Üniversite öğrencilerinde problemli internet kullanımı, şiddet eğilimi ve bazı demografik değişkenler arasındaki ilişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 14(6), 460–467. DOI: 10.5455/pmb.1-1433229022
- Gündoğdu, R. ve Yavuzer, Y. (2012). Öğretmen adaylarının öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaçlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(23), 115-131.
- Günüç, S. ve Doğan, A. (2013). The relationships between Turkish adolescents' Internet addiction, their perceived social support and family activities. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2197-2207.

- Gürçan, N. (2010). *Ergenlerin problemlili internet kullanımları ile uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Hah Wah, E. L. (1985). A measure of self-esteem in Singapore secondary schools. *Singapore Journal of Education*, 7(1), 22-26.
- Halkacıoğlu, T. (2019). *Sosyal fobi belirtileri ile problemlili internet kullanımı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Halmatov, S. (2007). *Türkiye’de eğitim görmekte olan yabancı uyruklu öğrenciler ile TC uyruklu öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Hamurcu, H. (2011). *Ergenlerin yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluşlarını yordamada psikolojik ihtiyaçlar*. Yayınlanmamış doktora tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Heintz, S., Kramm, C. ve Ruch, W. (2019). A meta-analysis of gender differences in character strengths and age, nation, and measure as moderators. *The Journal of Positive Psychology*, 14(1), 103-112.
- Husain, W. (2022). Women are the better halves: gender-based variations in virtues and character strengths. *Journal of Human Values*, 28(2), 103-114.
- İskender, M. ve Akin, A. (2011). Self-compassion and internet addiction. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 10(3), 215-221.
- İlhan, T. (2009). *Üniversite öğrencilerinin benlik uyumu modeli: yaşam amaçları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş*. Yayınlanmamış doktora lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İlhan, T. ve Özbay, Y. (2010). Yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(34), 109-118.

- Jeste, D. V., Ardelt, M., Blazer, D., Kraemer, H. C., Vaillant, G. ve Meeks, T. W. (2010). Expert consensus on characteristics of wisdom: A Delphi method study. *The gerontologist*, 50(5), 668-680.
- Kabakçı, Ö. F. (2013). *Karakter güçleri açısından pozitif gençlik gelişiminin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kabakçı, Ö. F. (2016). Karakter güçleri ve erdemli oluş: Güçlü yanlara-dayalı psikolojik danışma ve değerler eğitimine yeni bir yaklaşım. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 25-40.
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *Psychometrika*, 39(1), 31-36.
- Kapudere, B. (2020). *Üniversite öğrencilerindeki problemlili internet kullanımı, algılanan anne baba tutumları ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Karasar, N. (1995). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kaya, D. (2018). Examining the basic psychological needs of middle school students on mathematics. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 19(1), 15-30.
- Kaye, B. K. ve Johnson, T. J. (2002). Online and in the know: uses and gratifications of the web for political information. *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 46 (1), 54-71.
- Kaygusuz, C. (2013). *Psikolojik ihtiyaçlar ve internet bağımlılığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kesici, A. (2018). Lise öğrencilerinin sorumluluk düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 38(3), 965-985.

- Kılınç, İ. ve Gündüz, Ş. (2017). Lise öğrencilerinin siber duyarlılık, internet bağımlılığı ve insani değerlerinin incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 261-283.
- Kırık, A. M. ve Köyüstü, S. (2018). Z kuşağı konusunda yapılmış tezlerin içerik analizi yöntemiyle incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 6 (2), 1497-1518.
- Kim, J.-U. (2008). The effect of a R/T group counseling program on the Internet addiction level and self-esteem of Internet addiction university students. *International Journal of Reality Therapy*, 27(2), 4-12.
- King, D. L., Delfabbro, P. H., Billieux, J. ve Potenza, M. N. (2020). Problematic online gaming and the COVID-19 pandemic. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(2), 184-186.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Chen, C. C., Chen, S. H. ve Yen, C. F. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *The Journal of nervous and mental disease*, 193(4), 273-277.
- Koç, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(17), 231-238.
- Kolan, H. I. ve Dinçer, B. (2021). The Predictive Power of Problematic Internet Use on Learning Responsibility of High School Students. *Psycho-Educational Research Reviews*, 128-142.
- Korkmaz, S.(2019). *Siber zorbalık ve mağduriyet, problemli internet kullanımı ve dindarlık ilişkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kormas, G., Critselis, E., Janikian, M., Kafetzis, D. ve Tsitsika, A. (2011). Risk factors and psychosocial characteristics of potential problematic and problematic internet use among adolescents: a cross-sectional study. *BMC public health*, 11(1), 1-8.

- Kök, M. ve Akpınar, M. (2018). Ergenlerde problemli internet kullanımı ile öznel iyi oluş ilişkisinin incelenmesi. *Turan: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 10(40), 527.
- Köse, D., Çınar, N. ve Akduran, F. (2012). Hemşirelik öğrencilerinde internet bağımlılığının kişilik özellikleri ve zaman yönetimi ile ilişkisi. *Sakarya University Journal of Science*, 16(3), 227-233.
- Kuss, D. J., Van Rooij, A. J., Shorter, G. W., Griffiths, M. D. ve Van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 1987-1996.
- Kuzucu, Y. ve Şimşek, Ö. F. (2013). Self-determined choices and consequences: The relationship between basic psychological needs satisfactions and aggression in late adolescents. *The Journal of general psychology*, 140(2), 110-129.
- Lerner, R. M., Boyd, M. J. ve Du, D. (2010). Adolescent development. *The corsini encyclopedia of psychology*, 1-2.
- Lian, L. (2018). Alienation as mediator and moderator of the relationship between virtues and smartphone addiction among Chinese university students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 16(5), 1208-1218.
- Lian, L. ve You, X. (2017). Specific Virtues as Predictors of Smartphone Addiction among Chinese Undergraduates. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 36 (2), 376-384. DOI:10.1007/s12144-017-9612-x.
- Lian, L., You, X., Huang, J. ve Yang, R. (2016). Who overuses smartphones? Roles of virtues and parenting style in smartphone addiction among Chinese college students. *Computers in Human Behavior*, 65, 92-99.
- Lickona, T. (1997). The teacher's role in character education. *Journal of Education*, 179(2), 63-80.

- Linley, P. A., Maltby, J., Wood, A. M., Joseph, S., Harrington, S., Peterson, C. ve Seligman, M. E. (2007). Character strengths in the United Kingdom: The VIA inventory of strengths. *Personality and individual differences*, 43(2), 341-351.
- Liu, J. D. ve Chung, P. K. (2016). Students' perceived autonomy support and psychological needs satisfaction in physical education and exercise intrinsic motivation. *Journal of Sport Behavior*, 39(4).
- Mameghani, S. S., Taşan, D. ve Saylan, E. (2020). Üniversite öğrencilerinin öz-şefkat, hasbılık ve affetme düzeylerinin incelenmesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 12(2), 220-244.
- Maslow, A. H. (1970). *Maslow Motivation And Personality*. New York: Harper & Row, Publishers.
- Mayers, A. (2013). *Introduction to statistics and SPSS in psychology*. Harlow: Pearson Education Limited.
- McCullough, M. ve Snyder, C. R. (2000). Classical source of human strength: Revisiting an old home and building a new one. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19, 1–10.
- McKnight, P. E. ve Kashdan, T. B. (2009). Purpose in life as a system that creates and sustains health and well-being: An integrative, testable theory. *Review of General Psychology*, 13, 242–251.
- McLeod, S. (2007). Maslow's hierarchy of needs. *Simply psychology*, 1(1-18).
- Meral, D. ve Bahar, H. H. (2016). Ortaöğretim öğrencilerinde problemlili internet kullanımının yalnızlık ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi. *Journal of Education Faculty*, 18(2), 1117-1134.
- Mergler, A. ve Shield, P. (2016). Development of the Personal Responsibility Scale for adolescents. *Journal of Adolescence*, 51, 50-57.
- Mergler, A., Spencer, F. H. ve Patton, W. (2007). Relationships between personal responsibility, emotional intelligence, and self-esteem in adolescents and young adults. *The Educational and Developmental Psychologist*, 24(1), 5-18.

- Mete, C. (2006). *İlköğretim okullarında çalışan öğretmenlerin kişilik özellikleri ile iş tatminleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Mevlüt, K. ve Aydın, C. Üniversite öğrencilerinin dini inanç ile ahlaki olgunluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 30(30), 15-42.
- Misztal, M. L. (2010). Abject poverty to self-sufficiency: The integration of choice theory and reality therapy into a program developed to eradicate poverty. *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*, 29(2), 59.
- Morahan-Martin, J.ve Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in human behavior*, 16(1), 13-29.
- Mottram, A. J. ve Fleming, M. J. (2009). Extraversion, impulsivity, and online group membership as predictors of problematic Internet use. *Cyberpsychology & behavior*, 12(3), 319-321.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality: a clinical and experimental study of fifty men of college age*. New York: Oxford University Press.
- Nam, M. J. ve Cho, Y. M. (2018). The Effect of basic psychological needs and wisdom on successful aging in the elderly. *Korean Journal of Adult Nursing*, 30(1), 70-78.
- Nam, M. ve Cho, Y. (2018). The effect of basic psychological needs and wisdom on successful aging in the elderly. *Korean Journal of Adult Nursing*, 30(1), 70-78.
- Nazik, F ve Güneş, G. (2019). Üniversite öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *Cukurova Medical Journal*, 44, 41-48.
- Nazir, T. ve Bulut, S. (Editör). (2020). *Pozitif Psikoloji*. Ankara: Nobel.
- Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and identity*, 2(3), 223-250.

- Neto, J., Neto, F. ve Furnham, A. (2014). Gender and psychological correlates of self-rated strengths among youth. *Social Indicators Research*, 118(1), 315-327.
- Nigar, F. (2014). *Ortaokul öğrencileri ile yatılı bölge ortaokul öğrencilerinin öznel iyi oluş ve temel psikolojik ihtiyaçları düzeyinin karşılaştırması* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Ocak, H. (2011). Bir ahlak felsefesi problemi olarak erdem kavramına yüklenen anlamın İlkçağ'dan Ortaçağ'a evrimi. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (11), 79-101.
- Odacı, H. ve Çıkrıkçı, Ö. (2017). Problemlili internet kullanımında depresyon, kaygı ve stres düzeyine dayalı farklılıklar. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 4(1), 41-61.
- Oktan, V. (2015). Üniversite öğrencilerinde problemlili internet kullanımı, yalnızlık ve algılanan sosyal destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 281-292.
- Okur, S.(2019). *Lise Öğrencilerinin Temel Psikolojik İhtiyaçları İle Problemlili İnternet Kullanımları Arasındaki İlişkide Yaşam Doyumunun Aracılık Rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Orkibi, H. ve Ronen, T. (2017). Basic psychological needs satisfaction mediates the association between self-control skills and subjective well-being. *Frontiers in psychology*, 8, 936.
- Ögel, K. (2020). *İnternet bağımlılığı*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Öksüz, Ö. (2019). *Cinsiyetin internet bağımlılığı, problemlili internet kullanımı, siber zorbalık ve siber mağduriyet değişkenleri üzerine etkisi: bir meta-analiz çalışması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Önal, Ş. H. (2005). *Bir sorumluluk eğitim programının lise dokuzuncu sınıf öğrencilerinin sorumluluk düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Özdemir, E. Z. (2015). *Bir lisede öğrenim görmekte olan adölesanların benlik saygısının ve anne baba tutumunun problemli internet kullanımına etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.
- Özel, E. ve Deniz, Ş. (2019). “Tık” ve “Etik” Arasında Sıkışan Gazetecilik: İnternet Gazeteciliğinin Ortaya Çıkardığı Yeni Etik Sorunlar Ve Gazetecilerin Konuya Bakış Açısı Üzerine Bir Araştırma. *Erciyes İletişim Dergisi*, 6(1), 443-466.
- Özen, E. (2018). *Yarık damak-dudak tanılı ergenlerde psikiyatrik komorbidite, psikolojik profilin belirlenmesi ile problemli internet kullanımı ve geleneksel-siber zorbalık-mağduriyet ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış uzmanlık tezi. Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi, Isparta.
- Özteke H. İ., Baloğlu M., Kesici Ş. ve Arpacı İ. (2019). The role of personality and psychological needs on the problematic internet use and problematic social media use. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(2), 203 – 219. DOI: 10.15805/addicta.2019.6.2.0029.
- Öztürk, E. ve Özmen-Kaymak, S. (2011). Öğretmen adaylarının problemli internet kullanım davranışlarının, kişilik tipi, utangaçlık ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(4), 1785-1808.
- Özyürek, A. ve Basar, G. (2021). Ergenlerde Ahlaki Olgunluk, Aile Aidiyeti ve Ergen-Ebeveyn İlişkilerinin İncelenmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 10(1), 247-265.
- Paker, K. (2011). Postmodern bilgelik: yeni çağ söylemde kişisel gelişim ve ruhsal araştırmalar. *Psikoloji Çalışmaları*, 31, 65-104.
- Papacharissi, Z.ve Rubin, A. M. (2000). Predictors of internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media* 44 (2), 175-196.

- Park, I. (2004). Internet usage of Korean and American Students: a uses and gratifications approach. Yayınlanmamış doktora tezi. The Faculty of Southern Mississippi, UMI Dissertation Information Service, Mississippi.
- Parladıcı, R.M. (2020). *Ergenlerde problemli internet kullanımı, saldırganlık ve olumlu sosyal davranış arasındaki ilişkinin incelenmesi: ahlaki uzaklaşmanın aracı rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Peker, A. (2013). *İnsani değerler yönelimli psiko-eğitim programının problemli internet kullanımı ve siber zorbalık üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Petersen, A. C. (1988). Adolescent development. *Annual review of psychology*, 39(1), 583-607.
- Polat, H., Kök. B ve Tekeli, M. R. (2020). 12-18 yaş arası çocuklarda sorunlu internet kullanımı. *Bağımlılık Dergisi*, 20(2), 61-71.
- Pontes, H. M., Caplan, S. E. ve Griffiths, M. D. (2016). Psychometric validation of the generalized problematic Internet use scale 2 in a Portuguese sample. *Computers in Human Behavior*, 63, 823-833.
- Prentice, M., Jayawickreme, E., Hawkins, A., Hartley, A., Furr, R. M. ve Fleeson, W. (2018). Morality as a basic psychological need. *Social Psychological and Personality Science*, 10(4), 449-460.
- Reisoğlu, İ., Gedik, N. ve Göktaş, Y. (2013). Öğretmen adaylarının özsaygı ve duygusal zekâ düzeylerinin problemli internet kullanımıyla ilişkisi. *Eğitim ve Bilim*, 38(170).
- Root Luna, L. M., Van Tongeren, D. R. ve Witvliet, C. V. (2017). Virtue, positive psychology, and religion: Consideration of an overarching virtue and an underpinning mechanism. *Psychology of Religion and Spirituality*, 9(3), 299-302. DOI:10.1037/rel0000127.

- Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. New York: Guilford Publications.
- Ryan, R. M. ve Deci, E.L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.
- Ryan, R. M., Rigby, C. S. ve Przybylski, A. (2006). The motivational pull of video games: A self-determination theory approach. *Motivation and emotion*, 30(4), 344-360.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. DOI:10.1037/0022-3514.57.6.1069.
- Ryff, C. D. ve Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. DOI:/10.1037/0022-3514.69.4.719.
- Ryff, C. D. ve Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9(1), 13-39.
- Saruhan, Y. (2019). *Lise öğrencilerinin problemli internet kullanımı ile karakter güçleri ve akademik başarı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Say, G. (2016). *Problemli internet kullanımı ile ilişkili bazı değişkenler: ebeveyn-ergen ilişki niteliği, yalnızlık, öfke ve problem çözme becerileri*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Seligman, M. E. ve Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: An introduction. In *Flow and the foundations of positive psychology*. Springer, Dordrecht. 279-298. DOI: 10.1007/978-94-017-9088-8_18.

- Sever, G. (2021). Ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçları ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki. *Kuram ve Uygulamada Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1), 40-52.
- Shafie, A. A., Kahar, N. F., Anuar, M. K., Rahimi, B. ve Ahmad, R. B. (2019). The Effectiveness of Reality Group Counseling Therapy in Enhancing Multiple Intelligence among Malaysian Students with the Tendency of Problematic Internet Use (PIU). *International Journal Of Academic Research In Business And Social Sciences*, 9(6).
- Sheldon, K. M. ve Bettencourt, B. A. (2002). Psychological need-satisfaction and subjective wellbeing within social groups. *British Journal of Social Psychology*, 41(1), 25-38.
- Sheldon, K. M. ve Lyubomirsky, S. (2006). How to increase and sustain positive emotion: The effects of expressing gratitude and visualizing best possible selves. *Journal of Positive Psychology*, 1, 73-82.
- Shen, C. X., Liu, R. D. ve Wang, D. (2013). Why are children attracted to the Internet? The role of need satisfaction perceived online and perceived in daily real life. *Computers in human behavior*, 29(1), 185-192.
- Sherry, J. L. (2001). The effects of violent video games on aggression: A meta-analysis. *Human communication research*, 27(3), 409-431.
- Sırakaya, M. ve Seferoğlu, S. S. (2013). Öğretmen adaylarının problemli internet kullanımlarının incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-1), 356-368.
- Smahel, D., Brown, B. B. ve Blinka, L. (2012). Associations between online friendship and Internet addiction among adolescents and emerging adults. *Developmental psychology*, 48(2), 381.
- Somer, O. (1998). Türkçe’de kişilik özelliğı tanımlayan sıfatların yapısı ve beş faktör modeli. *Türk Psikoloji Dergisi*, 13(42), 17-32.

- Song, I., Larose, R., Eastin, M. S., ve Lin, C. A. (2004). Internet gratifications and Internet addiction: On the uses and abuses of new media. *Cyberpsychology & behavior*, 7(4), 384-394.
- Staudinger, U. M.ve Glück, J. (2011). Psychological wisdom research: Commonalities and differences in a growing field. *Annual review of psychology*, 62, 215-241.
- Steen, T. A., Kachorek, L. V. ve Peterson, C. (2003). Character strengths among youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(1), 5–16.
- Steinberg, L. (2007). *Özerklik*. (çev. T. Şener). F. Çok (Ed.), *Ergenlik içinde* (s. 333-363). Ankara: İmge Yayınevi.
- Stephens, D. G. (2009). *A correlational study on parental attachment and moral judgment competence of millennial generation college students*. Yayımlanmamış doktora tezi. Faculty of The Graduate College at the University of Nebraska, Lincoln
- Subrahmanyam, K. ve Greenfield, P. (2008). Online communication and adolescent relationships. *The future of children*, 119-146.
- Suler, J. R. (1999). To get what you need: healthy and pathological Internet use. *Cyberpsychology & Behavior*, 2(5), 385-393. DOI: 10.1089/cpb.1999.2.385.
- Şahan, E. (2011). *İlköğretim 5. ve 8. sınıf ders programlarındaki sorumluluk eğitime dönük kazanımların gerçekleşme düzeyleri*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırşehir.
- Şahan, M. ve Çapan, B. E. (2017). Ergenlerin problemlili internet kullanımında kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların ve sosyal kaygının rolü. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(2), 887-913.
- Şahin, C., Aydın, D. ve Balay, R. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin eğitsel internet kullanımı ile internet bağımlılıklarının incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 481-497.
- Şengün, M. (2007). Ahlaki gelişimin psiko-sosyal dinamikleri. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 23(23), 201-221.

- Şimşek, H. ve Kara T. (2021). Ortaokul öğrencilerinin evrensel ahlâki değerlere uyma düzeylerinin sınıf ve cinsiyet değişkinleri açısından incelenmesi. *Uluslararası İnsan ve Sanat Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 69-83.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Boston, MA: Pearson.
- Tahiroglu, A. Y., Celik, G. G., Uzel, M., Ozcan, N. ve Avci, A. (2008). Internet use among Turkish adolescents. *CyberPsychology & Behavior*, 11(5), 537-543.
- Taneri, P. ve Tiryakioğlu, Ö. (2015). Ortaokul 7 ve 8 Sınıf Öğrencilerinin Sorunlu İnternet Kullanımı ve Anne Baba Tutumları İlişkisinin İncelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 40, 205-223.
- Tanrikulu, T., Öztürk, R. ve Yeşil, E. (2015). Ergenlerde sosyal ağ bağımlılığı ve temel ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Psikolojik Danışma ve Eğitim Dergisi*, 1(2), 22-30.
- Tatlılıoğlu, K. (2013). Beş faktör kişilik kuramı bağlamında kişilik kavramına genel bir bakış. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (BUSBED)*, 3 (6), 128-146.
- Tay, L. ve Diener, E. (2011). Needs and subjective well-being around the world. *Journal of personality and social psychology*, 101(2), 354.
- Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlamlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu* Yayınlanmış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Toraman, M. (2013). *İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin ortaöğretim öğrencilerinin akademik başarıları ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Fırat Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Tsai, H. F., Cheng, S. H., Yeh, T. L., Shih, C. C., Chen, K. C., Yang, Y. C. ve Yang, Y. K. (2009). The risk factors of Internet addiction—a survey of university freshmen. *Psychiatry research*, 167(3), 294-299.

- Tunçtürk, M. (2019). *İnternet oyunu oynama bozukluğu olan ergenler ile problemi. İnternet kullanımı olan ergenlerin siber zorbalık, saldırganlık ve yalnızlık parametreleri. Acısından karşılaştırılması*. Yayınlanmamış uzmanlık tezi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul.
- Türk Dil Kurumu. (2011). *Türkçe sözlük* (11. bs.). Ankara: Türk Dil Kurumu.
- Türkçapar, Ü. ve Yasul, Y. (2020) Investigation of the Basic Psychological Needs of Physical Education and Sports School Students According to Several Variables. *The Journal of Eurasia Sport Sciences and Medicine*, 2(2), 33-40.
- Türkdoğan, T. (2010). *Üniversite öğrencilerinde temel ihtiyaçların karşılanma düzeyinin öznel iyi oluş düzeyini yordamadaki rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2020). Hane halkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?P=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?P=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679). html adresinden alınmıştır.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2021). Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Survey-on-Information-and-Communication-Technology-\(ICT\)-Usage-in-Households-and-by-Individuals-2021-37437](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Survey-on-Information-and-Communication-Technology-(ICT)-Usage-in-Households-and-by-Individuals-2021-37437) adresinden alınmıştır.
- Türkoğlu, S. (2013). *Ergenlerin problemleri internet kullanımları ile siber zorbalık eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Uz- Baş, A., Öz- Soysal, F.S ve Aysan F. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Problemleri İnternet Kullanımının Psikolojik İyi-Oluş ve Sosyal Destek ile İlişkisi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 1035-1046.
- Üçkardeş, F., Şahinler, S. ve Efe, E., (2010). Aykırı gözlemlerin belirlenmesinde kullanılan bazı istatistikler. *KSÜ Doğa Bilimleri Dergisi*, 13 (1): 42-45.

- Üstündağ, A. (2022). Ergenlerin instagram bağımlılık düzeyleri ile psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*, 23(1), 8-21.
- Valkenburg, P. M. Ve Peter, J. (2007). Online communication and adolescent well-being: Testing the stimulation versus the displacement hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12(4), 1169-1182.
- Wan, C. S., ve Chiou, W. B. (2006). Why are adolescents addicted to online gaming? An interview study in Taiwan. *Cyberpsychology & behavior*, 9(6), 762-766.
- Wong, T. Y., Yuen, K. S. ve Li, W. O. (2015). A basic need theory approach to problematic Internet use and the mediating effect of psychological distress. *Frontiers in psychology*, 5, 1562.
- Wu, Y. T. ve Tsai, C. C. (2006). University students' internet attitudes and internet self-efficacy: a study at three universities in Taiwan. *Cyberpsychology & behavior*, 9(4), 441-450.
- Wubbolding, R. E. (2015). *Gerçeklik terapisi* (çev. E. E. Türkeri). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Xiuqin, H., Huimin, Z., Mengchen, L., Jinan, W., Ying, Z. ve Ran, T. (2010). Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with Internet addiction disorder. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(4), 401-406.
- Yaman, Z., Boğahan, M., Türkleş, S., Elif, A. K., Hatice, E. K. T. İ. ve Özalp, D. (2022). Hemşirelik öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile bilinçli farkındalık ve öz şefkat düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *YOBÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 3(2), 219-229.
- Yalçın-Çınar, Ç. ve Mutlu, E. (2019). İnternet bağımlılığının benlik saygısı, dikkat, gelişmeleri kaçırma korkusu, yaşam doyumu ve kişilik özellikleri ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 20(3), 133-142.

- Yastioğlu, S., Alparslan, A. M. ve Günay, A. (2019, Mayıs). *Lider karakteristiğini yordayan erdemler: özel sektör yöneticilerinde bir araştırma*. 18. Uluslararası İşletmecilik Kongresi'nde sunuldu, Osmaniye.
- Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, 74-85.
- Yaumas, N. E. ve Syafril, S. (2019). Attitude of Responsibility of Prospective Counselors in Utilizing Internet Technology. *Konseli: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 6(2), 175-182.
- Yavuzarsalan- Gök, A. (2017). *Ergenlerde problemli internet kullanımı, kullanımı, kişilik özellikleri ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yellowlees, P. M. ve Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction?. *Computers in human behavior*, 23(3), 1447-1453.
- Yıldırım, E. (2020). *Üniversite öğrencilerinde narsistik kişilik eğilimi ve sosyal görünüş kaygısı: Problemli internet kullanımının etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırıkkale.
- Yılmaz, E., Şahin, Y. L., Haseski, H. İ. ve Erol O. (2014). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi: Balıkesir ili örneği. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 133-144.
- Yılmaz, M. F. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşlarının problemli internet kullanımı ve bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Yılmaz, N. (2016). *Ergenlerde problemli internet kullanımının yordayıcıları olarak stresle başa çıkma ve kişilik özellikleri*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Yorgun, A. ve Voltan-Acar, N. (2014). Gerçeklik terapisinin Türk kültürüne uygulanabilirliği: Kültür açısından eleştirel bakış. *Eğitim ve Bilim*, 39(175).
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(3), 237-244. DOI: 10.1089/cpb.1998.1.237.
- Zhang, M. X., Wang, X., Shu, M. Y. ve Wu, A. M. (2019). Purpose in life, social support, and internet gaming disorder among Chinese university students: A 1-year follow-up study. *Addictive behaviors*, 99, 106070.
- Zhang, Y., Yang, Z., Duan, W., Tang, X., Gan, F., Wang, F. ve Wang, Y. (2014). A preliminary investigation on the relationship between virtues and pathological internet use among Chinese adolescents. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 8(1), 8.
- Zorbaz, O. (2013). *Lise öğrencilerinin problemli internet kullanımının sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

EKLER

Ek 1. Araştırmada Uygulanan Ölçme Araçları

Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz?	☐ Kız	☐ Erkek
2. Yaşınız?		
3. Sınıfınız?	☐ 9. Sınıf	☐ 10. Sınıf ☐ 11. Sınıf ☐ 12. Sınıf
4. Okuduğunuz okul türü?	☐ Fen Lisesi ☐ Sosyal Bilimler Lisesi ☐ Anadolu Lisesi ☐ Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ☐ Anadolu İmam-Hatip Lisesi	
5. Kaç kardeşiniz var?	☐ Tek Çocuğum ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ve Üzeri	
6. Annenizin eğitim durumu?	☐ Okur Yazar Değil ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Lisansüstü	
7. Babanızın eğitim durumu?	☐ Okur Yazar Değil ☐ İlkokul ☐ Ortaokul ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Lisansüstü	
8. Evde internet bağlantınız var mı?	☐ Evet ☐ Hayır	
9. Online dersler dışında internete bağlanma şekliniz?	☐ Telefon ☐ Tablet ☐ Bilgisayar	
10. Online dersler dışında internette günlük kaç saat geçiriyorsunuz?	☐ Hiç ☐ 0-2 Saat ☐ 2-4Saat ☐ 4-6 Saat ☐ 6 Ve Üzeri Saat	
11. Online dersler dışında interneti temel kullanım amacınız hangisidir?	☐ Eğitim/ Ödev ☐ Müzik Dinleme ☐ Sohbet /İletişim Kurma ☐ Eğlenmek ☐ Haber Takibi ☐ Film İzleme ☐ Paylaşım yapma ☐ Oyun ☐ Sosyal Paylaşım Sitelerini Takip ☐ Yeni arkadaşlar edinme ☐ Alışveriş ☐ Araştırma	
12. Hangi sosyal medya platformlarında hesabınız bulunmaktadır?		
13. İnternette en çok hangi alanda paylaşım yaparsınız?	☐ Fotoğraf ☐ Video ☐ Müzik ☐ Şiir/Söz	
14. En çok zaman geçirdiğiniz profilinizde arkadaş/ takipçi sayısınız?	☐ 0-100 ☐ 100-250 ☐ 250-500 ☐ 500 ve üzeri	
15. Online dersler dışında internete en çok hangi zaman diliminde bağlanıyorsunuz?	☐ Sabah ☐ Öğle ☐ Akşam ☐ Gece	

Ek 2. Ölçme Araçları Kullanım İzni

Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen Formu (PIKÖ-E) izin yazısı

Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (PIÖ) izin yazısı

Kişisel Erdemler Ölçeği (KEÖ) izin yazısı

Ek 3. Araştırma Uygulama İzin Belgesi

Ek 4. Yazarın Özgeçmişı