



T.C. İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ERGENLERDE OTANTİKLİK, TEMEL
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR VE YOUTUBE
KULLANIMININ İNTERNET BAĞIMLILIĞI
İLE İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Esin Erol

165180116

Danışman: Dr, Öğr. Üyesi Ahmet Sapancı

İstanbul

2019

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezimi olan ‘Ergenlerde İnternet bağımlılığı ve Youtube’un Otantiklik ile Temel Psikolojik İhtiyaçlar üzerindeki etkisi’ isimli çalışmamın, bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak şahsım tarafımdan yazıldığını, faydalandığım bütün eserlerin kaynakçada belirtildiğini ve eserleri kullandığım her yerde atıfta bulunduğumu belirtir ve onurumla doğrularım.

ESİN EROL

ÖNSÖZ

İnternet bağımlılığının otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar üzerindeki etkisini araştırdığım bu çalışmanın ileride konu ile ilgili diğer çalışmalara katkı sağlayacağını umuyorum. Öncelikle, tez yazma süresince beni destekleyen, tecrübesiyle bana yol gösteren, nazik, sabırlı ve anlayışlı tutumuyla motivasyonumu sürekli artıran saygıdeğer tez danışmanım sayın Dr. Ahmet Sapanıcı'ya içten dileklerle teşekkürlerimi sunarım.

Tüm hayatım boyunca yanımda olan, her konuda desteğini yürekten hissettiğim sevgili annem Melek EROL ve babam Hasan EROL'a, sevgili kardeşlerim Gizem ve Ece EROL'a, tez yazma süresi boyunca anlayışı, sabrı ve desteğinden dolayı eşim Şevki GÜNDEM'e sonsuz teşekkür ederim.

PSİKOLOG ESİN EROL

ERGENLERDE OTANTİKLİK, TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR VE YOUTUBE KULLANIMININ İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE İLİŞKİSİ

ÖZET

Bu araştırmanın temel amacı, ergenlerde youtube kullanımı, otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Aynı zamanda Youtuber olmanın ergenlerde son zamanlarda neden bu kadar popüler olduğunu anlamaktır. Araştırmadaki katılımcılar İstanbul'da Beylikdüzü Kavram Temel Lisesi'nde okuyan 230 lise öğrencisi oluşmaktadır. Çalışmada Kişisel Bilgi Formu, Youtube Ölçeği, Otantiklik Ölçeği ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği kullanılan veri toplama araçlarıdır. Araştırmanın sonucunda elde edilen veriler SPSS-22 programı ile analiz edilmiştir. Gruplararası farkları belirlemek amacıyla Bağımsız Örneklem t-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırmanın değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla pearson korelasyonu kullanılmıştır. Değişkenlerin birbirini yordama gücünü elde etmek amacıyla Standart Çoklu regresyon analizi uygulanmıştır.

Araştırma sonucuna göre internet bağımlılığı yaygınlığı % 36.9 olarak bulunmuştur. İnternet bağımlılığının cinsiyete, yaşa ve sınıf düzeyine göre anlamlı yönde farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılırken internet günlük kullanım süresine göre anlamlı yönde farklılık gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır.

İnternet bağımlılığı ile otantiklik değişkeninin alt boyutlarında kendine yabancılaşma arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki ve internet bağımlılığı ile otantik yaşama

arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki bulunmuştur. Araştırmanın bulguları literatür penceresinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler : İnternet Bağımlılığı, Youtube Kullanımı, Otantiklik, Temel Psikolojik İhtiyaçlar

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNET ADDICTION AND AUTHENTICITY, USING YOUTUBE AND BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS IN ADOLESCENTS

The main purpose in this research is; using Youtube in adolescents, examination of the relationship between authenticity and basic psychological needs and internet addiction. An another purpose in this research is, why being a youtuber is very important for adolescents in recent years. Participants of this research consist of 230 high school students who are studying Beylikdüzü Kavram Basic High School in Istanbul. Data collection tools that are used in this research are; Personal Information Form, Youtube Scale, Authenticity Scale and Basic Psychological Needs Scale. The data which are obtained from end of the research were analyzed with SPSS-22 program.

Independent Sample t-test and One Way Analysis of Variance (ANOVA) were used to determine the differences between the groups. Peration correlation was used to determine the relationship between the variables of the study. Standard multiple regression was applied to determine the predictive power of the variables.

There was a positive relationship between internet addiction and self-alienation in the sub-dimensions of the authenticity variable and a negative relationship between internet addiction and authentic life. The findings of the study were discussed in the window of the literature.

Key Words: Internet Addiction, Using Youtube, Authenticity, Basic Psychological Needs

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	V
ÖZET.....	VI
ABSTRACT	VIII
İÇİNDEKİLER	X
TABLolar LİSTESİ.....	XIV
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	HATA! YER İŞARETİ TANIMLANMAMIŞ.
BÖLÜM I: GİRİŞ.....	1
1.1. Araştırmanın Problem Durumu.....	2
1.2. Araştırmanın Amacı.....	3
1.3. Araştırmanın Problem ve Hipotezleri	3
1.3.1 Problem Cümlesi.....	3
1.3.2 Hipotezler.....	4
1.4. Araştırmanın Önemi.....	4
1.5. Sayıtlar	4
1.6. Sınırlılıklar.....	5
1.7.Tanımlar.....	5
1.7.1. İnternet Bağımlılığı	5
1.7.2 Otantiklik.....	6
1.7.3 Temel Psikolojik İhtiyaçlar	6
BÖLÜM II: KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR ..	7

2.1. İnternet Bağımlılığı Kavramı.....	7
2.1.1.İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı.....	9
2.1.2. Ergenlerde İnternet Bağımlılığı.....	10
2.1.3. İnternet Bağımlılığı Modelleri.....	10
2.1.3.1 Kişilerarası İlişkiler Kuramı.....	11
2.1.3.2. Davis’ın Bilişsel Kuramı.....	11
2.1.3.3. Young Dört Kategori Kuramı.....	12
2.1.3.4. Suler’in İnternet Bağımlılığı Kuramı.....	13
2.2. Otantiklik.....	14
2.2.1. Otantiklik Modelleri.....	15
2.2.1.1. Kişi Merkezli Otantiklik Modeli.....	15
2.2.1.2. Çok Bileşenli Otantiklik Modeli.....	16
2.3. Temel Psikolojik İhtiyaçlar.....	17
2.3.1. İhtiyaç kavramı.....	17
2.3.2.1. Öz Belirleme Modeli.....	17
2.4. İnternet Bağımlılığı ile Demografik Değişkenler, Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Otantiklik İlişkisi ile İlgili Yapılan Çalışmalar	19
BÖLÜM III: YÖNTEM.....	24
3.1. Araştırmanın Modeli	24
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	24
3.3. Veri Toplama Araçları.....	26
3.3.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği.....	26
3.3.2. Youtube Ölçeği.....	26

3.3.3. Otantiklik Ölçeği.....	28
3.3.4. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği.....	29
3.3.5. Kişisel Bilgi Formu.....	30
3.4. Verilerin çözümlenmesi.....	300
BÖLÜM IV: BULGULAR.....	32
4.1. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular.....	32
4.2. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Sınıf Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular.....	33
4.3. Lise öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular.....	34
4.4. Lise öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Günlük İnternet Kullanım Sürelerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular.....	36
4.5. Lise Öğrencilerinin Youtube Kullanımı, Otantiklik ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeyleri ile İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular.....	37
BÖLÜM V:TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	41
5.1. Tartışma.....	41
5.2 Sonuç.....	46
5.3 Öneriler.....	46
KAYNAKLAR	49

EKLER.....	66
ÖZGEÇMİŞ.....	74

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1: Young'un İnternet Bağımlılığı Ölçütleri.....	8
Tablo 2: Örneklem gruba ait bilgiler.....	26
Tablo 3: Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeyleri.....	32
Tablo 4: Lise Öğrencilerinin Cinsiyete Göre İnternet Bağımlılıklarına Ait t Testi Sonuçları.....	33
Tablo 5: Sınıf Düzeyine Göre Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler.....	33
Tablo 6: Sınıf Düzeyine Göre lise öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Varyans Analizi Sonuçları.....	34
Tablo 7: Yaş Değişkenine Göre Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler.....	35
Tablo 8: Yaş Değişkenine Göre Lise öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Varyans Analizi Sonuçları.....	37
Tablo 9: Günlük internet kullanım sürelerine göre Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler.....	38
Tablo 10: Günlük internet kullanım sürelerine Göre Lise öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Varyans Analizi Sonuçları.....	38
Tablo 11: Lise Öğrencilerinin Youtube Kullanımı, Otantiklik ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeyleri ile İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular.....	40

Tablo 12. Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yordanmasına Yönelik Çoklu Regresyon Sonuçları.....	41
---	----

EKLER LİSTESİ

Ek 1. Demografik Bilgi Formu

Ek 2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Ek 3. Youtube Ölçeği

Ek 4. Otantiklik Ölçeği

Ek 5. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği

BÖLÜM I: GİRİŞ

21. yüzyılı değerlendirdiğimizde internet; tartışmasız kendini öne çıkaran önemli teknolojilerden biri olarak görünmektedir. İnternet kullanıcıları için elektronik posta kontrolü yapmak, gazetelere bakmak, sosyal medya araçlarında (youtube, instagram, facebook vb.) paylaşım yapmak, alışveriş işlemleri gerçekleştirmek , ve internet aracılığıyla oyun oynamak son zamanlarda sıradan ve alışılmış meşguliyetler haline dönüşmüştür. İnsanların yaşamında internetin çok önemli bir yerde olması ve internet teknolojisinin bu kadar hızla gelişmesi, sosyal yaşamlarında ciddi değişikliklere sebep olmaktadır (Zorbaz, 2013).

Günümüz teknolojilerinden bilgisayar ve internet kullanımı; hayatımızda istek duyulan bilgiye hemen ulaşabilme, bilgi aktarımını sağlayabilme gibi kolaylıklar sağlamanın yanında; sürekli internet kullanı ihtiyacından kaynaklanan çoğu problemi de yanında getirmektedir (Cengizhan, 2005).

Teknoloji çağı olarak nitelendirdiğimiz son dönemlerde, yaşamımızın vazgeçilmez parçaları bilgisayar ve internet kullanımı olmuştur. Ortaya çıkma sebebi olguya basit, ucuz, çabuk ve güvenilir şekilde ulaşmak ve iletişim yollarını güçlendirmek iken; son zamanlarda yeni bir tür olan internet bağımlılığına internetin tahmin edilenden daha çabuk yayılması, patolojik aşırı kullanımı neden olmuştur. Ülkemize bakıldığında internet bağımlılığı sorununun internet teknolojisine daha çok ilgi duyan gençlerde ve çocuklarda görüldüğü tespit edilmiştir (Arısoy 2009).

Yetişkinler çocuk ve ergenlere oranla bakıldığında çocukluk dönemlerinde teknolojiye daha az maruz kaldıklarından dolayı teknolojiyi çocuk ve ergenlerden daha kolay kontrol edebilmektedirler. Yeni dönem çocukları ve ergenleri ise doğdukları andan itibaren teknolojiyle bir arada büyüdüklerinden dolayı sağlıklı iletişim

kurabilmektedirler. Bu duruma etken olarak; şehir hayatının ortamının güvensizliği ve sokakta zaman geçirememeleriyle birlikte izole olan çocuklar kendilerini sanal olarak sokak ortamına taşıyabilen teknolojiye yönelmektedir.(Arnas 2005).

1.1. Araştırmanın Problem Durumu

Son zamanlarda hayatımıza yeni giren ve yarar sağlayan icatların ortaya çıkardıkları problemler de oluşmaktadır. Bu icatların başında gelen interneti insanların kullanımına bakıldığında ise bazı insanlar belli sınır ve amaç doğrultusunda kullanırken, bazıları ise sınır koymadan kullanabilmektedir (Sargın, 2013).

Young(1999) internet bağımlılığına ilişkin 8 kriterini patolojik kumar oynama kriterleriyle oluştururken; Goldberg (1995), ilk defa madde bağımlılığı kriterlerini kullanarak tanımlamıştır. Young(1999)'un sekiz kriteri aşırı internete bağlanma süresinde artışa ihtiyaç duyma, aşırı zihinsel uğraş, internet kullanımını azaltmaya yönelik başarısız girişimler, zamanı programlamada sorun yaşama,kullanımın azaltılması halinde yoksunluk belirtileri gösterme, internet kullanımının çevre ilişkilerine zarar vermesi, , internete bağlanıldığı süre içerisinde duygulanımda değişiklik meydana gelmesi, internete bağlanabilmek ve bağlı kalabilmek adına yalan söylemek/hırsızlık yapmak maddelerinden oluşmaktadır (Akt;Young 1999; Gönül, 2002).

Storm A. King (1996) internet sanal ortamdaki sanal iletişimin faydalarının; yabancı kişilerle kurulan kolay iletişim, insanların kendilerini abartılı bir şekilde farklı gösterme çabaları, kendilerine kısıtlama yapmadan duygu ve düşüncelerini özgür şekilde ifade edebilmeleri ve sanal paylaşım sitelerinde başka hesapları gözetleme imkanı bulduklarını dile getirmiştir. İnternetin avantajlarına bakıldığında temelde bir

karşılıklı sosyal etkilenme yer alır ve araştırmacılara göre internet bağımlılığının temelinde sosyalleşme ihtiyacının var olduğu düşünülmektedir (Akt; King 1996; Cengizhan, 2005). Bu durum internet bağımlılığının bireyin otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar ile ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. İlgili alan yazın ve ergenlik dönemi özellikleri dikkate alınarak yaptığımız araştırmada ergenlerin internet bağımlılığının otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar açısından incelenmesi, araştırmamızın problemini oluşturmaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı ergenlerde internet bağımlılığı ile otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar gibi değişkenlerin cinsiyet, yaş ve sınıf düzeyi gibi kişisel değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini hedeflenmektedir. Bu araştırmayla; internet bağımlılığını, otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar çerçevesinden değerlendirme konusundaki araştırma eksiğinin kapatılmasına destek vermek, ergenleri internet bağımlılığına iten durumların anlaşılmasına ve bu durumda ortaya çıkacak risk profiline katkı sağlamak amaçlanmaktadır. Araştırma sonuçları ışığında ergenleri internet bağımlılığından korumak adına geliştirilecek programların desteklenmesi hedeflenmektedir.

1.3. Araştırmanın Problemleri ve Hipotezler

Bu araştırmada internet bağımlılığı ile otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiyi incelemek için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

1.3.1 Problem Cümlesi

Ergenlerin youtube kullanım, otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar ile internet bağımlılığı arasında nasıl bir ilişki vardır?

1.3.3 Hipotezler

1. Ergenlerin internet bağımlılığı, cinsiyete göre farklılaşmaktadır.
2. Ergenlerin internet bağımlılığı, sınıf düzeyine göre farklılaşmaktadır.
3. Ergenlerin internet bağımlılığı, yaşına göre farklılaşmaktadır.
4. Ergenlerin internet bağımlılığı, interneti günlük kullanım sürelerine göre farklılaşmaktadır.
5. Ergenlerin youtube kullanımı, otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki vardır.
6. Ergenlerde Youtube kullanımı, otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar internet bağımlılığının anlamlı bir yordayıcısıdır.

1.4. Araştırmanın Önemi

Ergenler, internet bağımlılığı konusunda en önemli risk gruplarından biridir. İnternet bağımlılığı, akademik performansın düşmesi, ikili ilişkilerin bozulması, uyku problemleri gibi problemlere yol açmaktadır. Bu araştırmayla internet bağımlılığı olma ihtimali taşıyan öğrencilerin interneti problemleri kullanımından dolayı otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçları üzerinde bir etki edip etmediği tespit edilmiş olacaktır. Alan yazına bakıldığında bu üç değişkenin birlikte araştırıldığı çalışmaların sayısının az olmasının araştırmanın önemi olduğu düşünülmektedir. Örneklem sadece özel okulda öğrenim gören öğrencilerin olması ayrıca farklılık oluşturmaktadır.

1.5. Sayıtlar (Varsayımlar)

Bu araştırmanın varsayımları aşağıda verilmiştir:

1. Örneklem grubunun evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

2. Araştırmanın katılımcıları Beylikdüzü Kavram Temel Lisesi öğrencileri gönüllü olarak kullanılan ölçme araçları gerçek görüşlerini yansıtacak şekilde cevaplamışlardır.

1.6. Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sınırlılıkları aşağıda verilmiştir:

1. Bu araştırma 2018-2019 yılında İstanbul Beylikdüzü ilçesindeki Beylikdüzü Kavram Temel Lisesi'nde öğrenim gören öğrencilerden toplanan verilerle sınırlıdır.
2. Araştırma bulguları, İnternet Bağımlılık Ölçeği (Günüç ve Kayri, 2010), Youtube Ölçeği, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Kesici, 2003) ve Otantiklik Ölçeği (İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011) ölçtüğü verilerle sınırlıdır ve yalnızca benzer niteliklere sahip lisede öğrenim gören öğrencilere genellenebilir.
3. Araştırmada ölçekleri cevaplayan bireylere ait bilgiler araştırmacı tarafından hazırlanan Demografik Bilgi Formu'ndaki sorularla sınırlıdır.
4. Alan yazına bakıldığında bu üç değişkenin birlikte araştırıldığı çalışmaların sayısının az olmasıyla sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

1.7.1. İnternet Bağımlılığı: Kişinin yaşamında fiziksel, psikolojik ve sosyal sıkıntılar yaratacak şekilde, patolojik kumar oynamaya benzer, madde kullanım durumuna bağlı olmayan bir tür dürtü-kontrol bozukluğu biçiminde tanımlanmaktadır (Young, 1996).

1.7.2. Otantiklik; İnsan gelişimi, kişilik özellikleri, sağlık ve psikolojik danışma gibi birden çok alanda çalışma yapılan bir kavramdır (Lopez ve Rice, 2006). Otantiklik temelde kişinin gerçek kendiliğini yaşayabilmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Kernis ve Goldman, 2006).

1.7.3. Temel Psikolojik İhtiyaçlar: Bireylerin ana temelde özerklik, yeterlik ve ilişki gibi özellikleri içeren ihtiyaçlarıdır (Deci ve Ryan, 2000).

BÖLÜM II:

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. İnternet Bağımlılığı kavramı

İnternet insanların çoğuna göre yaşam kalitesi ve iyi oluşu sağlayan (Arslan, 2017) sağlığı olumlu etkileyen ve yaratıcılığı artıran bir araç iken; aşırı şekilde kullanımı, ortaya çıkardığı sağlık problemleri, gündelik aktiviteleri yürütememesi ve insanların birbirleriyle çatışmasına yol açması nedeni ile problemlili bir araç olarak görülebilmektedir (Chao ve Hsiao, 2000). İnternet bağımlılığının tanımıyla ilgili standart tanı veya tanılamaya yardımcı kriterler bulunamamasıyla birlikte (Tao vd., 2009); internet bağımlılığının varlığına ilişkin ortak bir düşünce bulunmaktadır (Chou vd., 2005).

Davranışlar üzerinde etkili olan internet bağımlılığı, Patolojik İnternet Kullanımı (Bayraktar ve Gün, 2007), Aşırı internet kullanımı (Yang ve Tsai, 2007), Problemlili internet kullanımı'' (Özcan ve Buzlu, 2005), İnternet bağımlılığı bozukluğu (Kiralla, 2005) ifadeleriyle tanımlanmaktadır.

İnternet bağımlılığı kavramını ilk ileri süren kişi olan Goldberg, DSM IV'deki tanı kriterlerinden madde bağımlılığına ait tanı kriterlerini İnternet bağımlılığına uyarlamıştır (1996). İnternet bağımlılığının işevuruk tanımı ilk kez Young tarafından yapılmıştır (Batıgün ve Hasta, 2010). Bunların ardından internet bağımlılığı çalışmalarıyla öne çıkan Young (1998) internet bağımlılığı tanı kriterlerini oluştururken; kumar oynama bozukluğu tanı kriterlerini kullanarak oluşturmuştur (Tablo.1) (Young, 1996). Bağımlılığın her türünün ; kişinin kontrol edemediği bir istek, internet kullanımıyla aşırı uğraşması ve kontrol kaybı gibi sorunlara yol

açmasına rağmen interneti kullanımını devam ettirmesi gibi özellikleri bulunduğunu bildirmektedir (Young, 2004).

Tablo .1 Young'un İnternet Bağımlılığı Ölçütleri

<p>“1. İnterneti sürekli kullanmaya yönelik zihinde aşırı düşüncelerin oluşması</p> <p>2. İnternette daha çok zevk almak için internet kullanma gereksiniminin giderek artması,</p> <p>3. İnternet kullanımını azaltmaya veya hiç kullanmamaya dair başarısız denemelerin olması,</p> <p>4. İnternet kullanımının azaltılması veya hiç kullanılmaması halinde kişinin kendini huzursuz, kızgın ve çökkün hissetmesi,</p> <p>5. İnternette en başta planlanan süreden daha fazla internette vakit geçirilmesi,</p> <p>6. İnternetin aşırı kullanımıyla aile, iş, okul ve arkadaş çevresiyle sıkıntılar yaşama,</p> <p>7. Aile, arkadaş, terapist, vb kişilere internette vakit geçirdiği zamanla ilgili yalan söyleme,</p> <p>8. İnterneti sorunlardan veya çaresizlik,kaygı vb. olumsuz duygulardan kenidini uzaklaşmak için kullanma.”</p>

Kullanım çeşitliliği değişiklik gösteren internette farklı amaçlar için yararlanılmaktadır. Bu kullanım seviyeleri düşükten yükseğe şeklinde

basamaklandırılabilir. İnternet bağımlılığına doğru giden yolda izlenen aşamalar şunlardır:

- İnternetin ihtiyaç olarak kullanılması: Kişinin internete ihtiyaç ve zorunluluk duyduğu zamanlarda erişim sağlamasıdır.
- İnternetin düzenli ve sık kullanımı: Kişinin interneti boş zaman değerlendirme ve eğlence aracı şeklinde görmesidir.
- İnternet sorunlu kullanımı: Bu süreçte kişinin yaşamında internet kullanımı ile ilgili yaşadığı bazı problemlerin var olmasıdır. Bu durum aynı zamanda internetin kötüye kullanımı ile de bağdaştırılmaktadır.
- İnternet bağımlılığı: Patolojik, sınırlı ve yineleyici bir şekilde kullanılan internet şeklinde belirtilmektedir (Ögel, 2017).

2.1.1. İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı

Xin ve arkadaşlarının Çin’de ergen bireyler üzerinde yaptığı araştırmada (2018) ise, internet bağımlılığı yaygınlığı %26.5 olarak belirlenmiştir. Xin ve arkadaşları, erkeklerde internet bağımlılığı oranı (%30.6), kadınlarda ise (%21.2) olduğunu gözlemlemiştir (Xin ve ark., 2018). Reiner ve arkadaşlarının yaptığı diğer çalışmada ise, ergenlerin %12.7 ile %19.4 arasında seyreden oranda internet bağımlılığı tanı kriterlerini karşıladığı belirlenmiştir (Reiner ve ark., 2017). Sosyal medya ağlarının (Facebook, Youtube, Instagram gibi) giderek daha popüler olmasıyla, özellikle ergen grubun zamanla internet bağımlılığından diğer bireylere oranla daha fazla etkilenebileceklerini düşündürmektedir (Müller ve ark., 2016; Xin ve ark., 2018).

Dünyada 2015 yılında yapılan araştırmalara ait verilere bakıldığında internet kullanan kişi sayısının 3,366,261,156 olduğu ortaya konulmuştur. 2000 yılından 2015 yılına

kadar geçen 15 seneden bu yana internet kullanım oranında %832,5 artış olduğu bulunmuştur (www.internetworldstats.com).

TÜİK' in Türkiye'de yaptığı araştırmaya göre ise 2015 yılında ev halkının internet kullanım oranının 16-74 yaş arasındaki kişilerde %55,9 olduğu saptanmıştır. Kadınlarda bu oran %46.1 iken erkeklerde %65,8 olarak elde edilmiştir. 2014 yılından 2015 yılına kadar internet kullanım oranının %53,8den, %55,9'a giderek yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır (<http://www.tuik.gov.tr>).

2.1.2. Ergenlerde İnternet Bağımlılığı

Günümüz gençleri internetin yaygın olduğu ortamlarda doğduklarından dolayı internetle ilişkileri diğer kuşaklara oranla daha yakındır. Yapılan araştırmaların sonuçlarına göre internetin hem olumlu hem de olumsuz yanları olduğu görülmektedir. Bu konuda dikkat edilmesi gereken durum; internetin bilinçli bir şekilde kullanılması ve ergenleri problemlili internet kullanımına iten durum ve şartların belirlenerek gereken önlemlerin alınmasıdır (Bayraktar, 2013).

Ergenlik döneminde yaşanabilecek problemler, ergenlerin aileleriyle çatışmalarının artması, akranlarla yaşanan sorunlar, ergenin teknolojiyle birlikte yalnızlık hissini artması ve kendisini hayattan izole etmesi gibi sebeplerden dolayı ergenlik döneminde kişi bağımlı bir internet kullanıcısı olabilmektedir. Bununla birlikte gelişim dönemleri kıyaslandığında ergenlik döneminde internet bağımlılığına en çok rastlanıldığı düşünülmektedir (Bayhan, 2011).

2.1.3. İnternet Bağımlılığı Modelleri

İnternet bağımlılığı, Kuramlara dönük modeller ile açıklanmaya çalışılmıştır:

2.1.3.1 Kişilerarası İlişkiler Kuramı

Kişilerarası ilişkileri Harry Stuck Sullivan kuramında vurgulamıştır. Sosyal yönden iletişim kurduğumuzda yaşanan durumların kaygı ve güven problemleri oluşturduğunu vurgulamıştır. Öte yandan kişiliğin toplumsal ilişkilerle açıklık kazanabildiğini öne sürmüştür (Akt. Sullivan, 2007; İnanç ve Yerlikaya, 2008). Liu ve Kao (2007) kişilerarası ilişkiler kuramı ışığında internet bağımlılığı ile ilgili çalışma yapmıştır. Bu yaklaşıma göre birey sosyal ilişkilerinde başarılı olmasının, aile bireyleriyle olan ilişkilerindeki başarısı ile doğrudan ilişkili olduğu ve bununla birlikte bireyin toplumsal yaşamını sürdürürken duyduğu endişeyi engellediği belirtilmektedir. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında; sosyal kaygısı yüksek olan bireylerin internet bağımlısı olma ihtimalinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte hem sosyal çevresiyle hem de ailesiyle sağlıklı ilişkiler kuran kişilerin, internet bağımlısı olma ihtimali daha düşük olarak belirlenmiştir (Akt. İnanç ve Yerlikaya, 2008).

2.1.3.2. Davis'ın Bilişsel Kuramı

Davis (2001), sağlıklı internet kullanımını; kişinin internet ile gerçek yaşam arasındaki farkı gözetmeden uygun bir sürede; bir amaçla, şahsi kimliğini kullanarak interneti kullanması olarak tanımlamıştır. Davis; problemleri internet kullanımını tanımlamasını yaparken kişinin anormal davranışlarının bilişlerden kaynaklandığı düşüncesinden yola çıkmıştır. Bilişin vurgulanması bu kuramı diğer kuramlardan ayıran en önemli özelliğidir. Kuramda strese yatkınlık modeli esas alınır. Strese yatkınlık modeli gibi problemi farklı psikopatolojilerin ortaya çıkardığını ileri sürer. Bu kuramda nedenler yakın ve uzak nedenler olarak ayrılır. Uzak nedenler yani fiziksel, psikopatolojik

bozukluklar problemin başlangıcında, stres, kaygı, depresyon gibi yakın nedenler ise 16 problemin sonunda yer alır (Davis, 2001).

Davis (2001) ikna edici bir açıklayıcı modelinde patolojik internet kullanımının psikopatolojisinde internet kullanıcılarını dörde ayırmıştır;

- 1- İnternetin aşırı kullanımı ile ilgili işlevsiz davranışlara odaklanma
- 2- İnternet'in anlamlı bir şekilde kullanılmasını yani interneti işlevsel kullanımını tanımlamıştır.
- 3- Cinsel tatmin ve / veya sosyal kazançlar için interneti kullanmaya odaklanmıştır. Bu, fantezilerini ifade etmek için internete dayanan utangaç veya içe dönük kullanıcıyı tanımlar.
- 4- İnternete ilgisiz olan veya teknolojiye ters düşen bireyleri tanımlar. İnternete az ya da hiç bağımlı değildir (Davis, 2001).

Davis internet bağımlıları için 11 hafta sürecek tedavi programı önermiştir. Bunlar;

- Bireyin internette uzaklaşmış uzaklaşmadığının tespit edilmesi
- Bilgisayarın diğer kişilerin de bulunduğu ortama getirilmesi
- Bireyin internete tek başına bağlanmaması, kullanım zamanının değiştirilmesi, internet defteri tutması
- İnternet ile ilgili sorunlarını çevresinden saklamaması
- Sosyal aktivitelere katılması
- İnternete ara verdiği dönemlerin olması
- Otomatik düşüncelerin irdelenmesi
- Gevşeme egzersizleri
- Bireyin internete bağlanma sırasında hissettiklerinin not alınması
- Bireyin yeni sosyal beceriler kazanımı

2.1.3.3. Young Dört Kategori Kuramı

Young (1997) internet bağımlılığını dört maddeyle açıklamıştır:

1- Sosyal Destek: İnterneti birey kendini rahat ve açık anlatabileceği sosyal bir ortamdır. İnternet bağımlıları duygu ve düşüncelerini bu ortamda gerçek hayattan daha rahat ifade edebilmektedir.

2- Yaşam Koşulları: Evde çoğunlukla zamanını geçiren bireyler, internet bağımlılığına daha yatkındır. Ayrıca reddedilme korkusu yaşayan ve benlik saygısı düşük olan bireylerin interneti destek amacıyla kullandıkları görülmektedir.

3- Cinsel Ergi: Özellikle asosyal olan bireyler kendilerini sanal ortamda gerçek ortamdaki farklı sunarak reddedilme kaygısı duymadan cinsel hayal dünyasını sunabilmektedir.

4- Yeni Bir Karakter Üretme: İnternet kullanan birey, gerçek hayattakinden farklı bir karakter gibi davranabilmektedir (Young, 2017)

2.1.3.4. Suler'in İnternet Bağımlılığı Kuramı

Suler (1996)'e göre insanların gereksinimleri, sistemsel bir şekilde düzenlenmiştir. Kişinin ruhsal sağlığının bozulmaması adına gereksinimlerinin doyurulması beklenmektedir. Suler, bastırılmış ve karşılanmamış ihtiyaçların, bireyde sürekli bir şekilde tekrarlayan patolojik bağımlılığa sebep olabileceğini belirtmektedir. İnternet ile olan etkilenme durumunun, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi kuramıyla açıklanabileceğini öne sürmüştür.

*Fizyolojik İhtiyaçlar: İhtiyaçlar hiyerarşisinin birinci basamağıdır. Cinsellik, beslenme, uyku gibi ihtiyaçları içerir. Bireyler, cinsel doyum için interneti kullanabilirken, gerçek hayatında cinsellikten yoksun insanlar, doyum için patolojik internet kullanımı ile açıklanmıştır (Suler, 1996).

*Kişilerarası Temas İhtiyacı: Suler (1996)'e göre bireyler bilgisayarda kamera karşısında diğer insanlarla iletişime geçerken daha rahat hissederek, kişilerarası iletişimini çoğunlukla internet üzerinden karşılayabilmektedir.

*Öğrenme ve Saygınlık İhtiyacı: İnternet, bireye sınırsız bir bilginin bulunduğu yer olarak sunulur. Birey bilgi edinmek adına sık sık internete girdiğinde bağımlılığa yol açar(Suler, 1996).

*Ait Olma İhtiyacı: Kişiler, internet ortamında sosyalleşmek için çok fazla gruba katılmaktadır. Gruba katılan bireyler ait olma ihtiyaçlarını karşılayabilmektedir.

*Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı: Kişi, başkalarına göre fark yaratmak adına kendisini geliştirmek adına çaba gösterir (Suler, 1996).

2.2. Otantiklik

İnsan gelişimi, kişilik özellikleri, sağlık ve psikolojik danışma gibi birden çok alanda çalışma yapılan bir kavramdır (Lopez ve Rice, 2006). Otantiklik temelde kişinin gerçek kendiliğini yaşayabilmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Kernis ve Goldman, 2006). Otantiklik kavramı Yunan felsefesinde görülen “kendine sadık olma” ve “kendini bilme” düşüncelerine değinmektedir (Harter,2009) ve Yunancada “auth-éntes” (autos= ben) yani yazar, bir şeyin yaratıcısı ya veya bir şeyi ilk elden yapan kişi demektir. Otantik birey ise kendi benliğinin yazarı olan kişiye denir (Schmid, 2001).

Kernis ve Goldman (2006) araştırmasına göre, otantiklik kavramı ilk defa Heidegger tarafından ortaya konmuştur. Otantikliği kavramsallaştırılmak, bir nevi otantik davranmanın önemli olduğuna da dikkat çekmektedir (Brunell ve diğerleri, 2010).

Tarihinin 1950’li yıllara tekabül edildiği düşünülen otantiklik kavramı, hümanistik psikoloji (Horney, 1951; Maslow, 1968; Rogers, 1959), varoluşçuluk (Yalom, 1980) ve pozitif psikoloji (Deci ve Ryan, 2000; Sheldon, Ryan, Rawsthorne ve Ilardi, 1997)

vs. kuramsal çerçevelerin temel kavramları içerisindedir. Otantikliğe ilişkin farklı yaklaşımlara bakıldığında; farklı tanımlamalara denk gelmekle birlikte, hümanistik psikologlara göre otantiklik, bireyin kendi benliği ve davranışları arasındaki uyumun göstergesi (Rogers, 1961) ve kendini gerçekleştirme (Maslow, 1968) olarak ortaya koymaktadır.

Kernis (2003)'e göre otantik davranış, bireyin kendisini şeffaf ve özgür şekilde göstermesi olarak da ifade edilen , ödül elde etmek ya da cezadan kurtulmak amacıyla ortaya çıkmaz; kişinin şahsi değerleri, seçimleri ve ihtiyaçlarıyla birlikte oluşturduğu davranışlardır (Kernis ve Goldman, 2006).

2.2.1. Otantiklik Modelleri

Otantiklik konusunda özellikle son senelerde özellikle iki modelin ön planda olduğu görülmektedir. Bunlar; Wood ve arkadaşları'nın (2008) Barrett-Lennard'ın (1998) modelini esas alarak oluşturdukları Kişi Merkezli Otantiklik Modeli ve Kernis ve Goldman'ın (2006) Çok Bileşenli Otantiklik Modeli'dir.

2.2.1.1. Kişi Merkezli Otantiklik Modeli

Kişi merkezli yaklaşıma göre otantiklik, birlik ve bütünlüğü içine alan bir kavramdır. Otantiklikte birey kendi hayatının sürecini yazan birey hayatını “düzenli, sağlıklı, akıllı ya da normal” sıfatlarıyla isimlendirilebilir. Kişi merkezli yaklaşım bu sebeple otantiklik kavramını bir süreç olarak ele almaktadır (Schmid, 2001).

Kişi merkezli otantiklik modelinde otantiklik, üç düzeyli uyumlu bir yapı olarak tanımlanır. 1.düzye:kişinin temel deneyimleri,

2.düzye bilinçli farkındalığı,

3.düzye ise davranış ve iletişimi ele alır.

Kişinin deneyimleri ile bilinçli farkındalılığı arasındaki ilişki otantikliğin birinci düzeyini yani “kendine yabancılaşma (self-alienation)”yı tanımlar. Kişinin deneyimleri ile davranış ve iletişim arasındaki uyum ise “otantik yaşama (authentic living)”yı tanımlar. Otantik yaşama kişinin kendisine uygun gördüğü değer ve görüşleri ile ahenkli bir şekilde yaşaması diye aktarılmıştır. Üçüncü düzey, insanların diğer kişilerden inanç ve beklenti konusunda hangi ölçüde etkilendiğini gösterir. Üçüncü düzey “dışsal etkilene (accepting external influence)”dir. Bu üç yön birbirlerini etkilemektedir (Barrett-Lennard aktaran Wood ve diğ., 2008).

2.2.1.2. Çok Bileşenli Otantiklik Modeli

Kendini belirleme (Deci ve Ryan, 2000) ve Hümanistik kuram (Rogers, 1961) temel alınarak dört bileşenli bir model olarak ortaya atılmıştır. Kernis ve Goldman (2006), bu bileşenleri şu şekilde isimlendirmiştir: Farkındalık (awareness), yansızlık (unbiased processing), ilişkisel otantiklik (relational orientation) ve otantik davranış (authentic behavior). Birinci bileşen farkındalık, kişinin olumlu olumsuz yönlerini, ihtiyaçlarını bilmesin ve kendini kabulü içerir (Kernis ve Goldman, 2006). Bununla birlikte kişinin hem kendiliği hem de sosyal yaşamı hakkında farkındalığı olması, otantikliğe etki eden önem kuvvetlerden biri olarak belirtilmiştir (Avolio ve Luthans, 2006, Park, Peterson ve Seligman, 2004). Öte yandan Yansızlık terimi, kendiliğimize ait bilgilerin objektif olarak değerlendirilmesidir. Yansızlık; kişinin başarılı olduğunda bunu kendi yeteneklerine, başarısız olduğunda ise dışsal sebeplere yüklemesi ile kişinin kendi başarılarını olduğundan daha üstün görmesidir (Brown, Collins ve Schmidt, 1988; Taylor ve Brown, 1988; Kernis ve Goldman, 2006).

2.3. Temel Psikolojik İhtiyaçlar

2.3.1. İhtiyaç Kavramı

“Organizma, yaşamsal fonksiyonlarını gerçekleştirmek için gereken su ya da uykudan mahrum kalmışsa, organizmanın yaşadığı bu duruma ihtiyaç (gereksinme) adı verilir” (Cüceloğlu, 2008).

Modernize olmuş toplumlarda bireylerin birçoğu fizyolojik ihtiyaçları karşılanırsa dahi kendilerini mutsuz hissetmektedir. Psikolojik ihtiyaçların varlığını ve önemini kanıtı; toplumda her şeye sahip olan fakat mutsuz insanların sayısının düşük düzeyde olmadığıdır (Butler ve McManus, 1998). Psikolojik ihtiyaçlar zihin ve duygularla ilgilidir ve fizyolojik ihtiyaçlar kadar net değildir, bir bireyden başka bir bireye değişim gösteren ihtiyaçlardır. Psikolojik ihtiyaçlara örnek verilecek olursa özerlik, başarılı olma, güven duygusu, birlikte olma, özgürlük, özerklik, kendini gerçekleştirme, sevme, sevilme, bağlılık, toplumsal kabul gibi ihtiyaçlardır (Oksal, 1986).

Birey, gelişim dönemleri süresince toplumsal olarak farklı ortamlarda bulunmaktadır.

2.3.2. Psikolojik İhtiyaçlarla İlgili Kuramsal Çalışmalar

2.3.2.1. Öz Belirleme Modeli

Motivasyon tanımlarken bazı sonuçları edinmenin niyetiyle hareket etmek şeklinde ifade edilmektedir. Fakat insanların neden ve sonuçlarına göre değişiklik gösterebilmektedir. Öz belirleme kuramı, içsel ve dışsal motivasyon kavramından bahsetmektedir. Aktiviteyi yapmak veya daha iyi yapmak amacıyla içten gelen davranışla oluşan zevk, heyecan, ilgi ve tatminin deneyimlenmesiyle birlikte insanların motive olmasına içsel motivasyon denmektedir. Ödül almak, suçluluktan, onay kazanmak vb. sonuçları elde etmek için aktivite gerçekleştirmeye dışsal

motivasyon denmektedir (Deci, Ryan ve Richard, 1996). Öte taraftan, bu motivasyonel ayrılıklar ile davranışı düzenlenme kavramı da farklılık göstermektedir. Dışsal motivasyonun özerk kendilik yönetimi düzeylerine oranla artış gösteren dört farklı düzenleme türü bulunmaktadır. Birincisi, ödül şartının ya da bir dışsal isteğin doyumu olarak tanımlanan ve diğerlerine oranla en az özerk izlenim oluşturan dışsal düzenlemedir. İkinci düzenleme ise kaygı veya suçluluktan geri durmak için gerekeni yapılarak düzenleme yapılan fakat bireyin bütünüyle kabul edilemeyen içe atılan düzenleme olarak tanımlanır. Üçüncü düzenleme, davranışsal hedef veya düzenleme durumuna bilinçli değer göstermenin yanı sıra; fiiller şahsi olarak önemli uygun görülen kavram olarak tanımlanır. Dördüncü düzenleme içlerinde en özerk kavram olarak tanımlanan bütünleşen düzenlemedir. Bütünleşen düzenlemede, bütün tanımlanan düzenlemelerin kişilik örüntüsüyle bütünüyle özümlemediğinde bütünleşme gerçekleşir. Bütünleşik düzenlemede sonuçların ayırt edilebilir olması için bunlar yapılır. İçsel motivasyon kavramı ise tüm bunlar doğuştan gelen haz ile yapılır (Ryan ve Deci, 2000). Bütünüyle öz düzenlenen bir fiilde, bireyler baskısız bir fiille ilgilenmedeki isteklilik hissini (sense of volition) deneyimlemeyi hedeflemektedir (Deci, Ryan ve Richard, 1996).

Kendisini belirleme teorisine göre, objektif iyi oluşuçoğaltan özellikler özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacıdır (Deci ve Ryan, 2000). Cihangir ve arkadaşları (2005)'e göre Ruhsal bakımdan ihtiyaçları karşılanan bireylerin, giderilmeyenlere göre daha iyi olduğu ortaya atılmıştır (Cihangir ve Çankaya, 2005).

ÖBK'ya göre bireylerin üç temel psikolojik ihtiyacı vardır. Bunlar:

“1.Yeterlik (competence) ihtiyacı, bireyin çevreyle etkileşimine bağlı olarak kendini yeterli hissetmesidir (Deci ve Ryan, 2000).

2.Özerklik (autonomy) ihtiyacı, bireyin davranışlarının yükümlülüğünü alıp nasıl davranması gerektiğine kendisinin karara bağlamak ve özgür bir tavır takınması olarak tanımlanır (Deci ve Ryan, 2000).

3.İlişkili olma (relatedness) ihtiyacı, bireyin başka bireylerle ve çevresiyle etkileşimde olması sonucu ait olma duygusunu yaşamasıdır” (Deci ve Ryan, 2000).

2.4. İnternet Bağımlılığı İle Demografik Değişkenler, Temel Psikolojik İhtiyaçlar, Otantiklik İlişkisi İle İlgili Araştırmalar

Can (2018) araştırmasında ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçları ile internet bağımlılık düzeyleri ve akademik erteleme davranışlarını incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 493 kız ve 421 erkek toplamda 914 ortaöğretime giden öğrenciler oluşturmuştur. Araştırmanın sonucunda; ergenlerde internet bağımlılığı temel psikolojik ihtiyaçları doğrudan ve negatif yönde anlamlı şekilde açıklamaktadır.

Yapılan başka bir çalışmada, Gil-Or ve arkadaşları (2015), kendi benliğinden uzak bir Facebook profili kimliği ortaya koymanın, düşük öz saygı ve otantiklik ile bağlantılı olduğunu göstermiştir.

Reinecke ve Trepte (2014)’nin yaptıkları çalışmada sosyal medya profillerinde kendi benliklerini otantik olarak gösterdiğini bildiren katılımcılar, altı ay yapılan uygulamanın sonunda daha az negatif duygu durumu ve daha çok pozitif duygu durumu tecrübe ettiklerini, yaşamdan aldığı memnuniyet oranının ise daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Canoğulları (2014) araştırmasında 9, 10 ve 11.sınıfa giden 344’ü kız ve 300’ü erkek toplamda 644 lise öğrencisini incelemiştir. Araştırmada ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçları, algılanan anne baba tutumları, sosyal kaygıları ve internet bağımlılık düzeyleri incelenmiştir. Araştırma sonucuna göre internet bağımlılık düzeyi düşük

olan ergenlerin daha çok ilişki, özerklik ve yeterlik ihtiyacına sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Greitemeyer, Mügge ve Bollermann (2014) araştırmasında Facebook'taki arkadaşların temel psikolojik ihtiyaçların doyumuna olan etkisi incelenmiştir. Örneklemi 458 üniversite öğrencisinin oluşturduğu araştırmanın sonucuna göre Facebook ağında az sayıda arkadaşına sahip olup; bu sanal arkadaşlardan negatif yönde cevaplar almak temel psikolojik ihtiyaçların doyumunu olumsuz etkilemektedir. Ayrıca Facebook'taki sanal arkadaşlıkların gerçek dünyadaki arkadaşlıkların yerini karşılamadığı görülmüştür.

Döner (2011), ilköğretimde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerini bazı değişkenler açısından araştırmıştır. 624 öğrencinin yer aldığı çalışmadan sonuç olarak internet bağımlısı tespit edilmemiştir. Araştırma sonucuna göre internet bağımlılığı; cinsiyete, internet kullanım süresine ve günlük kullanım sıklığına göre farklılık göstermektedir. İnternet bağımlılığını yordayan değişkenlerden en önemlisi "haftalık internet kullanım sıklığıdır. İnternet bağımlılığı ile günlük kullanım saati ve yaş değişkenleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu ortaya konmuştur.

Ceyhan (2011), 307 ergenle gerçekleştirdiği çalışmada problemlili internet kullanımı ile sınıf, cinsiyet, başarı düzeyi ve haftalık internet kullanım sıklığı değişkenleri arasındaki ilişkileri saptamak için çalışmasını gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucuna bakıldığında internet kullanım süresinin ve sınıf düzeyinin problemlili internet kullanımının yordamasında önemli rolü olduğu saptanmıştır.

İnan (2010), ilköğretim ve ortaöğretimde okuyan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 524 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma sonucuna bakıldığında; öğrencilerin cinsiyetlerine göre internet bağımlılığı puan ortalamaları erkek öğrencilerde anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Çağır (2010) çalışmasında, internet bağımlılığını yaş değişkenine göre incelemiştir. Anlamlı şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. 18 yaşından küçük bireylerin 18 yaşından büyük bireylere göre anlamlı farklılaştığını ortaya koymuştur.

Esen(2010), araştırmasında, ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenleri incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 700 öğrenci oluşturmaktadır. Bu araştırmanın sonucunda cinsiyet, yalnızlık ve aileden algılanan sosyal destek değişkenlerinin internet bağımlılığı değişkenini yordadığı görülmüştür.

Günüç'ün (2009) araştırmasında, bazı demografik değişkenlerin internet bağımlılığı ile arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Sonuçlara bakıldığında interneti yıllık ve günlük kullanım miktarı, cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşın anlamlı yordayıcı oldukları bulunmuştur. Subrahmanyam ve Lin (2007)'de ergenlerin internet bağımlılığı ve iyi oluşları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma yapmışlardır. Çalışmada 156 ergen örneklemini oluşturmuştur. Çalışma sonucunda, ergenlerin yalnızlık düzeyleri ile internet üzerinden iletişimde bulunduğu kişileri tanıması arasında ilişki bulunmazken; ergenlerin cinsiyeti ile internette arkadaşlarıyla kurdukları sanal iletişimi algılama düzeyleri arasında ilişki bulunmuştur.

Bayraktar (2001) yaptığı çalışmasında, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyetinde okuyan ergen bireylerde internet bağımlılığının yarattığı etkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda erkek ergenlerde internet kullanımının kız ergenlere oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ryan (2000) çalışmasına göre temel psikolojik ihtiyaçların gereken şekilde karşılanmaması sonucunda, kişilerin psikolojik rahatsızlık yaşayabileceğini ve bunun yerini doldurmak için bireyin şahsına rahatsızlık veren davranışların oluşabileceğini öne sürmektedir.

Morahan ve Schumacher (1997) , kolejde okuyan öğrencilerle yaptıkları çalışmasında interneti patolojik kullanma eğilimini araştırmışlardır. İnterneti patolojik kullanan kişilerin haftalık ortalama sekiz saat süre geçirdiklerini ortaya koymuşlardır.

Kişilerarası ilişkilerde otantiklik ve benlik saygısı değişkenleriyle temel psikolojik ihtiyaçların (özerklik, ilişkide olma ve yeterlik) doyumu arasında nasıl bir ilişki olduğunun incelendiği 116 kişinin yer aldığı araştırmada; otantiklik, özerklik, yeterlik ve ait olmanın benlik saygısıyla pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Heppner, Kernis, Nezlek, Foster, Lakey ve Goldman, 2008).

Bireylerin yüz yüze iletişimlerinde de çevrimiçi ağlarda kendilerini otantik şekilde göstermenin psikolojik iyi oluş üzerinde yarattığı olumlu etkileri gösteren çalışmalar yer almaktadır. Örneğin, çevrimdışı internet ortamlarında yapılan çalışmalarda otantik kişilerin, öz saygı (Goldman ve Kernis, 2002; Wood ve ark., 2008) ve yaşamdan aldıkları memnuniyet düzeylerinin yüksek olduğu (Boyraz, Waits ve Felix, 2014) ve ayrıca, otantiklik arttıkça bireylerin olumlu duygudurumu daha fazla içinde barındırdığı görülmüştür (Wood ve ark., 2008). Bireylerin çevrimiçi sanal ortamlardaki otantikliğinin psikolojik iyi olmayla ilişkisinin test edildiği çalışmalar sayıca azdır.

Araştırmalar, internet kullanımı arttıkça ergenlerin günlük yaşamda karşılayabilecekleri temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılamayı, internet yardımıyla yapmaya yöneldiği ortaya konulmuştur (Shen vd., 2013, Şahin ve Kesici, 2009).

Ergenlerin karşılanmamış ihtiyaçlarını internet üzerinden tatmin etmeye çalışmaları sonucu oluşan yoksun kalma duygusunu da yoğun şekilde yaşayabilmektedir. Deci ve Psikolojik ihtiyaçların doyurulmasıyla birlikte; interneti yoğun kullanmanın olumsuz sonuçları değerlendirildiğinde ergenlerin internet bağımlılığına doğru yol alabileceğini

ve bununla beraber hem aile hem de arkadaş ilişkilerine ciddi hasarlar vereceği ortaya atılmıştır (şahin ve Kesici, 2009).

BÖLÜM III: YÖNTEM

Araştırmanın yöntem bölümünde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları ve süreci verilerin analizi sırasında kullanılan istatistiksel tekniklerle ilgili açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden, değişkenler arasındaki ilişki durumunu inceleyen ilişki tarama modeli ile var olan bir durumu araştırmaya yarayan betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Kullanılan tarama modelinde çok sayıda kişiden oluşan örneklemden veri elde edilebilmektedir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2011).

Bu araştırmada bağımlı değişken katılımcıların internet bağımlılığı düzeyleri iken bağımsız değişkenler temel psikolojik ihtiyaç ve otantikliklerdir. Araştırmadaki diğer bağımsız değişkenler ise katılımcıların; cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, günlük internet kullanım süresi ile ilgili bilgilerdir. İlişkisel tarama araştırmalarında birden fazla özelliğe ilişkin veriler toplanır ve bunlar arasındaki ilişkiler incelenir (Can, 2017, s.9). Araştırmada katılımcıların internet bağımlılığı ile temel psikolojik ihtiyaçları ve otantiklik düzeylerinin incelenmesi amacıyla ilişki tarama modeli kullanılmıştır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmanın evreni İstanbul ili Esenyurt ilçesinde lise düzeyinde Beylikdüzü Kavram Temel Lisesinde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır.

Bu evrenden tabakalı örnekleme yöntemiyle 230 öğrenciye ulaşılmıştır. Tabakalı örnekleme yöntemi evrende alt tabaka gruplarının bulunduğu örneklem

için kullanılır (Yıldırım ve Şimşek, 2005). Basit tesadüfi örneklemede evrende var olan her elamanın örnekleme girme ihtimali eşittir (Arıkan, 2004). Örnekleme yapılırken güven aralığı .05 ve hata payı .05 alınmıştır. Bu yolla farklı lise türlerinden 9, 10 ve 11. ve 12. sınıflarda öğrenim gören toplamda 'si (%50.4) 116 kız ve 'i (%49.6) 114 erkek olmak üzere 230 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Örneklem grubuna ait bilgiler aşağıda Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 2: Örneklem gruba ait bilgiler

	Gruplar	Sayı (n)	Yüzde %
Cinsiyet	Kız	116	50.4
	Erkek	114	49.6
Yaş	15	53	23
	16	46	20
	17	73	31.7
	18	57	24.8
Sınıf Düzeyi	9	48	20.9
	10	58	25.2
	11	71	30.9
	12	53	23
İnternet Kullanımı	1-2 saat	23	10
	3-6 saat	92	40
	7-10 saat	75	32.6
	11-12 saat	40	17.4

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama amacıyla katılımcılara; İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Youtube Ölçeği, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği, Otantiklik Ölçeği ve demografik bilgi formu uygulanmıştır.

3.3.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği-İBÖ

İnternet bağımlılığı ölçeği Young(1996)'un DSM-IV kriterlerinden “Patolojik Kumar Oynama” ölçütlerini uyarlayarak oluşturulmuştur. Altılı likert tipinde ve 20 sorudan oluşmaktadır. Türkçeye uyarlaması Bayraktar (2001) tarafından yapılmıştır. İnternet Bağımlılık Ölçeğinin altılı likert tipi “devamlı”, “çok sık”, “çoğunlukla”, “arada sırada”, “nadiren”,ve “hiçbir zaman” seçeneklerinden oluşur. Puanlandırma sırayla 5,4,3,2,1,0 sayılarıyla yapılmaktadır . Ölçekten en düşük “0” puan, en yüksek ise “100” puan alınabilmektedir. Tanımlara bakıldığında; 80-100 puan arası ‘internet bağımlısı’, 50-79 puan arası ‘sınırlı semptom gösterenler’ ve 0-49 puan arası alan katılımcılar ise ‘semptom göstermeyenler’ şeklinde tanımlanmaktadır (akt; Soydan, 2015). Ölçeğin Güvenirlik Alpha değeri 0.91 bulunurken, Spearman- Brown değeri ise 0.87 olarak bulunmuştur (akt; Soydan, 2015). Bu araştırmada Cronbach Alpha değerinin 0.84 olduğu bulunmuştur ve bu değer ölçeğin oldukça güvenilir olduğunu düşündürmektedir. Ergenlere uygulanacağı için ölçeğin ergenlerin cevaplanmasına uygun 12 maddesi kullanılacaktır.

3.3.2. Youtube Ölçeği

Bu ölçeği araştırmacı kendi geliştirmiştir.Youtube kullanımını ve Youtuber olmaya verilen önemi ölçmek amacıyla geliştirilen bu ölçeğin geçerliliği için Faktör Analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre ölçeğin KMO değeri 0,87, Barlet Küresellik

testi değeri ise $p < ,00$ olduğu görülmüştür. Ölçeğin 2 faktörden oluştuğu toplam varyansın % 61,5'ini açıkladığı görülmüştür. Toplam 10 maddeden oluşması düşünülen Youtube Ölçeğinde 6. Maddenin (Youtube sosyal ilişkilerimde rol aynar) her iki faktörde de binişik olduğu görülmüş ve ölçekten çıkarılmıştır. Nihai ölçek 9 maddeden oluşmaktadır.

Youtube ölçeğinin 1. Faktörü “Youtube’ye verilen önem”;

1.Madde: Youtube’ye girmeden duramam

2.Madde: Youtube sayesinde yalnızlıktan kurtulduğumu düşünüyorum.

7.Madde: Youtube’de takılmak benim için önemlidir.

10.Madde: Youtube sosyal medyadaki mecraların başında gelir.

2. Faktörü “Youtuber olmaya verilen önem”

3.Madde: Youtuber olduğumda insanlar arasında daha iyi tanırım.

4.Madde: Youtuber olmak popülerliktir.

5.Madde: Youtuber olduğumda insanlar benim hakkımda daha fazla bilgi sahibi olur.

8.Madde: Youtube’de video paylaşımı yapmayı seviyorum.

9.Madde: Youtuber olmayı önemli buluyorum şeklinde oluşturulmuştur.

Ölçeğin Güvenirlik Alpha değerinin ise de 0,88 olduğu bulunmuştur. Bu oran yüksek güvenirlik olduğunu göstermektedir. Bu ölçeğin geliştirilmesindeki temel amaç

Youtuber olmanın ergenlerde son zamanlarda neden bu kadar popüler olduğunu anlamaktır.

3.3.3. Otantiklik Ölçeği

Linley ve Joseph (2008) tarafından otantiklik kavramının üç faktör olasılığını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinali kendine yabancılaşma (self-alienation), otantik yaşama (otantik living) ve dışsal etkilenme (external influence) olarak üç alt ölçekten oluşmaktadır. 7'li Likert tarzı (1 : Beni hiç tanımlamıyorum – 7 : Beni tamamen tanımlıyorum) 25 maddeden oluşmaktadır (Wood ve diğ., 2008). Otantiklik ölçeğinin maddelerinin Türkçeye uyarlanması önce araştırmacı tarafından çevrilmiştir. Daha sonra İngiliz Dili ve Edebiyatı bölümünden Profesör bir uzman tarafından her maddenin çevirisinin doğruluğu açısından değerlendirilmesi yapılmıştır. Ardından Sosyal Psikoloji alanında uzman üç yargıcı tarafından hem çevirinin anlaşılabilirliği ve doğruluğu hem de otantikliği ölçekbilmesi açısından değerlendirilmiştir. Uzmanlardan alınan geribildirimler yönünde gereken düzeltmeler yapıp, görüş bütünlüğü sağlanana kadar bu işleme devam edilmiştir. Otantiklik Ölçeği'nin yapı geçerliğini test etmek ve faktör yapılarının orijinal çalışma ile uyuşup uyuşmadığı belirlemek amacı ile varimax rotasyonlu açıklayıcı faktör 57 analizi yapılmıştır. Sonuçlar maddelerin üç faktör altında toplandığına işaret etmiştir. Ölçeğin orijinalinde yer alan 13 madde, gerek doğru faktörlere yüklenmediğinden gerekse .30'dan düşük yük verdiği için analizden çıkarılmış ve kalan maddeler tekrar analiz edilmiştir. KMO Bartlett testinden elde edilen Kaiser Meyer Olkin değeri .76 olarak bulunmuştur. Bu da faktörlerin varyans açıklamasının yeterli olduğunu göstermektedir. Buna göre, ilk faktör %21.82'sini, ikinci faktör % 18.25'ini, üçüncü faktör % 18.09'unu, üç faktör birlikte toplam varyansın % 58,18'ini açıklamıştır. 4 maddenin (9, 8, 11, 2) .79

Cronbach's Alpha değeri ile ilk faktöre (kendine yabancılaşma) yüklendiği, 4 maddenin (5, 12, 10, 1) .69 Cronbach's Alpha değeri ile (dışsal etkilenme), ikinci faktöre yüklendiği, 4 maddenin (4, 6, 7, 3) .68 Cronbach's Alpha değeri ile üçüncü faktöre (otantik yaşama) yüklendiği görülmüştür. Analizler ölçeğimizin yapı geçerliliğinin ve güvenilirliğinin sağlandığını göstermektedir. Bu araştırmada ise Cronbach Alpha değerinin 0.71 olduğu saptanmıştır ve bu katsayı ölçeğin oldukça güvenilir olduğunu düşündürmektedir.

3.3.4. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği

Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilmiş; 21 maddelik Türkçeye uyarlanması Kesici vd. (2003) tarafından yapılmıştır. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ilk olarak çalışma ortamındaki bireylerin temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma seviyesini tespit etmek için geliştirilmiştir. Daha sonra Gagne (2003) tarafından küçük değişiklikler yapılmış ve genel yaşamda temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma seviyesini belirlemeye dönük hale getirilmiştir. Ölçeğin farklı formları bir çok araştırmada (Baard, Deci ve Ryan, 2004; Deci vd., 2001; Gagne, 2003) kullanılmış olup, güvenilirlik ve geçerliği test edilmiştir. Ölçek; beş dereceli Likert tiplidir. Bunlar “Çok Doğru (5)”, “Doğru Değil 4)”, “Biraz Doğru (3)”, “Doğru (2)” ve “Hiç Doğru Değil (1)” şeklindedir. Orijinal formunda yedi dereceleme olarak derecelendirilen ölçek Türkçe'ye uyarlamasında beşli likert tipi formu tercih edilmiştir. Ölçeğin alt boyutları: “Özerklik İhtiyacı”, “Yeterlik İhtiyacı” ve “İlişki İhtiyacı” olmak üzere üç tanedir. Bu boyutların içerikleri: “1. Özerklik İhtiyacı: (1., 4., 8., 11., 14., 17., 20.)maddeler olmak üzere toplam 7 madde; 2. Yeterlik İhtiyacı: (3., 5., 10., 13., 15. ve 19.)Maddeler olmak üzere toplam 6 madde; 3. İlişki İhtiyacı: (2., 6., 7., 9., 12., 16., 18. ve 21.) maddeler olmak üzere toplam 8 maddeden oluşmaktadır.” Ölçekten alınan

puanların yükselmesi bireyin daha fazla psikolojik gereksiniminin karşılandığını hissettirirken, düşmesinde de kişi psikolojik olarak ihtiyaç aramaktadır. Örneğin özerklik boyutunda kişinin yüksek puan alması, bireyin kendini özerk bir birey olarak hissetmesi olarak açıklanmaktadır. Ölçeğin 3, 4, 7, 11, 15, 16, 18, 19 ve 20. maddeleri ters maddelerdir. Ters maddeler verilerin girilmesi sürecinde 1, 5 olarak; 2, 4 olarak kodlanmıştır. Bu araştırmada Cronbach Alpha değerinin 0.56 olduğu saptanmıştır.

3.3.5. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formunda katılımcılara ait cinsiyet, yaş, sınıf düzey bilgileri yer almaktadır. Ayrıca formda interneti günlük kullanma süreleri ile ilgili soru da yer almaktadır.

3.4. Verilerin Çözümlemesi

Araştırmada kullanılan ölçekler için ölçeği uyarlayan ya da geliştiren araştırmacılardan kullanım için gerekli izinler alınmıştır. Araştırmanın yapılacağı okul belirlendikten sonra okul yöneticileri ve öğretmenler ile görüşülerek ölçeklerin uygulanacağı gün ve saatler belirlenmiştir. Araştırmacı ölçeklerin uygulanacağı sınıflara girerek öğrencilere çalışma ile ilgili gerekli açıklamalarda bulunmuş ve çalışmaya gönüllü olarak katılmak isteyen öğrencilere birer ölçek seti vermiştir. Öğrencilerin ölçekleri cevaplama süresi yaklaşık olarak 30 dakika sürmüştür. Bu sürenin yeterli olduğu görülmüştür. Ölçekler 230 öğrenciye uygulanmıştır. Verilerin toplanması tamamlandıktan sonra SPSS 21 programı kullanılarak; veriler istatistiksel olarak hesaplanmıştır. Analizlere geçilmeden önce verilerin normallik varsayımları karşılanmıştır. Verilerin çözümlenmesi için hangi yöntemin seçileceğine karar vermek için verilerin normalliği test edilmiştir. Elde edilen verilere bağlı olarak tanımlayıcı istatistiksel yöntemler (frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma), iki grubun

karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t-Testi, ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. ANOVA tekniğinde varyansların eşit olduğunda Tukey ve Scheffe, eşit olmadığına ise Dunnett's C testi kullanılmıştır. Katılımcıların internet düzeyleri ile temel psikolojik ihtiyaçlar ve otantiklikleri arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. İnternet bağımlılığını yordayan değişkenleri belirlemek için Standart Çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

BÖLÜM IV: BULGULAR

Bu bölümde araştırmada toplanan verilerden istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Araştırma örnekleminde yer alan lise öğrencilerinin internet bağımlılığının, cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, günlük internet kullanım süresi durumlarına göre farklılık gösterip göstermediğine yönelik bulgular aşağıda yer almaktadır. Bununla birlikte internet bağımlılığının, youtube kullanımı, temel psikolojik ihtiyaçlar ve otantiklik arasındaki ilişkilere yönelik elde edilen bulgular da aşağıda yer almaktadır.

Tablo 3: Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeyleri

Kategori	N	%
Semptom Göstermeyenler	10	4.4
Sınırlı Semptom Gösterenler	132	58.7
İnternet Bağımlılığı	83	36.9
Toplam	225	100

Araştırmada lise öğrencilerinin bağımlılık düzeyleri incelendiğinde en düşük yüzde oranı semptom göstermeyenler(%4,4) iken, en yüksek yüzde oranı sınırlı semptom gösterenler(%58.7) olarak belirlenmiştir.

4.1. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Araştırmada lise öğrencilerinin cinsiyetlerine göre internet bağımlılığı düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için önce normallikleri test edilmiş

elde edilen sonuçlara göre Bağımsız Örneklem İçin t Testi kullanılmış ve analizin sonuçları aşağıda Tablo 4’de gösterilmiştir.

Tablo 4: Lise Öğrencilerinin Cinsiyete Göre İnternet Bağımlılıklarına Ait t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{X}	ss	sd	t	p
Kız	114	35.7	9.1	223	-1.3	.16
Erkek	111	37.5	10.6			

Tablo 4’de görüldüğü gibi lisede öğrenim gören erkek öğrencilerin İB puan ortalamaları ($=37.5$) ile kız öğrencilerin İB puan ortalamaları ($=35.7$) arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($t_{(223)} = -1.3, p > .05$). Erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılığı puanları anlamlı düzeyde yüksek değildir.

4.2. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Sınıf Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin buldukları sınıf seviyelerine göre internet bağımlılığı düzeyleri karşılaştırmak için önce normallikleri test edilmiş çıkan sonuçlara göre Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) testi ile analiz edilmiştir. Sınıf düzeyine göre internet bağımlılığı puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 5’te ve ANOVA bulguları da Tablo 6’da gösterilmiştir.

Tablo 5: Sınıf Düzeyine Göre Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler

Sınıf Düzeyi	N	\bar{X}	ss
--------------	---	-----------	----

9.Sınıf	47	39,2	6,5
10.Sınıf	58	35,3	11,2
11.Sınıf	69	36,6	9,2
12.Sınıf	51	35,6	9,8
Toplam	225	36,6	9,6

Tablo 6: Sınıf Düzeyine Göre lise öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Varyans Analizi Sonuçları

	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	467,9	3	155,9	1,7	,16
Gruplarıçi	20241,1	221	91,5		
Toplam	20709,1	224			

Tablo 5 ve Tablo 6 sonucuna göre lise öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre internet bağımlılığı puanları ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış test sonunda ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmektedir. [$F_{(3-221)} = 1,7, p > 0.05$]

4.3. Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin buldukları yaşa göre internet bağımlılığı düzeyleri karşılaştırmak için önce normallikleri test edilmiş ardından çıkan sonuçlara göre Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) testi ile analiz edilmiştir. Yaş

değişkenine göre internet bağımlılığı puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 7’te ve ANOVA bulguları da Tablo 8’de gösterilmiştir.

Tablo 7: Yaş Değişkenine Göre Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler

Yaş	N	\bar{X}	ss
15	52	38,9	5,9
16	46	34,6	9,9
17	71	36,3	10,8
18	55	36,1	9,8
Toplam	224	36,5	9,5

Tablo 7’ye göre yaş öğrencilerin ortalamaları 15 yaş ($\bar{X}= 38,9$) ile en yüksek ortalamaya sahipken, 16 yaşta ise ($\bar{X}= 34,6$) sonucu elde edilmiştir.

Tablo 8: Yaş Değişkenine Göre Lise öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Varyans Analizi Sonuçları

	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	472,9	3	157,6	1,7	,15
Gruplarıçi	19858,8	220	90,2		
Toplam	20331,7	223			

Tablo 8 incelendiğinde lise öğrencilerinin yaşlarına göre internet bağımlılığı puanları ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış test sonunda ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmektedir.

$$[F_{(3-220)} = 1,7, p > 0.05]$$

4.4.Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin günlük internet kullanım sürelerine göre internet bağımlılığı düzeyleri karşılaştırmak için önce normallikleri test edilmiş; test sonucuna göre Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) testi ile analiz edilmiştir. Günlük internet kullanım sürelerine göre internet bağımlılığı puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 9’da ve ANOVA bulguları da Tablo 10’da gösterilmiştir.

Tablo 9: Günlük internet kullanım sürelerine göre Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler

Günlük İnternet			
Kullanım Süresi	N	\bar{X}	ss
1-2 saat	22	27,8	10,2
3-6 saat	90	34,8	8,2
7-10 saat	73	38	9
11-12 saat	40	42,9	8,5
Toplam	225	36,6	9,6

Tablo 9’a göre öğrencilerin günlük internet kullanım ortalamaları 1-2 saat ($\bar{X}= 27,8$) ile en düşük ortalamaya sahipken, 11-12 saatin ise ($\bar{X}= 42,9$) en yüksek ortalamasonucu elde edilmiştir.

Tablo 10: Günlük internet kullanım sürelerine Göre Lise öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Puanlarına Ait Varyans Analizi Sonuçları

	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	3687,1	3	1229	15,9	,00
Gruplarıçi	17022	221	77		
Toplam	20709,1	224			

Tablo 10 incelendiğinde lise öğrencilerinin günlük internet kullanım sürelerine göre internet bağımlılığı puanları ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi ile karşılaştırılmış test sonunda ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu gözlemlenmektedir. [$F_{(3-221)} = 15,9, p < 0.01$]. Test sonucu hesaplanan etki büyüklüğü ($\eta^2=0,07$) bu farkın orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda, anlamlı farkın, 1-2 saat ile 11-12 saat arasında olduğu gözlemlenmiştir. Buradan çıkarılacak sonucun ergenleri interneti ortalama yerine ya az ya da çok kullandıklarını göstermektedir.

4.5. Lise Öğrencilerinin Youtube Kullanımı, Otantiklik ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeyleri ile İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin youtube kullanımı, otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar düzeyleri ile internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki korelasyonlara ilişkin bulgular için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi gerçekleştirilmiş, sonuçlar Tablo 11’de verilmiştir. İnternet bağımlılığının diğer değişkenlerle yordanmasına yönelik yapılan çoklu regresyon analizi sonucu ise tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 11: Lise Öğrencilerinin Youtube Kullanımı, Otantiklik ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeyleri ile İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular

İnternet Bağımlılığı	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Özerklik	1	0,5	0,5	0,2	-0,2	-0,2	0,03	0,01
2.Yeterlik	0,5	1	0,2	0,1	-0,3	-0,2	-0,04	0,12
3.İlişki İhtiyacı	0,5	0,2	1	0,09	-0,2	-0,2	0,03	0,02
4.Kendine Yabancılaşma	0,2	0,1	0,09	1	0,1	-0,05	0,08	0,02
5.Otantik Yaşam	-0,2	-0,3	-0,2	0,1	1	0,4	-0,05	-0,1
6.Dış Etkiyi Kabullenme	-0,2	-0,2	-0,2	-0,5	0,4	1	-0,7	-1,4
7.Youtube'ye verilen Önem	0,03	0,04	0,03	0,08	-0,05	-0,7	1	0,55
8.Youtuber olmaya verilen önem	0,01	0,1	0,02	0,02	-0,1	-0,1	0,55	1

Lise öğrencilerinin youtube kullanımı, otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar düzeyleri ile internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için yapılan çoklu korelasyon sonucu internet bağımlılığı ile kendine yabancılaşma arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki ($r= ,16, p < 0.5$) ve internet bağımlılığı ile otantik yaşama arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki ($r= -,12, p < 0.5$) bulunmuştur.

Tablo 12. Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yordanmasına Yönelik Çoklu Regresyon Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
1. Sabit	34,146	6,955		4,909	0,000
2. Özerklik	-0,104	0,191	-0,045	-0,542	0,588
3. Yeterlik	0,167	0,213	0,073	0,786	0,433
4. İlişki İhtiyacı	0,169	0,135	0,101	1,255	0,211
5. Kendine Yabancılaşma	1,781	0,742	0,187	2,401	0,017
6. Otantik Yaşam	-1,806	0,885	-0,144	-2,042	0,042
7. Dış Etkiyi Kabullenme	0,486	0,791	0,047	0,615	0,539
8. Youtube'ye Atfedilen Önem	-0,760	0,743	-0,082	-1,022	0,308
9. Youtuber Olmaya Verilen Önem	-0,012	0,808	-0,001	-0,014	0,989
10. Cinsiyet	1,137	1,207	0,059	0,941	0,348
11. Yaş	0,320	0,584	0,037	0,548	0,548

R=0,50

$R^2=10$

$F_{(11-204)} = 6,2$

p=0.000

Özerklik,yeterlik, ilişki ihtiyacı,kendine yabancılaşma, otantik yaşam, dış etkiyi kabullenme, youtube'ye atfedilen önem ve youtuber olmaya verilen önem, cinsiyet, yaş ve günlük internet kullanımı değişkenleri birlikte internet bağımlılığı ile anlamlı bir ilişki sergilemişlerdir. [$F_{(11-204)} = 6,2$, $p < 0.01$]. Söz konusu değişkenler internet bağımlılığı puanlarındaki değişimin %10'unu açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılık testleri göz önüne alındığında, yordayıcı değişkenlerden

kendine yabancılaşma ($p<0.05$) ve otantik yaşama ($p<0.05$) değişkenlerinin internet bağımlılığı üzerinde anlamlı yordayıcı olduğu görülmektedir.

BÖLÜM V: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma

Bu araştırma sonucuna göre internet bağımlılığı yaygınlığı % 36.9 olarak bulunmuştur. Çalışmanın ergen bireyler üzerinde yapılması ve ergen bireylerin teknoloji çağında dünyaya gelmesinin internet bağımlısı olma ihtimallerini yükseltmiş olduğu düşünülmektedir.

Araştırma sonucunda internet bağımlılığının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Erkek öğrencilerinin internet bağımlılık ölçeği ortalama puanları kız öğrencilerden daha yüksektir fakat aradaki bu fark anlamlı değildir. Literatürde internet bağımlılığı ile ilgili cinsiyete ilişkin bulgular incelendiğinde farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Bu araştırma sonucuna paralel şekilde Şahin (2014), lise öğrencileri ile yaptığı araştırmasında internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmadığı bulgusuna ulaşmıştır. Yine Griffiths (1995;1996) araştırmalarında internet bağımlılığının kadınlarda daha fazla görüldüğünü belirtirken, Jang ve diğerleri (2008), Kaltiala-Heino ve diğerleri (2004), Bayraktar ve Gün (2007), , Egger ve Rauterberg (2009), Kim ve diğerleri (2006), Batıgün ve Hasta (2010) araştırmalarında cinsiyet ve internet bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir. Eftekin (2015), Ayas ve Horzum (2013) tarafından yürütülen araştırmalar da ulaşılan bulguyu destekler niteliktedir. Balcı ve Gülnar (2009)'ın üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmanın sonucunda internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde araştırmada elde edilen sonucun aksine internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık gösteren çalışmalar yer almaktadır (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Esen, 2010; Zorbaz, 2013). Morahan – Martin ve Schumacher

(2000) yaptığı araştırmada erkek öğrencilerin daha fazla internet bağımlılık oranlarına sahip olduğu belirlenmiştir. Araştırmalardaki farklılıkların internet bağımlılığı ölçüm biçiminden veya araştırmaların yapıldığı şehirlerin kültürel farklılıklarından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Araştırma sonucuna göre lise öğrencilerinin sınıf düzeyi ile internet bağımlılığı puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmektedir. 9.sınıf öğrencilerinin ortalaması diğer sınıflardan daha yüksek çıkmıştır. Bu durumu destekleyecek araştırmalara bakıldığında en yüksek bağımlılık oranının 9. Sınıflarda olduğunu bulunmuş ve bağımlılık oranının 9. Sınıftan 12. Sınıfa doğru düşmeye başladığı bulunmuştur (Günüç 2009, Öner 2015, Eftekin 2013). Gelişimsel açıdan bakıldığında da bahsedilen yaş aralıkları arasında anlamlı bir farklılık olması beklenmemektedir. Destekleyen çalışmalar da mevcuttur (Yılmaz, 2010). Uluçay (2012) çalışmasında sınıf düzeyi ile internet bağımlılığı arasında anlamlı farklılık olduğunu bulmuş ve bu farkın 9. Sınıf ile 12. Sınıf arasında olduğunu tespit etmiştir. Bir başka araştırmada Doğan (2013) yaptığı araştırmada ergenlerin sınıf düzeylerine göre internet bağımlılık durumlarının farklılık gösterdiğini bulmuştur. Yapılan başka bir araştırmada lise öğrencilerinin sınıfları ile internet bağımlılığı arasında anlamlılık tespit edilmiş ve bu anlamlılığın 11. Sınıf öğrencilerinden kaynaklandığı bulunmuştur (Dalgacı 2016). Bu araştırmada 9.sınıf öğrencilerinde internet kullanımı diğer sınıf düzeylerinden yüksek bulunmuştur. Bunun sebebi yaş arttıkça üniversite sınavına girecek olan ergenlerin internet ve bilgisayar ile daha az ilgilenmeleri olabilir. Bu

verilerin aksine, Binali (2015) gerçekleştirdiği çalışmada sınıf düzeyi arttıkça internet bağımlılığı puan ortalamalarının arttığını belirtmiştir.

Araştırma sonucuna göre lise öğrencilerinin yaş değişkenine göre internet bağımlılığı puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmektedir. Elde edilen bu bulgu, ortaöğretim öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılıklarının yaşa göre değişmediği bulgusuna ulaşan Yıldız'ın (2017) çalışmasıyla benzerlik göstermektedir. Literatürde de araştırma sonucunu destekleyen bazı araştırmalarda yaş ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur (Tutgun ve ark. 2011, Liu ve ark. 2011, Özgür ve ark. 2014, Mak ve ark. 2014). Başka bir çalışmada Gezgin ve Parlak (2018) ortaöğretim öğrencilerinde yaş ile akıllı telefon bağımlılıkları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğuna dikkat çekmiştir (Gezgin ve Parlak, 2018). Diğer bir çalışmada ise ergen yaş grubunun internet bağımlısı olma eğiliminin diğer yaş gruplarına göre daha çok olduklarını belirtilmiştir (Wu ve ark. 2015). Bu araştırmaya katılan bireyler gelişimleri düşünüldüğü zaman ergenlik dönemi dediğimiz dönem içinde olan öğrencilerdir. Buldukları çağın getirileri olan kendilerini beğendirme eğilimleri, farklı ortam arayışı ve yeni arkadaşlıklar edinme içerisinde olan öğrencilerin durumları düşünüldüğünde; internet kullanımlarının bu durumlardan dolayı daha fazla olduğu söylenebilir. Aynı zamanda ergenlerin 18 yaş üstü öğrencilere göre kendi davranışlarını kontrol edebilme yetenekleri daha az gelişmiştir.

Bu araştırma sonucuna göre lise öğrencilerinin günlük internet kullanım sürelerine göre internet bağımlılığı puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu gözlemlenmektedir. Birçok çalışma internet bağımlılığı ile ilgili bu araştırmadaki sonuçlarımızı destekler niteliktedir (Chou ve ark. 2005, Özcan ve Buzlu

2005, Shim 2006, Lee ve ark. 2007, Balta ve Horzum 2008, Eijnden ve ark. 2008, Kelleci ve ark. 2009, Batıgün ve Hasta 2010, Akdağ ve ark. 2010, Batıgün ve Kılıç 2011, Kaya 2011, Üneri ve Tanıdır 2011, Durkee ve ark. 2012, Eldeleklioğlu ve Vural Batık 2013, Kır ve Sulak 2014, Soydan 2015, Usta 2016, Çevik 2016). Young (1998) çalışmasında internet bağımlısı olarak tarif ettiği grubun haftalık ortalama 39 saat ; Eijnden ve arkadaşları (2008) ise ortalama 9 saat internette vakit geçirdiklerini bildirmektedir. Bu durumun açıklanmasında, bağımlılığı tanımlarken kullanılan ölçütlerin farklı olmasına bağlı olarak seçilen ölçme araçlarından kaynaklandığı belirtilmektedir.

Bu araştırmanın sonucunda internet bağımlılığı ile kendine yabancılaşma arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki ($r = ,16, p < 0.5$) ve internet bağımlılığı ile otantik yaşama arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişki ($r = -,12, p < 0.5$) bulunmuştur. Bu durum internet bağımlılığı arttıkça kendine yabancılaşmanın da arttığını aynı zamanda internet bağımlılığı arttıkça otantik yaşamın azaldığı sonucunu vermektedir. Literatürde otantiklik değişkeni ile internet bağımlılığının incelendiği araştırma sayısı çok azdır. Bireylerin yüz yüze iletişimlerinde de çevrimiçi ağlarda kendilerini otantik şekilde göstermenin psikolojik iyi oluş üzerinde yarattığı olumlu etkileri gösteren çalışmalar yer almaktadır. Örneğin, çevrimdışı internet ortamlarında yapılan çalışmalarda otantik kişilerin, öz saygı (Goldman ve Kernis, 2002; Wood ve ark., 2008) ve yaşamdan aldıkları memnuniyet düzeylerinin yüksek olduğu (Boyraz, Waits ve Felix, 2014) sonucunu ortaya çıkarmışlardır. Bu araştırma sonucuyla paralellik göstermektedir. Reinecke ve Trepte (2014)'nin yaptıkları çalışmada sosyal medya profillerinde kendi benliklerini otantik olarak gösterdiğini bildiren katılımcılar, altı ay yapılan uygulamanın sonunda daha az negatif duygu durumu ve daha çok pozitif duygu durumu tecrübe ettiklerini, yaşamdan aldığı memnuniyet oranının ise daha

yüksek olduğunu tespit edilmiştir. Otantik yaşamının internet bağımlılığı üzerindeki etkiyi açıklayabilmektedir. Alanyazındaki çalışmanın azlığından dolayı otantikliğin 3 alt boyutunun içinden ikisinin internet bağımlılığıyla ilişkisinin çıkması alanyazına ışık tutabileceğini düşündürmüştür. İnternet bağımlısı ergenlerde internette fazla zaman harcamaktan rahatsızlık duymalarıyla birlikte kendilerine sınır belirleme ve kendilerini denetlemede sorun yaşadıkları ortaya atılmaktadır. Bu durumun kendine yabancılaşmayı da beraberinde getirebileceği düşünülmektedir. İnternet bağımlılığının özellikle ergenler için önemli bir teşkil ettiğini ve gençlerin yaşamında olumsuz etkilere sebebiyet verdiğini göstermektedir.

İnternet bağımlılığının özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacı üzerinde etkisi bulunmamıştır. Literatüre bakıldığında Canoğulları (2014) çalışmasında, İnternet bağımlılığı düşük düzeyde olan ergenlerin yüksek düzeyde olanlara kıyasla daha özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaç puanı olduğu saptamıştır. Teknoloji bağımlılığı arttıkça, kişiler sosyal ortamlarda çekingen olmakta, gerçek yaşamdaki iletişimlerden kaçmaya, insanlarla birlikte çalışmada bulunmama ve yüz yüze iletişimden kaygı duymaya ve gün geçtikçe sadece çevrimiçi etkileşimi tercih etmişlerdir (Young ve Abreu, 2011). Bu araştırma sonucuna paralel olarak Partala (2011) da yaptığı çalışmada yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının sanal dünyadan çok gerçek yaşamda daha çok doyurulduğu sonucuna varmışlardır. Sonuç olarak, internet bağımlılık düzeyi düşük olan ergenlerin, yüksek düzeyde olan ergenlere oranla daha çok özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacı hissetmeleri; internetin ergen bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını karşıladığı sonucuna ulaşılabilir.

5.2. Sonuç

Araştırmada ergenlerde youtube kullanımı, otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Değişkenlerin internet bağımlılığını % 10 oranında yordadığı ortaya konulmuştur. Son dönemlerde teknolojinin zaman içinde daha da gelişmesiyle birlikte internet bireyler için gittikçe daha fazla risk unsuru olarak görülmektedir. İnternete bağlanmanın gün geçtikçe daha kolay hale gelmesi, cep telefonlarının yaygın hale gelmesi ve cep telefonu taşınabilirliğinin kolay olması internet bağımlılığında artışa yol açmaktadır. Bu artışın çevrimiçi ortamlarda kolay arkadaşlıklar kuran, popülerite yakalamak isteyen ve otantik yaşama isteği olan, kendine yabancılaşan, dış etkenleri kabullenmeyen, özerklik,yeterlik ve ilişki ihtiyacı olan bireyleri de ortaya çıkaracağı düşünülmektedir.

5.3. Öneriler

Klinisyenlere Yönelik Öneriler

- Araştırma sonucuna göre ergenlerin internet bağımlılığı oranının “Bağımlı” seviyesinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ergenlerin internet bağımlısı olma ihtimallerinin azaltılmasına dair okullarda Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlar; öğrencilere psikoterapi desteğini önerebilir ve Psikolog yönlendirmesi yapabilir.
- Yapılan çalışmada ergenlerin internet bağımlılığının sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Fakat sınıf düzeyi arttıkça internet bağımlılığı da azalmaktadır. 9. sınıf öğrencilerinde en yüksek düzeyde internet bağımlılığı görülürken, 12. sınıf öğrencilerinde en düşük düzeyde görülmektedir. Bu nedenle özellikle 9. sınıftan itibaren okul rehberlik ve psikolojik danışmanlık servisleri tarafından internet bağımlılığının

azaltılmasına yönelik önleyici ve müdahale edici çalışmaların yapılması, sonraki sınıflarda ve üniversite sürecinde bu davranışın artmasını engelleyebilir.

- İnternetin aşırı kullanımı, bireyin psikolojik ve fiziksel sağlığını tehlikeye sokan aynı zamanda sosyal hayatımızı da olumsuz yönde etkileyen bir bağımlılıktır. Bu alanda korumak ve önlemek adına sosyal hizmet alanında müdahale planlanması gerekmektedir. Klinisyenlerle birlikte sosyal hizmet uzmanlarının genel müdahaleler geliştirmesi zorunludur. Sosyal hizmet uzmanları, öğrencilerin işlevselliğini arttırmalı, hem ailelere hem de öğrencilere bilinçli internet kullanımı için seminerler vererek, internet kullanımının sınır ve süresinin ne düzeyde olması gerektiği anlatılmalıdır.

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

- Araştırma sosyal medya mecralarından Youtube üzerine ölçek geliştirilerek yapılmıştır. Diğer sosyal medya mecraları (İnstagram, Facebook) üzerinde de ölçek geliştirilip uygulanabilir.
- Literatürde ergenlerin internet bağımlılıkları ile otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmeye çalışıldığı benzer çalışmalarda betimsel araştırma modelleri kullanılmıştır. İleride yapılacak çalışmalarda deneysel araştırma modeli tercih edilebilir.
- Daha sonraki dönemlerde yapılacak çalışmalarda farklı yaş gruplarının da çalışmalara fayda sağlamasıyla karşılaştırmalar yapılabilir.
- İnternet erişiminin giderek artması nedeniyle daha küçük yaş gruplarında araştırmalar genişletilebilir.

- Bu araştırma yalnızca İstanbul İli Esenyurt ilçesi Beylikdüzü Kavram Temel Lisesi'nde gerçekleştirilmiştir. Araştırmaların daha farklı sosyoekonomik düzeyde olan bölgelerde yapılması ile karşılaştırmalar yapılabilir.
- “İnternet Bağımlılığı” konusu ele alınarak kamu spotlarının oluşmasını sağlayarak farkındalık yaratılabilir. Bu çalışma sonucunda elde edilen bulgular, sınırlılıklar ve öneriler dikkate alınıp değerlendirilerek, literatüre katkı sağlaması bakımından ek araştırmalarla desteklenebilir.
- Günümüzün ve geleceğimizin en büyük sorunlarından biri olan internet bağımlılığını yordayan değişkenlerin tespitine dair araştırmalar zenginleştirilebilir.
- Farklı araştırma tekniklerinin kullanılması ve daha geniş katılımcılara ulaşılması ilişkilerin daha net belirlenmesini sağlayabilir.
- İleride yapılacak olan çalışmalarda katılımcı sayısının yüksek tutularak araştırmalar geliştirilebilir.

KAYNAKLAR

- Akdağ M, Yılmaz Şahan B, Özhan U, Şan İ. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi :İnönü Üniversitesi Örneği. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2014, 15(1):73-96
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 1: 55-67.
- Arnas, A.Y. (2005). 3-18 yaş grubu genç ve gençlerin interaktif iletişim araçlarını kullanma alışkanlıklarının değerlendirilmesi. The Turkish Online Journal of Educational Technology Tojet, 4(4): 59-66.
- Arslan, G. (2017). Psychological maltreatment, forgiveness, mindfulness, and internet addiction among young adults: A study of mediation effect. Computer in Human Behavior, 72, 57-66. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2017.02.037>.
- Avolio B. J., & Luthans, F. (2006). The high impact leader: Moments matter for Accelerating authentic leadership development. New York: McGraw-Hill.
- Ayas, T. ve Horzum, M. B. (2013). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4 (39), 46-57.
- Baard, P. P., Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2004). Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and well-being in two work settings. Journal of Applied Social Psychology, 34(10), 2045-2068

Bakken IJ, Wenzel HG, Gøtestam KG, Johansson A, Øren A. Internet addiction among

Norwegian adults: A stratified probability sample study. *Scand J Psychol.*

2009;50(2):121–7. Whang LS-M, Lee S, Chang G. Internet over-users“

psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction.

Cyberpsychol Behav.

2003;6:143–50. 26.

Balcı, Ş. ve Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve

internet bağımlılarının profili. *Selçuk İletişim*, 6(1), 5-22.

Balta Çakır Ö, Horzum MB. Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet

Bağımlılığını Etkileyen Faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri*

Fakültesi Dergisi, 2008, 41(1):187-205

Batıgün, A. D. ve Hasta, D. (2010). İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişilerarası İlişki

Tarzları Açısından Bir Değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 213-

219.

Batıgün Durak A, Kılıç N. İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek,

Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler.

Türk Psikoloji Dergisi, 2011, 26(67):1-10

- Bayhan, V. (2011). Lise öğrencilerinde internet kullanma alışkanlığı ve internet Bağımlılığı (Malatya uygulaması). XIII. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, 2011 İnönü Üniversitesi, Malatya, Bildiriler, Akademik Bilişim, Malatya, 2011, s.917-924.
- Bayraktar, F. (2001). İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Ana Bilim Dalı. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
- Bayraktar, F. ve Gün, Z. (2007). Incidence and correlates of internet usage among Adolescents in north cyprus. *Cyberpsychology and Behavior*. 10: 191- 197.
- Bayraktar, F. (2013). İnternet ve Ergen Gelişimi. M. Kalkan, & C. Kaygusuz içinde, İnternet Bağımlılığı: Sorunlar ve Çözümler. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Binalı R. Lise Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri ile İnternet Bağımlılığı ve Akademik Başarı Durumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2015.
- Boyras, G., Waits, J. B. ve Felix, V. A. (2014). Authenticity, life satisfaction, and distress: A longitudinal analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 61(3), 498-505. <https://doi.org/10.1037/cou0000031>
- Brown, J. D., Collins, R. L., & Schmidt, G. W. (1988). Self-esteem and direct versus indirect forms of self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55 (3), 445- 453.
- Brunell, Kernis, Goldman, Heppner, Davis, Cascio ve Webster (2010). Dispositional authenticity and romantic relationship functioning. *Personality and Individual*

Differences, 48, s. 900–905.

Butler, G ve McManus, G. B. F. (1998). Psikolojinin ABC' si.İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

Büyüköztürk, S., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, S. & Demirel F. (2011). Bilimsel araştırma yöntemleri (6. baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Can, A. (2017). SPSS İle Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi. (5. Baskı). Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Can, S. (2018). Ergenlerin akademik erteleme davranışları, internet bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçları: Bir model önerisi. Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Canoğulları, Ö., & 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.

Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: bağımlılık. VIII. Ulusal PDR Kongresi. (21-23 Eylül 2005) İstanbul: Marmara Üniversitesi.

Ceyhan, A. A. (2011). Ergenlerin problemleri internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 18(2), 85–94.

Chou, C., & Hsiao, M.C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college students' case. Computers and Education, 35, 65- 80.

Chou,C., Condron, L.A., & Belland, J.C. (2005). Review of the research on internet addiction.Educational Psychology Review, 17(4), 363-388. 10.1007/s10648-005-8138-1.

- Cihangir-Çankayya, Z. (2005), Öz-Belirleme Modeli: Özerklik Desteği, İhtiyaç Doyumu ve İyi Olma. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- Cömert IT, ÖGEL K. İstanbul Örneğinde İnternet ve Bilgisayar Bağımlılığının Yaygınlığı ve Farklı Etkenlerle İlişkisi. Türkiye Klin Adli Tıp Derg. Turkiye Klinikleri. 2009:6(1):9-16.
- Cüceloğlu, D. (2008). İnsan ve davranışı. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağır, G. (2010). Lise ve Üniversite Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyleri ile Algılanan Esenlik Halleri ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir: Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Çelikkaleli, Ö. (2004). Lise öğrencilerinde sosyal yetkinlik beklentisi ve psikolojik ihtiyaçlar. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler A.B.D., Mersin
- Çevik Ç. İnternet Kullanım Süresinin Ergenler Üzerindeki Psikolojik Etkileri. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı, İstanbul, 2016
- Dalgalı FN. Lise Öğrencilerinde Yeme Tutumları ve İnternet Bağımlılığının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı, İstanbul, 2016.
- Deci, E. L., Ryan, R. M. ve Richard, M. (1996). Need satisfaction and the selfregulation of learning. Learning & Individual Differences, 8, 3.

- 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), s. 227-268.
- Doğan A. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Entitüsü Aile Danışmanlığı Anabilim Dalı, İzmir, 2013.
- Döner, C. (2011). İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Farklı Değişkenlere İncelenmesi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.
- Durkee T, Kaess M, Carli V, Parzer P, Wasserman C, ve ark. Prevalence Of , Pathological İnternet Use Among Adolescents in Europe: Demographic and Social Factors. *Addiction*, 2012, 107:2210-2222
- Eftekin, P. (2013). Ergenlik dönemindeki öğrencilerin internet bağımlılığı ve anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kayseri
- Egger, O. & Rauterberg, M. (1996). Internet Behaviour and Addiction. Unpublished master’s thesis, Work & Organisational Psychology Unit (IfAP) , Swiss Federal Institute of Technology (ETH), Zurich.
- Eijnden, R. J. M., Meerkerk, G. J., Vermulst, A. A., Spijkerman, R. ve Engels, C. M. E. (2008). Online communication, compulsive internet use, and psychosocial well-being among adolescents: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 44, 655-665
- Eldelekoğlu J, Vural Batık M. Predictive Effects of Academic Achievement, İnternet Use Duration, Loneliness and Shyness on İnternet Addiction. Hacettepe

Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2013, 28(1):141-152

Esen, E. (2010). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin

incelenmesi (Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Gezgin, D.M., & Parlak, C. (2018, Eylül). Kosova’da öğrenim gören öğrenciler

arasında nomofobi yaygınlığı. Uluslararası Balkan Eğitim ve Bilim

Kongresi’nde sunulan sözlü bildiri, Edirne.

Gil-Or, O., Levi-Belz, Y. ve Turel, O. (2015). The “Facebook-self”: Characteristics

and psychological predictors of false self-presentation on Facebook. *Frontiers*

in Psychology, 6(FEB), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00099>

Goldman, B. M. ve Kernis, M. H. (2002). The role of authenticity in healthy

psychological functioning and subjective well-being. *Annals of the American*

Psychotherapy Association, 5(6), 18-20

Gönül, A.S. (2002). Patolojik internet kullanımı (İnternet bağımlılığı/kötüye

kullanımı). *Yeni Symposium*, 40 (3), 105-110.

Greitemeyer, T., Mügge, D. O., & Bollermann, I. (2014). Having responsive Facebook

friends affects the satisfaction of psychological needs more than having many

Facebook friends. *Basic and Applied Social Psychology*, 36(3), 252-258.

Griffiths, M. (1996). Behavioral Addictions: An Issue For Everybody? *Journal of*

Workplace Learning. 8: 19- 25.

Günüç S. İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Bazı Demografik

Değişkenler İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek

Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim

Bilimleri Anabilim Dalı Eğitim Programları ve Öğretimi Bilim Dalı, Van, 2009

Harter, S., Marold, D. B., Whitesell, N. R., & Cobbs, G. (1996). A model of the effects of perceived parent and peer support on adolescent false self behavior. *Child Development*, 67(2), 360–374.

Heppner, W. L., Kernis, M. H., Nezlek, J. B., Foster, J., Lakey, C. E., & Goldman, B. M. (2008). Within-person relationships among daily self-esteem, need satisfaction, and authenticity. *Psychological Science*, 19(11), 1140–1145

Horney, K. (1951). *Neurosis and Human Growth*. London: Routledge

İmamoğlu, E. O., Günaydın, G. ve Selçuk, E. (2011). Özgün benliğin yordayıcıları olarak kendileşme ve ilişkililik: Cinsiyetin ve kültürel yönelimlerin ötesinde. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26 (67), 27-43.

İnan, A. (2010). İlköğretim II.Kademe ve Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Erzurum.

İnanç, B.Y. ve Yerlikaya, E. (2008). *Kişilik Kuramları*. Ankara: Pegem Yayınları.

Jang, M. H., and Ji, E. S. (2012). Gender differences in associations between parental problem drinking and early adolescents' internet addiction. *J. Spec. Pediatr. Nurs.* 17, 288–300

Kaltiala-Heino R, Lintonen T, Rimpela A. Internet addiction? Potentially problematic

use of the Internet in a population of 12-18 year old adolescents. *Addict Res*

Theory 2004; 12: 89-96.

Kaya A. Öğretmen Adaylarının Sosyal Ağ Sitelerini Kullanım Durumları ve İnternet

Bağımlılığı Düzeyleri. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Fen Bilimleri

Enstitüsü Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı, İzmir,

2011

Kelleci M, Güler N, Sezer H, Gölbaşı Z. Lise Öğrencilerinde İnternet Kullanma

Süresinin Cinsiyet ve Psikiyatrik Belirtiler ile İlişkisi. *TAF Prev Med Bull*,

2009, 8(3):223-230

Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2006). A multicomponent conceptualization of

authenticity: theory and research. *Advances in Experimental Social*

Psychology, 38, 283-357.

Kernis, M. H. (2003). Optimal self-esteem and authenticity: Separating fantasy from

reality. *Psychological Inquiry*, 14(1), 83–89.

Kesici, Ş. (2008). Yeni psikolojik ihtiyaç değerlendirme ölçeğinin Türkçe formunun

geçerlik ve güvenirlik çalışması: doğrulayıcı faktör analizi sonuçları. Selçuk

Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 20, 493- 500.

Kır İ, Sulak Ş. Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin

İncelenmesi. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 2014, 13(51):150-167

Kim, K., Ryu, E., Chon, M. Y., Yeun, E. J., Choi, S. Y., Seo, J. S., Nam, B. W. (2006).

Internet Addiction in Korean Adolescents and its Relation to Depression and

Suicidal Ideation:A Questionnaire Survey. International Journal of Nursing

Studies. 43(2), 185-192.

Kiralla, L. V. (2005). Internet addiction disorder: A descriptive study of college

counselors in four-year institutions. Unpublished doctorate's thesis,

Department of Organizational Leadership, University of La Verne.

Lee MS, Ko YH, Song HS, Kwon KH, Lee HS, ve ark. Characteristics of Internet Use

in Relation to Game Genre in Korean Adolescents. Cyberpsychology &

Behavior, 2007, 10(2):278-285

Liu TC, Desai RA, Krishnan Sarin S, Cavallo DA, Potenza MN. Problematic Internet

Use and Health in Adolescents: Data from a High School Survey in

Connecticut. Clin Psychiatry., 2011, 72(6): 836–845.

Lopez, F. G., & Rice, K. G. (2006). Preliminary development and validation of a

measure of relationship authenticity. Journal of Counseling Psychology, 53(3),

362–371.

Mak KK, Lai CM, Watanabe H, Kim DII, Bahar N, ve ark. Epidemiology of Internet

Behaviors and Addiction Among Adolescents in Six Asian Countries.

Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 2014, 17(11):720-728

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. Psychological review, 50(4),
370-396

Maslow, A. H. (1968). Toward a Psychology of Being. New York: D. Van

NostrandCompany

Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (1997). Gender differences in İnternet usage,

behaviors and attitudes. In: Paper presented at the Joint Meeting of the 7th

International Conference on Human-Computer Interaction and 13th Symposium

on Human Interface (Japan), San Francisco, CA

Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of

pathological internet use among college students. Computers in Human

Behavior, 16, 13-29.

Müller, K. W., Dreier, M., Beutel, M. E., Duvén, E., Giralt, S. and Wolfing, K. (2016).

A Hidden Type of İnternet Addiction? Intense and Addictive Use Of Social

Networking

Oksal, A. (1986). Davranışlarımızın Kaynakları: Güdüler. Davranış Bilimleri. Ankara:

Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Ögel, K. (2017). İnternet bağımlılığı. İstanbul: Türkiye İŞ Bankası Kültür Yayınları.

Öner K. Lise Öğrencisi Ergenlerde Depresyon, İnternet Bağımlılığı ve İlişkili

Faktörler. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri

Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Aydın, 2015.

Özcan, N. K. ve Buzlu, S. (2005). Problemlı internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: “İnternette bilişsel durum ölçeği”nin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirliği. Bağımlılık Dergisi, 6(1), 19-26.

Özgür H, Demiralay T, Demiralay I. Exploration of Problematic Internet Use And Loneliness Among Distance Education Students. Turkish Online Journal of Distance Education, 2014, 15(2):75-90

Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. E. (2004). Strengths of character and well-being. Journal of Social and Clinical Psychology, 23 (5), 603-619.

Partala, Timo. 2011. Psychological Needs And Virtual Worlds: Case Second Life. International Journal Of Human-Computer Studies. c. 69. s. 12: 787-800

Reinecke, L. ve Trepte, S. (2014). Authenticity and well-being on social network sites: A two-wave longitudinal study on the effects of online authenticity and the positivity bias in SNS communication. Computers in Human Behavior, 30(January), 95-102.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.07.030>

Reiner, I., Tibubos, A. N., Hardt, J., Müller, K., Wölfling, K. and Beutel, M. E. (2017). Peer Attachment, Specific Patterns of Internet Use and Problematic İnternet Use İn Male And Female Adolescents. European Child & Adolescent

Psychiatry, 26(10), 1257-1268

Rogers, C. (1959). A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. S. Koch (Ed.), Psychology: A study of a science içinde (cilt 3) (s.184-246). New York: McGrawHill

Rogers, C. R. (1961). On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston: Houghton Mifflin.

Sargin, N. (2013). Üniversite öğrencilerinin internete yönelik tutumları ve problemleri internet kullanımları. Turkish Journal of Education, 2 (2), 44-53.

Schmid, P. F. (2005). Authenticity and alienation: Towards an understanding of the person beyond the categories of order and disorder. In S. Joseph and R. Worsley (Eds.). Person-centered Psychopathology, 74–89. Ross-on-Wye: PCCS Books.

Schmid, P. F. (2001). Authenticity: The person as his or her own author. Dialogical and ethical perspectives on therapy as an encounter relationship. And beyond. In G. Wyatt (Ed.). Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice, 217- 232. Ross-on-Wye: PCCS Books

Sheldon, K. M., Ryan, R. M., Rawsthorne, L. J. ve Ilardi, B. (1997). Trait self and true self: Cross-role variation in the big-five personality traits and its relations with psychological authenticity and subjective well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 73, s. 1380-1393.

Shen, C. X., Liu, R.D. & 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, 185–192.

Shim YS. The Impact of the Internet on Teenagers' Face-to-Face Communication.

Doctorate Thesis, Southern Illinois University, Carbondale, 2006.

Siomos KE, Dafouli ED, Braimiotis DA, Mouzas OD, Angelopoulos N V. Internet

addiction among Greek adolescent students. *Cyberpsychol Behav.*

2008;11(6):653–7.

Subrahmanyam, Kaveri, Gloria Lin. 2007. Adolescents on The Net: Internet Use and

Well-Being. *Adolescence*. c. 42. s. 168: 659

Suler, J. (1999). Healthy And Pathological İnternet Use. *Cyberpsychology And*

Behavior, 2,385- 394.

Şahin, İ. ve Kesici, Ş. (2009). Üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ve

internet kullanım fonksiyonlarının problematik internet kullanımlarını

yordaması. XVIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı

Şahin, N. (2014). Ergenlik problemleri ve baş etme yöntemleri ile internet bağımlılığı

arasındaki ilişki (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi,

Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tao, R., Huang, X., Wang, J., Zhang, H., Zhang, Y., & Li, M. (2010). Proposed

diagnostic criteria for internet addiction. *Addiction*, 105(3), 556-564.

Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological

perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193–210

Topaloğlu, T. (2013). Maslow'un gereksinimler hiyerarşisi kuramı.

- Tuna, Y. (2013). Birey ve davranış. Ankara: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Tutgun A, Deniz L, Moon MK. A Comparative Study of Problematic Internet Use And Loneliness Among Turkish And Korean Prospective Teachers. The Turkish Online Journal of Educational Technology, 2011, 10(4):14-30
- Uluçay T. Müzik Eğitiminin Ortaöğretim Öğrencilerinin Şiddet Eğilimlerine Etkisi. Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı Müzik Eğitimi Bilim Dalı, Malatya, 2012
- Usta E, Bozdoğan AE, Yıldırım K. Sınıf Öğretmeni Adaylarının İnternet Kullanımına İlişkin Tutumlarının Değerlendirilmesi. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 2007, 8(1):209-222
- Üneri ÖŞ, Tanıdır C. Bir Grup Lise Öğrencisinde İnternet Bağımlılığı Değerlendirmesi: Kesitsel Bir Çalışma. Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi, 2011,24:265-272
- Wood, A., Linley, P., Maltby, J. Banioussis, M., & Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. Journal of Counseling Psychology, 55, 385-399.
- Wu CY, Lee MB, Liao SC, Chang LP. Risk Factors of Internet Addiction among Internet Users: An Online Questionnaire Survey. PLoS ONE, 2015, 10(10): e0137506.

- Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, L., Mengcheng, W. and Hong, Z. (2018). Online Activities, Prevalence of Internet Addiction and Risk Factors Related to Family and School Among Adolescents in China. *Addictive Behaviors Reports*, 7, 14-18.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Yang, H. E., & Tsai, F. S. (2007). General ES-QUAL scales applied to websites satisfaction and loyalty model. *Communications of the IIMA*, 7(2), 115- 126.
- Yıldırım, Ali, Şimşek, Hasan. 2005. *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. 5. Baskı. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz, M.B (2010). İlköğretim 6 ve 7. sınıfların öğrencilerinin bilgisayara yönelik bağımlılık gösterme eğilimlerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi *Eğitim Teknolojileri Araştırmaları Dergisi*, 1, 7-8.
- Young, K. (1996). "Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder". *CyberPsychology and Behavior*, 1(3), 237–244.
- Young, K. S. (1996). Psychology of Computer Use: XL. Addictive Use of The Internet: A Case That Breaks The Stereotype. *Psychological Reports*, 79(3), 899-902.
- Young, K.S. (1997). What Makes the Internet Addictive: Potential Explanations for Pathological Internet Use. 105th Annual Conference of the American Psychological Association, USA: Chicago Sites in Adolescents. *Computers in Human Behavior*, 55, 172-177
- Young, K. ve Rodgers, R. C. (1998). Internet addiction: Personality traits associated with its development. Paper presented at the 69th Annual Meeting of the Eastern Psychological Association
- Young, Kimberly S., Cristiano Nabuco De Abreu. 2011. *Closing Thoughts And Future*

Implications. Internet Addiction: A Handbook And Guide To Evaluation And Treatment. ed. Kimberly S. Young, Cristiano Nabuco De Abreu. New Jersey: Wiley, 267-273.

Zorbaz, O. (2013). Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımının sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Internet World Stats. (b.t). 09.05.2016, <http://www.internetworldstats.com>.

Türkiye İstatistik Kurumu. (b.t). 09.05.2016, <http://www.tuik.gov.tr>.

EKLER

Ölçek Kullanım İzinleri

The screenshot shows a Gmail inbox with two emails. The first email is from Esin Gündem to fatih.bayraktar, dated 7 Mart Per 10:15. The second email is from Fatih Bayraktar to ben, dated 7 Mart Per 16:21.

Esine Gündem 7 Mart Per 10:15

Alıcı: fatih.bayraktar

Sn. Fatih hocam,
İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji yüksek lisans öğrencisiyim.
"Ergenlerde internet bağımlılığı ve Youtube kullanımının otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar üzerindeki etkisi" adlı tezi araştırmaktayım.
Dr. Öğr. Üyesi Ahmet SAPANCI hocamla birlikte araştırmayı yürütmekteyim. Bu araştırmada sizin uyarladığınız Young İnternet Bağımlılığı ölçeğini eğer izniniz olursa kullanmayı düşünüyoruz.
Şimdiden teşekkür ederim.
İyi çalışmalar.

Fatih Bayraktar 7 Mart Per 16:21

Alıcı: ben

Merhaba Esin hanım,

Çalışmanızda Türkçeye uyarladığım İnternet Bağımlılık Ölçeği'ni gönül rahatlığıyla kullanabilirsiniz. Başarılar dilerim.

Oluştur

Gelen Kutusu 390

Yıldızlı

Ertelenenler

Gönderilmiş Postalar

Taslaklar 1

Notes

Diğer

Esin +



Hangouts kişisi yok
Rimini hülun



Esin Erol
Alıcı: Ömer

22 Haz 2018 Cum 12:30

Hocam merhabalar,
Ben Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencilerinden Esin Erol. Tez konu öneri formum kabul edildi. Bitirme tezim için otantiklik ve temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğini sizden talep etmemi söylemişsiniz hocam. İki ölçek için literatür tarama konusunda da önerebileceğiniz kaynaklar varsa paylaşabilirseniz bana çok fayda sağlayacaktır hocam. Teşekkür ederim.
İyi çalışmalar dilerim.

Ömer Faruk ŞİMŞEK
Alıcı: ben

22 Haz 2018 Cum 13:57

ekte ölçekleri bulabilirsın Esin, kolay gelsin.

Demografik Bilgi Formu

Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()

Yaşınız:

Kaçıncı Sınıfsınız: 9.Sınıf () 10.Sınıf () 11.Sınıf () 12.Sınıf ()

İnterneti Günlük Kullanma Sıklığınız? ()1-2 saat () 3-6 saat ()7-10saat ()11-12 saat

İnternet Bağımlılığı Ölçeği

AÇIKLAMA: Lütfen aşağıdaki sorularda belirtilen durumları hangi sıklıkta yaşadığınızı belirtiniz. Lütfen her soru için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir soruyu boş bırakmayınız.

1-HİÇBİR ZAMAN, 2-NADİREN, 3-BAZEN, 4-SIKLIKLA, 5-HER ZAMAN

- | | <u>1</u> | <u>2</u> | <u>3</u> | <u>4</u> | <u>5</u> |
|--|----------|----------|----------|----------|----------|
| 1. Hangi sıklıkta planladığınızdan daha fazla internette kalırsınız? | () | () | () | () | () |
| 2. Hangi sıklıkta ailenizle ilgili işleri ihmal ederek internette daha fazla zaman harcarsınız? | () | () | () | () | () |
| 3. Okul veya ders ile ilgili çalışmalarınız hangi sıklıkta internette harcadığınız süre yüzünde zarar görmektedir. | () | () | () | () | () |
| 4. Birileri internette ne yaptığınızı sorduğunda hangi sıklıkta sır gibi saklar veya savunmay(geçersiniz? | () | () | () | () | () |
| 5. Birileri siz internette iken canınızı sıkarsa hangi sıklıkta onları tersler, onlara bağırır ve öfkeli davranırsınız? | () | () | () | () | () |
| 6. Hangi sıklıkta gece internette harcadığınız süre yüzünden uykusuz kalırsınız? | () | () | () | () | () |
| 7. İnternete bağlı değilken hangi sıklıkta internetle avunur veya internete bağlı olduğunuz hayalini kurarsınız? | () | () | () | () | () |
| 8. İnternette iken hangi sıklıkta kendinizi 'birkaç dakika daha' derken bulursunuz? | () | () | () | () | () |
| 9. Hangi sıklıkta internette harcadığınız zamanı azaltmak için uğraşırsınız ve başarısız olursunuz? | () | () | () | () | () |
| 10. Ne kadar süre internette olduğunuzu hangi sıklıkta saklamaya çalışırsınız? | () | () | () | () | () |
| 11. Hangi sıklıkta başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman harcamayı tercih edersiniz? | () | () | () | () | () |
| 12. İnternete bağlanamadığınızda hangi sıklıkta kendinizi bunalımda, karamsar ve sinirli hissedip, internete bağlandığınızda bu şikayetlerinizin hemen geçtiğini görürsünüz? | () | () | () | () | () |

Youtube Ölçeği

Bir günde kaç saat Youtube'de vakit geçiriyorsunuz?

a) Üye değilim b)1 saat ve altı c)1-3 saat d)4-6 saat e)7 saat ve üstü

Online sosyal ağlardan Youtube'de üyeliğiniz var mı?

a) Evet b) Hayır

Aşağıdaki cümleleri dikkatlice okuyup size uygun olan seçeneği işaretleyiniz.	TAMAMEN KATILMIYORUM	KATILMIYORUM	KARARSIZIM	KATILMIYORUM	KESİNLİKLE KATILMIYORUM
1. Youtube'ye girmeden duramam.					
2. Youtube sayesinde yalnızlıktan kurtulduğumu düşünüyorum					
3. Youtuber olduğumda insanlar arasında daha iyi tanırım					
4. Youtuber olmak popülerdir.					
5. Youtuber olduğumda insanlar benim hakkımda daha fazla bilgi sahibi olur.					
6. Youtube sosyal ilişkilerimde önemli bir rol oynar.					
7. Youtube'de takılmak benim için önemlidir.					
8. Youtube'de video paylaşımı yapmayı seviyorum.					
9. Youtuber olmayı önemli buluyorum.					
10. Youtube sosyal medyadaki önemli mecraların başında gelir.					

Otantiklik Ölçeği

Aşağıda kendinize ilişkin birtakım ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadelerin doğru ya da yanlış yanıtının olması söz konusu değildir. Lütfen söz konusu ifadelerin size uygunluğunu yandaki derecelendirmeye göre belirleyiniz.	Hiç Uygun Değil	Kısmen Uygun	Uygun	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun
1. Bence popüler olmaktansa kendin olmak daha iyidir.					
2. Gerçekte tam olarak ne hissettiğimi <u>bilemiyorum</u> .					
3. Başkalarının fikirlerinden güçlü bir şekilde etkilenirim.					
4. Genellikle diğer insanların bana yapmamı söyledikleri şeyi yaparım.					
5. Her zaman, başkalarının benden beklediklerini yapmam gerektiğini hissedirim.					
6. Diğer insanlar beni fazlasıyla etki altında bırakır.					
7. Kendimi çok iyi <u>tanımadığımı</u> hissedirim.					
8. Her zaman inandığım şeyin arkasında dururum (savunurum).					
9. Birçok durumda kendime karşı dürüstümdür.					
10. “Gerçek ben”den kopmuş gibi hissediyorum.					
11. Kendi değerlerime ve inançlarıma göre yaşıyorum.					
12. Kendime yabancılaşmış gibi hissediyorum.					

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği

Lütfen aşağıdaki her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki ölçeklemeyi dikkate alarak değerlendiriniz.

A Bana Hiç Uygun Değil	B Bana Çok Az Uygun	C Bana Uygun	D Bana Oldukça Uygun	E Bana Tamamen Uygun
-------------------------------------	----------------------------------	------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

1. Kendi hayatımı nasıl yaşayacağıma karar vermede kendimi özgür hissedirim.
.....
2. Etkileşim içerisine girdiğim insanları gerçekten severim.
.....
3. Sıklıkla kendimi çok yeterli hissetmem.
.....
4. Yaşamımda kendimi baskı altında hissediyorum.
.....
5. Beni tanıyan insanlar yaptığım şeyleri iyi yaptığımı söylerler.
.....
6. İletişim içerisine girdiğim insanlarla iyi anlaşırım.
.....
7. Fazlasıyla kendi kabuğuma çekilirim ve fazla sosyal etkileşime girmem.
.....
8. Düşünce ve görüşlerimi ifade etmede kendimi genel olarak özgür hissedirim.
.....
9. Bugünlerde, ilgimi çeken yeni şeyleri öğrenebiliyorum.
.....
10. Düzenli olarak etkileşim içinde olduğum insanları arkadaşım olarak kabul ederim.
.....
11. Günlük yaşamımda sıklıkla bana söylenen şeyleri yapmak zorunda hissedirim.
.....
12. Yaşamımdaki insanlar bana özen gösterirler.
.....
13. Çoğu zaman yaptığım şeylerden kaynaklanan bir başarı hissi yaşarım.

-
14. Etkileşim içerisinde olduğum insanlar duygularımı dikkate alırlar.
-
15. Ne kadar yetenekli olduğumu göstermek için yaşamımda çok fazla şansım
-
- olmuyor.
16. Yakın olduğum çok fazla insan yok.
-
17. Gündelik olaylarda kendim gibi davrandığımı hissedirim.
-
18. Düzenli olarak etkileşim içinde olduğum insanlar benden çok hoşlanıyor gibi
-
- görünmüyor.
19. Sıklıkla kendimi yetersiz hissediyorum.
-
20. Gündelik yaşamımda, bir şeyleri nasıl yapmam konusunda kendi adıma
-
- karar vermek için çok şansım olmuyor.
21. İnsanlar genelde bana karşı cana yakın davranırlar.
-

ÖZGEÇMİŞ

Esin EROL

Eğitim bilgileri: 2013-2017 İstanbul Ticaret Üniversitesi , Psikoloji bölümü

2017-2019 İstanbul Arel Üniversitesi , Klinik Psikoloji

İş deneyimleri: 2017-2019 Beylikdüzü Kavarm Temel Lisesi'nde Rehber Öğretmen olarak çalıştım.

Dil: İngilizce orta seviye

Beceriler: Problemleri analiz edebilme,

Etkili yazılı-sözlü iletişim

Danışmanlık/ koçluk becerileri

Stres yönetiminde başarılı olma

Zaman yönetiminde başarılı olma