



**T.C.**

**ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ**

**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**YETİŞKİNLERDE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ve İNTERNET  
BAĞIMLILIĞINI YORDAYAN FAKTÖRLER**

**AYSUN KAÇMAZ ZEHİR**

**Tez Danışmanı**

**Doç. Dr. Cumhuri Taş**

**İstanbul, 2019**

**T.C.**  
**ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**  
**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**YETİŞKİNLERDE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ve İNTERNET  
BAĞIMLILIĞINI YORDAYAN FAKTÖRLER**

**AYSUN KAÇMAZ ZEHİR**  
**164102097**

**Tez Danışmanı**  
**Doç. Dr. Cumhur Taş**

**İstanbul, 2019**



T.C.  
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 164102097
Öğrenci Adı Soyadı	: Aysun Kaçmaz Zehir
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Doç.Dr. Cumhur TAŞ
Tezin Başlığı	: YETİŞKİNLERDE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI VE İNTERNET BAĞIMLILIĞINI YORDAYAN FAKTÖRLER

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 24.06.2019	Saati	: 15:30
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input checked="" type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU			
<input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez <b>KABUL</b> edilmiştir.			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin <b>DÜZELTİLMESİ</b> için ..... ay <b>EK SÜRE</b> verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. ( <i>en fazla 3 ay</i> )			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin <b>REDDEDİLMESİ</b> kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.	
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ ile <b>REDDEDİLMİŞTİR.</b>			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Doç.Dr. Cumhur TAŞ	
Üye	Dr. Öğr. Üyesi Merve ÇEBİ	
Üye	Doç. Dr. Korkut Ulucan	

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Yetişkinlerde Problemlı İnternet Kullanımı ve internet Bağımlılığını Yordayan Faktörler” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.



## TEŞEKKÜR

Tezin konusunun belirlenmesi ve devam eden tüm süreçlerde sağladığı kesintisiz destekten dolayı tez hocam Doç. Dr. Cumhuri Taş'a saygı, minnet ve teşekkürlerimi sunarım. Verilerin toplanması ve tez yazım süreçlerinde, teknik ve manevi yardımlarından dolayı, Sabancı Üniversitesi öğretim görevlisi Nazan Gelbal, tez yazım sürecinde hiçbir yardımını esirgemeyen sonuna kadar yanımda olduğunu hissettiren Erkan Zehir'e, bu süreçte tüm olumsuz yaklaşımlarıma anlayışla yaklaşan aileme ve arkadaşlarıma sağladıkları tüm desteklerinden dolayı teşekkür ederim.



## ÖZET

### YETİŞKİNLERDE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ve İNTERNET BAĞIMLILIĞINI YORDAYAN FAKTÖRLER

AYSUN KAÇMAZ ZEHİR

Yüksek Lisans Tezi, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

DANIŞMAN: Doç. Dr. Cumhur Taş

Haziran, 2019 104sayfa

Bu çalışmanın amacı; yetişkinlerde problemleri internet kullanımını ve internet bağımlılığının, kişilik özellikleri, benlik saygısı ve dikkat eksikliği hiperaktivite semptomlarıyla olan ilişkisini incelemektir. Araştırma nicel yöntemlerle tasarlanmış, 44 kadın ve 58 erkek katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın katılımcıları İstanbul ilinde yaşayan büyük çoğunluğu üniversite öğrencilerinin oluşturduğu 18-65 yaş arası yetişkinlerden oluşmaktadır. Verilerin elde edilmesi için anket formları ve ölçekler kullanılmıştır. İlk sırada sosyo-demografik form olmak üzere, dikkat eksikliği ve hiperaktivite DSM ölçeği, Rosenberg benlik saygısı ölçeği, beş faktör kişilik özellikleri ölçeği ve Jung internet bağımlılığı ölçeklerinden yararlanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, kişilik özellikleri ve benlik saygısı ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi gösteren modelin uygun olduğu görülmüştür. Sonuçlar ilgili literatüre göre tartışılmış, gelecekte yapılabilecek çalışmalara yönelik öneriler yapılmıştır.

**Anahtar sözcükler:** İnternet bağımlılığı, benlik saygısı, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu, beş faktör kişilik özellikleri.

## **ABSTRACT**

### **THE EXCESSIVE USE of INTERNET AMONG ADULTS AND THE RESEARCH ON THE FACTORS PREDICTING THE INTERNET ADDICTION**

**AYSUN KAÇMAZ ZEHİR**

**Post Graduate Thesis, Department of Clinical Psychology**

**SUPERVISOR: Associate Professor Dr. Cumhuri TAŞ**

**June, 2019- 104 pages**

This study aims to analyse the excessive use of internet among adults and highlight the relationship between internet addiction and personality traits, care for the self, hyperactivity symptoms. The research is designed with quantitative methods and actualized with 44 female and 58 male participants. The participants are selected from the province of İstanbul and most of them are adult university students ranging between 18 and 65 years of age. The surveys and scales are used for the purpose of receiving the data. Starting with socio-demographic form, attention deficit and hyperactivity DSM scale, Rosenberg self-respect scale, five factor personality trait scale and Jung internet addiction scales are put into practice. Under the light of results of the research data, it is approved to that the model showing attention deficit and hyperactivity disorder, personality traits and self-respect is connected with internet addiction is suitable. The results are discussed according to the books and articles and suggestions are made for future studies.

**Key Words:** Internet addiction, self-respect, attention deficit, hyperactivity disorder, five factor personality traits.

## İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ .....	i
TEŞEKKÜR .....	ii
ÖZET .....	iii
ABSTRACT .....	iv
TABLolar LİSTESİ.....	viii
KISALTMALAR LİSTESİ .....	x
<b>BÖLÜM I: GİRİŞ</b> .....	1
1.1. Problemin Durumu .....	1
1.2. Araştırmanın Önemi.....	3
1.3. Araştırmanın Amacı .....	5
1.4. Araştırmanın Hipotezleri .....	5
1.5. Araştırmanın Sayıtları.....	6
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	6
1.7. Araştırmaya İlişkin Terimler.....	7
<b>BÖLÜM II: GENEL BİLGİLER</b> .....	8
2.1. Kuramsal Çerçeve.....	8
2.2. İnternet.....	10
2.2.1. İnternetin Türkiye'deki Gelişimi.....	11
2.3. İnternet Bağımlılığı.....	14
2.3.1. İnternetin Sağladığı İmkânlardan En Çok Hangisine Bağımlıyız? .....	15
2.4. Kişilik ve Kişilik Özellikleri .....	17
2.4.1. Beş Faktör Kişilik Modeli.....	18
2.4.1.1. Dışa Dönüklük Ve Karşıtı İçe Dönüklük .....	19
2.4.1.2. Yumuşak Başlılık Ve Karşıtı Hırçınlık .....	19
2.4.1.3. Sorumluluk Ve Karşıtı Dağınlık.....	19
2.4.1.4. Duygusal Denge Ve Karşıtı Duygusal Dengesizlik .....	20
2.4.1.5. Deneyime Açıklık .....	20
2.5. Benlik.....	20
2.5.1. Benlik Saygısı.....	22
2.5.2. Benlik Saygısı ve İnternet Bağımlılığı İlişkisi .....	23
2.6. Bağımlı Kişilik Özellikleri .....	24
2.7. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu.....	26

2.7.1.Çocukluktan Yetişkinliğe Devreden DEHB Mirasları .....	27
2.8. Problemlı İnternet Kullanımı ve DEHB.....	29
<b>BÖLÜM III: YÖNTEM.....</b>	<b>31</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	31
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	31
3.3. Veri Toplama Araçları .....	31
3.3.1. .Demografik Bilgi Formu .....	31
3.3.2. DEHB DSM Ölçeği (Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Diagnostik Stastitical Manuel) .....	31
3.3.3. Beş Faktör Kişilik Testi .....	32
3.3.4 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.....	32
3.3.5.Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği .....	33
3.4 . Verilerin Toplanması .....	33
3.5. Verilerin Analizi .....	34
<b>BÖLÜM IV: BULGULAR .....</b>	<b>35</b>
4.1.Betimsel Bulgular .....	35
4.2. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçları .....	37
4.3. Kişilik Özellikleri Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçları .....	39
4.4. Benlik Saygısı Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçları	43
4.5. İnternet Bağımlılığı Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçları .....	49
4.6. Dikkat Eksikliği, Kişilik Özellikleri, Benlik Saygısı ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkiye Ait Sonuçlar.....	51
<b>BÖLÜM V- TARTIŞMA VE YORUM, SONUÇ, ÖNERİLER.....</b>	<b>55</b>
5.1.Betimsel İstatistik Sonuçlarına İlişkin Tartışma.....	55
5.2. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçlarına İlişkin Tartışma.....	56
5.3. Kişilik Özellikleri Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçlarına İlişkin Tartışma .....	56
5.4. Benlik Saygısı Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçlarına İlişkin Tartışma .....	57
5.5. İnternet Bağımlılığı Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçlarına İlişkin Tartışma .....	57

<b>5.6. Dikkat Eksikliği, Kişilik Özellikleri, Benlik Saygısı ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkiye Ait Sonuçların Tartışılması.....</b>	<b>58</b>
<b>5.7. Sonuç Ve Öneriler .....</b>	<b>59</b>
<b>Kaynakça .....</b>	<b>61</b>



## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı .....	35
Tablo 2. Ölçeklere Ait Betimsel İstatistikler .....	36
Tablo 3. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları .....	37
Tablo 4. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	37
Tablo 5. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları .....	38
Tablo 6. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) Puanlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	38
Tablo 7. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) Puanlarının Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları 39	
Tablo 8. Kişilik Özellikleri Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları .....	40
Tablo 9. Kişilik Özellikleri Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	41
Tablo 10. Kişilik Özellikleri Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları .....	41
Tablo 11. Kişilik Özellikleri Puanlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	42
Tablo 12. Kişilik Özellikleri Puanlarının Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	43

Tablo 13.	Benlik SaygısıPuanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları.....	44
Tablo 14.	Benlik SaygısıPuanlarınınYaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	45
Tablo 15.	Benlik SaygısıPuanlarınınÇalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları.....	46
Tablo 16.	Benlik SaygısıPuanlarınınGelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	47
Tablo 17.	Benlik SaygısıPuanlarınınGünlük İnternet Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	48
Tablo 18.	İnternet BağımlılığıPuanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları.....	49
Tablo 19.	İnternet BağımlılığıPuanlarınınYaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	49
Tablo 20.	İnternet BağımlılığıPuanlarınınÇalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları .....	50
Tablo 21.	İnternet BağımlılığıPuanlarınınGelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	50
Tablo 22.	İnternet BağımlılığıPuanlarınınGünlük İnternet Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları .....	51
Tablo 23.	COPE Başa Çıkma Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları .....	52
Tablo 24.	İnternet BağımlılığınınYordanmasına Ait Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	54

## KISALTMALAR LİSTESİ

DEHB	: Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu
İBÖ	: İnternet Bağımlılığı Ölçeği
BSÖ	: Benlik Saygısı Ölçeği
APA	: American Psychological Association (Amerikan Psikoloji Birliği)
TÜİK:	: Türkiye İstatistik Kurumu
DSM	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı)
n	: Örneklem/gruptaki örneklem sayısı
%	: Yüzde
$\bar{X}$	: Ortalama
SS	: Standart sapma
t	: t testi puanı
F	: ANOVA test puanı
r	: Korelasyon katsayısı
B	: Regresyon katsayısı
SH <sub>B</sub>	: Regresyon katsayısının standart hatası
$\beta$	: Standardize edilmiş regresyon katsayısı

## BÖLÜM I: GİRİŞ

### 1.1. Problemin Durumu

İnsanlık, son yarım yüzyıldır, özellikle bilgi ve iletişim teknolojileri alanında gerçekleşen köklü bir değişim sürecinden geçmektedir. Toplumun üzerinde etkisi olan benzer değişim süreçlerine bakıldığında, avcı toplayıcılıktan, tarım toplumuna oradan sanayi toplumuna ve yaşadığımız dönemi içine alan bilgi toplumuna doğru bir seyir gözlemlenmektedir.

Bilgi, Karanlık Orta Çağın sonlarında, İngiliz devlet adamı ve filozof alan Bacon tarafından “kudret” olarak tanımlanmıştır (Bacon, 2011). İnsanı diğer canlılardan ayırdığı düşünülen bilgiyi biriktirme ve aktarma yaklaşımı bilgiye atfedilen anlam ve değer açısından son derece dikkat çekicidir. İnsan olmanın önemli bileşenlerinden bir diğeri ise sosyallik ihtiyacı olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyal bir varlık olan insanın vazgeçilmez eylemlerinin başında ise iletişim gelmektedir. Gerçekleşebilmesi için en az iki kişinin varlığı ve etkileşimine dayanan, ortaya koyulan etkileşim sonucunda bir anlam yaratılmış olması ve anlamın paylaşılması esasını gerekli kılan durum, kişilerarası iletişim olarak tanımlanabilmektedir (Gürüz ve Temel Eğinli, 2011). Bugün kişilerarası iletişimin büyük bir bölümü teknoloji aracılığı ile gerçekleşmektedir. Hayatımızın her yönünü kapsayan teknoloji iletişim şeklimizi de değiştirmiştir.

Bilgi ve iletişimin önemine dair bu atıfların ön plana çıkardığı bir diğer önemli kavram ise bu bilginin hangi kaynaklar kullanılarak aktarıldığı olacaktır. Bu gün gelinen noktada bilgi, internet ve bilgisayar teknolojisi bu soruya açık ara bir cevap niteliğindedir. Bilgisayar aracılı teknolojiler çoğunlukla iletişimi kolaylaştırmakta kimi zaman ise bazı iletişim sorunlarının ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Yaşanan her iki durum da kişilerarası iletişimi değiştirmektedir (Konjin vd, 2008). Yeni bilgi üretme, üretilen bilgiye erişim ve paylaşım kolaylığı, zaman ve mekândan bağımsız iletişim imkânı sunmasıyla, internet, toplumu yönlendiren ciddi bir güç olarak karşımıza çıkmaktadır.

İnterneti, bağımsız bilgisayarların birbirine bağlanarak oluşturduğu uluslararası bilgi iletişim ağı şeklinde tanımlayabiliriz. Bu fenomen olgunun ortaya çıkış öyküsü ise, Amerika Hava Kuvvetleri bilgisayarlarının, olası bir nükleer saldırı sonrasında askeri

birimler arasındaki iletişimi sürdürebilmek için alternatif iletişim ağı oluşturma amaçlı bir proje olduğu kabul edilmektedir (Numanoğlu ve Bayır, 2012). O günlerden günümüze özellikle yirminci yüzyılın ikinci yarısından sonra bu alandaki teknolojik ilerleme büyük bir ivme kazanmış, yaşamın her alanında yaygınlaşan kullanımıyla, toplumsal değişim üzerinde etkili bir güç haline gelmiştir.

Ortaya çıkan bu yeni toplum yapısını araştıran, analiz eden araştırmaların, en geniş kapsamıyla iki zıt görüşte gruplandığı görülmektedir. İletişim teknolojinin yaygın kullanımının toplumları daha demokratik kılacağını ön planda tutan “tekn-iyimserler” ve teknolojinin hâkimiyetinin sınırlı olması gerekliliğine vurgu yapan, yaşanacak aksi durumda, toplumsal soyutlanma ve parçalanmada artışa neden olacağını düşünen “tekn-kötümserler”. Her iki görüşü de destekleyen öncü iletişim araştırmaları literatürde yer almaktadır (Gerbaudo, 2012).

1900’lü yılları takip eden son 10 yıl içerisinde, hızla gelişen, yaygınlaşan ve erişim kolaylığı artan internet kullanımı, sayısız avantajının yanı sıra bazı sorunları da beraberinde getirmiştir. İnternet erişiminin kolay ulaşılabilir ve yaygın hale gelmesinin ortaya çıkardığı öncelikli problem, bazı kullanıcıların, kullandıklarına sınır getirememelerine bağlı olarak ortaya çıkan sağlık problemleri, iş, sosyal ve akademik hayatlarında kayıplar yaşamaları şeklinde kendini göstermiştir.

İlk kez Dr. Ivan Goldberg’in ortaya attığı “internet bağımlılığı” kavram olarak tanımlanmaya ve çeşitli testler geliştirilerek araştırılmaya başlanmıştır (Goldberg, 1999). İnternet bağımlılığının tanımını ve DSM-IV’de bulunan patolojik kumar oynama bozukluğunun ölçütlerinden yola çıkarak tanı ölçütlerini ilk belirleyen kişi olmuştur (Young K. S., 1996). Young’a göre internet bağımlılığı; aşırı internet kullanımı, kullanım isteğinin engellenememesi, internette ayrı geçirilen zamanın anlamsız gelmesi, internet kullanılmadığında negatif duygular içerisinde girilmesi, iş, aile ve sosyal yaşam alanlarında da bir takım sıkıntılara neden olması ile belirlenen klinik tabanlı bir rahatsızlık olarak tanımlanmıştır (Young K. S., 1996).

İnternet bağımlılığı, patolojinin kendisi midir, sonuç ya da belirti midir? Günümüzün yeni bağımlılık nesnesi internetin hangi noktadan sonra kişilerin işlevselliğini bozmaya başlayacağını iyi anlaşılması, geliştirilecek çözüm önerilerinin niteliğini de arttıracığı düşünülmektedir (Anlı, 2016). Bazı araştırmacılar, internet bağımlılığında tıpkı depresyonda olduğu gibi, olumsuz bilişlerin rol oynadığı ve internet

bağımlılığının hayatta başarısız olunan alanları telafi etmeye yönelik bir davranış örüntüsü olarak ortaya çıkmış olabileceği görüşüne ağırlık vermişlerdir. Bu bağlamda internetin aşırı kullanımının ödüllendirici bir davranış olarak görülebileceğini ve öğrenme mekanizmaları aracılığıyla korku, huzursuzluk, hayal kırıklığı gibi bazı olumsuz duygularla mücadele etmeye yarayan yetersiz bir strateji olarak kullanılabilceğini belirtmişlerdir (Davis, 2001). Duygusal ve davranışsal problemlerin seviyesi ile internet bağımlılığının düzeyi arasında belirgin bir pozitif ilişki vardır. Bu problemler; sosyal anksiyetede artış, irritabilitede artış, hiperaktivitede artış, dürtüsellik, agresiflik, kişilerarası hassasiyette artış, arkadaşlık kurmada ve sürdürmede zorluklar ve düşük özgüveni içerir. Bunların yanı sıra yönetsel becerilerde eksiklik ve zaman yönetiminde problemler yaşanması internet bağımlılığı olan kişi ile karakterize durumlardır (Du vd, 2010). Bir çalışmada aleksitiminin sosyal fobi ve internet bağımlılığını, sosyal fobinin internet bağımlılığını doğrudan öngördüğü ve aleksitimi ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkide sosyal fobinin tam aracılık ettiği saptanmıştır (Savcı vd, 2015).

Konuyu farklı bir açıdan ele alan görüşe göre, sosyal beceriksizlik bir kişilik özelliği olarak da değerlendirilmektedir. Bu görüşün hâkim olduğu durumlarda her hangi bir eğitime ihtiyaç olmadığı düşünülmektedir. Anksiyetenin davranışsal yöntemlerle çözülebileceğine inanan yaklaşımlar da klasik koşullanma ile sosyal fobiyi aşmanın daha doğru olacağına inanmaktadır. Sosyal fobiyi beceri eksikliği olarak değerlendiren yaklaşımlar ise sosyal beceri eğitimi ile beceriksizliğin ortadan kalkabileceğine inanmaktadır (Bacanlı H., 2012). Sosyal beceri programlarında esas olan bu yaklaşımları temel alarak bireylere hangi davranışların kazandırılmak istendiğini belirlemektir (Avcıoğlu, 2005). Bu teknikler rol oynama, gösteri yapma, model olma, antrenörlük yapma, doğrudan öğretim, akran destekli öğretim, bilişsel süreçleri kullanarak öğretim, drama ve arkadaş destekli öğrenme yöntemleridir. Bu yöntemler içinde rol oynama tekniği ayrıca bir önem arz etmektedir. Rol oynama, farklı bir kişiliğe bürünen bireylere diğer kişilerin duygu ve düşünce dünyalarını keşfetmek için daha fazla fırsat sunmaktadır. Uygun yöntemin seçilmesi öğretilecek olan becerinin doğru anlaşılması ve içselleştirilebilmesi için son derece önemlidir. Bu sebeple çalışmaların titizlikle ve amaca uygun şekilde hazırlanması gerekmektedir (Avcıoğlu, 2005).

## **1.2. Araştırmanın Önemi**

Günlük hayatta alışveriş, sağlık hizmeti, eğitim, bankacılık hizmetleri ve iletişimin her alanında kullanılan internet, toplumun birçok kesimi tarafından sıklıkla

kullanılan bir aracı haline gelmiştir. Bir psikolog ve bilgisayar bilimci olan Amerikalı Leiner'a göre, J.C.R. Licklider, 1962 yılında, Amerika'nın büyük üniversitelerinden Massachusetts Institute of Technology'de (MIT) gündeme getirdiği "galaktik ağ" kavramının internetin ilk tohumları olarak kabul edilir (Leiner, 2003). Bu kavram; küresel olarak bağlanmış bir sistemde, herkesin herhangi bir yerden verilere ve programlara ulaşabilmesini hedeflemiştir. J.C.R. Licklider 1965 yılında Amerikan askeri araştırma projesi olan Defence Advanced Research Project Agency (DARPA)'nin başına geçti ve 1965 yılında ilk kez iki bilgisayarın birbirleriyle iletişime geçmesi sağlanmıştır. Askeri savunma alanında kullanılmak üzere tasarlanan internet 1995 yılında tamamen özelleşmiş, özgür bir platform haline gelmiştir.

Türkiye'ye giriş tarihi 1993 yılı başlangıç olarak kabul edilen internet, ilk olarak akademik çevrelerce ilgi ile karşılanmış, uygulama alanı bulmuştur. İnternet teknolojisinin yalnızca sınırlı bir çevre olan bilim insanları, mühendisler ve teknik donanıma sahip diğer kişiler tarafından kullanılabilir olmasının en önemli nedenlerinin başında, karmaşık bir dizi sistem bilgisine hâkim olmayı zorunlu kılması, henüz kişiye özel, seri bilgisayar üretiminin yapılmıyor olması sayılabilir (Bölükbaşı, 2003). 1995 yılından günümüze internet ve iletişim teknolojileri alanında öyle süratli bir değişim ve dönüşüm yaşanmıştır ki, her yıl katlanarak artan kullanıcı sayısı ile dünyada %54'lere, Türkiye 2019 Ocak ayı verilerine göre ise 82 milyon olan toplam nüfusun, 76 milyon kullanıcı sayısına ulaşmıştır (Türkiye İstatistik Kurumu, 2019).

İnternet kullanımı özellikle gençler arasında yaygınlaştığı görülmektedir (Odabaşoğlu vd, 2007). Kandell, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı yönelimine sahip olmakta daha riskli grupta yer aldıklarını ve bunun nedeni olarak boş vakitlerini değerlendirmekte özerk olmalarını, eğitim sisteminin internete yönlendirmesini ve evlerinden uzakta yurtlarda yaşamalarını göstermiştir (Kandell, 1998). Gençlerin üniversite ile birlikte değişen çevreye uyum sağlamaları, karşı cinsle ilişki kurmaları, sosyal ilişkilerini yönetmeleri gerekmektedir (Yeşilyaprak, 1986). Bu durumda iletişim kurmakta problem yaşayan kişiler için internet, kendilerini istedikleri şekilde ifade etmelerine olanak tanıyarak, sağladığı kolaylıklarla bağımlılık nesnesi haline gelebilmektedir (King, 1998).

Adrese Dayalı Nüfus kayıt Sistemi (ADNKS) verilerine göre 2017 yılı itibariyle Türkiye toplam nüfusu 80 milyon 810 bin 525 olarak bildirilmiştir. Toplam nüfusun 12

milyon 983 bin 97'sini yani %16,1'inin 15-24 yaş arası gençlerden oluşturduğu bilinmektedir. Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırma sonuçlarına göre, her 10 gençten 9'unun internet kullandığı sonuçları elde bildirilmiştir. 2016 yılı verilerine göre %87,5 olan 16-24 yaş arası internet kullanıcı oranları, 2017 yılında %90 oranına yükselmiştir. Verilerin de ortaya koyduğu üzere, ülkemizde genç nüfusun fazlalığı ve internetin gençlerde ki yaygın kullanımı, araştırılması gereken bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bilgiler göz önüne alınarak, üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımlarının tespit edilmesi, ilişkili olduğu düşünülen çeşitli değişkenler ile birlikte incelenmesi, internet kullanım davranışlarının altında yatan nedenlerin ve sonuçlarının anlaşılmasına önemli katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Problemleri internet kullanımına ilişkin literatürde yer alan çalışmaların büyük bir kısmı çocuk ve ergenler üzerinde yapılmıştır, yetişkin düzeyinde yapılan araştırmalar oldukça yetersizdir. Dolayısıyla bu araştırmanın sonuçlarının problemleri internet kullanımının önlenmesi için çözüm önerileri getirerek, sosyal ve akademik yaşantılarında karşılaşılan sorunların çözümüne yardımcı olacağı ve problemleri internet kullanımının önlenmesi için problemin çözümü ile ilgilenen tüm birimlere de katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **1.3. Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmada, ülkemizde de görülme sıklığı zaman içerisinde artış gösteren internet bağımlılığının kişilik özellikleri, benlik saygısı, sosyo-demografik özellikler, dikkat eksikliği ve hiperaktivite değişkenleriyle ilişkisinin incelendiği bir araştırma yürütülmüştür. Çalışmanın yetişkinlerde problemleri internet kullanımı ve internet bağımlılığını yordayan kişilik özelliklerine ilişkin güncel bir bakış açısı sunması amaçlanmıştır.

### **1.4. Araştırmanın Hipotezleri**

- 1- İnternet bağımlılığı ile düşük ya da yüksek benlik algısı arasında istatistiksel anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 2- Dikkat eksikliği ve hiperaktivite ile internet bağımlılığı arasında istatistiksel anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 3- Beş Faktör Kişilik özellikleriyle internet bağımlılığı arasında istatistiksel anlamlı bir ilişki var mıdır?

- 4- Benlik saygısı ile Beş faktör kişilik özellikleri arasında istatistiksel anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 5- Dikkat eksikliği ve hiperaktivite ile benlik saygısı arasında istatistiksel anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 6- Beş faktör kişilik özellikleri ile dikkat eksikliği ve hiperaktivite arasında istatistiksel anlamlı bir ilişki var mıdır?

Araştırmanın alt amaçlarına yönelik aşağıdaki sorulara yanıtlar aranmıştır.

Soru 1: Farklı sosyo-demografik özelliklere sahip bireyler arasında beş faktör kişilik özellikleri bakımından anlamlı bir fark var mıdır?

Soru 2: Farklı sosyo-demografik özelliklere sahip bireyler arasında benlik saygısı ve alt boyutları bakımından anlamlı bir fark var mıdır?

Soru 3: Farklı sosyo-demografik özelliklere sahip bireyler arasında internet bağımlılık düzeyi ve alt boyutları bakımından anlamlı bir fark var mıdır?

4: İnternet bağımlılığı ve cinsiyet arasında bakımından anlamlı bir fark var mıdır?

### **1.5. Araştırmanın Sayıtları**

1. Araştırmaya katılan yetişkinlerin, ölçekleri yanıtlama tutumlarının gerçek duygu ve düşüncelerini yansıtmak yönünde olduğu varsayılmıştır.
2. Araştırmanın örnekleme evreni temsil edebilecek özellikte olup, seçilen yöntem ve uygulanan testler araştırmanın amacına cevap verebilecek niteliktedir.

### **1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Araştırma İstanbul ilinde yaşayan 18 yaş üzeri yetişkin bireylerden elde edilen verilerle sınırlıdır. Araştırmanın verileri 44 erkek 58 kadın katılımcıdan elde edilen verilerle sınırlıdır. Araştırma beş bölümden oluşan bir anket formu kullanılmıştır. Anket formunun ilk bölümünde katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, öğrenim düzeyi, çalışma durumu, gelir düzeyi, interneti kullanım amacı, günlük internet kullanım süresi bilgilerinden oluşan demografik bilgi formu yer almaktadır. İkinci form DEHB DSM Ölçeği (Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Diagnostic and Statistical Manual), üçüncü form, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, son olarak Beş Faktör Kişilik Ölçeği kullanımı ile sınırlıdır.

## 1.7. Araştırmaya İlişkin Terimler

**Benlik saygısı:** Kişinin kendini değerlendirmesi sonunda ulaştığı, benlik kavramını onaylaması, kendisini nasıl algıladığı ile olmak istediği benliği arasındaki fark bireyin benlik saygısı düzeyini ifade eder (Pişkin, 2003).

**Beş faktör kişilik özellikleri:** Beş faktör kişilik ölçeği Benet-Martinez ve John tarafından “Beş Faktör Envanteri” (The Big Five Inventory) ismiyle geliştirilmiş olup, “nörotiklik”, “dışadönüklük”, “gelişime açıklık”, “uyumluluk” ve “özdisiplin” boyutlarını ölçen 44 maddeden oluşmaktadır.

**İnternet bağımlılığı:** İnternet bağımlılığı kavramı ilk olarak Kimberly Young tarafından ortaya atılmıştır. Genel olarak internetin aşırı kullanımına yönelik isteğin önüne geçilememesi, internet dışında geçirilen zamanın önemsizleşmesi, internetten yoksun kalındığı takdirde aşırı sinirlilik hali ve saldırganlık olması kişinin ev, iş, okul, sosyal ya da psikolojik yaşamında zorluk yaşamasına neden olan aşırı kullanım olarak tanımlanmaktadır (Young K. , 2004) ve (Beard ve Wolf, 2001).

**Dikkat eksikliği ve hiperaktivite:** İlk olarak George Still tarafından tanımlanmış olup; öğrenme güçlüğü yaşayan, hareketli olup, odaklanma problemi olan çocuklar için “ahlaki kontrolün ileri düzeyde yetersizliği” olarak isimlendirilmiştir. Bireyin gelişimsel düzeyine uygun olmayan dikkatsizlik, aşırı hareketlilik, dürtüsellik ile karakterize çocukluk çağının en sık görülen gelişimsel bozukluklarından biridir.

## BÖLÜM II: GENEL BİLGİLER

### 2.1. Kuramsal Çerçeve

İnsanlık tarihine bakıldığında, mücadele edilmesi gereken, patolojik bir durum olarak ele alınması, sanayi devrimi yıllarına uzanan bağımlılık, insan kadar eski, oldukça köklü bir geçmişe sahiptir. Günümüzün önemli problemleri arasına yerini alan bağımlılık, bileşenlerin çoklu yapısı nedeniyle, farklı yönleriyle ele alınıp incelenmesi gereken bir alan olarak karşımıza çıkmaktadır. Konunun felsefi bakış açısından düşünsel zemininin tespit edilmesi, düşünsel arka planının anlaşılması bu örgütlenmeyi anlamak açısından etkili bir başlangıç olacağı düşünülmüştür. Bağımlılığı, yürütücü temel mekanizmalara indirgeyerek incelendiğimizde, en yalın hal olarak karşımıza haz ve tutku kavramları çıkmaktadır. Antik Yunandan günümüze, hoş giden bir nesne ya da durumun karşısında ortaya çıkan duygu olarak tanımlanan haz, insanı biyolojik, fizyolojik ve toplumsal yönlerden etkileyen ve yaşamı anlamlandırmakta kullanılan bir kavram olarak ifade edilmiştir. Şiddetli duyguları ortaya çıkardığı, karşı koyulmaz istek ve eğilimler olarak tanımlanan tutku ise, yöneldiği amaç ve seçtiği nesne dışında her şeyi ihmal edebilecek çok güçlü ve ısrarcı bir motivasyon olarak tanımlanmaktadır. Tanımlanan bu özelliklerinden dolayı felsefeciler ve filozoflar tarih boyunca tutku kavramına olumsuz bir tavır takınmış, zararlı bir özellik olarak değerlendirmişlerdir. Bağımlı insanın özgürlüğünü kaybettiği, davranışlarına haz ve tutkunun belirlediği şekilde yön verildiği, dolayısıyla bağımlısı olduğu şey tarafından kontrol edildiği düşünülmüştür. Kaybedilen özgürlüğün tekrar kazanılması, davranışların kontrolünün tekrar kişiye geçebilmesi, akıl ve bilişin, haz ve tutkular yerine kullanılması düşüncesi, önemli filozoflarca felsefe tarihin ilk dönemlerinden bu yana konu edinilmiştir. Bu görüşü benimsemeyen, hazza erişmenin tüm değerlerden üstün olduğu, insanın temel yaşam amacı olması gerektiğini düşünen dönem felsefecileri de bulunmaktadır. 18. Yüzyılın önemli filozoflarından İngiliz asıllı David Hume, “İnsan Doğası Üzerine Bir İnceleme” adlı eserinde ayrıntılı bir bağımlılık analizi yapmaktadır. İnsanların duygu ve deneyimlerinin kaynağını araştırırken, duygu ve tutkuların, izlenimlere dayandığını, temel aldıkları kaynağın ise haz ve acı ile kurulan bağlantı olduğunu düşüncesi ileri sürülmüştür. İnsan davranışlarının belirleyicisinin kişinin deneyimlediği olaylar sonucu kurduğu acı ve haz bağlantısı olduğu, irade ve istemenin etkisiz değişkenler olduğunu fikri savunulmuştur (Hume, 2000).

Yıllar içerisinde farklı tanımlarla kapsanmaya çalışılan karmaşık bir mekanizmaya sahip bağımlılık kavramı, bir maddeye, somut ya da soyut bir duruma veya davranışa karşı kontrol edilemeyen bir şekilde eğilim gösterme, kontrol altına alma çaba ve girişimlerin başarısızlıkla sonuçlanması olarak tanımlanabilir (Egger ve Rauterberg, 1996). Bağımlılık; bir ya da birden fazla maddeye karşı aynı zamanda geliştirilebilen, maddeye ulaşımın mümkün olmadığı durumlarda fiziksel, ruhsal ve davranışsal birtakım semptomlar gösteren, farmakonterapi ve psikoterapi ile tedavisi mümkün olan fakat tekrarlama olasılığı oldukça yüksek bir hastalıktır (Sezgin vd, 2010).

Diğer bir yönüyle bağımlılık, dışsal uyaranların kişiliği tehdit eden unsurlar olarak algılanması, içerisinde yaşanan gerçekliğin olduğu gibi kabul edilememesine karşı geliştirilen güçlü bir savunma mekanizması olarak ifade edilir. Ortaya çıkan bu uyum sorununu yok sayma, yarattığı gerginlikten kaçma gibi davranışlarla karakterize olan savunma aracının, kişilik bütünlüğüne tehdit ve ilerleyen aşamalarda benliği yok etmeye yönelik risk oluşturduğu ifade edilmiştir (Dikmen, 2002).

Bağımlılığın yapısı karmaşık olmasına rağmen başlıca üç önemli özelliği öne çıkmaktadır: birincisi bağımlılık nesnesi için karşı koyulmaz bir istek duymak, ikincisi sıklıkla kontrol kaybı yaşamak ve üçüncü olarak da ısrarcı davranışlar.

“Bağımlılık, herhangi bir maddenin organik bir rahatsızlığın semptomlarını ortadan kaldırma amacını gütmeyen, tekrarlanan ve artan miktarlarda alınması sonucu oluşan önüne geçilemez bir arzu ve istektir, bırakılması durumunda bir takım ruhsal ve bedensel sıkıntılar ortaya çıkmaktadır” (Ziyalar, 1999).

Bağımlılıkla ilgili yapılan tanımların geneline baktığımızda dışarıdan bir madde alımına yönelik tanımlamalar olduğu görülmektedir. Günümüzde bağımlılık kavramı yalnızca dışarıdan madde alımıyla sınırlı kalmamış, davranış bağımlılıkları adı altında, internet, akıllı telefon, alışveriş bağımlılığı gibi alanlarıyla daha yaygın bir düzlemde ele alınmaktadır. Erişim ve kullanım alanlarındaki yaygınlık ve bildirilen problemlerli kullanım ve bağımlılık kriterlerini karşılayan oranlar incelendiğinde, davranışsal bağımlılıklardan biri olan internet açık ara ön sıralarda yer almaktadır. Üsküdar Üniversitesi tarafından gerçekleştirilen Türkiye'nin “Bağımlılık Risk Profili Haritası” adı altında yürütülen, Akdeniz ve Ege'nin %24,5 oranında, Anadolu'nun %34,5, Karadeniz %18,8, Marmara'nın %32,2 oranında temsil edildiği bölgeleri içine alan, kadın ve erkeklerin en çok neye bağımlılık gösterdiklerine yönelik oldukça kapsamlı bir çalışma

gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya 12 bin 191 kadın, 12 bin 303 erkek olmak üzere, 18-81 yaş arası toplam 24 bin 494 kişinin katılımı sağlanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre: Kadınların sırasıyla; sosyal medya, yeme ve alışveriş bağımlılığına, erkeklerin ise yine ilk sırada sosyal medya, yeme ve oyun bağımlılığı şeklinde bir sıralamaya sahip oldukları sonuçlarına ulaşılmıştır. Erişim ve kullanım alanlarındaki yaygınlık, bildirilen problemler kullanım ve bağımlılık kriterlerini karşılayan oranlar incelendiğinde, davranışsal bağımlılıklardan biri olan internet ön sırada yer almaktadır.

## **2.2.İnternet**

İlk bilgisayarlar sadece kendi bünyelerindeki bilgileri işleyerek belli amaçları gerçekleştirmek üzere tasarlanmışlardı. Bilgisayarların birbirleriyle iletişim kurarak bilgi paylaşımı yapması fikri sonraki yıllarda ARPA'nın (Advanced Research Projects Agency) başına geçecek olan Dr. Joseph Carl Robnett Licklider tarafından 1962 yılında tartışmaya açılmıştır (Marcum, 2019). Leiner'ın belirttiği gibi Licklider "Intergalactic Computer Network." başlıklı bir dizi nota ağ oluşturma konusundaki o güne kadar öne sürülen birçok fikri formülize etti. O'nun ilerici ve özgün fikirleri bu günün internetinin bir çok özelliğinin ana hatlarını çizdi (Leiner, 2003).

1963 yılında Licklider'in direktörlüğünü yaptığı ABD Savunma Bakanlığı Gelişmiş Araştırma Projeleri Ajansı (ARPA) bilgisayarların birbirleriyle işbirliği konusunda çalışmalara başladı. ABD Savunma Bakanlığı, 1960'lı yılların başlarında direktörlüğü Robert Taylor tarafından yapılan ve Lawrence Roberts tarafından yönetilen ARPANET projesinin geliştirilmesi de dahil olmak üzere, birçok sözleşmeye imza attı (Marcum, 2019). Bilgisayarlar arası İlk mesaj 1969'da ARPANET üzerinden bilgisayar bilimi Profesörü Leonard Kleinrock'un Kaliforniya Üniversitesi, Los Angeles'taki (UCLA) laboratuvarından Stanford Araştırma Enstitüsü'ndeki (SRI) ikinci bir bilgisayara gönderildi. O zamana kadar sadece bir matematiksel hesaplama aracı olarak görülen bilgisayar artık bir iletişim ve paylaşım aracı olarak farklı bir biçime dönüşmüş ve çok farklı amaçlarda kullanabilmesinin önü açılmıştır. 1971 yılında askeri amaçlarla kullanılan ARPANET 23 bilgisayarlık bir internet ağı haline gelmiştir. İnternet protokol paketi (TCP/ IP), 1970'lerde Robert E. Kahn ve Vint Cerf tarafından geliştirilmiştir ve ARPANET'te standart ağ protokolü haline gelmiştir (Marcum, 2019).

1980'lerin başında ARPA bünyesinde internetin sivil kullanımını desteklemek amacıyla NFS kuruldu. NSF birçok üniversitedeki ulusal süper bilgisayar merkezlerinin kurulmasını finanse etti ve 1986'da NSFNET projesi ile ABD'deki süper bilgisayarlara saha araştırma ve eğitim kuruluşlarının erişim sağlamasına olanak sağladı. Ticari İnternet servis sağlayıcıları (ISS) 1980'lerin sonlarında ortaya çıkmaya başladı. ARPANET 1990 fes edildi. 1989 ve 1990'ların sonlarına doğru birçok Amerikan kentinde resmen ticari kuruluşlar tarafından İnternet bölümleriyle sınırlı özel bağlantılar kuruldu. NSFNET 1995'te son kısıtlamaları kaldırarak interneti ticari kullanıma açmış oldu (Marcum, 2019).

1980'lerde, İngiliz bilgisayar bilimcisi Tim Berners-Lee tarafından İsviçre'deki CERN'de yapılan araştırmalarda, World Wide Web (Küresel İnternet Ağı) oluşturuldu. Böylece köprü metni belgelerini (linking hypertext documents) ağdaki herhangi bir bilgisayardan erişilebilen bir bilgi sistemine bağladı (Couldry, 2012).

1990'lardan bu yana internet, anında iletişim kurma, mesajlaşma, internet üzerinden sesli iletişim (VoIP), görüntülü iletişim de dahil olmak üzere kültür, ticaret ve teknoloji üzerinde devrimci bir etkiye sahip oldu. World Wide Web'in yaygın kullanımı yanında Amerika'da 'İnternet 2' İngiltere'de 'JANET' adı verilen projelerle daha gelişmiş ağlar oluşturma çabaları devam ediyor. Bireysel kullanıcılara sağlanan internet hızı talepler doğrultusunda hızla artıyor. İnternetin iki yönlü telekomünikasyon ağlarındaki payı 1993 yılında sadece %1 iken 2000 yılında bu oranın %51'e ve 2007 yılında ise %97'ye ulaştığı görülüyor (Hilberd ve Lopez, 2011). Günümüzde internet kullanımı her geçen gün artan çevrimiçi bilgi, ticaret siteleri, eğlence portalları ve sosyal ağlar sayesinde hızla artmakta. Bununla birlikte küresel internetin geleceği bölgesel ve ülkelerin milli farklılıklarına göre şekillendirilerek farklı altyapılarda gelişebilir (Wong, 2018).

### **2.2.1.İnternetin Türkiye'deki Gelişimi**

Türkiye'de ilk internet ağı 1986 yılında başlatılan TÜVEKA (Türkiye Üniversiteler ve Araştırma Kurumları Ağı) projesi ile oluşturulmuştur. Ancak aradan geçen yıllara rağmen TÜVEKA, ağ kapasitesi ve teknolojisi açısından yeterli gelişme gösterememiştir. 1991 yılında ODTÜ ve TÜBİTAK iş birliğiyle yeni bir proje başlatılmış ve yeni bir ağ kurulmuştur. Bu ağda yeni bağlantılar ve ağ teknolojileri kullanılmasıyla Türkiye'deki üniversiteler ve kamu kuruluşları birbirlerine bağlanmış ve ODTÜ üzerinden tüm dünyadaki ağlara katılabilmişlerdir. 1996 yılında yeni teknolojileri hızla

bünyesine katan bu yeni ağ Türkiye'deki hane halkı ve ticari kuruluşlara açılmıştır. Böylece geniş kitlelerin WWW ağına katılmasına olanak sağlanmıştır (Koçoğlu, 2014).

Son 15 yılda Türkiye'de internet altyapısının özel sektör tarafından kurulmasına izin verilmesiyle altyapı çalışmaları hızlanmış ve hanelere yüksek hızlı internet ulaşımı yaygınlaşmıştır. BTK (Bilişim Teknolojileri Kurumu) 2018/ 2 raporuna göre yüksek bant internet fiber ağı 2017 yılına oranla %11 artış göstererek 338,068 km'ye ulaşmıştır. Aynı rapordaki geniş bant verilerine bakıldığında, 12.7 milyonu sabit abone, 59.1 milyonu mobil abone olmak üzere toplam yaklaşık 71.8 milyon geniş bant internet abone sayısına ulaşılmış, internet abone sayısı bir önceki yılın aynı dönemine kıyasla %8 artmıştır. En yüksek artış %38.7'lik bir oranla "Eve Kadar Fiber" abone sayısında, ardından %13.1'lik bir oranla da "Binaya Kadar Fiber" abone sayısında gerçekleşmiştir. Sabit geniş bant abonelerinin aylık ortalama data kullanımı 91.3 GByte olmuştur (www.btk.gov.tr , 2018).

Son yıllarda kullanımı hızla artan mobil cihazlar internet kullanımının evlerden dışarı çıkmasını sağlamıştır. Mobil araçlarda internet kullanımı günden güne hızla artmaktadır. Bilişim Teknolojileri Kurumu (BTK) 2018/ 2 raporunda mobil kullanım verilerinde yer alan bilgiler göre 4.5G hizmetinin abone sayısı ilk kullanılmaya başladığı 1 Nisan 2016 tarihinden bu yana geçen iki yıl sonunda 2016 Haziran sonu itibariyle 68.1 milyonu geçmiştir. Aynı raporda bazı abonelerinin telefon cihazları veya sim kartlarının 4.5G hizmetine uyumlu olmadığı ve bu sebeple bu servisin kullanımının 37 milyon kişi olduğu belirtilmiştir. BTK'nın raporunda Mobil geniş bant internet abonelerinin aylık kullanımı 4.2 GByte seviyesinde iken cihazı ve SIM kartı 4.5G hizmetine uygun olan 4.5G abonelerinin data kullanımı ise aylık 6.8 GByte olarak gerçekleştiği de belirtilmiştir (www.btk.gov.tr , 2018).

Türkiye de gerek yüksek hızlı fiber kablo altyapısının hızla genişlemesi, gerek mobil ağın hızının ve yaygınlığının artması bireysel internet kullanımlarının da artmasıyla sonuçlanmıştır. TÜİK Bilgi Toplumu İstatistikleri, 2004-2018 raporunda bu artış net bir şekilde görülmektedir. TÜİK Bilgi Toplumu İstatistikleri, 2004-2018 araştırmasına göre 2004 yılında 18,8 olan kullanıcı oranı (erkek ve kadın ortalaması) 2018 yılında 72,9 a ulaşarak yaklaşık 3.9 kat artış göstermiştir. Aynı raporda yer alan verilere göre hanelerde internet erişimi ise 2004 yılında sadece %7 iken 2014 yılında ise yaklaşık 12 kat artış ile %83,8 e ulaşmıştır (www.tuik.gov.tr, 2018).

# TÜİK Bilgi Toplumu İstatistikleri, 2004-2018 Raporu - Hanelerde Bilişim

## Teknolojileri Kullanımı

Bilgi Toplumu İstatistikleri, 2004-2018 Information Society Statistics, 2004-2018	2004	2005	2006 <sup>1)</sup>	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
(%)															
<b>Girişimlerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı</b> ICT Usage in Enterprises															
Bilgisayar Kullanımı - Computer Usage	-	87,8	-	88,7	90,6	90,7	92,3	94,0	93,5	92,0	94,4	95,2	95,9	97,2	97,0
İnternet Erişimi - Internet Access	-	80,4	-	85,4	89,2	88,8	90,9	92,4	92,5	90,8	89,9	92,5	93,7	95,9	95,3
Web Sitesi Sahipliği - Having Website	-	48,2	-	63,1	62,4	58,7	52,5	55,4	58,0	53,8	56,6	65,5	66,0	72,9	66,1
<b>Hanelerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı</b> ICT Usage in Households and Individuals															
Bilgisayar Kullanımı (Toplam)- Computer Usage (Total)	23,6	22,9	-	33,4	38,0	40,1	43,2	46,4	48,7	49,9	53,5	54,8	54,9	56,6	59,6
Erkek - Male	31,1	30,0	-	42,7	47,8	50,5	53,4	56,1	59,0	60,2	62,7	64,0	64,1	65,7	68,6
Kadın - Female	16,2	15,9	-	23,7	28,5	30,0	33,2	36,9	38,5	39,8	44,3	45,6	45,9	47,7	50,6
İnternet Kullanımı (Toplam) - Internet Usage (Total)	18,8	17,6	-	30,1	35,9	38,1	41,6	45,0	47,4	48,9	53,8	55,9	61,2	66,8	72,9
Erkek - Male	25,7	24,0	-	39,2	45,4	48,6	51,8	54,9	58,1	59,3	63,5	65,8	70,5	75,1	80,4
Kadın - Female	12,1	11,1	-	20,7	26,6	28,0	31,7	35,3	37,0	38,7	44,1	46,1	51,9	58,7	65,5
Hanelerde İnternet erişimi - Households with access to the Internet	7,0	8,7	-	19,7	25,4	30,0	41,6	42,9	47,2	49,1	60,2	69,5	76,3	80,7	83,8
<b>TÜİK, Girişimlerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması, Hanelerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması</b> TürkStat, Use of Information and Communication Technology (ICT) in Enterprises, Survey on Information and Communication Technology (ICT) Usage Survey in Households and by Individuals <sup>1)</sup> Araştırma 2006 yılında yapılmamıştır. <sup>1)</sup> The survey was not conducted in 2006 - Bilgi yoktur. - Denotes magnitude null.															

31 Ocak 2019 tarihi ile yayınlanan WeAreSocial ve Hootsuite'in birlikte yayınladığı "Digital in 2019" raporuna göre Türkiye'deki internet kullanıcılarıyla Dünya'daki internet kullanıcılarının karşılaştırmasını şu şekilde yapabiliriz. Raporla 2019 Ocak ayı itibariyle Dünya'daki aktif internet kullanıcı sayısının 4.38 milyar olduğu ve bu rakamın Dünya nüfusunun %56'sını oluşturduğu belirtiliyor. Aynı kurumların 2018 yılı araştırmasında bu rakam 4.02 milyar kullanıcı ile %53 olarak görülüyor. Bir yıldaki artış oranı %3. Raporla yer alan diğer araştırma sonuçları şöyle; Dünya'daki aktif sosyal medya kullanıcısı 3.48 milyar kişi. Dünya nüfusuna oranı: %45. Dünya'daki aktif mobil cihaz kullanıcısı 5.11 milyar kişi. Dünya nüfusuna oranı: %67. Dünya'daki aktif mobil sosyal medya kullanıcısı 3.25 milyar kişi. Dünya nüfusuna oranı: %42 (<https://wearesocial.com>, 2019).

Aynı araştırmaya göre Türkiye'deki durum şu şekilde; 82,4 milyon nüfusa sahip ülkemizde 2019 Ocak Ayı itibariyle 59.36 milyon İnternet kullanıcısı bulunmakta. Bu rakamın Türkiye nüfusuna oranı: %72 Aynı araştırmanın 2018 verilerine göre bir yılda 5 milyon kişi yani %9.3'lük bir artış görülüyor. 2019 Ocak Ayı itibariyle ülkemizdeki sosyal medya kullanıcı sayısı ise 52 milyon kişi görülüyor. Bu da Türkiye nüfusunun %63'ünü oluşturuyor. Sosyal medya kullanıcılarının oranı 2018 yılına göre 1 milyon kişi artmış. Bu oran %2'ye denk geliyor. Nüfusun %53'ünü oluşturan 44 milyon aktif mobil

sosyal medya kullanıcısı var. Bu rakam 2018 Ocak ayına göre önemli bir değişim göstermemiş (<https://wearesocial.com>, 2019).

### **2.3. İnternet Bağımlılığı**

Yaşamı kolaylaştırıcı sayısız özelliğinin yanı sıra beraberinde getirdiği sorunlarla da adından sıkça söz ettiren bir konu haline gelen internet bağımlılığı ve problemlili internet kullanımı kavramları, kısa bir süre içerisinde farklı disiplinlerin araştırma yaptığı cazip bir çalışma alanına dönüşmüştür. Bazı kullanıcıların internette geçirdikleri süreyi sınırlandırmada sorunlar yaşanması, bu süreçte kişilerin olumsuz bazı fiziksel ve ruhsal belirtiler göstermeleri, durumu ön görülen tüm değişkenler ve etkileri açısından değerlendirme gerekliliği doğurmuştur (Gönül, 2002) ve (Tsai ve Lin, 2003). Yapılan araştırmalarda, internet ile ilgili yaşanan olumsuz durumlara birçok araştırmacının farklı açılardan yaklaşılması, problemlerin farklı tanımlarla ifade edilmesi sonucunu doğurmuştur (Marks, 2007; Ceylan, 2008; Ceylan ve Ceylan, 2009). Tanımlamalarda ortaya çıkan bu farklılığın nedeni, araştırmacıların internet bağımlılığını incelerken duygusal, davranışsal veya bilişsel öğelerden daha çok birine odaklanmasından kaynaklanmıştır (Ceyhan, 2008). Farklı araştırmacılar tarafından yapılan farklı tanım başlıklarından bazıları şunlardır; patolojik internet kullanımı, problemlili internet kullanımı, internet bağımlılığı. Bu araştırmada, yetişkinlerin internet kullanımlarıyla ilgili klinik bir tanılama amaçlanmadığından “problemlili internet kullanımı” ve “internet bağımlılığı” kavramları tercih edilmiştir.

Problemlili internet kullanımı tanımı ilk olarak Goldberg tarafından, internet bağımlılığı tanımlaması ise Kimberly Young tarafından yapılarak literatüre kazandırılmıştır. DSM-IV’te (Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı) “madde bağımlılığı” kriterleri uyarlanmak şeklinde “internet bağımlılığı” terimi kullanımı kriterlerin oluşturulmasıyla gerçekleşmiştir. İnternet bağımlılığına sahip bireylerin, diğer madde, alkol ve kumar bağımlılarında görüldüğü gibi kişinin aile ve sosyal hayatıyla çeşitli problemlere yol açtığı gözlemlenen internet bağımlılığı için de diğer bağımlılıklara gibi tanı kriterleri olması gerekliliği düşünülmüştür. Bu amaçla internet bağımlılığına doğası gereği oldukça yakın bir bozukluk olduğu düşünülen, dürtü kontrol bozukluklardan “patolojik kumar oynama” kriterlerini dönüştürülerek, 8 maddelik problemlili internet kullanımı tanı kriterlerini geliştirmiştir (Young, K.S. 1996, 1998).

Bir diğ er değ erlendirme de internet bağ imlilığ i “gerginlik ve bunalma duygusu, g n l k yaş am fonksiyonlarında bozulma, bireyin internet kullanımını kontrol etme yetersizliğ i” olarak nitelendirmiş tir (Goldsmith, 2000). Bu tanımda İ nternet bağ imlilığ ının, sosyal ve duygusal iş lemler  zerinde olumsuz etkileri  zerinde durulmuş tur. Aynı zamanda psikoloji ve psikiyatri alanında, internet bağ imlilığ i ve problemlili internet kullanımı tespit edilen kiş ilerde, diğ er ruhsal bozukluklar y n nde de Ő ik yetler olduğ u, internet kullanımı ile altta yatan psikiyatrik rahatsızlıklar arasındaki iliş kiye anlamaya y nelik sistemli  alış malarla gerek olduğ unu yaklaş imıyla “internet bağ imlilığ i” tanı  l t tlerini yeniden tanımlanmış tir (Lessig ve Goldsmith, 2003).

Bağ imlilik kavramında yeni bir d zenlemeye gidilerek DSM-5’de daha  nceden kabul edilmiş “Madde İ stismarı ve Bağ imlilığ i” kavramı “Madde Kullanımı ve Bağ imlilik Bozuklukları” (Substance Use and Addictive Disorders) Ő ekindeki geniş letilmiş ve yapılan bu değ iş iklik resmi olarak onaylanmış tir. Getirilen bu yeni bakış a ısıyla birlikte, yalnızca dış arıdan madde alımına bağ lı ortaya  ıkan sendromların değ il, “davranış ların” yol a tığ ı sendromların varlığ ına iliş kin yaklaş ımlar da resmi olarak benimsenmiş olmuş tur. Buradan hareketle sadece madde bağ imlilikleri değ il, patolojik kumar alış kanlığ ı, seks bağ imlilığ i, internet bağ imlilığ i gibi madde k t ye kullanımı ile birlikte seyreden, tekrarlayan davranış larla ek olarak, madde k t ye kullanımı ile seyretmeyen kompulsif davranış Ő ekilleri de aynı kategorik sınıflandırma i ine alınmış tir

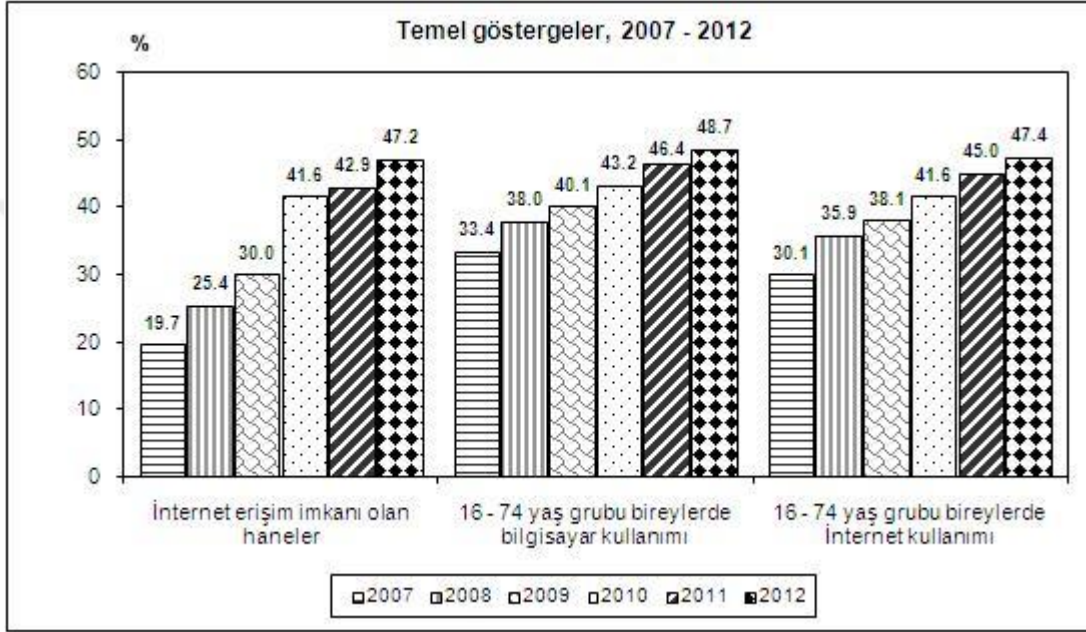
### **2.3.1. İ nternetin Sağ ladiğ i İ mk nlardan En  ok Hangisine Bağ imliyız?**

Yine internet ve geri besleme sistemi sayesinde, eskiden maliyetli ve uzun s ren saha  alış maları sonucu elde edilen istatistiksel veriler, bu g n alana y nelik yazılmış programlar sayesinde saatler i erisinde  l  m yapılabilecek bir alan haline gelmiş tir. Son 10 yılın internet kullanıcı profili, kullanım oranları ve kullanım alanlarını incelemek, bu baş d nd r c hızda yaygınlaş an, yaş antımızda ciddi bir  neme sahip olan olguya y nelik daha sağ lıklı bir bakış a ısı kazanmamıza yardımcı olacağ ı d ř  n l m ř tur.

2007-2012 yılları arasında internet kullanıcı sayıları, cinsiyet ve yaş aralıklarındaki değ iş imin yer aldığ ı hane halkı biliş im teknolojileri kullanım oranları ař ağ ıda g sterilmiş tir. 2007-20012 yılları karş ılaş tırmalı olarak incelendiğ inde, hanelerin internete eriş im oranları %19.7’den, %47.2’lere; 20011 ila 2012 yılları arasında yalnızca bir yıl i erisinde ise, 16-74 yaş aralığ ını kullanıcı rakamlarında % 45’lerden, % 48.7’lere ger ekleş en ciddi bir artış olduğ u g r lmektedir. Tablolarda g ze  arpan bir diğ er sonuç

ise internet kullanımının özellikle genç yetişkinlik aralığı olarak kabul edebileceğimiz 16-24 yaş aralığında ve erkeklerde daha yüksek olduğudur (www.tuik.gov.tr, 2018).

**Tablo 2: Türkiye İstatistik Kurumu (TUİK) 2007-2012 İnternet Erişimi İnternet Erişim Oranları**



Türkiye İstatistik Kurumu (TUİK) 2007-2012 internet erişimi internet erişim oranları (16-74)

2013 dönemi TUİK verilerine göre Türkiye'deki internet kullanıcı sayısı 1.3 milyon iken 2019 Haziran ayı verilerinde bu sayının 59.36 milyona ulaştığını görmekteyiz. Son altı yıl içerisinde internet abone sayısında 58.06 milyon gibi inanılmaz bir artış olduğunu görmekteyiz ve bu kullanıcıların %56'sı erkektir. Ayda bir defadan daha az internet kullananların oranı % 68.1 iken %67 gibi büyük bir düşüşle % 1.1'e gerilemiş. Bunun yanında 55 yaş ve üzeri kişilerin internet kullanımlarında ise %20'lik artışla 1.2 milyona ulaşmıştır (www.tuik.gov.tr, 2018).

İnternetin yıllar içerisinde katlanan oranlarda artışlarının gösterildiği bu tablolarda, irdelenmesi gereken bir başka konu ise bu internet kullanıcıların, kullanımlarının özellikle yoğunlaştığı bir alanın olup olmadığı bilgisidir. Dünyada sosyal medya kullanıcı sayısındaki artış, nüfus oranındaki artışa oranla yaklaşık beş kat daha fazla bir büyümeyle %45'lik bir dilime yükselmiştir. Raporun içeriğine göre, dünyada

nüfusundaki artış 84 milyona ulaşırken, internet kullanıcıları sayısı 367 milyon artmıştır. Aktif sosyal medyada kullanıcı sayısındaki artış 288 milyon, mobil sosyal medya kullanıcı sayısının 297 milyon artış gösterdiği görülmektedir (www.tuik.gov.tr, 2018). Verilerdeki rakamların da açık bir şekilde ortaya koyduğu üzere, internetin en yaygın kullanıldığı alanlar açık ara sosyal paylaşım siteleri ve toplumsal iletişime hizmet eden alanlar olduğu görülmektedir.

İnternetin insanların yaşamını kolaylaştırıcı, yaygın kullanım alanları nedeniyle yaşamın bir parçası olmasının yanı sıra, değişen ve dönüşen yeni toplum dinamiklerine entegre edilmiş, sosyalleşme ihtiyacının karşılandığı yeni bir alan olarak karşımıza çıktığı görülmektedir. İnternet bu derece yaygın ve cazip bir kullanıma imkan sağladığı halde her bireyde, her kişilik yapısı üzerinde aynı etkileri gösterip göstermediği araştırmalara konu edilmiştir.

#### **2.4. Kişilik ve Kişilik Özellikleri**

Kişilik sözcüğü eski Yunanca ‘persona’ kelimesinden İngilizce’ye ‘personality’ olarak geçmiştir. Eski Yunanca’da ‘persona’ tiyatro oyuncularının yüzlerine taktıkları maskeye verilen isim olduğu bilinmektedir. O dönemde ‘persona’ kelimesi kişinin kendi karakterini değil, sahnedeki drama oyuncusunun canlandığı kurgu karakteri ifade etmekteydi. Ancak günümüzde kişilik, kişinin kendine ait davranış ve karakter özelliklerini tanımlamada kullanılmaktadır. Türk Dil Kurumu sözlüğüne göre kişilik kelimesi “bir kimseye özgü belirgin özellik, manevi ve ruhsal niteliklerinin bütünü, şahsiyet” (TDK Sözlüğü, 2019) olarak tanımlanmaktadır. Psikoloji çerçevesinde tanımı ise farklılık göstererek kişinin psikolojik alt yapısına ilişkin tüm sistemlerinin büyüme ve gelişmesini tanımlayan bir kavram olarak ele alınmaktadır (Robbins ve Judge, 2012). Freud’a göre kişiliğin gelişimi temel olarak kişinin ilk beş yılında şekillenmektedir. Bu beş yılda yaşanan psikososyal çatışmalar kişilik gelişimindeki önemli etkenlerdir. Freud özellikle bu psikososyal çatışmaların cinsel dürtülerinden sonuçlandığını öne sürmüştür. Bu çerçevede bu gelişim sürecini oral, anal, fallik, latent, genital dönemlere ayırmıştır (Sinowitz ve Pearce, 2003). Ayrıca kişilik; “bireyin psiko-biyolojik yapı ve sisteminin bireye özgü dinamik bir organizasyonu” ve “kişinin iç ve dış çevresiyle kurduğu, diğer kişilerden ayırt edici, tutarlı ve yapılaşmış bir ilişki biçimi” ve olarak da tanımlanmıştır (Cüceloğlu, 1991; Özgüven, 1992).

Kişiliğin tanımlanması, özelliklerinin belirlenmesi ve ölçülmesine yönelik farklı kuramlar ortaya atılmıştır. Bu kuramlar genel olarak psikodinamik kuramlar, davranışçı ve bilişsel kuramlar, araştırma odaklı kuramlar ve varoluşçu kuramlar olarak dört grupta kategorize edilebilir (İnanç ve Yerlikaya, 2012).

Kişilik üzerine yapılan çalışmalarda kategorik ve boyutsal olarak iki ana yaklaşım kullanılmıştır. İki yaklaşımın da kendine ait avantaj ve dezavantajları bulunur. Kategorik yaklaşımda kişilerdeki davranış bozuklukları genel kategorilerle ayırır. Bu yaklaşımın farklı kategorilerde özellik gösteren veya hiç bir kategoriye uymayan davranışlar gösteren kişilerde tanıyı zorlaştırdığı görülmüştür. Bu zorluk araştırmacıları yeni arayışa itmiş ve boyutsal yaklaşım ortaya çıkmıştır. Boyutsal yaklaşımda davranış bozuklukları mümkün olduğunca sınıflandırılmaz. Bunun yerine patolojiyi tek bir boyut olarak algılar ve her bireyi bu sürekliliğin farklı bir noktasında görür. Her birey kendine ait alt boyutlara sahiptir. Kişisel davranışların gözlemlenerek ortak özelliklerin gruplara ayrılmasıyla farklı boyutsal modeller oluşturulmuştur. Bu modellere örnek olarak Hans Eysenck'in üç boyutlu modeli, Cloninger'in 7 boyutlu psikobiyolojik modeli veya Robert McCrae'nin beş faktör kişilik modeli sayılabilir.

#### **2.4.1. Beş Faktör Kişilik Modeli**

Beş faktör kişilik modeli kişiliğin değerlendirilmesinde kullanılan yaygın yöntemlerden biridir ve bu kuramlar arasında araştırma odaklı kuramlar arasında yer almaktadır. Beş faktör kişilik envanteri Oya Somer ve arkadaşları tarafından Türkçeye uyarlanarak geliştirilmiştir (Somer, 2002). Somer, kişilik özelliklerini temsil eden 235 sıfat belirlemiş, bu sıfatların faktör analizine göre beş temel faktör altında yer aldığını ifade etmiştir (Somer, 1998). Somer, Goldberg ile birlikte 1999 yılında yaptıkları çalışmada Türk ve Amerikan örneklemlerinde ele aldıkları 179 çift sıfatın beş faktör yapısını ortaya koyduğunu bulmuştur (Somer ve Goldberg, 1999). Somer'in katıldığı başka bir çalışmada Somer, Tatar ve Korkmaz 220 maddeden oluşan bir kişilik ölçeği geliştirmişlerdir. Geliştirdikleri bu ölçeğin beş temel faktörü ve 17 alt boyutu bulunmaktadır (Somer vd, 2001). Bu konudaki bir başka çalışma da Bacanlı, İlhan ve Aslan tarafından gerçekleştirilmiş, bu çalışmada 'Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi' geliştirilmiş ve 40 sıfat çifti ve beş faktör ölçülmüştür (Bacanlı vd, 2009).

Beş faktör boyutsal modeli normal-anormal kişilik özelliklerini anlamaya yönelik çalışmalarda temel oluşturmuştur. Boyutsal model, özellik ve belirtiler ve onların eşik değerleri hakkında daha tatminkâr veriler vererek tanıların aralarındaki sınırın ve

belirtilerin açıklanmasında yardımcı olmaktadır (Trull ve Durrett, 2005). Kişiliğe dair yapılan çalışmalar sonucunda elde edilen bulgular kişilik ve internet bağımlılığı gibi kişilik bozukluklarıyla ilgili ortak uyum dışı davranış kalıplarını belirlemede sıklıkla kullanılmaktadır.

Beş faktör modeli beş alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutları dışa dönüklük ve karşıtı içe dönüklük, yumuşak başlılık ve karşıtı hırçınlık, sorumluluk ve karşıtı dağınkılık, duygusal denge ve karşıtı duygusal dengesizlik ve deneyime açıklık olarak sıralayabiliriz (McCrae RR ve Costa PT. ,1998).

#### **2.4.1.1. Dışa Dönüklük Ve Karşıtı İçe Dönüklük**

Bu boyut kişilerin sosyal yaşamlarındaki iletişim özellikleriyle ilgilidir. Dışa dönüklük derecesi arttıkça kişiler daha girişken enerjik ve sosyal bu oran azaldıkça içe dönük ve mesafeli olurlar. Dışa dönük kişilerin özellikleri sosyal, sıcakkanlı, konuşkan, enerjik coşkulu olarak, içe dönük insanların ise yalnız kalmayı seven mesafeli olarak tanımlanmaktadır (Somer vd, 2001). Dışa dönüklük düzeyi yüksek bireylerde gelişmiş iletişim, işbirliği yetenekleri bulunur. Sosyalleşmeyi severler, diğer insanlar tarafından sempatik bulunurlar. Dışa dönüklük düzeyi düşük insanlar ise içe dönük olurlar. Sosyalleşmeden hoşlanmaz, insanlara mesafeli dururlar, yalnızlığı tercih ederler (Somer vd, 2001). Dışadönük bireyler ödüle karşı duyarlıdırlar (Diener ve Lucas, 1999).

#### **2.4.1.2. Yumuşak Başlılık Ve Karşıtı Hırçınlık**

Yumuşak başlılık alt boyutu uyumluluk olarak da adlandırılır. Uyumluluk düzeyi yüksek bireylerin özellikleri yardımseverlik, güvenilirlik, nezaket, hoşgörü, fedakarlık ve alçak gönüllülük olarak belirtilmektedir (Bono vd, 2002). Yumuşak başlılık düzeyi yüksek kişiler diğer insanlara karşı sevgi dolu ve merhametli bireylerdir (Somer vd, 2001).

Yumuşak başlılık düzeyi düşük insanlar düşmanca tutumlara sahiptirler, rekabeti severler, ve şüphecidirler. Bu kişiler inatçı ve kaba özellikleri etrafları tarafından güvenilmez ve uzlaşması zor olarak tanımlanırlar (Graziano vd, 1996).

#### **2.4.1.3. Sorumluluk Ve Karşıtı Dağınkılık**

Bu boyut kişilerin kendilerini kontrol edebilme ve disiplin seviyeleri ile ilgilidir. Sorumluluk seviyesi yüksek kişiler planlı, disiplinli ve başarıma güdüsü yüksek kişiler olarak tanımlanırlar sorumluluk seviyeleri düşük kişiler ise dikkatsiz, organize

olamayan, dağınık olarak tanımlanmaktadırlar (Costa ve McCrae, 1995). Bu faktörün ilerletici yanları olduğu gibi engelleyici yönleri de vardır. Bu özelliğe sahip kişilerin başarıma güdüsünün yüksek oluşu ve organize olabilme yetenekleri, disiplinli çalışabilmeleri İlerletici özelliklerindedir. Ancak ahlaki titizlik, aşırı temkinlilik gibi engelleyici özellikleri de vardır (Somer vd, 2002).

#### **2.4.1.4. Duygusal Denge Ve Karşıtı Duygusal Dengesizlik**

Duygusal dengenin yüksek olması sakin, kolay öfkelenmeyen, kendine güvenen ve karşındaki kişiye güven veren kişileri işaret eder. Bu faktörün karşıtı olan duygusal dengesizlik (nevrotiklik), duygusal dengenin düşük olması ise endişeli, güvensiz, özgüven eksikliğine sahip öfkeli kişileri ifade eder (Costa ve McCrae, 1995). Güleç duygusal dengesizliğin; kişinin gerçeği değerlendirmesinde aksaklık yaratmayan bir unsur olduğunu, önemli bir antisosyal davranış bozukluğu olmadığını daha çok psiko-sosyal stres faktörleriyle ilişkili olduğunu belirtmiştir (Güleç ve Cengiz, 2006). Başka bir deyişle duygusal dengesi düşük insanların gündelik yaşamlarında diğer insanlara göre daha sık stres yaşadıkları söylenebilir (Aktaş, 2006). Duygusal olarak dengesiz kişilerde uykusuzluk, iştahsızlık, baş ağrısı, görme sorunları gibi problemler görülebilir. Bu kişiler duygusal çatışmadan kaçınma yöntemi olarak genellikle şiddeti tercih ederler (Özgüven, 1992).

#### **2.4.1.5. Deneyime Açıklık**

Bu boyut diğerlerine göre daha karmaşık olarak nitelendirilebilir. Kişinin daha çok bilişsel özellikleriyle ilgilidir. Deneyime açık kişinin yaratıcılık, entelektüellik, sanatsal düşünme, maceracılık gibi özelliklere sahip olduğu ifade edilir (Benet ve John, 1998). Ayrıca bu faktör değerinin yüksek olması açıklık, kendimizi ifade edebilme becerisi, sahip olunan bilgiyi açıkça ve doğru olarak iletebilme gibi özelliklerle de ilişkilendirilmiştir. Bu faktör değeri düşük olan kişiler ise tutucu, değişme karşı olumsuz duygular hisseden kapalı kişilikler olarak tanımlanmıştır (Bono vd, 2002).

### **2.5. Benlik**

Benlik kavramı insanoğlunun en eski düşünce konularından biridir. İnsanoğlunun diğer memelilerden zihinsel olarak ayrıldığı noktanın ‘ben kimim?’, ‘ben neyim?’ sorularıyla başladığı varsayılır. Benlik kavramı ilk önce felsefecilerin konusu olmuştur. Felsefeciler ‘benlik’ kavramını bir psikolojik olgudan çok töz, özne veya nesne olarak ele almışlardır. Felsefe tarihinde rasyonalist düşünürler benliği özne olarak tanımlamış,

empirist düşünürler ise benliği nesne olarak ele almışlardır. Benliğin ‘ilksel töz’ olduğunun en eski savunucularından biri rasyonalist akım düşünürlerinden Decartes’dır. Decartes ünlü ‘cotigo’ argümanı (cotigoergosum) ‘düşünüyorum öyleyse varım’ diyerek kendimize ait benlik duygusunun ilk ve en kesin bilgi olduğunu savunmuştur (Descartes, 2015). Decartes bu olguya şu şekilde varmıştır; vücudumuzu, fiziksel donanımlarımızı, sosyal çevremizi ve buna benzer pek çok şeyi düşünsel olarak yok sayabiliriz. Ancak geriye tek bir şey kalır bütün bu süreci düşünen ‘şey’. Bu ‘şey’i yok saymaya kalktığımızda bunu başaramayız (Descartes, 2015). Çünkü bunu düşünen ‘şey’ var olmak zorundadır aksi takdirde düşünemez. İşte bu ‘şey’ Decartes’a göre töz olarak benliktir (Descartes, 2015). Empirist düşünürlerin en önemli temsilcilerinden Hume ise benlik kavramını psikolojik tanımlarına daha yakın bir şekilde ele almış ve benliğin bir algılar demeti olduğunu söylemiştir. Hume’e göre benlik sadece psikolojik bir kurgudur (Read vd, 2000).

Benlikle ilgili literatüre giren ilk tanımlamalardan biri William James tarafından yapılmıştır. ‘The Principles of Psychology’ kitabında James benliği dört kategoriye ayırmıştır (James, 1950);

- Maddesel benlik,
- Sosyal benlik,
- Ruhsal benlik,
- Saf ego.

James birinci, ikinci ve üçüncü maddelerde yer alan benlik türlerini ‘bilen ben’, dördüncü maddede yer alan ‘saf ego’yu ise ‘bilinen ben’ olarak tanımlamıştır. Bunu İngilizcede yer alan ‘I’ ve ‘me’ kelimeleriyle eşleştirmiştir. Brown bunu şu örnekle açıklamıştır; İngilizce olarak kurulacak ‘I see me’ cümlesindeki ‘I’ bilinen ben, ‘me’ ise bilen bendir (Brown, 1998). Lewis de benliğin ‘varoluşsal’ ve ‘kategorik’ iki kısmı olduğunu ifade etmiştir. Lewis’e göre varoluşsal kısmı James’in tanımındaki ‘I’ kavramına, kategorik kısmı ise yine James’in ‘me’ kavramına denk gelmektedir (Eysenck, 2004).

Freud benliği tanımlamak için insan zihnini açıkladığı ego, id, superego unsurlarından “ego” unsurunu kullanmıştır (Rennison, 2001). Jung’a göre benlik yetişkinliğe ait bir kavramdır (Urban, 2005) ve “psişenin bütünü” olarak tanımlanabilir (Brooke, 2009). Jung benlik ile egoyu ayrı tutmuştur ve benliğin kaynağının genellikle bilinç dışı olduğunu, ancak kendini fark etmek için egoya ihtiyaç duyduğunu savunmuştur

(Brooke, 2009). Carl Roger'e göre ise benliği 'kişinin kendisi hakkında sahip olduğu doğru ya da yanlış algılardan oluşur ve sürekli değişim halindedir (Leod ve Rogers, 2014).

### 2.5.1. Benlik Saygısı

Kişinin kendisini tanımladığı benlik olgusunun ideal benliği arasındaki oran benlik saygısı kavramını (Self Esteem) oluşturur. Pişkin'in tanımlamasına göre "kişinin kendisini nasıl algıladığı ile ideal benliği arasındaki fark benlik saygısı düzeyini belirler" (Pişkin, 2003). Rogers kişinin kendini gerçekleştirebilmesi için kafasındaki ideal benlik kavramının kendi benlik imajı ile uyumlu olması gerektiğini ifade etmiştir (Leod ve Rogers, 2014). Higgins de benzer bir yaklaşımla benliği 'gerçek', "ideal" ve "olması gereken" olarak üçe ayırmıştır (Higgins, 1987). Higgins'e göre "gerçek benlik" ile "ideal benlik" arasındaki fark hüznün ve üzüntü temelli duygulara, "gerçek benlik" ile "olması gereken benlik" arasındaki fark ise daha çok korku, kaygı, huzursuzluk gibi duygulara yol açmaktadır (Higgins, 1987). Yani gerçek benlik ve ideal benlik arasındaki fark ne kadar az ise bireyin yaşam doyumu o kadar fazla olur (Eroğul ve Yurtal, 2014).

Rogers "benlik imajı" ve "benlik" kavramının uyumunu sağlayabilen insanları "tam olarak işlevsel" olarak tanımlamıştır (Leod ve Rogers, 2014). Rogers'a göre bunu gerçekleştiren kişilerin özellikleri şunlardır;

- Deneyimlere açıktırlar, negatif deneyimleri reddetmez üzerinde çalışırlar,
- Yaşadıkları deneyimleri önyargısız algırlarlar. Şimdiki zamanı yaşarlar,
- Kendileri hakkında doğru kararlar vereceklerine güvenleri tamdır,
- Risk alabilirler, yaratıcıdırlar,
- Mutlu hissederler ve yaşamlarından tatmin olurlar (Leod ve Rogers, 2014).

Benliğimizin dışarıdan algılanışı ile kendi algılayışımız arasındaki farkın fazla olması durumu da kişide uyumsuzluk yaratır ve sorunlar çıkar (Yörüköğlü, 2004). Eisenberg'e göre benlik algısı uyumlu, gerçekçi olan, kişiler ile uyumsuz ve gerçekçi olmayan benlik algısına sahip kişiler farklı davranış özellikleri gösterirler (Bayat, 2003). Eisenberg gerçekçi benlik algısına sahip kişilerin özelliklerini şöyle sıralar;

- Gelecekte beklenenleri gerçekçidir. Beklentilerini ulaşılabilir hedeflerden oluştururlar.
- Strese karşı dirençleri yüksektir.

- Çalışma hayatında özgün ve yaratıcı düşünceye sahiptirler. İşleri konusunda farkındalıkları yüksektir.
- Özgüvenleri yüksektir. Bireysel çabalarının gücüne inanırlar.
- Farklı fikirlere açıktırlar. Yeni düşüncelere önyargısız yaklaşır ve kendi düşünce yapılarına göre tercih yapabilirler.

Öte yanda Eisenberg gerçekçi olmayan benlik algısına sahip kişilerin ise şu özelliklere sahip olduğunu belirtir;

- Kendilerine ve etrafındaki kişilere güvenleri eksiktir.
- Farklı fikirlerde ve değişimden endişe duyarlar.
- Kendileri ile yüzleşemezler.
- Nedensiz bir şekilde başkalarını kızdırmamak istegindedirler.
- Sosyal yönden zayıftırlar. Dikkat çekmekten korkarlar.
- Güven problemleri dostane ilişkiler kurmalarını engeller.
- Özgün kararlar veremezler. Diğer insanlar tarafından denenmiş kendilerini riske atmayacak kararlar alabilirler (Bayat, 2003).

### **2.5.2. Benlik Saygısı ve İnternet Bağımlılığı İlişkisi**

Düşük benlik saygısına sahip bireylerin bu durumlarından kaynaklanan bazı özellikleri aşırı internet kullanımını tetikleme ile ilgili dünyada ve Türkiye’de çeşitli çalışmalar yapılmış ve bu çalışmalar sonucu anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Caplan'ın 2002 yılında 386 lisans öğrencisi ile yaptığı araştırmada benlik saygısının yanında utangaçlık, yalnızlık gibi değişkenlerin de aşırı internet kullanımıyla ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır (Caplan, 2002). Yine Caplan 251 lisans öğrencisiyle 2005 yılında yaptığı ve deneklerin sosyal beceri, kendini gösterme eğilimlerini aşırı internet kullanımı çerçevesinde incelediği çalışmada sosyal ve kendini gösterme becerileri düşük öğrencilerin yüz yüze iletişim yerine online iletişimi tercih ettiklerini tespit etmiştir. Online sosyal iletişim kurma eğilimi öğrencilerin interneti kullanma sürelerini uzatmasına yol açmaktadır. Bu durumun aşırı internet kullanımının yordalayıcısı olduğu belirtilmiştir (Caplan, 2002). Kim'in 276 öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada ilk önce ön test ile aşırı internet kullanımı sorunu olan ve benlik saygısı düşük 25 öğrenciyi tespit etmiştir (Kim, 2008). Belirlediği 25 öğrenciyi 12 kontrol ve 13 deney olarak iki gruba ayırmıştır. Deney grubu üzerinde 5 hafta ve haftada 2 seans gerçeklik terapisi uygulamış ve son test sonucunda kontrol grubuna göre deney grubunda anlamlı miktarda düşük internet bağımlılığı ve oldukça yüksek seviyede benlik saygısı olduğunu tespit etmiştir

(Kim, 2008). 2011 yılında Aydın ve Sarı yaptıkları çalışmada internet bağımlılığı ile benlik saygısı ilişkisini incelemişlerdir (Aydın ve Sarı, 2011).“İnternet Bağımlılığı Ölçeği” ve “Coopersmith Benlik Saygısı Ölçeği” kullandıkları ve Türkiye Trabzon ili dahilinde yaşayan 324 ergen ile yaptıkları çalışma sonucunda genel, sosyal, ev-aile benlik saygısının internet bağımlılığı ile anlamlı ve negatif ilişkisini bulduklarını ifade etmişlerdir. Ayrıca Aydın ve Sarı bu çalışmada internet bağımlılığının önemli yordalayıcıları olarak sosyal benlik ve ev-aile öz saygısının tespit edildiğini ifade etmişlerdir (Aydın ve Sarı, 2011). Literatürde benlik saygısı ve internet bağımlılığını destekleyecek başka çalışmalar da mevcuttur. Turnalar-Kurtaran, lise öğrencileriyle bir çalışma yapmış ve bu iki olgu arasında anlamlı seviyede negatif yönlü ilişki saptamışlardır (Kurtaran, 2008). Farklı bir çalışmada Berber-Çelik ve Odacı internet bağımlılığıyla yaşam doyumunun arasında anlamlı negatif ilişki olduğunu ifade etmişlerdir (Berber-Çelik ve Odacı, 2013). Çağır ve Gürkan, öğrencilerde internet bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri ilişkisini araştıran bir çalışmada internet bağımlılığıyla yalnızlık seviyeleri arasında anlamlı pozitif, internet bağımlılığıyla algılanan esenlik halleri ile ise negatif yönde anlamlı ilişki tespit etmişlerdir (Çağır ve Gürkan, 2010).

Ancak internet bağımlılığı ile benlik saygısı ilişkisinin zayıf olduğu ya da olmadığı bulgusuna ulaşan çalışmalar da mevcuttur. Reisoğlu, 11 üniversitenin eğitim fakültelerinden 2200 öğrenci ile yaptığı çalışmada benlik saygısı ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin zayıf olduğu sonucuna ulaşmıştır (Reisoğlu, 2003).Çelik ve Odacı, Karadeniz Teknik Üniversitesinde yaptıkları çalışmada Eğitim Fakültesi'nin çeşitli bölümlerinden 556 öğrenci üzerinde Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği ile bir çalışma yapmışlardır. Araştırma sonucunda internet bağımlılığı ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Bununla beraber internet bağımlılığı ile kendilik algısı arasında negatif yönlü bir ilişki bulduklarını belirtmişlerdir (Berber-Çelik ve Odacı, 2013).

## **2.6. Bağımlı Kişilik Özellikleri**

Bağımlılık bir maddeye, somut ya da soyut bir duruma veya davranışa karşı kontrol edilemeyen bir şekilde eğilim gösterme, kontrol altına alma çaba ve girişimlerin başarısızlıkla sonuçlanması olarak veya benliğin işleyişinde bir aksaklık, bozukluk olarak da tanımlanabilir (Egger ve Rauterberg, 1996) ve (Köknel, 1983). Öte yandan Goldberg bağımlılığın elektronik iletişim araçlarıyla sınırlı kısmını bilgisayar bağımlılığı olarak tanımlayarak ‘bireylerin yeni nesil elektronik iletişim araçlarıyla kurdukları ‘norm’ dışı davranışlar’ şeklinde ifade etmiştir (Arısoy, 2009). Ancak hızla gelişen teknoloji

bilgisayarları çok farklı faaliyetlerin gerçekleştirildiği bir aracı araç haline getirmiştir. Bilgisayar kullanımının amacına göre farklı bağımlılıkların da tanımlanmasına ihtiyaç duyulmuş ve 'bilgisayar bağımlılığı' kavramı haricinde 'oyun bağımlılığı' 'internet bağımlılığı' gibi tanımlamaların da yapılmasına ihtiyaç duyulmuştur. İnternet kullanımıyla ilgili tanımlar aşırı internet kullanımı ya da uygunsuz internet kullanımı çerçevesinde yapılmıştır. 'Sorunlu internet kullanımı' ya da 'internet bağımlılığı düzensizliği' (PIU - Problematic Internet Use / İAD - Internet Addiction Disorder) kavramları aşırı, kontrol altına alınamayan internet kullanımı sonucunda ortaya çıkan kaygı ve fiziksel-ruhsal problemlere yol açan eylem ve davranışları tanımlamak için kullanılmıştır (Weinstein vd, 2014).

Bornstein'e göre bağımlılık; cinsiyet, kültür ve etnik kökenden bağımsız olarak her insan tarafından paylaşılan evrensel bir deneyimdir ve çocukluk yaşantılarının yanı sıra, yetişkinlik döneminde de insan ilişkilerinde önemli bir rol oynamaya devam etmektedir (Bornstein, 1992). Bağımlılık seviyesi arttığında patolojik hale gelebilir ve işlevsellikte sorunlara, sosyal ilişkilerde bozulmalara neden olabilir (Sperry, 2003) ve (Beck vd, 2007). Bağımlılık örüntüsünün yol açtığı sorunlar nedeniyle BSM-4 kriterlerinden kişilik bozuklukları kategorisinde yer almaktadır. Bu sınıflandırmada kişilik bozuklukları A grubu; tuhaf-eksantrik, B grubu; dramatik-dengesiz, C grubu; anksiyöz-inhibedir olarak üç grupta toplanmıştır. Bağımlı Kişilik Bozukluğu (BKB) BSM-4 kriterlerinde kaygılı, korkulu grup olarak tanımlanan C grubu kişilik bozukluklarıdır (APA, American Psychiatric Association, 2000). Seligman ve Reichenberg, BKB'nin frekans değerinin kişilik bozukluğu örnekleminde %14, normal örneklem içerisinde ise %2.5 civarında olduğunu belirtmişlerdir (Faith, 2009). Bornstein konuyla ilgili araştırmaları gözden geçirerek BKB'yi bazı kriterlerle ilişkilendirmiştir. Bornstein'e göre BKB eksen birde kaygı, depresyon, somatizasyon, yeme bozukluğu, eksen ikide histriyonik, kaçınan kişilik bozukluğu ve sınır kişilik bozukluklarına dair risklerle ilişkilidir (Bornstein, 2004).

Bağımlı kişiler doğru karar verme zorluğu çekerler. Karar verme zorlukları etraflarındaki güçlü karakter yapısına sahip birine güvenme ihtiyacı doğurur. Terk edilme ve reddedilme korkusu sebebiyle güven duydukları bu kişinin hatalarını görmeme eğiliminde ve tam bir itaat yaklaşımında olurlar. Genellikle bağımlı kişilerin özgüvenleri zayıftır. Kendilerine olumlu eleştirilerde bulunmada ve başarılarını takdir etmede sorun yaşarlar (Arntz, 2012) ve (Beck vd, 2007). Prof. Dr. Mehmet Kerem Doksat, BKB

özelliklerini; karar vermede ve sorumluluk almada güçlük çekme ve başkalarından destek ihtiyacı, desteklenmeme veya reddedilme korkusuyla başkalarına farklı görüşte olduğunu söyleyememe, güven eksikliği ve buna bağlı olarak tek başına iş yapamama, hoş karşılanmak için istemediği şeyleri dahi yapma eğilimi, tek başına kalamama, yakınlık ve güven hissettiği bir ilişkisi sonlandığında yerine acilen yeni bir ilişki koymak adına arayışa girme eğilimi olarak belirtiyor (Doksat, 2008).

## **2.7. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu**

Tıp literatüründe oldukça eski bir geçmişe sahip bozukluklardan biri olan dikkat eksikliği ve hiperaktivite (DEHB) Alman psikiyatrist Heinrich Hoffmann tarafından, davranışları dürtüsellik ve hiperaktivite ile belirgin olan çocukları sınıflamasıyla, ilk kez tanımlanmış ve tespit edilmiş olmuştur. Ortaya koyduğu bu problemi “dürtüsel delilik”, “kusurlu inhibisyon” olarak isimlendirmiştir. Takip eden yıllarda çocuk doktoru olan George Stillancet tarafından, kurallara uyma ve söyleneni yapma konusunda ciddi problemler yaşayan çocukların klinik gözleminden hareketle, ortaya çıkan uyum sorununa “ahlaki kontrol eksikliği” adını verdi. Hastalığın tanımlandığı bu yıllarda, çocukların ortaya koydukları davranışlar ve sonuçlarından sorumlu oldukları ve bu davranışlar üzerinde kontrolleri olduğu düşünülüyorken, bozukluk beyin lezyonlarıyla ilişkilendirilerek, minimal beyin hasarı adlandırılmasıyla, ahlaki bir sorundan ziyade, biyolojik bir yönünün olduğuna yönelik araştırmalar genişletildi (Kahn ve Cohen, 1934).

Hastalık ilk olarak DSM-II ile “çocuktaki hiperkinetik sendrom” adı altında resmiyet kazanarak tanısal el kitabına girmiştir (APA, 1968). DSM-III-R ve DSM-IV de “dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu” olarak tekrar uyarlanarak, bugün kullanılan adını almıştır. Günümüzde en son değişiklikleri içeren, 2013 yılında yayınlanan DSM-V te ise, hastalığın yaşam boyu devam eden bir bozukluk olmasına dikkat çekilerek “Nörogelişimsel Bozukluklar başlığı altına alınmış, daha önce verilen isimle aynı şekilde muhafaza edilmiştir.

Çocukluk çağında görülen en yaygın gelişimsel bozukluklar arasında yer alan DEHB'nin dünyada ve Türkiye’de yapılan görülme sıklığı çalışmalarına bakıldığında oldukça farklı sayısal aralıklarda birbirinden oldukça farklı rakamlara ulaşılan çalışmalarla karşılaşılmaktadır. Ortaya çıkan bu farklılığın yapılan çalışmalarda örneklem farklılıkları ve değerlendirme araçlarındaki farklılıklardan kaynaklandığı düşünülmektedir. Oldukça kapsamlı 2012 yılına ait bir meta analiz çalışması verilerine

göre, DEHB sıklığı çocuk ve ergenlerde %5.9-7.1, genç ve yetişkin ve erişkinlerde %5 olarak bulunmuştur (Willcutt vd, 2012). Türkiye rakamlarına bakıldığında, ilk okul öğrencileriyle yapılan 1425 olguyu kapsayan bir çalışmada DEHB görülme sıklığı %8.2 olarak bulunmuştur (Ercan vd, 2013).

DEHB'nin cinsiyet faktörüyle ilişkisine bakıldığında yapılan çalışmaların çoğunluğunda erkeklerin kadınlara oranla 2/1, 9/1 gibi değişken bir aralıkta çok daha yüksek bir oranda bu patolojiye sahip oldukları görülmektedir. Cinsiyetler arasında tespit edilen bu farklılığın, genel olarak kadınlarda sosyal ve davranışsal semptomlara daha az rastlanması ve semptomların erkeklere de daha ağır seyretmesi nedeniyle tedavi arayışı amaçlı kliniklere yapılan başvurulardan kaynaklandığı düşünülmektedir.

DEHB'nin ortaya çıkmasında rol oynayan etmenlerle ilgili net bir sonuca varılamamasına rağmen, fizyolojik, biyolojik, genetik ve psikososyal değişkenlerin tümünün az ya da çok etkili olduğu karmaşık bir yapının etkili olduğu düşünülmektedir.

Klinik belirtiler arasında motor aktivitelerde aşırılık, impulsivite (dürtüsellik), dikkat problemleri ve ilişkili sorunlar ile bilişsel ve davranışsal sorunların eşlik ettiği, karakterize bir yapı olarak tanımlanmaktadır (Kayaalp, 2008). Günlük hayatta sorun yaşadıkları davranışsal görünüm şekilleri; verilen görevleri yerine getirmede güçlük, verilen ödevleri yardım almadan bitirememesi, yerinde duramayan sürekli bir hareketlilik hali, unutkanlık, plan yapamama, aşırı konuşma, karşı tarafı dinleyememe, söz kesme gibi dürtüsel, dikkat sorunları ve hiperaktivite alanında görülen tablolar şeklindedir (APA, 2013). DEHB'nin belirtilerin çeşitliliğine ve sayısına göre üç alt tipi vardır; Dikkat eksikliğinin ön planda olduğu tip, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik beraber seyrettiği tip ve son olarak da ilk iki bileşenin birlikteliğini ifade eden bileşik tip.

### **2.7.1.Çocukluktan Yetişkinliğe Devreden DEHB Mirasları**

Dikkat Eksikliği ve hiperaktivite çocukluk çağından yetişkin dönemlere geçiş yapabilen bir bozukluktur. Hastalığın kişilerin sosyal etkileşimini, akademik, iş ve aile yaşantısını olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir. Çocukluk ya da ergenlik döneminde DEHB tanısı almış kişilerin yaklaşık %30 ila %50 gibi yaklaşık üçte iki gibi yüksek bir kısmında semptomların devam ettiği bilinmektedir (Wender, 1995). Çocukluk döneminde bu tanıyı alan bireylerin yetişkinlik evresinde eşlik eden diğer psikiyatrik hastalıklara bakıldığında; duygu durum bozukluğu, anksiyete bozukluğu, madde kötüye kullanımları, öfke kontrol problemlerinin varlığı sıklıkla görülmektedir. Yine çocukluk

dönemlerinde ahlak gelişiminde bir duruşu benimsemek, psikososyal açıdan çevresinde cereyan eden olayları anlayabilmek, kendi duygularını değerlendirebilmek, iletişim esnasında karşı tarafın tepkilerini okuyabilmek ve uygun afektif karşılığı verebilmek, kazanılması önemli meziyetler arasındadır (Boom vd, 2006). Bireyin bu dönemde edindiği ahlaki değerler diğer bir ismiyle süper ego gelişimi yürütücü mekanizmalarla ilişkili pek çok önemli süreci; muhakeme yeteneği, soyut kavramları içselleştirebilme, öz denetimi sağlayabilme ve beklentileri erteleyebilme gibi alanların gelişimini de içerisine almaktadır (Wilson ve Levin, 2005). Yürütücü işlevlerin bir parçası olan çalışma belleği, bilginin geçici bir süreyle depolanması, kodlanması ve geri çağırılmasını da içine alan yapı bir olarak bilinmektedir. Bu bellek sayesinde, karmaşık işlerin üstesinden gelebilme, hazırlık yapabilme, ön görebilme, taklit edebilme gibi yeteneklerin kazanımı mümkün olabilmektedir (Karaalp, 2006). DEHB olan kişilerle yapılan çalışmalarda bu süreçlerin işleyişlerinde bozukluklar olduğu tespit edilmiştir.

Yetişkinlik döneminde bu süreçlerde devam eden aksaklıkların çocukluk döneminde bu alanın doğru yapılanamaması sonucu tekrar kendini gösteren kalıntılar olduğu düşünülmektedir (Costello vd, 2003). Diğer bir sorunlu alanı olan sesli konuşma ve kendine yönelik konuşmanın içselleştirilememesi, DEHB hastalarında çok bilindik bir tablo olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durum kendi kendini sorgulama gibi bilişsel süreçlerin gecikmesi şeklinde bir sonuca neden olmaktadır. Son yürütücü işle olarak duygu durum düzenleme ve öğrenilmiş davranışları parçalara ayırma ve yeniden yapılandırma. Bu dönemin sağlıklı oluşmaması ile ilgili sorunlar ise bir amaca yönelik güdülenme sorunları, ödül sisteminde bozulmalar ve akıcılık, esneklikle ilgili problemler (Gücüyener, 2008).

Gücüyener'in 116 kadın üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, DSM-IV 'e göre düzenlenmiş, Erişkin Dikkat eksikliği ve Hiperaktivite Tanı ve Değerlendirme Envanteri ile MMPI -2 (Minnesota Multiphasic Personality Inventory-2) kullanılarak DEHB ile ilişkili kişilik özelliklerinin olup olmadığı varsa neler olduğu incelenmiştir (Gücüyener, 2008). DEHB puanları yüksek olan grubum, depresyon, anksiyete, düşük benlik saygısı, sosyal çevre ve aile ile ilişki problemleri ve öfke problemlerinin de yüksek olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Çocuklukta alınan DAHB tanısında dürtüsellik ve hiperaktivite puanları daha yüksek olan kişilerin yetişkinlikte yaşadıkları, iş hayatlarında tutunamama, kovulma, okul bırakma ve evliliklerinde yaşadıkları sorunlar belirgin şekilde tanı almaya oranla daha yüksektir (Klein ve Manuzza, 2008).

Madde kullanım bozukluğu kriterlerinin düzenlenmesiyle oluşturulan internet bağımlılığı örnek çalışma sonuçlarının da gösterdiği üzere DEHB hastalarının yetişkinlik dönemlerinde de risk grubunun içerisinde olduklarını ve internet bağımlılığını yordayan kişilik özelliklerinin incelendiği bir çalışmada dahil edilmesi oldukça gerekli bir patoloji olarak karşımıza çıkmaktadır.

## **2.8. Problemlı İnternet Kullanımı ve DEHB**

Yaşanan konsantrasyon sorunları denince akla ilk gelen patolojik durumların başında nasıl DEHB geliyor ise dikkat dağıtıcı unsurlar, sınırsız yayılmacı bir alan düşündüğümüzde de akla ilk gelen olgu internet ve internetin sunduğu imkânlar olmaktadır. İnternet bağımlılığı ve psikiyatrik hastalıklarla ilişkisinin araştırıldığı, iki yıllık prospektif bir çalışma sonuçlarına göre DEHB tanısı alan ergenlerin, diğer kişilik patolojilerinden daha çok internet bağımlılığı geliştirmeye yatkınlık gösterdikleri bulunmuştur (Ko, 2009). Bu alanda yapılan çalışmalarda iki farklı görüşün hakim olduğu söylemek mümkündür. İlk yaklaşım DEHB belirtilerin ilerleyen yaşla ters orantılı olarak azaldığı, dolayısıyla yetişkin patolojilerinde klinik açıdan önemi olmayan bir durum olarak kabul edilmesi, karşıt görüşte ise; DEHB'nin yetişkinlik döneminde özellikle dikkat problemleri, bilişsel yetersizlikler ve dürtüsellik alanlarında etkinliğini sürdürdüğü, dolayısıyla risklerin devam ettiği yönündedir (Woods vd, 2002).

Alanda yapılan çalışmalardan da hareketle, yetişkinlikte DEHB etkilerinin yoğun olarak hissedilmeye devam ettiği üç öneli alanın dikkat, bilişsel işlevler ve dürtüsellik olduğu söylenebilmektedir. Geline nokta yetişkinlerde internet bağımlılığı ve problemlı internet kullanımının sözü geçen alanlarla nasıl bir ilişkide olduğu konunun daha iyi kapsanabilmesi açısından önem arz etmektedir. Yetişkinlikte belirli gelişimsel süreçleri tamamlamış olması beklenen biliş, kişilerin öncelikle kendisini, ailesini, iş ve eğitim hayatını, sosyal ilişkilerini, kısacası dünyayı görme biçimleridir. Gelişim evrelerini tamamlayan bir bilişin, yaşadığı olaylar ve deneyimler karşısında değişen oranlarda, bir değişim gösterebildiği, esnek bir yapıya sahiptir olduğu bilinmektedir. Bu özellik, bir başka değişle bilişsel esneklik, kişinin dış dünyada meydana gelen olaylara uyumunu sağlayan, sağlayamadığı durumlarda aksiyete olarak kendini gösteren ana bir savunma ve hayatta kalma mekanizmasıdır. DEHB olan kişilerde bilişsel esneklik ve benlik saygısı oranlarının yüksek olduğu bilinmektedir.

İnternet bağımlılığı ve DEHB birlikte görüldüğü, ilişkilerinin ortaya koyulduğu birden çok çalışma bulunmaktadır. 264 erkek, 271 kadın toplam 535 öğrencinin dahil edildiği çalışmada, DEHB tanısı olan grubun olmayan gruba göre internet bağımlılığı tanısının yüksek olduğu, DEHB belirtileriyle, problemlerle internet kullanımı arasında anlamlı bir ilişkiden bahsedilebileceği ortaya koyulmuştur (Uzun vd, 2016). Bir diğer prospektif çalışmada, 2500 öğrenci üzerinde yapılan araştırmada, DEHB belirtilerinin, internet bağımlılığı ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Weiss vd, 2011).

Toplumda görülme sıklığı yüksek iki patolojik durum olmalarının yanı sıra, sosyal hayatı etkileyen, toplumsal yaşantıya yansımaları olan dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ile internet bağımlılığı ilişkisini mercek altına almak, araştırılan diğer değişkenlerle olan ve olmayan bağlantılarını ortaya koymak, bu alanda atılacak adımlara, alınacak önlemlere katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

## BÖLÜM III: YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları, veri toplama süreci, elde edilen verilerin çözümü ve yorumlanması üzerinde durulmuştur.

### 3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma İnternet bağımlılığı ve ilişkili olduğu düşünülen kişilik özellikleri ve patolojilerin araştırıldığı kesitsel bir çalışma olarak tasarlanmıştır.

### 3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmanın evreni İstanbul ilinde yaşayan 18 yaş üzeri yetişkinler olarak tanımlanmıştır. Araştırma evreni 18-65 yaş gibi geniş bir aralık verilmiş olsa da özellikle internet kullanımı en yoğun olduğu bilinen üniversite öğrencilerinin, rastgele seçim yöntemiyle çalışmaya dahil edilmesine özen gösterilmiştir. Çalışmaya katkı sağlayan yetişkinlere yapılan araştırmayla ilgili bilgi verilerek “Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu” imzalatılarak onayları alınmıştır.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında katılan bireylere, Demografik Bilgi Formu, DEHB DSM Ölçeği, Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu, Beş Faktör Kişilik Testi ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden oluşan veri toplama araçları uygulanmıştır.

#### 3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Anket formunun ilk bölümünde katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, öğrenim düzeyi, çalışma durumu, gelir düzeyi, interneti kullanım amacı, günlük internet kullanım süresi bilgilerinden oluşan demografik bilgi formu yer almaktadır.

#### 3.3.2. DEHB DSM Ölçeği (Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Diagnostik Stastitical Manuel)

Veri toplama aracının ikinci bölümünde Kooij ve arkadaşlar (2007) tarafından geliştirilen ve Metin ve arkadaşları (2018) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları yapılan “DEHB DSM Ölçeği” yer almaktadır. Ölçeğin Türkçe formu dörtlü likert tipinde (0: hiçbir zaman veya çok nadir, 3: çok sık) 21madde olarak doğrulanmıştır. Ölçekte dikkat eksikliği (m1, 3, 5, 7, 10, 11, 14, 16, 18, 20, 22) ve hiperaktivite (m2, 4, 6, 8, 9, 12, 13, 15, 17, 19, 21, 23) olmak üzere iki boyut bulunmaktadır. Bu çalışmada ölçeğin Cronbachalpha katsayısı 0,90; alt boyutların Cronbach Alpha katsayıları 0,87 ve 0,81 olarak tespit edilmiştir

### 3.3.3. Beş Faktör Kişilik Testi

Veri toplama aracının üçüncü bölümünde Benet-Martinez ve John (1998) tarafından geliştirilen ve Sümer ve Sümer (2005) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları yapılan "Beş Faktörlü Kişilik Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek beşli likert tipinde (1: kesinlikle katılmıyorum, 5: kesinlikle katılıyorum) 44 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte dışa dönüklük, nevroz/duygusal dengesizlik, uyumluluk, sorumluluk, deneyime açıklık olmak üzere 5 faktör bulunmaktadır. Faktör puanları oluşturulurken 16 madde (m2, 6, 8, 9, 12, 18, 21, 23, 24, 27, 31, 34, 35, 37, 41, 43) ters kodlanmaktadır. Bu şekilde elde edilen faktör puanları ilgili kişilik özelliği belirtilerinin yüksek olduğunu ifade etmektedir. Her boyut farklı bir kişilik özelliğini ifade ettiğinden ölçeğin toplam puanı alınmamaktadır. Bu çalışmada kişilik ölçeklerinin Cronbach Alpha katsayıları 0,81 / 0,73 / 0,62 / 0,78 / 0,72 olarak tespit edilmiştir

### 3.3.4 Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Anket formunun dördüncü bölümünde Rosenberg (1963) tarafından geliştirilen, Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanıp güvenilirlik-geçerlik çalışmaları yapılan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği yer almaktadır. Ölçek her biri farklı seçenek tür ve sayıda 63 madde ve 12 alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçekte "benlik saygısı" (m1-10), "kendilik kavramının sürekliliği" (m11-15), "insanlara güven duyma" (m16-20), "eleştiriye duyarlık" (m21-23), "depresif duygulanım" (m24-29), "hayalperestlik" (m30-33), "psikosomatik belirtiler" (m34-43), "kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme" (m44-46), "tartışmalara katılabilme derecesi" (m47,48), "ana-baba ilgisi" (m49-55), "babayla ilişki" (m56-61), "psikişik izolasyon" (m62, 63) boyutları bulunmaktadır. "Benlik Saygısı" alt testinde 0-1 puan alanların "yüksek"; 2-4 puan alanların "orta" ve 5-6 puan alanların "düşük" benlik saygısına sahip oldukları kabul edilir. "Kendilik Kavramının Sürekliliği" alt testinde "puanın yüksek" olması sürekliliğin "az" olduğuna; "0-2" puan alındığında kendilik kavramının sürekliliğinin fazla, "3-5" puan alındığında ise kendilik kavramı sürekliliğinin az olduğuna işaret eder. "İnsanlara Güven Duyma" alt testinde "yüksek puan", güvenin "az" olduğuna; "0-1" puan alanların insanlara olan güvenlerinin çok olduğu, "2-3" puan alanların insanlara orta düzeyde güven duydukları ve "4-5" puan alanların ise insanlara az güven duydukları söylenebilir. "Eleştiriye Duyarlılık" alt testinde "yüksek puan", "fazla" duyarlılığa; "0-1" puan eleştiriye az duyarlılığa, "2-3" puan eleştiriye çok duyarlılığa işaret eder. "Depresif Duygulanım" alt ölçeğinde "yüksek puan", depresyon düzeyinin "yüksek" olduğuna; "0" puan depresif duygulanımın

olmadığına, “1-2” puan depresif duygulanımın az olduğuna, “3-4” puan depresif duygulanımın orta düzeyde yaşandığına ve “5-6” puan ise depresif duygulanımın yüksek düzeyde yaşandığına işaret eder. “Hayalperestlik” alt ölçeğinde “yüksek puan” , hayalperestliğin “fazla” olduğuna; “0-1” puan hayalperestliğin az olduğunu, “2-3” puan orta düzeyde olduğunu ve “4” puan hayalperestliğin üst seviyede olduğunu belirtir. “Psikosomatik Belirtiler” alt testinde “yüksek puan” , belirtilerin “fazlalığına”; “0-2” puan belirtilerin az olduğuna, “3-4” puan orta düzeyde psikosomatik belirti yaşandığına ve “5” puan belirtilerin fazla olduğuna işaret eder. “Kişilerarası İlişkilerde Tehdit Hissetme” alt testinde “yüksek puan” , “kolaylıkla tehdit” edilme duygusuna; “0” puan tehdit hissedilmediğini, “1” puan az hissedildiğini, “2” puan orta düzeyde hissedildiğini ve “3” puan ise kişilerarası ilişkilerde yüksek düzeyde tehdit hissedildiğini gösterir. “Tartışmalara Katılabilme Derecesi” alt ölçeğinde “yüksek puan” , tartışmalara katılabilmenin “yüksek” oluşuna; “0” puan tartışmalara katılma derecesinin az, “1” puan orta, “2” puan çok olduğuna işaret eder. “Ana-Baba İlgisi” alt testinde “yüksek puan” , ilgi “azlığına”; “0-2” puan ilginin çok olduğunu, “3-4” puan orta düzeyde ilgi olduğunu ve “5-7” puan ise ana-baba ilgisinin az olduğunu gösterir. “Babayla İlişki” alt ölçeğinde “yüksek puan” , babayla ilişkinin “fazla” oluşuna; “0-2” puan babayla ilişki azlığına, “3-4” puan orta düzeyde bir ilişkiye, “5-6” puan da babayla ilişkinin fazla olduğuna işaret eder. “Psşik İzolasyon” alt testinde ise “yüksek puan” , psşik izolasyonun “fazlalığına”; “1” puan izolasyonun az olduğuna, “2” puan izolasyonun çok olduğuna işaret eder. Bu çalışmada ölçeğin geneline ait Cronbach Alpha katsayısı 0,74 olarak hesaplanmıştır.

### **3.3.5. Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği**

Veri toplama aracının beşinci bölümünde Young (1998) tarafından geliştirilip Pawlikowski ve arkadaşları (2013) tarafından kısa forma dönüştürülen ve Kutlu ve arkadaşları (2016) tarafından Türkçeye uyarlanarak güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları yapılan “Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Form” yer almaktadır. Ölçekte beşliliktir tipinde (1: hiçbir zaman, 5: her zaman) 12 madde tek boyutta yer almaktadır. Bu çalışmada ölçeğin Cronbachalpha katsayısı 0,88 olarak tespit edilmiştir

### **3.4 . Verilerin Toplanması**

Araştırmaya katılan kişilere uygulama öncesinde yapılacak çalışmanın içeriğine yönelik bilgi verilmiş ve “Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu” imzalatılarak onayları alınmıştır. Verilerin toplanma işlemi Eylül 2018- Mayıs 2019 tarihleri arasında olup değerlendirmeye alınan katılımcı 44 kadın 58 erkek olacak şekilde toplam 102 kişiden

oluşmuştur. Ölçeklerde eksik bırakılan veya boş bırakılan anketler çalışmaya dahil edilmemişlerdir.

### **3.5. Verilerin Analizi**

Verilerin analizinde SPSS 15.0 programı kullanılmıştır. Katılımcıların demografik bilgileri frekans ve yüzde analizi olarak sunulmuştur. Ölçek alt boyut puanlarının normallik sınamasında Çarpıklık (Skewness) katsayısı kullanılmıştır. Sürekli bir değişkenden elde edilen puanların normal dağılım özelliğinde kullanılan çarpıklık katsayısının (Skewness)  $\pm 1$  sınırları içinde kalması puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği şeklinde yorumlanabilir. Normal dağılım göstermeyen puanların karekök, logaritmik ve ters dönüşümleri yapılarak parametrik testlerde kullanılabilir (Büyüköztürk, 2011:40). Normallik sınamasında normal dağılım göstermeyen boyut puanlarının logaritmik dönüşümleri yapıldıktan sonra puanların cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu değişkenlerine göre karşılaştırılmasında bağımsız iki örneklem t testi; yaş, gelir düzeyi, günlük internet kullanım süresi değişkenlerine göre karşılaştırılmasında ANOVA testinden yararlanılmıştır. Ölçek ve alt boyutlar arası ilişki analizi için Pearson korelasyon ve regresyon analizleri kullanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi 0,05 ( $p < 0,05$ ) olarak belirlenmiştir.

## BÖLÜM IV: BULGULAR

### 4.1. Betimsel Bulgular

Bu bölümde araştırmaya katılan kişilerin yaş, cinsiyet, medeni durum, gelir durumu ve internete günlük ayırdıkları zamanla ilgili betimsel bulgular içermektedir. Tablo 1’de katılımcıların demografik özelliklerine ait frekans ve yüzde dağılımlarına yer verilmiştir.

**Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı**

Demografik Değişken	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	44	43,1
	Erkek	58	56,9
Yaş	18-20 yaş	45	44,1
	21-22 yaş	27	26,5
	23 yaş ve üstü	30	29,4
Herhangi bir işte çalışma durumu	Çalışıyor	21	20,6
	Çalışmıyor	81	79,4
Aylık gelir	1000TL ve altı	30	29,4
	1000-3000TL	44	43,1
	3000TL üstü	28	27,4
İnterneti kullanım amacı (N=310)	İş amaçlı	19	6,2
	Haber okuma/araştırma	69	22,2
	Eğlence (müzik ,oyun, film)	78	25,2
	Alışveriş	54	17,4
	Sosyal ağlar	90	29,0
Günlük internet kullanım süresi	3 saatten az	11	10,8
	3-6 saat	44	43,1
	6-8 saat	37	36,3
	8 saatten fazla	10	9,8

Araştırmaya katılan 102 katılımcının %43,1’i kadın, %56,9’u erkektir. Katılımcıların %44,1’i 18-20 yaş, %26,5’i 21-22 yaş, %29,4’ü 23 yaş ve üstüdür. Katılımcıların %20,6’sı herhangi bir işte çalışmaktadır. İnternetin en sık kullanım amacı sosyal ağlar (%29,0), eğlence (%25,2), haber okuma/ araştırma (%22,2) ve alışveriş (%22,2) olarak tespit edilmiştir. İnternetin iş amaçlı kullanımı %6,2 düzeyindedir. Katılımcıların %10,8’inin günlük internet kullanım süresi 3 saatten az, %43,1’inin 3-6 saat, %36,3’ünün 6-8 saat, %9,8’inin günlük internet kullanım süresi 8 saatten fazladır.

**Tablo 2. Ölçeklere Ait Betimsel İstatistikler**

Alt Boyutlar	N	Min.	Maks.	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık
Dikkat Eksikliği	102	0,00	2,73	0,88	0,56	0,89
Hiperaktivite	102	0,08	2,58	1,10	0,53	0,42
DEHB	102	0,18	2,66	0,99	0,50	0,87
Dışa Dönüklük	102	1,25	4,88	3,26	0,77	0,07
Duygusal Dengesizlik	102	1,38	4,50	2,88	0,70	-0,27
Uyumluluk	102	2,00	4,67	3,52	0,54	-0,28
Sorumluluk	102	2,00	4,78	3,41	0,69	-0,07
Değişime Açıklık	102	2,50	4,80	3,69	0,54	-0,01
Benlik Saygısı*	102	0,17	4,25	1,32	0,76	1,15
Kendilik Kavramının Sürekliliği*	102	0,00	5,00	3,51	1,15	-0,62
İnsanlara Güven Duyma*	102	0,00	4,00	1,67	0,82	0,48
Eleştiriye Duyarlık	102	0,00	3,00	1,46	1,17	0,13
Depresif Duygulanım	102	0,00	6,00	2,02	1,53	0,42
Hayalperestlik	102	0,00	4,00	1,66	1,42	0,27
Psikosomatik Belirtiler	102	0,00	10,00	3,08	2,66	0,88
Kişilerarası İlişkilerde Tehdit Hissetme	102	0,00	3,00	1,03	1,01	0,59
Tartışmalara Katılabilme Derecesi	102	0,00	2,00	0,86	0,80	0,25
Ana-Baba İlgisi*	102	0,00	7,00	1,45	1,54	1,18
Babayla İlişki	102	0,00	6,00	1,22	1,38	1,37
Psşik İzolasyon	102	0,00	2,00	1,04	0,82	-0,07
İNTERNET BAĞIMLILIĞI	102	13,00	52,00	28,90	8,75	0,43

\* Yüksek puan olumsuzluk veya azlığı ifade eder.

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite ölçeği (DEHB) ( $0,99\pm 0,50$ ) ve dikkat eksikliği alt boyutu ( $0,88\pm 0,56$ ) puan ortalamaları “düşük” düzeyde; hiperaktivite alt boyut puan ortalaması ( $1,10\pm 0,53$ ) “orta” düzeyde tespit edilmiştir (Tablo 2).

Beş faktör kişilik envanteri puanları incelendiğinde en yüksek düzeyde görülen kişilik özelliklerinin sırasıyla “değişime açıklık” ( $3,69\pm 0,54$ ), “uyumluluk” ( $3,52\pm 0,54$ ) ve sorumluluk ( $3,41\pm 0,69$ ) olduğu tespit edilmiştir. En düşük düzeyde görülen kişilik özelliği ise duygusal dengesizlik ( $2,88\pm 0,70$ ) olarak tespit edilmiştir (Tablo 2).

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğindeki alt ölçek puanları incelendiğinde katılımcıların benlik saygısı, insanlara güven duyma, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, hayalperestlik, psikosomatik belirtiler, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılabilme derecesi ve psşik izolasyonu “orta düzeyde”; kendilik algısının sürekliliği “düşük düzeyde”; ana-baba ilgisi ve babayla ilişki puanları “yüksek düzeyde” olduğu tespit edilmiştir (Tablo 2).

İnternet bağımlılığı puanları  $28,90\pm 8,75$  olarak tespit edilmiş olup ölçekten alınabilecek en düşük (12) ve en yüksek (60) puanlar dikkate alındığında katılımcıların internet bağımlılığının “düşük düzeyde” olduğu söylenebilir ( $60-12=48/5=9,6$ ; 12-

21,6:“çok düşük”; 21,7-31,2: “düşük”; 31,3-40,8: “orta”; 40,9-50,4: “yüksek”; 50,5-60,0: “çok yüksek”) (Tablo 2).

#### 4.2. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçları

Tablo 3’te dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu puanlarının katılımcıların cinsiyetine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 3. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB)Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Dikkat Eksikliği	Kadın	44	0,88	0,53	0,13	0,899
	Erkek	58	0,87	0,59		
Hiperaktivite	Kadın	44	1,14	0,47	0,74	0,460
	Erkek	58	1,06	0,58		
DEHB	Kadın	44	1,01	0,45	0,47	0,639
	Erkek	58	0,97	0,53		

\* Yüksek puan olumsuzluk veya azlığı ifade eder.

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite ölçek ve alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 3).

Tablo 4’te dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu puanlarının katılımcıların yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB)Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Yaş Grupları	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Dikkat Eksikliği	A-18-20 yaş	45	0,88	0,56	1,26	0,288
	B-21-22 yaş	27	1,00	0,57		
	C-23 yaş ve üstü	30	0,76	0,56		
Hiperaktivite	A-18-20 yaş	45	1,08	0,54	0,50	0,610
	B-21-22 yaş	27	1,19	0,48		
	C-23 yaş ve üstü	30	1,05	0,57		
DEHB	A-18-20 yaş	45	0,98	0,51	0,99	0,374
	B-21-22 yaş	27	1,09	0,46		
	C-23 yaş ve üstü	30	0,91	0,51		

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite ölçek ve alt boyut puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 4).

Tablo 5'te dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu puanlarının katılımcıların herhangi bir işte çalışma durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 5. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB)Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Çalışma Durumu	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Dikkat Eksikliği	Çalışıyor	21	0,78	0,54	-0,88	0,378
	Çalışmıyor	81	0,90	0,57		
Hiperaktivite	Çalışıyor	21	1,19	0,55	0,88	0,380
	Çalışmıyor	81	1,08	0,53		
DEHB	Çalışıyor	21	0,98	0,47	-0,03	0,978
	Çalışmıyor	81	0,99	0,50		

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite ölçek ve alt boyut puanlarının herhangi bir işte çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 5).

Tablo 6'da dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu puanlarının katılımcıların gelir durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 6. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB)Puanlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Gelir Durumu	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Dikkat Eksikliği	A-1000TL ve altı	30	0,85	0,48	0,68	0,510
	B-1000-3000TL	44	0,95	0,64		
	C-3000TL üstü	28	0,79	0,51		
Hiperaktivite	A-1000TL ve altı	30	1,03	0,48	0,67	0,516
	B-1000-3000TL	44	1,09	0,58		
	C-3000TL üstü	28	1,19	0,51		
DEHB	A-1000TL ve altı	30	0,94	0,43	0,21	0,814
	B-1000-3000TL	44	1,02	0,57		
	C-3000TL üstü	28	0,99	0,43		

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite ölçek ve alt boyut puanlarının gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 6).

Tablo 7’de dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu puanlarının katılımcıların internet kullanım süresine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 7. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB)Puanlarının  
Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılmasına ANOVA  
Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Günlük İnternet Kullanım Süresi	N	$\bar{X}$	SS	F	p	Anamlı Fark
Dikkat Eksikliği	A-3 saatten az	11	0,97	0,49	1,38	0,254	
	B-3-6 saat	44	0,83	0,57			
	C-6-8 saat	37	0,82	0,46			
	D-8 saatten fazla	10	1,19	0,86			
Hiperaktivite	A-3 saatten az	11	1,26	0,63	1,71	0,171	
	B-3-6 saat	44	1,03	0,55			
	C-6-8 saat	37	1,06	0,45			
	D-8 saatten fazla	10	1,39	0,60			
DEHB	A-3 saatten az	11	1,11	0,51	1,86	0,141	
	B-3-6 saat	44	0,93	0,52			
	C-6-8 saat	37	0,94	0,38			
	D-8 saatten fazla	10	1,29	0,69			

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite ölçek ve alt boyut puanlarının günlük internet kullanım süresine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 7).

#### 4.3. Kişilik Özellikleri Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçları

Tablo 8’de kişilik özellikleri puanlarının katılımcıların cinsiyetine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 8. Kişilik Özellikleri Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Dışa Dönüklük	Kadın	44	3,39	0,75	1,54	0,128
	Erkek	58	3,16	0,77		
Duygusal Dengesizlik	Kadın	44	2,99	0,69	1,33	0,187
	Erkek	58	2,80	0,70		
Uyumluluk	Kadın	44	3,55	0,51	0,46	0,650
	Erkek	58	3,50	0,56		
Sorumluluk	Kadın	44	3,41	0,70	0,08	0,935
	Erkek	58	3,40	0,68		
Değişime Açıklık	Kadın	44	3,70	0,51	0,18	0,858
	Erkek	58	3,68	0,57		

Kişilik ölçeklerine ait puanların cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 8).

Tablo 9'daki kişilik özellikleri puanlarının katılımcıların yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 9. Kişilik Özellikleri Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Yaş Grupları	N	$\bar{X}$	SS	F	p	Anlamlı Fark
Dışa Dönüklük	A-18-20 yaş	45	3,28	0,75	0,09	0,915	
	B-21-22 yaş	27	3,29	0,74			
	C-23 yaş ve üstü	30	3,21	0,84			
Duygusal Dengesizlik	A-18-20 yaş	45	2,80	0,71	1,07	0,347	
	B-21-22 yaş	27	2,85	0,67			
	C-23 yaş ve üstü	30	3,03	0,70			
Uyumluluk	A-18-20 yaş	45	3,50	0,63	0,05	0,950	
	B-21-22 yaş	27	3,54	0,45			
	C-23 yaş ve üstü	30	3,53	0,48			
Sorumluluk	A-18-20 yaş	45	3,42	0,68	1,97	0,145	
	B-21-22 yaş	27	3,21	0,72			
	C-23 yaş ve üstü	30	3,56	0,65			
Değişime Açıklık	A-18-20 yaş	45	3,88	0,50	5,65	<b>0,005</b>	<b>A&gt;B,C</b>
	B-21-22 yaş	27	3,53	0,55			
	C-23 yaş ve üstü	30	3,55	0,52			

Değişime açıklık kişilik özelliğine ait puanların yaş gruplarına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $F=5,65$ ;  $p<0,05$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre 18-20 yaş grubu katılımcıların değişime açık kişilik özelliği puanları, 21-22 yaş ve 23 yaş ve üstü katılımcıların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir (Tablo 9).

Tablo 10’da kişilik özellikleri puanlarının katılımcıların herhangi bir işte çalışma durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 10. Kişilik Özellikleri Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Çalışma Durumu	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Dışa Dönüklük	Çalışıyor	21	3,28	0,90	0,12	0,907
	Çalışmıyor	81	3,26	0,73		
Duygusal Dengesizlik	Çalışıyor	21	2,88	0,82	-0,05	0,964
	Çalışmıyor	81	2,88	0,67		
Uyumluluk	Çalışıyor	21	3,72	0,52	1,96	0,053
	Çalışmıyor	81	3,47	0,54		
Sorumluluk	Çalışıyor	21	3,65	0,81	1,86	0,066
	Çalışmıyor	81	3,34	0,64		
Değişime Açıklık	Çalışıyor	21	3,84	0,59	1,41	0,163
	Çalışmıyor	81	3,65	0,52		

Kişilik ölçeklerine ait puanların herhangi bir işte çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 10).

Tablo 11’de kişilik özellikleri puanlarının katılımcıların gelir durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 11. Kişilik Özellikleri Puanlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Gelir Durumu	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Dışa Dönüklük	A-1000TL ve altı	30	3,18	0,63	0,33	0,717
	B-1000-3000TL	44	3,32	0,75		
	C-3000TL üstü	28	3,26	0,92		
Duygusal Dengesizlik	A-1000TL ve altı	30	2,90	0,73	0,28	0,753
	B-1000-3000TL	44	2,82	0,65		
	C-3000TL üstü	28	2,95	0,75		
Uyumluluk	A-1000TL ve altı	30	3,56	0,56	0,37	0,694
	B-1000-3000TL	44	3,46	0,52		
	C-3000TL üstü	28	3,56	0,55		
Sorumluluk	A-1000TL ve altı	30	3,29	0,68	2,09	0,129
	B-1000-3000TL	44	3,34	0,66		
	C-3000TL üstü	28	3,63	0,72		
Değişime Açıklık	A-1000TL ve altı	30	3,81	0,49	1,08	0,345
	B-1000-3000TL	44	3,67	0,52		
	C-3000TL üstü	28	3,61	0,61		

Kişilik özellikleri puanlarının gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 11).

Tablo 12’de kişilik özellikleri puanlarının katılımcıların internet kullanım süresine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 12. Kişilik Özellikleri Puanlarının Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Günlük İnternet Kullanım Süresi	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Dışa Dönüklük	A-3 saatten az	11	2,99	0,46	0,65	0,588
	B-3-6 saat	44	3,34	0,81		
	C-6-8 saat	37	3,24	0,74		
	D-8 saatten fazla	10	3,31	0,96		
Duygusal Dengesizlik	A-3 saatten az	11	2,91	0,92	0,43	0,733
	B-3-6 saat	44	2,84	0,69		
	C-6-8 saat	37	2,86	0,69		
	D-8 saatten fazla	10	3,11	0,50		
Uyumluluk	A-3 saatten az	11	3,40	0,42	1,15	0,332
	B-3-6 saat	44	3,52	0,55		
	C-6-8 saat	37	3,48	0,54		
	D-8 saatten fazla	10	3,80	0,57		
Sorumluluk	A-3 saatten az	11	3,36	0,59	2,65	0,053
	B-3-6 saat	44	3,51	0,69		
	C-6-8 saat	37	3,44	0,65		
	D-8 saatten fazla	10	2,86	0,74		
Değişime Açıklık	A-3 saatten az	11	3,46	0,60	0,90	0,445
	B-3-6 saat	44	3,76	0,52		
	C-6-8 saat	37	3,67	0,55		
	D-8 saatten fazla	10	3,71	0,53		

Kişilik özellikleri puanlarının günlük internet kullanım süresine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 12).

#### 4.4. Benlik Saygısı Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçları

Tablo 13'te benlik saygısı puanlarının katılımcıların cinsiyetine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 13. Benlik Saygısı Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Benlik saygısı*	Kadın	44	1,29	0,74	-0,40	0,690
	Erkek	58	1,35	0,77		
Kendilik kavramının sürekliliği*	Kadın	44	3,73	1,11	1,68	0,096
	Erkek	58	3,34	1,16		
İnsanlara güven duyma*	Kadın	44	1,68	0,80	0,16	0,873
	Erkek	58	1,66	0,85		
Eleştiriye duyarlık	Kadın	44	1,84	1,18	2,98	<b>0,004</b>
	Erkek	58	1,17	1,08		
Depresif duygulanım	Kadın	44	1,86	1,50	-0,89	0,374
	Erkek	58	2,14	1,56		
Hayalperestlik	Kadın	44	1,86	1,59	1,29	0,201
	Erkek	58	1,50	1,26		
Psikosomatik belirtiler	Kadın	44	3,50	2,67	1,40	0,164
	Erkek	58	2,76	2,62		
Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme	Kadın	44	1,14	1,03	0,93	0,354
	Erkek	58	0,95	1,00		
Tartışmalara katılabilme derecesi	Kadın	44	0,66	0,78	-2,30	<b>0,024</b>
	Erkek	58	1,02	0,78		
Ana-baba ilgisi*	Kadın	44	1,18	1,43	-1,55	0,125
	Erkek	58	1,66	1,60		
Babayla ilişki	Kadın	44	1,70	1,65	3,27	<b>0,001</b>
	Erkek	58	0,84	0,99		
Psişik izolasyon	Kadın	44	0,86	0,80	-1,91	0,059
	Erkek	58	1,17	0,82		

\* Yüksek puan olumsuzluk veya azlığı ifade eder.

Benlik saygısı ölçeğinin “eleştiriye duyarlılık” ( $t=2,98$ ;  $p<0,05$ ), “tartışmalara katılabilme derecesi” ( $t=-2,30$ ;  $p<0,05$ ) ve “babayla ilişki” ( $t=3,27$ ;  $p<0,05$ ) alt ölçek puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edildi. Kadın katılımcıların eleştiriye duyarlılık ve babayla ilişki düzeyleri, erkek katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Erkek katılımcıların tartışmalara katılabilme derecesi, kadın katılımcılara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir (Tablo 13).

Tablo 14’te benlik saygısı puanlarının katılımcıların yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 14. Benlik Saygısı Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Yaş Grupları	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Benlik saygısı*	A-18-20 yaş	45	1,27	0,65	0,55	0,581
	B-21-22 yaş	27	1,28	0,91		
	C-23 yaş ve üstü	30	1,45	0,76		
Kendilik kavramının sürekliliği*	A-18-20 yaş	45	3,53	1,18	0,21	0,809
	B-21-22 yaş	27	3,59	1,01		
	C-23 yaş ve üstü	30	3,40	1,25		
İnsanlara güven duyma*	A-18-20 yaş	45	1,76	0,74	3,05	0,052
	B-21-22 yaş	27	1,85	0,99		
	C-23 yaş ve üstü	30	1,37	0,72		
Eleştiriye duyarlık	A-18-20 yaş	45	1,24	1,11	1,65	0,198
	B-21-22 yaş	27	1,52	1,28		
	C-23 yaş ve üstü	30	1,73	1,11		
Depresif duygulanım	A-18-20 yaş	45	2,09	1,58	1,05	0,353
	B-21-22 yaş	27	1,67	1,27		
	C-23 yaş ve üstü	30	2,23	1,68		
Hayalperestlik	A-18-20 yaş	45	1,87	1,44	1,01	0,367
	B-21-22 yaş	27	1,59	1,53		
	C-23 yaş ve üstü	30	1,40	1,28		
Psikosomatik belirtiler	A-18-20 yaş	45	2,89	2,57	0,32	0,729
	B-21-22 yaş	27	3,41	3,02		
	C-23 yaş ve üstü	30	3,07	2,50		
Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme	A-18-20 yaş	45	0,87	0,92	1,15	0,319
	B-21-22 yaş	27	1,22	1,15		
	C-23 yaş ve üstü	30	1,10	0,99		
Tartışmalara katılabilme derecesi	A-18-20 yaş	45	0,91	0,87	0,23	0,792
	B-21-22 yaş	27	0,78	0,75		
	C-23 yaş ve üstü	30	0,87	0,73		
Ana-baba ilgisi*	A-18-20 yaş	45	1,47	1,52	0,22	0,803
	B-21-22 yaş	27	1,30	1,41		
	C-23 yaş ve üstü	30	1,57	1,72		
Babayla ilişki	A-18-20 yaş	45	1,07	1,23	0,54	0,584
	B-21-22 yaş	27	1,41	1,53		
	C-23 yaş ve üstü	30	1,27	1,46		
Psişik izolasyon	A-18-20 yaş	45	1,13	0,87	0,53	0,593
	B-21-22 yaş	27	0,96	0,71		
	C-23 yaş ve üstü	30	0,97	0,85		

\* Yüksek puan olumsuzluk veya azlığı ifade eder.

Benlik saygısı ölçek ve alt boyut puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 14).

Tablo 15'te benlik saygısı puanlarının katılımcıların herhangi bir işte çalışma durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 15. Benlik Saygısı Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Çalışma Durumu	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Benlik saygısı*	Çalışıyor	21	1,20	0,57	-0,82	0,414
	Çalışmıyor	81	1,36	0,80		
Kendilik kavramının sürekliliği*	Çalışıyor	21	2,86	1,39	-3,04	<b>0,003</b>
	Çalışmıyor	81	3,68	1,02		
İnsanlara güven duyma*	Çalışıyor	21	1,62	0,74	-0,30	0,768
	Çalışmıyor	81	1,68	0,85		
Eleştiriye duyarlık	Çalışıyor	21	1,24	1,18	-0,98	0,329
	Çalışmıyor	81	1,52	1,16		
Depresif duygulanım	Çalışıyor	21	1,86	1,62	-0,54	0,589
	Çalışmıyor	81	2,06	1,52		
Hayalperestlik	Çalışıyor	21	1,43	1,12	-0,83	0,410
	Çalışmıyor	81	1,72	1,49		
Psikosomatik belirtiler	Çalışıyor	21	3,05	2,31	-0,06	0,953
	Çalışmıyor	81	3,09	2,75		
Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme	Çalışıyor	21	0,95	0,86	-0,39	0,697
	Çalışmıyor	81	1,05	1,05		
Tartışmalara katılabilme derecesi	Çalışıyor	21	1,05	0,80	1,20	0,234
	Çalışmıyor	81	0,81	0,79		
Ana-baba ilgisi*	Çalışıyor	21	1,67	1,93	0,72	0,474
	Çalışmıyor	81	1,40	1,43		
Babayla ilişki	Çalışıyor	21	1,29	1,38	0,26	0,795
	Çalışmıyor	81	1,20	1,38		
Psişik izolasyon	Çalışıyor	21	1,00	0,77	-0,24	0,807
	Çalışmıyor	81	1,05	0,84		

\* Yüksek puan olumsuzluk veya azlığı ifade eder.

Benlik saygısı ölçeğinin “kendilik kavramının sürekliliği” alt boyut puanlarının herhangi bir işte çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edildi ( $t=-3,04$ ;  $p<0,05$ ). Herhangi bir işte çalışmayan katılımcıların kendilik kavramının sürekliliği puanları, herhangi bir işte çalışan katılımcıların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Yüksek puan olumsuzluk ifade ettiğinden herhangi bir işte çalışmayan katılımcıların kendilik kavramı sürekliliğinin, çalışanlara göre daha az olduğu tespit edilmiştir (Tablo 15).

Tablo 16’da benlik saygısı puanlarının katılımcıların gelir durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 16. Benlik Saygısı Puanlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Gelir Durumu	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Benlik saygısı*	A-1000TL ve altı	30	1,33	0,67	0,03	0,975
	B-1000-3000TL	44	1,33	0,89		
	C-3000TL üstü	28	1,30	0,62		
Kendilik kavramının sürekliliği*	A-1000TL ve altı	30	3,87	0,90	2,71	0,071
	B-1000-3000TL	44	3,48	1,07		
	C-3000TL üstü	28	3,18	1,42		
İnsanlara güven duyma*	A-1000TL ve altı	30	1,77	0,86	0,32	0,728
	B-1000-3000TL	44	1,64	0,84		
	C-3000TL üstü	28	1,61	0,79		
Eleştiriye duyarlık	A-1000TL ve altı	30	1,33	1,12	0,29	0,748
	B-1000-3000TL	44	1,55	1,23		
	C-3000TL üstü	28	1,46	1,14		
Depresif duygulanım	A-1000TL ve altı	30	2,10	1,32	0,56	0,573
	B-1000-3000TL	44	1,84	1,63		
	C-3000TL üstü	28	2,21	1,62		
Hayalperestlik	A-1000TL ve altı	30	1,77	1,33	0,13	0,882
	B-1000-3000TL	44	1,61	1,59		
	C-3000TL üstü	28	1,61	1,26		
Psikosomatik belirtiler	A-1000TL ve altı	30	2,70	2,42	0,43	0,649
	B-1000-3000TL	44	3,20	2,97		
	C-3000TL üstü	28	3,29	2,42		
Kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme	A-1000TL ve altı	30	0,80	1,06	2,00	0,140
	B-1000-3000TL	44	1,00	0,94		
	C-3000TL üstü	28	1,32	1,02		
Tartışmalara katılabilme derecesi	A-1000TL ve altı	30	0,93	0,83	0,25	0,783
	B-1000-3000TL	44	0,86	0,82		
	C-3000TL üstü	28	0,79	0,74		
Ana-baba ilgisi*	A-1000TL ve altı	30	1,30	1,37	1,35	0,263
	B-1000-3000TL	44	1,30	1,39		
	C-3000TL üstü	28	1,86	1,88		
Babayla ilişki	A-1000TL ve altı	30	1,47	1,50	0,77	0,465
	B-1000-3000TL	44	1,16	1,38		
	C-3000TL üstü	28	1,04	1,23		
Psişik izolasyon	A-1000TL ve altı	30	0,97	0,89	0,57	0,569
	B-1000-3000TL	44	1,00	0,81		
	C-3000TL üstü	28	1,18	0,77		

\* Yüksek puan olumsuzluk veya azlığı ifade eder.

Benlik saygısı ölçek ve alt boyut puanlarının gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 16).

Tablo 17’de benlik saygısı puanlarının katılımcıların internet kullanım süresine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 17. Benlik Saygısı Puanlarının Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

Alt Boyutlar	Günlük İnternet Kullanım Süresi	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Benlik Saygısı*	A-3 saatten az	11	1,10	0,53	2,24	0,089
	B-3-6 saat	44	1,20	0,71		
	C-6-8 saat	37	1,40	0,72		
	D-8 saatten fazla	10	1,80	1,12		
Kendilik Kavramının Sürekliliği*	A-3 saatten az	11	3,55	1,57	0,21	0,887
	B-3-6 saat	44	3,43	1,09		
	C-6-8 saat	37	3,62	1,11		
	D-8 saatten fazla	10	3,40	1,17		
İnsanlara Güven Duyuma*	A-3 saatten az	11	1,36	0,67	1,09	0,359
	B-3-6 saat	44	1,64	0,84		
	C-6-8 saat	37	1,70	0,85		
	D-8 saatten fazla	10	2,00	0,82		
Eleştiriye Duyarlık	A-3 saatten az	11	0,82	0,98	1,54	0,210
	B-3-6 saat	44	1,50	1,13		
	C-6-8 saat	37	1,65	1,18		
	D-8 saatten fazla	10	1,30	1,34		
Depresif Duygulanım	A-3 saatten az	11	1,82	1,72	0,19	0,905
	B-3-6 saat	44	1,98	1,64		
	C-6-8 saat	37	2,05	1,39		
	D-8 saatten fazla	10	2,30	1,57		
Hayalperestlik	A-3 saatten az	11	1,27	1,49	2,25	0,087
	B-3-6 saat	44	1,61	1,40		
	C-6-8 saat	37	1,54	1,30		
	D-8 saatten fazla	10	2,70	1,57		
Psikosomatik Belirtiler	A-3 saatten az	11	3,45	3,11	1,84	0,145
	B-3-6 saat	44	2,70	2,47		
	C-6-8 saat	37	2,95	2,46		
	D-8 saatten fazla	10	4,80	3,29		
Kişilerarası İlişkilerde Tehdit Hissetme	A-3 saatten az	11	1,09	0,70	0,58	0,631
	B-3-6 saat	44	0,91	0,91		
	C-6-8 saat	37	1,19	1,15		
	D-8 saatten fazla	10	0,90	1,20		
Tartışmalara Katılabilme Derecesi	A-3 saatten az	11	0,91	0,83	0,42	0,741
	B-3-6 saat	44	0,91	0,77		
	C-6-8 saat	37	0,86	0,79		
	D-8 saatten fazla	10	0,60	0,97		
Ana-Baba İlgisi*	A-3 saatten az	11	2,27	1,79	1,69	0,175
	B-3-6 saat	44	1,55	1,49		
	C-6-8 saat	37	1,14	1,25		
	D-8 saatten fazla	10	1,30	2,21		
Babayla İlişki	A-3 saatten az	11	0,91	1,04	2,12	0,102
	B-3-6 saat	44	1,07	1,17		
	C-6-8 saat	37	1,22	1,29		
	D-8 saatten fazla	10	2,20	2,35		
Psşik İzolasyon	A-3 saatten az	11	1,09	0,83	0,35	0,787
	B-3-6 saat	44	1,09	0,86		
	C-6-8 saat	37	1,03	0,80		
	D-8 saatten fazla	10	0,80	0,79		

\* Yüksek puan olumsuzluk veya azlığı ifade eder.

Benlik saygısı ölçek ve alt boyut puanlarının günlük internet kullanım süresine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 17).

#### 4.5. İnternet Bağımlılığı Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçları

Tablo 18’de internet bağımlılığı puanlarının katılımcıların cinsiyetine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 18. İnternet Bağımlılığı Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları**

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	t	p
Kadın	44	27,95	10,43	-0,95	0,343
Erkek	58	29,62	7,24		

İnternet bağımlılığı ölçek puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 18).

Tablo 19’da internet bağımlılığı puanlarının katılımcıların yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 19. İnternet Bağımlılığı Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

Yaş Grupları	N	$\bar{X}$	SS	F	p
A-18-20 yaş	45	30,02	8,27		
B-21-22 yaş	27	30,07	10,41	2,12	0,125
C-23 yaş ve üstü	30	26,17	7,41		

İnternet bağımlılığı ölçek puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 19).

Tablo 20’de internet bağımlılığı puanlarının katılımcıların herhangi bir işte çalışma durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 20. İnternet Bağımlılığı Puanlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları**

<b>Çalışma Durumu</b>	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>SS</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Çalışıyor	21	27,52	7,86	-0,81	0,421
Çalışmıyor	81	29,26	8,98		

İnternet bağımlılığı ölçek puanlarının herhangi bir işte çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 20).

Tablo 21’de internet bağımlılığı puanlarının katılımcıların gelir durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 21. İnternet Bağımlılığı Puanlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

<b>Gelir Durumu</b>	<b>N</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>SS</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
A-1000TL ve altı	30	28,57	6,71		
B-1000-3000TL	44	30,09	10,23	0,84	0,434
C-3000TL üstü	28	27,39	8,16		

İnternet bağımlılığı ölçek puanlarının gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 21).

Tablo 22’de internet bağımlılığı puanlarının katılımcıların internet kullanım süresine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 22. İnternet Bağımlılığı Puanlarının Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Karşılaştırılmasına ANOVA Testi Sonuçları**

Günlük İnternet Kullanım Süresi	N	$\bar{X}$	SS	F	p	Anlamlı Fark
A-3 saatten az	11	26,91	7,46			D>A,B,C
B-3-6 saat	44	27,45	8,15	3,04	0,033	
C-6-8 saat	37	29,27	8,19			
D-8 saatten fazla	10	36,10	11,78			

İnternet bağımlılığı ölçek puanlarının günlük internet kullanım süresine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $F=3,04$ ;  $p<0,05$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre interneti günlük 8 saatten fazla kullanan katılımcıların internet bağımlılık puanı, interneti günlük 8 saatten az kullanan katılımcıların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir (Tablo 22).

#### **4.6. Dikkat Eksikliği, Kişilik Özellikleri, Benlik Saygısı ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkiye Ait Sonuçlar**

Tablo 23'te değişkenler arasındaki ilişkiye ait Pearson korelasyon testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 23. COPE Başa Çıkma Tutumları ile Benlik Saygısı Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları**

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16 <sup>1</sup>	17 <sup>1</sup>	18 <sup>1</sup>	19	20	21
1. Dikkat Eksikliği	0,64**	0,91*	0,02	0,40*	-0,18	-0,67**	-0,19	0,38*	0,14	0,1	0,20*	0,28*	0,18	0,58*	0,05	-0,08	0,1	0,00	0,04	0,60*
2. Hiperaktivite	1	0,90*	0,19	0,36*	-0,05	-0,45**	-0,01	0,32*	0,11	0,1	0,15	0,23*	0,18	0,55*	0,15	-0,01	0,1	0,05	0,01	0,40*
3. DEHB		1	0,09	0,42*	-0,13	-0,62**	-0,11	0,39*	0,14	0,1	0,20*	0,28*	0,20*	0,63*	0,11	-0,05	0,1	0,02	0,03	0,56*
4. Dışa Dönüklük			1	-0,17	0,19	0,17	0,37*	-0,02	-0,10	0,0	0,03	-	0,04	0,16	-0,10	0,04	0,0	0,05	0,29*	-
5. Duygusal Dengesizlik				1	-	-0,23*	-0,17	0,45*	0,19	0,0	0,27*	0,46*	0,19	0,37*	0,14	-0,01	0,1	-0,06	0,21*	0,24*
6. Uyumluluk					1	0,27**	0,13	-0,13	0,03	0,0	-0,02	0,22*	0,03	-0,08	0,05	0,21*	0,2	-0,04	0,31*	-0,08
7. Sorumluluk						1	0,31*	-0,17	-0,06	0,0	-0,05	-0,08	-0,13	0,32*	-0,06	0,13	0,1	-0,07	-0,19	0,46*
8. Değişime Açıklık							1	-0,04	0,00	0,0	-0,03	0,00	0,34*	-0,08	-0,14	0,23*	0,0	0,02	0,03	-
9. Benlik Saygısı*								1	0,32**	0,1	0,25*	0,58*	0,21*	0,32*	0,11	-0,03	0,1	-0,10	0,13	0,29*
10. Kendilik Kavramının Sürekliliği*									1	0,1	0,27*	0,42*	0,23*	0,18	0,20*	-0,14	0,0	-0,06	0,16	0,25*
11. İnsanlara Güven Duyma*										1	0,06	0,13	0,01	0,01	0,14	-0,10	0,1	-0,01	0,15	0,29*
12. Eleştiriye Duyarlık											1	0,19	0,12	0,11	0,40*	-0,14	0,0	-0,04	-0,04	0,18*
13. Depresif Duygulanım												1	0,23*	0,30*	0,14	0,12	0,1	-	0,39*	0,32*
14. Hayalperestlik													1	0,30*	0,30*	-0,06	0,0	0,17	0,13	0,25*
15. Psikosomatik Belirtiler														1	0,14	-0,08	0,1	-0,04	0,10	0,42*
16. Kişilerarası İlişkilerde Tehdit Hissetme															1	0,36*	0,1	-0,10	0,19	0,20*
17. Tartışmalara Katılabilme Derecesi																1	0,0	0,03	-0,08	-0,13
18. Ana-Baba İlgisi*																	1	0,37*	0,24*	0,18*
19. Babayla İlişki																		1	0,27*	-0,08
20. Psikişik İzolasyon																			1	0,24*
<b>21. İNTERNET BAĞIMLILIĞI</b>																				1

<sup>1</sup>Yüksek puan olumsuzluk veya azlığı ifade eder.

\* p<0,05

\*\*p<0,01

Dikkat eksikliği ( $r=0,60$ ;  $p<0,05$ ), hiperaktivite ( $r=0,40$ ;  $p<0,05$ ) alt boyut puanları ve DEHB ölçek puanı ( $r=0,56$ ;  $p<0,05$ ) ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Dikkat eksikliği ve hiperaktivite düzeyi yüksek bireylerin internet bağımlılığı da yüksek düzeydedir (Tablo 23).

Dışa dönüklük ( $r=-0,15$ ;  $p<0,05$ ), sorumluluk ( $r=-0,46$ ;  $p<0,05$ ) ve değişime açıklık ( $r=-0,17$ ;  $p<0,05$ ) kişilik puanları ve internet bağımlılığı arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki; duygusal dengesizlik ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki ( $r=0,24$ ;  $p<0,05$ ) olduğu tespit edilmiştir. Dışa dönük, sorumlu ve değişime açık bireylerin internet bağımlılığı düşük düzeyde; duygusal olarak dengesiz kişiliğe sahip bireylerin internet bağımlılığı yüksek düzeydedir (Tablo 23).

Benlik saygısı\* ( $r=0,29$ ;  $p<0,05$ ), kendilik kavramının sürekliliği\* ( $r=0,25$ ;  $p<0,05$ ), insanlara güven duyma\* ( $r=0,29$ ;  $p<0,05$ ), eleştiriye duyarlık ( $r=0,18$ ;  $p<0,05$ ), depresif duygulanım ( $r=0,32$ ;  $p<0,05$ ), hayalperestlik ( $r=0,25$ ;  $p<0,05$ ), psikosomatik belirtiler ( $r=0,42$ ;  $p<0,05$ ), kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme ( $r=0,20$ ;  $p<0,05$ ), anne-baba ilgisi\* ( $r=0,18$ ;  $p<0,05$ ) ve psişik izolasyon ( $r=0,24$ ;  $p<0,05$ ) puanları ve internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Benlik saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güven duyma ve anne-baba ilgisi yüksek bireylerin internet bağımlılığı düşük düzeyde (\*: düşük puan olumludur); eleştiriye duyarlı, depresif duygulanımı olan, hayalperest, psikosomatik belirtiler gösteren, kişilerarası ilişkilerde tehdit hisseden ve psişik izolasyon yaşayan bireylerin internet bağımlılığı yüksek düzeydedir (Tablo 23).

Tablo 24'te dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, kişilik özellikleri ve benlik saygısının internet bağımlılığı üzerindeki etkisine ait çoklu regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 24. İnternet Bağımlılığının Yordanmasına Ait Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları**

Bağımsız Değişkenler	B	SH <sub>B</sub>	β	t	p
Sabit	23,548	10,288		2,289	0,025
Dikkat Eksikliği	7,277	2,232	0,468	3,261	<b>0,002</b>
Hiperaktivite	0,496	1,927	0,030	0,257	0,797
Dışa Dönüklük	-0,904	1,136	-0,079	-0,795	0,429
Duygusal Dengesizlik	-1,453	1,307	-0,116	-1,112	0,269
Uyumluluk	1,015	1,545	0,063	0,657	0,513
Sorumluluk	-0,48	1,58	-0,04	-0,30	0,763
Değişime Açıklık	-1,62	1,76	-0,10	-0,92	0,358
Benlik Saygısı*	-0,13	1,21	-0,01	-0,11	0,915
Kendilik Kavramının Sürekliliği*	0,49	0,70	0,06	0,71	0,482
İnsanlara Güven Duyma*	1,91	0,88	0,18	2,17	<b>0,033</b>
Eleştiriye Duyarlık	0,38	0,71	0,05	0,54	0,592
Depresif Duygulanım	0,26	0,70	0,04	0,37	0,716
Hayalperestlik	0,88	0,66	0,14	1,34	0,183
Psikosomatik Belirtiler	0,29	0,36	0,09	0,78	0,435
Kişilerarası İlişkilerde Tehdit Hissetme	0,16	0,90	0,02	0,18	0,861
Tartışmalara Katılabilme Derecesi	0,21	1,03	0,02	0,20	0,840
Ana-Baba İlgisi*	-0,08	0,52	-0,01	-0,15	0,884
Babayla İlişki	-0,31	0,60	-0,05	-0,51	0,608
Psikişik İzolasyon	1,56	1,10	0,15	1,42	0,160
R=0,710 R <sup>2</sup> =0,505DR <sup>2</sup> =0,390					
F <sub>(19;101)</sub> =4,399 p=0,000					

<sup>1</sup>Yüksek puan olumsuzluk veya azlığı ifade eder.

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, kişilik özellikleri ve benlik saygısı ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi gösteren modelin uygun olduğu görülmektedir (F<sub>(19;101)</sub>=4,409; p<0,05). Bağımsız değişkenler birlikte, internet bağımlılığı değişkenindeki toplam varyansın yaklaşık %39'unu açıklamaktadır (ΔR<sup>2</sup>=0,390).

Regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin t testi sonucu incelendiğinde insanlara güven duyma değişkeninin, internet bağımlılığı üzerinde negatif yönlü\* ve anlamlı etkiye sahip olduğu (β=0,18; t=2,17; p<0,05); diğer değişkenlerin tek başına anlamlı etkiye sahip olmadıkları görülmektedir (Tablo 24).

*(İnsanlara güven duyma değişkeninin de düşük puan yüksek güven duygusu anlamı taşıdığından internet bağımlılığı ile arasındaki pozitif yönlü ilişki negatif etkiyi göstermektedir.)*

## BÖLÜM V- TARTIŞMA VE YORUM, SONUÇ, ÖNERİLER

### 5.1. Betimsel İstatistik Sonuçlarına İlişkin Tartışma

Yetişkinlerde problemlili internet kullanımı ve internet bağımlılığını yordayan faktörlerin incelendiği bu çalışmada katılımcıların dikkat eksikliği belirtilerinin düşük, hiperaktivite bozukluğu belirtilerinin orta düzeyde olduğu bulgusu elde edilmiştir. Yenciun (2018) 18 yaş üstü üniversite öğrencilerinde dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu belirtilerinin orta düzeyde olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Badem (2018), Arz (2018), Özcan (2018), Çınar (2017) üniversite öğrencilerinde; Aslan (2018) üniversite mezunu yetişkinlerde dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu belirtilerinin düşük düzeyde olduğu sonuçlarını elde etmişlerdir. Bu çalışmadan elde edilen bulgular ile literatür bulgularının paralellik gösterdiği, DEHB tanısı olmayan yetişkinlerde dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu belirtilerinin düşük veya orta düzeyde olduğu sonuçları elde edilmiştir.

Katılımcıların en yüksek düzeyde görülen kişilik özellikleri sırasıyla değişime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk; en düşük düzeyde görülen kişilik özelliklerinin duygusal dengesizlik olduğu bulguları elde edilmiştir. Çınar (2017) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmada en yüksek düzeyde görülen kişilik özelliklerinin değişime açıklık, uyumluluk ve sorumluluk olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Karahan (2018) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmasında en yüksek düzeyde görülen kişilik özelliklerinin sorumluluk, gelişime açıklık ve dışa dönüklük olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Bu çalışmadan elde edilen bulgular ile literatür bulgularının paralellik gösterdiği, üniversite düzeyinde öğrenim gören yetişkinlerde duygusal dengesizliğin düşük; değişime açık, uyumlu ve sorumlu kişilik özelliklerinin daha yaygın olduğu sonuçları elde edilmiştir.

Benlik saygısının “orta düzeyde” olduğu bulguları elde edilmiştir. Çınar (2017) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmada benlik saygısını orta düzeyde olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Erkan (2019), Tohumcu (2018) 18-25 yaş grubu üniversite düzeyinde öğrenim gören katılımcılar ile gerçekleştirdikleri çalışmasında benlik saygısının orta düzeyde olduğu sonuçlarını elde etmişlerdir. Bu çalışma ile literatür bulgularının paralellik gösterdiği, üniversite düzeyinde öğrenim gören yetişkinlerin benlik saygısının genel olarak orta seviyede olduğu sonuçları elde edilmiştir.

Katılımcıların problemlili internet kullanımı ve internet bağımlılığının düşük düzeyde olduğu bulguları elde edilmiştir. Aslan (2018) üniversite mezunu yetişkinlerin internet bağımlılığını düşük düzeyde olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Mutlu (2018), Özan (2018), Çinar (2017), Baykal (2017) üniversite öğrencilerinin problemlili internet kullanımı ve internet bağımlılığının düşük düzeyde olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Bu çalışmadan elde edilen bulgular ile literatür bulguları paralellik gösterdiği, problemlili internet kullanımı ve internet bağımlılığının düşük düzeyde olduğu sonuçları elde edilmiştir.

### **5.2. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçlarına İlişkin Tartışma**

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite ölçek ve alt boyut puanlarının cinsiyet, yaş grupları, herhangi bir işte çalışma durum, gelir durumu ve günlük internet kullanım süresine göre anlamlı farklılık göstermediği bulguları elde edilmiştir. Çiçikçi (2018) çalışmasında dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ile yaş arasında anlamlı ilişki olmadığı sonuçlarını elde etmiştir. Yenciun (2018) 18 yaş üstü üniversite öğrencilerinde dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu belirtilerinin cinsiyet ve yaş ile ilişkili olmadığı sonuçlarını elde etmiştir. Badem (2018) üniversite öğrencilerinde dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu belirtilerinin cinsiyete, yaş gruplarına, herhangi bir işte çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği sonuçlarını elde etmiştir. Arz (2018), Özan (2018) üniversite öğrencilerinde dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu belirtilerinin cinsiyet ve çalışma durumu ile ilişkili olmadığı sonuçlarını elde etmiştir. Bu çalışma bulguları ile literatür bulgularının paralellik gösterdiği; dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu belirtilerinin cinsiyet, yaş, çalışma durumu, gelir durumu ve günlük internet kullanımından etkilenmediği sonuçları elde edilmiştir.

### **5.3. Kişilik Özellikleri Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçlarına İlişkin Tartışma**

Kişilik ölçeklerine ait puanların cinsiyete, çalışma durumuna, gelir düzeyine ve günlük internet kullanım süresine göre anlamlı farklılık göstermediği; değişime açıklık kişilik özelliğine ait puanların yaş gruplarına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulguları elde edilmiştir. Karagül (2018) yetişkinler ile gerçekleştirdiği çalışmasında kişilik özelliklerinin cinsiyet ile ilişkili olmadığı; dışa dönüklük, yumuşak başlılık, sorumluluk ve duygusal tutarsızlık kişilik özelliklerinin 20-24 ve 25-29 yaş grupları arasında anlamlı

farklılık göstermediği; gelişime açıklık kişilik özelliğinin anlamlı farklılık gösterdiği sonuçlarını elde etmiştir. Karahancı (2018) üniversite öğrencilerinin cinsiyeti ile kişilik özellikleri arasında anlamlı ilişki olmadığı sonuçlarını elde etmiştir. Bu çalışma bulguları ile literatür bulgularının paralellik gösterdiği; kişilik özelliklerinin cinsiyet, yaş, çalışma durumu, gelir durumu ile ilişkili olmadığı sonuçları elde edilmiştir.

#### **5.4. Benlik Saygısı Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçlarına İlişkin Tartışma**

Benlik saygısı ölçeğinin eleştiriye duyarlık, tartışmalara katılabilme derecesi, babayla ilişki alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği; kendilik kavramının sürekliliği alt boyut puanlarının herhangi bir işte çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği; benlik saygısı toplam puanlarının cinsiyete, yaş gruplarına, gelir durumuna, günlük internet kullanım süresine göre anlamlı farklılık göstermediği bulguları elde edilmiştir. Yıldız (2017), Aktaş ve arkadaşları (2018), Sevim ve Artan (2019) üniversite öğrencilerinde benlik saygısının cinsiyet ile ilişkili olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Erkan (2019) 18-25 yaş grubu üniversite düzeyinde öğrenim gören katılımcılar ile gerçekleştirdiği çalışmasında benlik saygısının cinsiyete, gelir düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği sonuçlarını elde etmiştir. Tohumcu (2018), Aydın (2018) çalışmalarında cinsiyet, internet kullanım süresi, gelir düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki olmadığı sonuçlarını elde etmiştir. Özdayı (2018) üniversite öğrencilerinde benlik saygısının yaş ve cinsiyet ile ilişkili olmadığı sonuçlarını elde etmiştir. Bu çalışma bulguları ile literatür bulgularının paralellik gösterdiği; eleştiriye duyarlık, tartışmalara katılabilme, babayla ilişkinin kültürel yapıyla ilişkili olarak erkeklerde daha yüksek olduğu; benlik saygısının yaş, çalışma durumu, gelir durumu ile ilişkili olmadığı sonuçları elde edilmiştir.

#### **5.5. İnternet Bağımlılığı Puanlarının Demografik Özelliklere Göre Karşılaştırma Sonuçlarına İlişkin Tartışma**

İnternet bağımlılığı ölçek puanlarının cinsiyet, yaş grupları, herhangi bir işte çalışma durumu, gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği; günlük internet kullanım süresine göre anlamlı farklılık gösterdiği, interneti günlük 8 saatten fazla kullanan katılımcıların internet bağımlılık düzeyinin, interneti günlük 8 saatten az kullanan katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulguları elde edilmiştir. Baykal (2017) lise öğrencilerinin cinsiyeti ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki olmadığı

sonuçlarını elde etmiştir. Aslan (2018) üniversite mezunu yetişkinlerin internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı ilişki olmadığı; 30 yaş altı yetişkinlerin internet bağımlılığının 30 yaş üzeri yetişkinlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Bu çalışmada öğrencilerin 30 yaş altında olması nedeniyle Aslan (2018) çalışması ile benzerlik gösterdiği söylenebilir. Mutlu (2018), Özan (2018), Alaçam (2012) üniversite öğrencilerinin yaşı, cinsiyeti, gelir düzeyi ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki olmadığı sonuçlarını elde etmiştir. Karahancı (2018), Erkan (2019), Çelik ve Odacı (2012) üniversite öğrencilerinin cinsiyeti ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki olmadığı sonuçlarını elde etmiştir. Gök (2017), Mei ve arkadaşları (2016) internet bağımlılığı ile cinsiyeti arasında anlamlı ilişki olmadığı sonuçlarını elde etmiştir. Zhou ve arkadaşları (2016) cinsiyet ve yaş ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki olduğu; gelir düzeyi ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki olmadığı sonuçlarını elde etmişlerdir. Baykal (2017), Saatçioğlu (2016), Gök (2017) lise öğrencileri ile gerçekleştirdikleri çalışmalarında; Alaçam (2012), Çelik ve Odacı (2012) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri çalışmalarında; Tohumcu (2018) yetişkinlerle gerçekleştirdiği çalışmasında internet kullanma süresi ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu sonuçlarını elde etmişlerdir. Bu çalışma bulguları ile literatür bulgularının paralellik gösterdiği; problemlı internet kullanımı ve internet bağımlılığının cinsiyet, yaş, çalışma durumu, gelir durumu ile ilişkili olmadığı; ancak günlük internet kullanım süresi fazla olanlarda problemlı internet kullanımı ve internet bağımlılığı düzeyinin daha yüksek olduğu sonuçları elde edilmiştir.

### **5.6. Dikkat Eksikliği, Kişilik Özellikleri, Benlik Saygısı ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkiye Ait Sonuçların Tartışılması**

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu belirtileri ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Aslan (2018) üniversite mezunu yetişkinlerin internet bağımlılığı ile dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu belirtileri arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Mutlu (2018), Özan (2018), Sağat (2017), Baykal (2017), Saatçioğlu (2016), Alaçam (2012), Zhou ve arkadaşları (2016), Wang ve arkadaşları (2017), Weinstein ve arkadaşları (2015) internet bağımlılığı ile dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu belirtileri arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu sonuçlarını elde etmiştir.

Dışa dönüklük, sorumluluk, değişime açıklık kişilik özellikleri ile internet bağımlılığı arasında negatif yönlü; duygusal dengesizlik ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu bulguları elde edilmiştir. Karagül (2018) çalışmasında dışa dönük, yumuşak başlı, sorumlu ve gelişime açık kişilik özellikleri ile internet bağımlılığı arasında negatif yönlü; duygusal tutarsızlık ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Karahancı (2018) üniversite öğrencilerinin sosyal ağlara bağımlılığı ile duygusal dengesizlik kişilik özellikleri arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu sonuçlarını elde etmiştir. Gök (2017), Zhou ve arkadaşları (2016), Saini ve arkadaşları (2016) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri çalışmalarında dışa dönüklük, sorumluluk, uyumluluk ile internet bağımlılığı arasında negatif yönlü; duygusal dengesizlik ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu sonuçlarını elde etmiştir.

Benlik saygısı ile internet bağımlılığı arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu bulguları elde edilmiştir. Sağat (2017), Erkan (2019), Tohumcu (2018), Aydın (2018), Yıldız (2017), Çelik ve Odacı (2012), Widyanto ve Griffiths (2011), Mei ve arkadaşları (2016), Bahrainian ve arkadaşları (2014) benlik saygısı ile internet bağımlılığı arasında negatif yönlü ilişki olduğu; benlik saygısı seviyesi düştükçe internet bağımlılığı seviyesinin arttığı sonuçlarını elde etmişlerdir.

## **5.7. Sonuç Ve Öneriler**

Bu çalışmada problemlerli internet kullanımı ve internet bağımlılığının yordayıcı değişkenlerin belirlenmesi amacıyla, benlik saygısı, beş faktör kişilik özellikleri, dikkat eksikliği hiperaktivite ölçekleri ile demografik veri formu kullanıldığı bir çalışma yürütülmüştür. Araştırma için seçilen tarama yöntemlerinin biyo-psiko-sosyal bakış açılarından her birine belirli ölçülerde yer verilerek, bütüncül bir bakış açısı sağlanması amaçlanmıştır.

Bu çoklu yaklaşımdan, sorunun daha çok biyolojik tarafını temsil eden dikkat eksikliği ve hiperaktivite verilerine baktığımızda, internet bağımlılığı ve DEHB arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Genel yaklaşım, DEHA bozukluğunun daha çok çocukluk çağına özgü bir problem olduğu, yetişkinlerde klinik olarak önem arz etmediği bir durum olarak ele alınması yönündedir. Güncel bazı yaklaşımlar ise DEHB semptomlarının özellikle dürtüsellik ve dikkat dağınıklığının yaşam boyu devam ettiği yönündedir. Araştırmada elde edilen bulgulara bakıldığında,

DEHB'nin yetişkinlerin internet bağımlılığı ve problemleri internet kullanımı geliştirme konusunda risk grubunda oldukları söylenebilir. Problemleri internet kullanımı davranışının kendisiyle mücadele etmenin yanı sıra dikkat ve dürtüsellik alanlarında da yapılabilecek desteklerin tedaviye ivme kazandıracağı, katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırma verilerine göre, internet bağımlılığı ile negatif yönde ilişkili bulunan değişkenler, sorumluluk, değişime açıklık ve dışa dönüklüktür. Dışa dönük kişilik özellikleri düşük olan bireylerin, sosyal fobi sosyal anksiyete ilişkisinin gösterildiği çalışmalar literatürde mevcuttur (Diener ve Lucas, 1999). Buradan hareketle bağımlılık semptomları gösteren kişilerin, sosyal ilişkilerin yorumlanması ve sosyal becerileri geliştirmeye yönelik yardım almalarının, internet kullanımıyla ilgili olumsuz tutumlarının çözümü konusunda etkisi olacağı düşünülebilir. Çalışmanın bir diğer bulgusu, problemleri internet kullanımı ve duygusal dengesizlik arasında bulunan pozitif ilişkidir. Duygusal dengesizlik diğer bir adıyla nevroz, gerçeği değerlendirme yeteneğinin yitirilmediği, bir anti sosyal davranış repertuarından söz edilmeyen kişinin psiko-sosyal stresörlere karşı sergilediği reaksiyondur (Güleç ve Cengiz, 2006). Duygusal dengesizlik aynı zamanda hipokondriyak belirtilerin huzursuzluk hissini ve devamında depresyona yatkın bir kişilik örgütlenmesini temsil eder (Bayat, 2003). Bu alanda yüksek skor alan kişilerin internet bağımlılığına olan yatkınlıkları muhtemel depresif durumların önüne geçme, kaygıyla kısmen başa çıkma, bedensel duyumlarla ilgili obsesif düşüncelerinden kaçınma gibi işlevlerine yönelik olduğu düşünülmektedir (Arısoy, 2009). Konuya ilişkin farkındalık kazanılması, internet bağımlılığı olarak beden bulan durumun geri planda destekleyicileriyle ilgili bir önlem alınması faydalı olacağı düşünülmektedir.

İnternet bağımlılığının ilişkili değişkenlerini belirlemeye yönelik yürütülen bu çalışmanın da gösterdiği üzere, kişilerin internete yönelme ve uzun ya da kısa vakit ayırma ya da özellikle tercih ettikleri kullanım alanları değişkenlik göstermektedir. Buradan hareketle oluşan bağımlılığın altında yatan dinamiklerinin belirlenmesi ve o alanla ilgili hangi ihtiyacın yerini kapladığına farklı bir açıdan bakılmasının durumun çözümüne yönelik olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Aktaş, A. (2006). Farklı Kültürlerdeki Yöneticilerin Kişilik Özelliklerine Dayanarak Liderlik Anlayışlarının Belirlenmesi: Türk ve Amerikan Otel Yöneticilerinin Karşılaştırılması Analizi. Antalya : Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü .
- Aktaş, M.C., Bulduk, B., Çelik, D. ve Ensarioğlu, K. (2018). Hemşirelik öğrencilerinde benlik saygısı ve empatik düzey arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre değerlendirilmesi. Hemşirelik Bilimi Dergisi, 1(3), 21-26.
- Alaçam, H. (2012). “Denizli Bölgesi Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Görülme Sıklığı ve Yetişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ile İlişkisi”, Tıpta Uzmanlık Tezi, Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Denizli.
- Anlı, İ. (2016). Internet Addiction In Terms of Psychiatry and Anti-Psychiatry. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 283-285.
- Anlı, İ. (2016). Psikiyatri ve Antipsikiyatri Açısından İnternet Bağımlılığı . *ADDICTA: THE TURKISH JOURNAL ON ADDICTIONS*, 283,284,285.
- APA. (1968). *American Psychiatric Association* . Washington : American Psychiatric Association .
- APA. (2000). *American Psychiatric Association* . Washington : American Psychiatric Association .
- APA. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Washington: American Psychiatric Association.
- Arısoy, Ö. (2009). Internet Addiction and Its Treatment . *Current Approaches in Psychiatri* , s. 55-67.
- Arntz, A. (2012). Schema Therapy for Cluster C Personality Disorders . *The Wiley-Blackwell Handbook of Schema Therapy* , s. 397-414.
- Arslan, Ü. (2018). “Dikkat Eksikliği ve Dürtüsellik Sosyal Medya Kullanımı ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ile Olan İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Arz, C.E. (2018). "Evli Bireylerde Evlilik Uyumunun Erişkinlerde Görülen Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ve Çocukluk Çağı Ruhsal Travma Düzeyleri ile İlişkisi", Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Avcioğlu, H. (2005). Etkinliklerle sosyal beceri öğretimi. ANKARA, TÜRKİYE: Kök Yayıncılık.

Aydın, B., & Sarı, V. (2011). Internet Addiction Among Adolescents: The Role of Self-Esteem . *Procedia Social and Behavioural Sciences*, 3500-3505.

Aydın, G. (2018). "Çocuklarda İnternet Bağımlılığı ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki", Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Bacanlı, H. (2012). *Sosyal Beceri Eğitimi* . Ankara: Pagem Akademi Yayıncılık .

Bacanlı, H., İlhan, T., & Aslan, S. (2009). Beş Faktör Kuramlarına Dayalı Bir Kişilik Ölçeğinin Geliştirilmesi . *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi* , s. 261-279.

Bacon, F. (2011). *Novum Organum*. İstanbul : Say Yayınları .

Badem, G. (2018). "Üniversite Öğrencilerinde Duygusal ve Bilişsel Zihin Kuramı Özelliklerinin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğuyla İlişkisinin İncelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Bahrainian, S.A., Alizadeh, K.H., Raeisoon, M.R., Gorji, O.H. andKhazae, A. (2014).Relationship of internet addiction with self-esteem and depression in university students.J PrevMedHyg, 55, 86-89.

Bayat, B. (2003). Bireylerin Benlik Algısı Sistemi ve Bu Sistemin Davranışlar Üzerindeki Rolü . *Kamu-İş*, s. 2-11.

Baykal, M. (2017). "Lise Öğrencilerinde Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu, İnternet Bağımlılığı ve Aleksitimi Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi", Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *CyberPsychology and Behavior* , s. 377-383.

- Beck, A. T., Freeman, A., & Davis, D. D. (2007). *Cognitive Therapy of Personality Disorders*. Guilford Press.
- Benet, M. V., & John, O. P. (1998). Multitrait Multimethod Analysis of the Big Five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, s. 729-750.
- Berber-Çelik, Ç., & Odacı, H. (2013). The Relationship Between Problematic Internet Use and Interpersonal Cognitive Distortions and Life Satisfaction in University Students. *Children Youth Services Review*, 505-508.
- Bono, J. E., Boles, T. L., Judge, T. A., & Lauver, K. (2002). The Role of Personality in Task and Relationship Conflict. *Journal of Personality*, s. 1311-1344.
- Boom, J., Wauters, H., & Keller, M. (2006). A Crossculture Validation of Stage Development: A Re-analysis of Longitudinal Socio-moral Reasoning Data. *Cognitive Development*, s. 213-229.
- Bornstein, R. F. (1992). Dependent Personality: Development, Social and Clinical Perspective. *Psychological Bulletin*, s. 112.
- Bornstein, R. F. (2004). Integrating Cognitive and Existential Treatment Strategies in Psychotherapy with Dependent Patients. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 293-309.
- Bölükbaşı, K. (2003). İnternet Cafeler ve İnternet Bağımlılığı Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma. Diyarbakır, Türkiye: Dicle Üniversitesi.
- Brooke, R. (2009). The Self, The Psyche and The World: A Phenomenological Interpretation. *The Journal of Analytical Psychology*, 601-618.
- Brown, J. D. (1998). *The Self*. Psychology Press.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet Use and Psychological Well-Being: Development of A Theory Based Cognitive Behavioral Measurement Instrument. *Computers in human Behavior*, 553-575.
- Ceyhan, E. (2008). Ergen Ruh Sağlığı Açısından Bir Risk Faktörü: İnternet Bağımlılığı. *Çocuk ve Ruh Sağlığı Dergisi*, s. 109-116.
- Ceylan, A. A., & Ceylan, E. (2009). Ergenlerde Problemler İnternet Kullanım Ölçeği Geliştirme Çalışmaları. *Çukurova Üniversitesi X. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 42.
- Costa, P., & McCrae, R. (1995). Domains and Facets: Hierarchical Personality Assessment Using the Revised Neo-Personality Inventory. *Journal of Personality Assessment*, s. 21-50.
- Costello, E., Mustillo, S., & Erkanlı, A. (2003). Prevalence and Development of Psychiatric Disorders in Childhood and Adolescent. *Arch Gen Psychiatry*, s. 837-844.

- Couldry, N. (2012). *Media, Society, World: Social Theory and Digital Media Practice*. Londra: Polity Press.
- Cüceloğlu, D. (1991). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul : Remzi Kitapevi .
- Çağır, G., & Gürkan, U. (2010). Lise ve Üniversite Öğrencilerinin Problemlerli İnternet Kullanım Düzeyleri ile Algılanan İyilik Halleri ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişki . *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* , 75-80.
- Çelik, Ç.B. ve Odacı, H. (2012). Kendilik algısı ve benlik saygısının problemlerli İnternet kullanımı üzerindeki yordayıcı rolü. *NWSA EducationSciences*, 7(1), 433-441.
- Çiçikçi, E. (2018). "Yatarak Tedavi Gören Alkol Kullanım Bozukluğu Olan Erkek Hastalarda DEHB'nin Sosyal Anksiyete Bozukluğu ile İlişkisi ve Bu İlişki Üzerine Etkili Olabilecek Faktörler", Tıpta Uzmanlık Tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi, İstanbul.
- Çinar, Ç.Y. (2017). "Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun Düzeyi ve İlişkili Etmenler", Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *ScienceDirect*, 187-195.
- Descartes, R. (2015). *Meditasyonlar: Metafizik Üzerine Düşünceler*. İstanbul : Alfa Yayınları .
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and Subjective Well-being. *The Foundations of Hedonic Psychology*.
- Dikmen, C. (2002). İnternet Bağımlılığının Gençler Üzerindeki Etkisini Aileler Yardımı ile Çözümlemesi . İstanbul : Marmara Üniversitesi.
- Doksat, P. D. (2008 yıl Mart). TÜRKİYE'DE SIK KARŞILAŞILAN PSİKİYATRİK HASTALIKLAR. *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikler*, pp. 253-254.
- Du, Y., Jiang, S., & Vance, A. (2010, March 18). Long Term Effects of Randomized, Controlled Group Cognitive Behavioural Therapy for Internet Addiction in Adolescent Students in Shanghai. *Australian and New Zeland Journal of Psychiatry*, s. 129-134.
- Egger, O., & Rauterberg, M. (1996). Internet Behavioral and Addiction. Zurich : Swiss Federal Institute of Technology .

- Ercan, E. S., Kundulu, R., Uslu, E., Ardiç, U., Yazıcı, K., Basay, B., . . . L.A.Rothe. (2013). Prevalence and Diagnostic Stability of ADHD and ODD in Turkish Children: A 4-year Longitudinal Study . *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health* , s. 30.
- Erkan, S. (2019). "Erişkinlerde Bulunan Anne Baba Tutumu, Benlik Saygısı ve Problemlı İnternet Kullanımı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Eroğul, A. R., & Yurtal, F. (2014). *Eğitim Psikolojisi El Kitabı* . Ankara : Mentis .
- Eysenck, M. W. (2004). *Psychology and International Perspective*. New York: Psychology Press.
- Faith, C. (2009). Dependent Personality Disorder . *Graduate Journal of Counseling Psychology*, s. 7.
- Gerbaudo, P. (2012). Tweets and the Streets: Social Media and Contemporary Activitism . *Jstor*, 208.
- Goldberg, I. (1999). Internet Addiction Disorder .
- Goldsmith, T. (2000, Jan-March ). Psyhatric Features of Individuals with Problematic Internet Use . *Affect Disorder* , s. 267-272.
- Gök, A.Y. (2017). "Ergenlerde Problemlı İnternet Kullanımı, Kişilik Özellikleri ve Sosyal Beceri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Gönül, A. S. (2002). Patolojik İnternet Kullanımı (İnternet Bağımlılığı/ Kötüye Kullanımı). *Yeni Symposium* , s. 105-110.
- Graziano, W., Campbell, A. L., & Hair, C. (1996). Perceiving Interpersonal Conflict and Reacting to It. . *Journal of Psychology* , s. 820-835.
- Gücüyener, K. (2008). *Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunun Fizyopatolojisi* . Ankara : Nobel Tıp Kitap Sarayı .
- Güleç, & Cengiz. (2006). *Psikiyatrinin A-B-C'si*. İstanbul : Say Yayınları .
- Gürüz, D., & Temel Eğinli, A. (2011). İletişim Becerileri: Anlamak-Anlatmak-Anlaşmak . D. Gürüz, & A. Temel Eğinli içinde, *İletişim Becerileri: Anlamak-Anlatmak-Anlaşmak* (s. 54). Ankara: NOBEL Akademik Yayıncılık.
- Higgins, E. T. (1987). Self-Discrepancy: A Theory Relating Self and Affect Psychological Review . s. 319-340.

Hilberd, M., & Lopez, P. (2011). The World's Technological Capacity to Store, Communicate and Compute Information. *Science* , 60-65.

<https://wearesocial.com>. (2019, Ocak 10). <https://wearesocial.com/blog/2019/01/digital-2019-global-internet-use-accelerates> adresinden alındı

Hume, D. (2000). *İnsan Doğası Üzerine Bir İnceleme*. İdeaYayınevi.

İnanç, B. Y., & Yerlikaya, E. (2012). *Kişilik Kuramları* . Ankara : Pagem Akademi .

James, W. (1950). *The Principles of Psychology*. London : Dover Publications.

Kahn, E., & Cohen, L. (1934). Organic Drivenness: A Brain Stem Syndrome and Experience . *New England Journal of Medicine* , s. 748-756.

Kandell, J. J. (1998). Internet Addiction on Campus: The Vulnerability of College Students . *CyberPsychology and Behaviour* , 11-17.

Karaalp, S. (2006). *Nöropsikolojik Testler için araştırma ve Geliştirme Çalışmaları*. Angara: Eryılmaz Ofset Matbaacılık Gazetecilik Ltd. Şti.

Karagül, G. (2017). "İzmir İli Emniyet Teşkilatı Çalışanlarının Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri, Kişilerarası Çatışma Çözme Yaklaşımlarına Göre İnternet Kullanımlarının İncelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Karahancı, P. (2018). "Üniversite Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki", Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kayaalp, L. (2008). Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu . *Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi*, s. 147-152.

Kim, U. J. (2008). The Effect of a R/T Group counselling Program on the Internet Addiction Level and Self-Esteem of University Students . *International Journal of Reality Therapy* , 4-12.

King, J. A. (1998). Attention-deficit hyperactivity disorder and the stress response. *Biological Psychiatry*, 72-74.

Klein, R., & Manuzza, S. (2008). 30 Year Perspective Longitudinal Study of Attention Deficit Hyperactivity Disorder . *Eur Psychiatry* , s. 27-38.

Ko, C.-h. (2009). Predictive values of psychiatric symptoms for internet addiction in adolescents. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 163.

- Koçoğlu, C. (2014). İnternet Reklamlarının Tüketici Satın Alma Davranışları üzerine Etkisi . Atılım Üniversitesi .
- Konjin, A. A., Utz, S., Tanis, M., & Barnes, S. (2008). *How Technology Affects Human Interactions*. New York : Routledge .
- Köknel, Ö. (1983). *Alkonden Eroine Kişilikten Kaçış* . İstanbul : Altın Kitap .
- Kurtaran, G. T. (2008). İnternet Bağımlılığını Yordalayan Değişkenlerin İncelenmesi. Mersin Üniversitesi Yayınları .
- Leiner, B. C. (2003, Mayıs 15). <http://www.isoc.org/internet/history/brief.shtml> adresinden alındı
- Leod, S. A., & Rogers, C. (2014, 10 01). [www.simplypsychology.org:](http://www.simplypsychology.org/)  
<http://www.simplypsychology.org/carl-rogers.html> adresinden alındı
- Lessig, N. A., & Goldsmith, T. D. (2003). Problematic Internet Use: Proposed Classification and Diagnostic Criteria . *Depression and Anxiety* , s. 207-2016.
- Marcum, C. D. (2019). *Cyber Crime* . wolters Kluwer .
- Marks, P. M. (2007). Problematic Internet Use or Internet Addiction? . *Computers in human Behavior* , 1447-1453.
- McCrae, R. R., & Costa, P. (1998). Validation of The Five-Factor Model of Personality Across Instruments and Observers . *J Pers and SocPsy*.
- Mei, S., Yau, Y.H.C., Chai, J. andPotenza, M. (2016).Problematic Internet use, well-being, self-esteem and self-control: Data from a high-school survey in China.HHS Public Access, 61, 74-79.
- Mutlu, H. (2018). "18-26 Yaş arası Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Uyku Bozukluğu, Depresyon ve Dikkat Eksikliği ile Olan İlişkinin Araştırılması", Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Numanoğlu, G., & Bayır, Ş. (2012). İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Sınıf Düzeylerine Göre İnternet Kullanımları. *TEBD*, s. 295-323.
- Odabaşoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y., & Pektaş, Ö. (2007). On Günlük Bir Seri ile İnternet Bağımlılığı Klinik Görünümleri . *Bağımlılık Dergisi* , 46-51.
- Özan, E. (2018). "Üniversite Öğrencilerinde Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Belirtileri ile Emosyonel Regülasyon ve İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Özdayı, N. (2019).Üniversite öğrencilerinin benlik saygısının bazı demografik bilgilere göre incelenmesi.Spor Eğitimi Dergisi, 3(1), 69-80.

Özgüven, İ. E. (1992). *Hacettepe Kişilik Envanteri El Kitabı*. Ankara : Psikolojik Danışma Rehberlik ve Eğitim Merkezi Yayınları .

Özgüven, İ. E. (1992). *Hacettepe Klinik Envanteri El Kitabı* . Ankara : ANKara Psikolojik Danışma Rehberlik ve Eğitim Merkezi Yayınları .

Pişkin, M. (2003). *Özsaygı Geliştirme Eğitimi* . Ankara : Nobel Yayınları .

Read, Rupert, J., Richman, & Kenneth. (2000). The New Hume Debate .

Reisoğlu, İ. (2003). Öğretmen Adaylarının Özsaygı ve Duygusal Zeka Düzeylerinin Problemlerle İnternet Kullanımıyla İlişkisi . *Eğitim ve Bilim Dergisi* , 157-159.

Rennison, N. (2001). *Freud & Psychoanalysis*. Pocket Essentials .

Robbins, P. S., & Judge, T. A. (2012). *Örgütsel Davranış* . İstanbul : Nobel Yayıncılık .

Saatçioğlu, H. (2016). “İnternet Bağımlılığı Tanısı Alan Ergenlerin Sosyal Bilişsel Becerilerinin Değerlendirilmesi”, Tıpta Uzmanlık Tezi,Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, İzmir.

Sağat, B. (2017). “Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Olan Ergenlerde Görülen İnternet Bağımlılığının Benlik Algısı ve Benlik Saygısı Üzerine Etkisi”, Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Saini, V.K., Baniya, G.C., Verma, K.K., Soni, A. andKesharwani, S. (2016).A study on relationship of internet addictive behavior with personality traits among medical students.Journal of Mental Health and Human Behavior, 21(2), 108-111.

Savcı, M., Aysan, F., & Savcı, H. (2015). Aleksitimi İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkide Sosyal Fobinin Aracı Rolü. 24. *ULUSAL EĞİTİM BİLİMLERİ KONGRESİ 16-18 NİSAN 2015* (pp. 496,497). Niğde: Pegem Akademi.

Sevim, K. ve Artan, T. (2018).Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve damgalama eğilimi arasındaki ilişki.Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 35,143-156.

- Sezgin, E., Evcen, C., Çınar, Ö. G., Kılıç, S., & Bayram, M. (2010). Antiepileptikbarbeksaklon Bağımlılığı Olan İki Olgu. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimlerler Dergisi* , s. 128-132.
- Sinowitz, V., & Pearce, P. (2003). *Personality Development* . UK: Open University Press .
- Somer, O. (1998). Beş Faktör Kişilik Modeli . *Türk Psikoloji Yazıları* , s. 35-62.
- Somer, O., & Goldberg, L. R. (1999). Personality Progress and Individual Differences. *J Pers and SocPsy*, s. 431-450.
- Somer, O., Arkun, M., & Arkun, T. (2002). Beş Faktör Kişilik Envanterinin Geliştirilmesi- I: Ölçek ve Alt Ölçeklerin Oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi* , s. 21-33.
- Somer, O., Korkmaz, M., & Tatar, A. (2001). *Kuramdan Uygulamaya Beş Faktör Kişilik Envanteri*. İzmir : İzmir Ege Üniveritesi Yayınları .
- Sperry, L. (2003). *Handbook of Diagnosis and Treatment of the DSM-IV-TR Personality Disorders*. Routledge .
- Tohumcu, M.U. (2018). "İnternet ve Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Benlik Saygısı ve Yalnızlık Arasındaki İlişkinin Çeşitli Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi", Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Trull, T. J., & Durrett, C. A. (2005). Categorical and Dimensional Models of Personality Disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, s. 355-380.
- Tsai, C. C., & Lin, S. S. (2003). Internet Addiction of Adolescents in Taiwan: An Interview Study . *CyberPsychology and Behavior*, s. 649-652.
- Türkiye İstatistik Kurumu*. (2019, Mayıs 12). [www.tuik.gov.tr](http://www.tuik.gov.tr):  
[http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt\\_id=1028](http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028) adresinden alındı
- Urban, E. (2005). Jung and the Self: A Re-examination of Fordham's Contribution to Jung's Conceptualization of the Self. *Journal of Analytical Psychology* , s. 571-594.
- Uzun, Ö., Yıldırım, V., & Uzun, E. (2016). Habits of Using Social Media and Correlation of social Media Addiction, Self-esteem, Perceived Social Support in Adolescent with ADHD. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care* , s. 142-147.
- Wang, B.Q., Yao, N.Q, Zhou, X, Liu, J. andLv., Z.T. (2017).The association between attention deficit/hyperactivity disorder and internet addiction: A Systematic review and meta-analysis.*BMC Psychiatry*, 17(260), 1-12.

- Weinstein, A., Yaacov, Y., Manning, M., Danon, P. And Weizman, A. (2015). Internet addiction and attention deficit hyperactivity disorder among schoolchildren. *Isr Med Assoc J*, 17(12), 731-734.
- Weinstein, A., Feder, L. C., Rosenberg, K., & Dannon, P. (2014). *Internet Addiction Disorder: Overview and Controversies*. Philadelphia: Academic Press .
- Weiss, M., Baer, S., Allan, B. A., Saran, K., & Schibuk, H. (2011). The Screens Culture: Impact on ADHD . *ADHD Attention Deficit Hyperactivity Disorder* , s. 327-334.
- Wender, P. H. (1995). *DEHB: Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Children and Adults*. Oxford: Oxford University Press .
- Widyanto, L. and Griffiths, M.D. (2011). An empirical study of problematic internet use and self-esteem. *International Journal of Cyber Behavior*, 1(1), 13-24.
- Willcutt, E. G., Nigg, J. T., Pennington, B. F., Solanto, M. V., Rohde, L. A., & Tannock, R. (2012). Validity of DSM-IV Attention Deficit/ Hyperactivity Disorder Symptom Dimensions and Subtypes. *Abnorm Psychology* , s. 991-1010.
- Wilson, J., & Levin, F. (2005). Attention Deficit Hyperactivity Disorder and Early Onset Substance Use Disorder . *Child Adolescent Psychopharmacol*, s. 751-763.
- Wong, R. (2018, Ekim 15). There May Soon Be Three Internets. America's Won't Necessarily Be the Best. New york .
- Woods, S., Lovejoy, D., & Ball, J. (2002). Neuropsychological Characteristics and Adults with ADHD: Comprehensive Review of Initial Studies. *Clinic Psychology*, s. 12-34.
- Yeniacun, Y. (2018). "Genç Yetişkinlerde Anne-Baba Tutumu ve Duygu Düzenlemenin Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu ile İlişkisi", Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yeşilyaprak, B. (1986). Üniversite Gençliğinin Psikolojik Sorunları . *Psikoloji Dergisi* , 82-83.
- Yıldız, F. (2017). "Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Young, K. (2004, Eylül 14). Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist* , s. 65.

Young, K. S. (1996, August 15). Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. *CyberPsychology and Behaviour* , s. 237-244.

Young, K. S. (1998). Internet Addcition: The Emergence of A New Clinical Disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, s. 237-244.

Yörükoğlu, A. (2004). *Çocuk Ruh Sağlığı* . İstanbul : Özgür Yayınları .

Zhou, Y., Li, D., Li, X, Wang, Y. andZhao, L. (2017).Big five personality and adolescent Internet addiction: The mediatingrole of coping style.*Addictive Behaviors*, 64, 42-48.

Ziyalar, A. (1999). *Sosyal Psikiyatri* . İstanbul : Yüce Yayım .

(2015, 10 14). <https://nicelydonesites.com/worlds-first-isp/> adresinden alındı

(2018, Temmuz ). [www.btk.gov.tr : https://www.btk.gov.tr/uploads/pages/pazar-verileri/2018-2ceyrekraporu.pdf](https://www.btk.gov.tr/uploads/pages/pazar-verileri/2018-2ceyrekraporu.pdf) adresinden alındı

(2018). [www.tuik.gov.tr: http://www.tuik.gov.tr/PrelstatistikTablo.do?istab\\_id=1615](http://www.tuik.gov.tr/PrelstatistikTablo.do?istab_id=1615) adresinden alındı