

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN
PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI İLE İLİŞKİSİ**

Yüksek Lisans Tezi

Zehra Betül SARMAN

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji Programı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Şahide Güliz KOLBURAN

Nisan, 2019

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN
PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI İLE İLİŞKİSİ**

Yüksek Lisans Tezi

Zehra Betül SARMAN
(Y1312.270039)

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji Programı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Şahide Güliz KOLBURAN

Nisan, 2019



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ



YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Y1312.270039 numaralı öğrencisi **Zehra Betül SARMAN**'ın "**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI İLE İLİŞKİSİ**" adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulunun 01.04.2019 tarih ve 2019/07 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği/oyçokluğu ile Tezli Yüksek Lisans tezi 22/04/2019 tarihinde kabul edilmiştir.

	<u>Unvan</u>	<u>Adı Soyadı</u>	<u>Üniversite</u>	<u>İmza</u>
Danışman	Dr. Öğr. Üyesi	Şahide Güliz KOLBURAN	İstanbul Aydın Üniversitesi	
Asıl Üye	Dr. Öğr. Üyesi	E. Özge ERBAY	İstanbul Aydın Üniversitesi	
Asıl Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Mehmet Zeki ILGAR	Biruni Üniversitesi	
Yedek Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Engin EKER	İstanbul Aydın Üniversitesi	
Yedek Üye	Dr. Öğr. Üyesi	Turgay ŞİRİN	İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi	

ONAY

Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA
Enstitü Müdürü



YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Ortaokul Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Desteğin Problemlı İnternet Kullanımı İle İlişkisi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (.../.../2019)

Zehra Betül SARMAN





ÖNSÖZ

Tez çalışmamda, araştırılmasında, yürütülmesinde ve oluşumunda ilgi ve desteğini esirgemeyen, engin bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım, yönlendirme ve bilgilendirmeleriyle çalışmamı bilimsel temeller ışığında şekillendiren sayın hocam Dr. Öğr. Üyesi Şahide Güliz KOLBURAN'a sonsuz teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım. Ayrıca hayatımın her döneminde bana maddi manevi desteklerini esirgemeyen biricik aileme sonsuz teşekkürlerimi ve sevgilerimi sunarım.

Nisan, 2019

Zehra Betül SARMAN



İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖNSÖZ.....	vii
İÇİNDEKİLER	ix
KISALTMALAR	xi
ÇİZELGE LİSTESİ.....	xiii
ŞEKİL LİSTESİ.....	xv
ÖZET.....	xvii
ABSTRACT	xix
1. GİRİŞ	1
1.1 Çalışma Konusu	1
1.2 Tezin Amacı	2
1.3 Araştırmanın Önemi.....	3
1.4 Araştırma Sınırlılıkları	4
1.5 Araştırma Varsayımları.....	4
2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	5
2.1 Sosyal Destek Kavramı ve Algılanan Sosyal Destek.....	5
2.1.1 Sosyal destek kavramı, amacı ve önemi	5
2.1.2 Sosyal desteğin boyutları	8
2.1.3 Sosyal desteğin kaynakları.....	10
2.1.4 Sosyal desteğin fonksiyonları	11
2.1.5 Algılanan sosyal destek kavramı.....	12
2.1.5.1 Algılanan sosyal desteğin tanımı	12
2.1.5.2 Ergenlik döneminde algılanan sosyal destek	13
2.1.6 Ergenlik döneminde sosyal destek kaynakları	16
2.1.6.1 Aileden algılanan sosyal destek	16
2.1.6.2 Arkadaşlardan algılanan sosyal destek.....	17
2.1.6.3 Okul ortamı ve sosyal destek	18
2.1.7 Algılanan sosyal destekle ilgili yapılan araştırmalar	19
2.2 Problemlı İnternet Kullanımı	22
2.2.1 İnternetin tanımı	22
2.2.2 Dünya’da ve Türkiye’de internet kullanımı oranları	24
2.2.3 Problemlı internet kullanımı kavramı	27
2.2.4 Problemlı internet kullanımı tanı kriterleri	29
2.2.5 Ergenlerde problemlı internet kullanımı	31
2.2.6 Problemlı internet kullanımının ergenler üzerindeki etkileri	33
2.2.6.1 Fiziksel etkiler.....	33
2.2.6.2 Psikososyal etkiler.....	34
2.2.6.3 Bilişsel etkiler	35
2.2.7 Sağlıklı internet kullanımı.....	36
2.2.8 Problemlı internet kullanımıyla ilgili yapılan çalışmalar.....	38
3. YÖNTEM.....	41
3.1 Araştırmanın Modeli ve Hipotezleri	41

3.2 Araştırma Anakütlesi ve Örneklemi.....	44
3.3 Veri Toplama Araçları	45
3.3.1 Kişisel bilgi formu.....	45
3.3.2 İnternet bağımlılık ölçeği	45
3.3.3 Algılanan sosyal destek ölçeği	46
3.4 Verilerin Toplanması.....	47
3.5 Verilerin Değerlendirilmesi.....	47
4. BULGULAR	49
4.1 Birinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular.....	49
4.2 İkinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular	50
4.3 Üçüncü Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular	53
4.4 Dördüncü Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular	58
5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	61
5.1 Tartışma ve Sonuç	61
5.2 Öneriler.....	65
KAYNAKLAR.....	67
EKLER.....	77
ÖZGEÇMİŞ.....	87

KISALTMALAR

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
ANOVA	: Analysis of Variance
BTK	: Bilgi Teknolojileri Kurumu
ODTÜ	: Ortadoğu Teknik Üniversitesi
SPSS	: Statistical Package for Social Sciences
TÜBİTAK	: Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
UNICEF	: United Nations International Children's Emergency Fund





ÇİZELGE LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Çizelge 2.1 : Dünya İnternet Kullanım İstatistikleri.....	24
Çizelge 3.1 : Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Tanıtıcı Bilgiler.....	44
Çizelge 4.1 : İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Tanımlayıcı İstatistikleri	49
Çizelge 4.2 : Cinsiyete Göre Problemlı İnternet Kullanımı Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları	50
Çizelge 4.3 : Yaşa Göre Problemlı İnternet Kullanımı Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	50
Çizelge 4.4 : Anne Eğitim Durumuna Göre Problemlı İnternet Kullanımı Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	51
Çizelge 4.5 : Baba Eğitim Durumuna Göre Problemlı İnternet Kullanımı Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	52
Çizelge 4.6 : Evde Bulunan Bilgisayar Sayısına Göre Problemlı İnternet Kullanımı Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları.....	53
Çizelge 4.7 : Cinsiyete Göre Algılanan Sosyal Destek Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları	54
Çizelge 4.8 : Yaşa Göre Algılanan Sosyal Destek Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	54
Çizelge 4.9 : Anne Eğitim Durumuna Göre Algılanan Sosyal Destek Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	55
Çizelge 4.10 : Baba Eğitim Durumuna Göre Algılanan Sosyal Destek Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	57
Çizelge 4.11 : Evde Bulunan Bilgisayar Sayısına Göre Algılanan Sosyal Destek Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları	58
Çizelge 4.12 : Korelasyon Analizi Sonuçları.....	59



ŞEKİL LİSTESİ

Sayfa

Şekil 2.1: Dünya Genelindeki İnternet Kullanıcılarının Bölgesel Dağılımı.....	25
Şekil 2.2: 2009-2018 İnternet Kullanımı Temel Göstergeleri	26
Şekil 3.1: Araştırma Modeli	41





ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE ALGILANAN SOSYAL DESTEĞİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI İLE İLİŞKİSİ

ÖZET

Günümüzde internet kullanımının yaygın hale gelmesi ile problemli internet kullanımının da arttığı görülmektedir. Özellikle ergenlerin problemli internet kullanımı konusunda büyük risk altında oldukları bilinmektedir. Bu bağlamda bu çalışmada ortaokul öğrencilerinde problemli internet kullanımı ile algılanan sosyal destek ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya İstanbul ilinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören 424 ortaokul öğrencisi iştirak etmiştir. Araştırma verileri anket kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 24.0 paket programı kullanılmıştır. Araştırma sonucunda ortaokul öğrencilerinde problemli internet kullanım düzeyinin “yüksek”, algılanan sosyal destek düzeyinin ise “düşük” olduğu belirlenmiştir. Problemli internet kullanımı ile algılanan sosyal destek arasında negatif ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin problemli internet kullanım düzeyleri arasında cinsiyet, yaş, baba eğitim durumu ve evde bulunan bilgisayar sayısı değişkenlerine göre farklılık olduğu saptanmıştır. Ayrıca öğrencilerin algıladıkları sosyal destek düzeyinin cinsiyet, yaş, anne-baba eğitim durumu ile evde bulunan bilgisayar sayısı değişkenlerine göre farklılaştığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: *Ortaokul, Problemli İnternet Kullanımı, Algılanan Sosyal Destek*



THE RELATIONSHIP BETWEEN THE PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND PROBLEMATIC INTERNET USE IN THE SECONDARY SCHOOL STUDENTS

ABSTRACT

Nowadays, it is seen that the problematic internet use has increased with the widespread use of internet. It is known that adolescents are at great risk of problematic internet use. In this context, it was aimed to investigate the relationship between problematic internet use and perceived social support in secondary school students.

424 secondary school students attending secondary schools in İstanbul participated in the study. Research data were collected using a questionnaire. SPSS 24.0 package program was used to analyze the data.

As a result of the study, it was determined that problematic internet usage level was “high” and perceived social support level was “low” in secondary school students. A negative correlation was found between problematic internet use and perceived social support. It was determined that there was a difference between the problematic internet usage levels of the students according to the variables of gender, age, father education status and number of computers in the home. In addition, it was determined that the perceived social support level of the students varied according to gender, age, parental education status and number of computers in the home.

Keywords: *Secondary School, Problematic Internet Use, Perceived Social Support*



1. GİRİŞ

1.1 Çalışma Konusu

Günümüzde bireyler için sağladığı pek çok imkânın yanı sıra birçok faaliyetin düzenlenmesinde de aracı rol oynayan internet, bireylerin hayatının artık vazgeçilmez bir unsurdur. İnsanlar internet vasıtasıyla bulundukları ortamdan her çeşit bilgiye kolayca erişebilmektedir. Dolayısıyla internetin bireylerin hayatlarına verimlilik, ekonomiklik, erişilebilirlik, etkileşim kurulabilirlik, çeşitlilik benzeri olumlu katkıları bulunmaktadır. Bireylerin hayatlarında sahip olduğu olumlu etki ve rol giderek artarken, internet aynı zamanda birçok problemin yaşanmasına da neden olmaktadır. Bazı insanlarda yüz yüze iletişim yerine sanal ortamı yeğleme, günlük hayatın gerektirdiği davranışları erteleme/ihmal etme, zihinlerini devamlı olarak internetle meşgul etme ve aşırı internet kullanımına benzer davranışlar görülebilmekte, bu durum ise problemli internet kullanımı veya internet bağımlılığı adı ile kendinden söz ettirmektedir.

Problemli internet kullanımına her yaş grubu bireyde karşılaşılmakla birlikte, bilhassa 12-18 yaş grubunda yer alan ergenler problemli internet kullanımı açısından büyük bir risk altındadır (Cengizhan, 2005). Yapılan bir araştırmada; bu yaş grubunda yer alan ergenlerin % 3,6'sının problemli internet kullanan birey profili sergilediği, % 21,8 kadarının ise bu noktada risk sınırında bulunduğu belirtilmiştir (Şimşek ve diğ., 2015). Teknolojiye daha fazla ilgi duymaları nedeniyle ergenler interneti öteki yaş gruplarına nazaran daha fazla kullanırlar (Treuer ve diğ., 2001). Bu durum ise duygusal, bilişsel ve sosyal gelişim süreçleri sonlanmamış olan çocuk ve ergenlerin, internetin olumsuz etkileri bakımından daha çok risk altında bulunduğu anlamı taşımaktadır (Yang ve Tung, 2007).

Problemli internet kullanımı; internet kullanımı nedeniyle bireylerin hayatlarının aile ve iş benzeri önemli alanlarında yaşanan bozulma, devamlı olarak internet kullanımını kontrol etmede yaşanan başarısızlık şeklinde tanımlanmaktadır (Kim ve Davis, 2009). Yellowlees ve Marks (2007)'a göre problemli internet kullanımı; internetin aşırı düzeyde kullanımından dolayı akademik, sosyal ya da iş hayatında

sorunlar yaşama durumudur. Problemlı internet kullanımına yönelik çalışmalarda ilk zamanlarda ağırlıklı olarak internet kullanım süresi odak noktası iken; ilerleyen zamanlarda kişinin internet kullanım süresinden ziyade internete bağlı olunan sürenin nasıl değerlendirildiği, internetin hangi amaç ile kullanıldığı problemlı internet davranışlarının oluşumu noktasında belirleyici bir rol üstlenmiştir (Ceyhan, 2011).

Problemlı internet kullanımına yönelik olarak ergenler üzerinde yapılan araştırmalarda; problemlı internet kullanım oranı % 7 ile % 20 aralığında iken (Özolgun, 2014; am, 2014), günlük internette geçirilen sürenin 2 ila 5 saat arasında farklılık gösterdiği ifade edilmiştir (Kelleci ve diğ., 2009; Durak ve Kılıç, 2011). Cinsiyete yönelik olarak erkeklerin problemlı internet kullanım düzeylerinin daha fazla olduğuna yönelik araştırmalar yanında (Özolgun, 2014; Zorbaz ve Tuzgöl, 2014), tam aksine bu oranın kızlarda erkeklere nazaran daha yüksek olduğunu gösteren araştırmalar da bulunmaktadır (Doğan ve diğ., 2008).

Ailesinden uzaklaşan ergenler, kendilerine has sosyal evre edinme gayretiyle daha sık internet kullanmakta, zaman hususunda dengeyi sağlayamamasından dolayı problemlı bir internet kullanıcısı olarak aile, eğitim ve sosyal hayatlarında sorunlar yaşamaktadır (Ceyhan, 2008). Bu noktada karşılaşılan sorunlar ile baş edebilmesinde en önemli yardımcılar sosyal destekler olmaktadır. Sosyal destek bireylerin çevrelerinden gördükleri sevgi, ilgi, güven ve takdirin yanında maddi yardım ve bilgi edinme benzeri psikolojik, sosyal ve ekonomik niteliğe sahip destek şeklinde tanımlanmaktadır (Budak, 1999). İnternet kullanımının artmasıyla birlikte bireyler açısından internet de destek aranan bir kaynak durumuna gelmiştir. Problemlı internet kullanımıyla algılanan sosyal desteğin aralarında negatif yönlü ilişki bulunduğu belirtilirken, problemlı internet kullanımı bakımından düşük sosyal desteğin risk teşkil edebileceğine dair görüşler de bulunmaktadır (Özcan ve Buzlu, 2005; Chen ve diğ., 2007).

1.2 Tezin Amacı

Yukarıda belirtilen açıklamalar ışığında; bu çalışmanın amacı ortaokul öğrencilerinin problemlı internet kullanımı ile algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda aşağıda belirtilen sorulara yanıt aranmıştır:

- Ortaokul öğrencilerinin problemlı internet kullanımı ve algıladıkları sosyal destek hangi düzeydedir?
- Ortaokul öğrencilerinin problemlı internet kullanımı düzeyleri demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve evde bulunan bilgisayar sayısı) göre anlamlı fark göstermekte midir?
- Ortaokul öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve evde bulunan bilgisayar sayısı) göre anlamlı fark göstermekte midir?
- Ortaokul öğrencilerinin problemlı internet kullanımı ile algıladıkları sosyal destek düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Bu amaçlar doğrultusunda çalışmanın devam eden bölümünde sosyal destek kavramı ve algılanan sosyal destek kavramı incelenmiş, ergenlik dönemindeki sosyal destek ve algılanan sosyal destek kavramları detaylı bir şekilde ele alınmıştır. Çalışmanın üçüncü bölümünde ise problemlı internet kavramı ve bunun ergenler üzerindeki etkisi üzerinde durulmuştur. Çalışmanın uygulama bölümünde ise 2018-2019 eğitim ve öğretim yılı içerisinde, İstanbul İlinde bulunan resmi ve özel okullardaki 424 ortaokul öğrencisine anket uygulanmış ve elde edilen veriler SPSS programı ile analiz edilmiştir.

1.3 Araştırmanın Önemi

Son yıllarda ülkemizde internetin giderek yaygın hale geldiği ve ergenlerin teknolojiye daha fazla ilgi duydukları dikkate alındığında, ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımına yönelik çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu araştırma ile elde edilecek sonuçların; problemlı internet kullanımına etki eden faktörlerin tespiti ve ortaokul öğrencilerinin sağlıklı internet kullanımına dair çabalara ışık tutulması bakımından önem arz ettiği değerlendirilmektedir. Çalışma ile problemlı internet kullanımı ve algılanan destek ilişkisine yönelik olarak alan yazına katkılar sağlanabileceği düşünülmektedir. Ayrıca bu araştırmanın problemlı internet kullanımının engellenmesi noktasında algılanan sosyal desteğin rolünü ortaya koyması bakımından önem arz ettiği değerlendirilmektedir.

1.4 Araştırıma Sınırlılıkları

Bu araştırma 2018-2019 eğitim ve ğretim yılı içerisinde, İştanbul İlinde bulunan resmi ve özel okullardaki 424 ortaokul ğrencisi ile sınırlı tutulmuştur.

1.5 Araştırıma Varsayımları

Araştırmaya katılan kişilerin sorulara samimi bir şekilde doğru cevaplar verdiği, herhangi bir ön yargı taşımadan ya da çıkar gözetmeden katılım sağladığı varsayılmıştır.



2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1 Sosyal Destek Kavramı ve Algılanan Sosyal Destek

2.1.1 Sosyal destek kavramı, amacı ve önemi

Bireylerarası sosyal ilişkiler ile yakın bağların insan hayatında ne ölçüde önemli olduğu, ilk olarak bundan yaklaşık yüzyıl kadar önce vurgulanmaya başlamıştır. Durkheim tarafından 1897 yılında yayımlanan “İntihar” adlı çalışma, dönemin sosyal bilimcilerinin zihinlerinde bireylerarası yakın sosyal bağların önemine ilişkin fikirler oluşmasına ve toplumla paylaşılmasına sebep olmuştur (Mc Creary, 1997).

Sosyoloji literatüründe 1950’li yıllarda bireyler arasındaki ilişkilerin destekleyici yönleri sık sık tanımlanmaya başlamıştır. John Cassel 1974 yılında insan sağlığının devamı noktasında bireylerarası ilişkilerin önemini ifade etmiş, psiko-sosyal süreçlerin hastalıkların nedenleri bağlamında önemli birer rolünün bulunduğunu belirtmiş ve zorlanmalı çevresel şartlarda bireylerin hayatlarında yaşanabilecek sosyal ilişkilerdeki zayıflama ve kopma durumlarının bireylerin hastalanma riskini yükseltebileceği tezini ileri sürmüştür (Stroebe ve Stroebe, 1996).

Sosyal destek kavramı temel olarak Kurt Lewin’in alan kuramı ile davranış tanımına dayanmaktadır. Lewin’e göre davranış “psikolojik çevrede meydana gelen değişimler”dir (Öner ve Gümüş, 2000). Bireylerin negatif davranışlarını değiştirme ve pozitif davranışlar edinmesini sağlamak için onlara psikolojik çevrelerinde değişim gerçekleştirebilme konusunda yardım edilmesi gerekir. Bireylerin psikolojik çevreleri sosyal destek sistemlerini de içermektedir. Psikolojik çevreleri olumlu bireylerin algıladıkları sosyal destek seviyesi de fazla olacaktır (Yıldırım, 1997).

Son yıllarda psikolojik danışman, psikolog, sosyolog ve aile terapistleri tarafından üzerinde durulan ve öne çıkarılan kavramlardan biri “sosyal destek” kavramıdır. Yapılan birçok çalışma, bireylerin yaşadıkları pek çok problemin temelinde sosyal destek eksikliğinin bulunduğunu, bireylerin zorlayıcı hayat olayları ile baş edebilmelerinde sosyal desteğin sağlam bir kaynak olduğunu ortaya koymuştur. Bilhassa, kriz teorileri çerçevesinde; ölüm, iflas ya da iş kaybı, meslek seçimi, stres, hastalık, depresyon, yer değiştirme, evlilik, madde bağımlılığı, tutuklanma benzeri

durumlarda sosyal desteğin önemli bir rol üstlendiği ileri sürülmektedir (Budak, 1999).

Çok yönlü ve tanımlanması, ölçülmesi, kavramsallaştırılması zor bir kavram olan sosyal desteğe ilişkin olarak literatürde pek çok araştırmacı tarafından değişik tanımlamalar yapılmıştır. Sosyal destek, bireylerin ihtiyaçlar hiyerarşisinde bulunan sevgi, ait olma, kendini gerçekleştirme ve takdir benzeri temel ihtiyaçlarını başka bireyler ile (aile, arkadaş, üstler ya da profesyonel danışmanlar gibi) gerçekleştirdiği etkileşimin neticesinde tatmini olarak tanımlanmaktadır (Ekinci ve Ekici, 2003).

Sosyal desteği; bireylerin kendini ifade edebilme, güvende hissetme ve aidiyet duygusuna pozitif olarak etki eden bir başa çıkma yöntemi olarak tanımlayan Pearson (1986)'a göre bireylerin çevrelerince sosyal açıdan desteklenmeleri; değer ve duyguların paylaşılmasına katkı sağlamakta, bireylerin ihtiyaçlarının giderilmesini ve bunun yansması olarak da bireylerin sosyal rollerinin gerek kıldığı davranışları daha kolay şekilde yerine getirmesini mümkün kılmakta ve bireylere yaşamlarında karşılaştıkları yeniliklerin getirdiği roller, olaylar ve problemlerle baş bireylere ciddi katkı sağlamaktadır.

Caplan (1974) sosyal desteği, ihtiyaç duyulan zamanlarda önemli kişilerce yapılan yardım şeklinde tanımlarken, Thoıs (1985) bu tanıma benzer şekilde sosyal desteğin aile üyeleri, iş arkadaşları, arkadaşlar, akrabalar ile komşular benzeri kişilerce yapılan yardımcı işlevler şeklinde tanımlamaktadır.

Sorias (1988), sosyal desteğin genelde stres altında veya güç durumda bulunan bir bireye eşi, ailesi, arkadaşı gibi yakın ilişki içerisinde olduğu insanlarca sağlanan maddi ve/veya manevi yardım olduğunu açıklamış, gerektiğinde güvenebileceği bireylerin bulunduğunu bilen kişilerin sosyal destek kaynaklarının çok olduğunu ifade etmiştir.

Sosyal destek farklı şekillerde tanımlanıyor gibi görünmesine karşın, araştırmacılar tarafından yapılan tanımlarda sosyal desteğin bireylerin aralarındaki davranışların ve ilişkilerin bazı çeşitlerini kapsaması ortak bir husus olarak görülmektedir. Sosyal destek genel anlamda aşağıda belirtilen iki esas bileşenden meydana gelmektedir:

- İhtiyaç anında başvurulabilecek insan varlığına yönelik algı,
- Mevcut olan destekten memnuniyet düzeyi.

Söz konusu iki bileşen arasındaki ilişki bireylerin kişiliklerine bağlı olup, bazı bireyler sosyal destek sağlayabilecek hazır yardımcılarının daha çok olmalarını isterken, bazı bireyler için bir tek kişi yeterli görülmektedir (Karadağ, 2007).

Sosyal desteğe ilişkin olarak yapılan çalışmalara bakıldığında iki önemli yaklaşımın üzerinde durulduğu görülmektedir. “Temel Etki Modeli” adı verilen ilk yaklaşımda sosyal destek ile sağlığın arasında doğrudan bir ilişkinin bulunduğu savunulurken, “Tampon Modeli” olarak adlandırılan diğer yaklaşımda ise sosyal desteğin esas işlevinin stres veren hayat olaylarının neden olduğu zararlarını azaltması veya dengeleyip ruh sağlığını koruması olduğu ileri sürülmektedir (Mc Creary, 1997).

- Temel Etki Modeli: Bu modele göre, sosyal destek fiziki sağlık ile kendini iyi hissetme konusunda her şartta pozitif etkiye sahiptir. Bu yaklaşımda sosyal destekten yoksun olmanın bireyde tek başına olumsuz sonuçlar doğurabileceği, stresin olup olmamasından bağımsız olarak sosyal desteğin sağlığı doğrudan etkilediği ve eksikliğinin psikolojik açıdan hastalık oluşumuna neden olabildiği görüşü savunulmaktadır (Cohen ve Wills, 1985; Banaz, 2002).
- Tampon Modeli: Sosyal desteğe dair araştırmaları yönlendiren bir diğer önemli yaklaşım da tampon etki modelidir. Bu yaklaşımda sosyal desteğin işlevleri arasında en çok önem arz eden husus, sosyal desteğin stres kaynaklı olaylar nedeniyle ortaya çıkan zararı azaltmak veya dengelemek suretiyle psikolojik açılardan ruh sağlığını korumasıdır. Stres olmadığı sürece sosyal destek yoksunluğunun sağlığa olumsuz etkisinin bulunmadığı, stresin zararlı etkilerine karşı sosyal desteğin tampon görevi gördüğü, sosyal destek sistemleri güçlü olan bireylerin zayıf olanlara kıyasla stres içeren olaylarla başa çıkabilmede daha başarılı oldukları ileri sürülmektedir (Cohen ve Wills, 1985; Callaghan ve Morrissey 1993).

Günümüzde psikologlar, sosyologlar, psikolojik danışmanlar, psikoterapistler ile aile terapistleri tarafından “sosyal destek” kavramına büyük önem verilmektedir. Bireylerin yaşadıkları sorunların pek çoğunun temelinde sosyal destekten yoksun olma veya sosyal destek yetersizliğinin bulunduğu ifade edilmektedir. Sosyal destek sistemlerinin, bireylerdeki psikolojik ve sosyolojik problemlerin önlenerek çözüme kavuşturulmasında ve tedavilerinde, bireylerin hayatlarındaki zorlayıcı olayların

üstesinden gelebilmelerinde ve ruh sağlığını koruyabilmelerinde güçlü bir kaynak olduğu belirtilmektedir (Yıldırım, 2006).

Özellikle duygusal iyilik hali ve ruh sağlığı gibi sağlığa ilişkin konular özelinde hayat kalitesinin sağlanmasında sosyal desteğin sahip olduğu önem literatürde devamlı olarak desteklenmektedir. Pek çok araştırmada sosyal desteğin psikososyal uyuma sağladığı katkı ile stresin zarar veren etkilerinden bireyleri koruyucu bir mekanizma olması üzerine odaklanılmıştır (Park ve Lee, 2007)

Sosyal çevreden alınacak destek, içeriğinde bağımsız olarak bireylerin çaresizlik duygularının azalmasını ve stres ile baş etme konularında kendilerine olan güvenlerini artırmaktadır. Alınacak bu destekle kaygıya neden olan faktörler ortadan kaldırılmasa dahi, bireylerin endişe düzeylerinin azalmasını sağlayarak daha fazla iyimser olmalarına ve stres ile başa çıkabilmede yeni yöntemler deneme hususunda daha arzulu olmalarına katkı sağlamaktadır (Baltaş, 2000). Bunun yanı sıra sosyal destek, hayatın içindeki zorlayıcı olayların olumsuz etkilerine karşı koruyucu bir rol üstlenmektedir (Kaşıkçı, Çoban, Ünsal ve Avşar, 2009).

Öte yandan sosyal desteğe duyulan ihtiyaç ve ulaşılabilirliği, bireyin sosyal hayatı süresince değişmekte ve pek çok olaydan etkilenmektedir. Bireyin sosyal desteğe ihtiyaç duyması, ulaşılabilirliğini algılaması ve bu desteği nasıl kullanabileceğini bilmesi gerekir. Pek çok unsur birey tarafından sosyal destek kullanımını etkilemektedir. Bireyin desteğe ihtiyacı, bu desteği istemesi ve desteği kullanmaya başlaması bireyin algılamasına etki etmektedir (Bruhn ve Philips, 1984).

2.1.2 Sosyal desteğin boyutları

Sosyal desteğin boyutları literatürde farklı biçimde ele alınmaktadır. Cohen ve Wills (1985)'e göre sosyal destek aşağıda belirtilen dört boyuta sahiptir:

- Saygı Desteği: Diğer insanlar tarafından bireye saygı duyulması ve kabul edilmesini ifade etmektedir. Kendi değeri ve tecrübeleri dolayısıyla bir bireye saygı duyulmasını, kişisel sorun ya da hata durumunda dahi kabul edilmesinin belirtilmesidir. Alınan bu destek bireyin özsaygı düzeyinin artmasına ve dolaylı olarak sağlamlığına katkı sağlamaktadır.
- Sosyal Arkadaşlık: Bireyin boş zamanlarını öteki insanlar ile beraber geçirebilmesini ifade eder. Kişinin başka bireylere yakın olma ihtiyacının

giderilmesi ve pozitif duygu durumunun pekiştirilmesi, stres üzerinde azaltıcı bir etkiye sahiptir.

- **Bilgi Desteği:** Bir bireye karşılaştığı sorunu anlaması, tanımlaması ve o sorunun üstesinden gelebilmesi konusunda yardımda bulunmayı ifade etmektedir.
- **İşlevsel Destek:** Bireye maddi yardım ile bazı hizmetlerin sağlanmasına yönelik destektir. Stresi azaltıcı etkiye sahiptir.

Rosenfeld ve Richman (1997)'e göre sosyal destek aşağıda ifade edilen sekiz boyuttan oluşmaktadır:

- **Dinlenildiğini Bilme Desteği:** Bir bireyin diğer insanlar tarafından yargılanmaksızın dikkate alındığını bilmesi biçiminde verilen desteği ifade eder.
- **Duygusal Destek:** Bireyin başkalarınca korunup desteklendiğini bilmesini ifade etmektedir.
- **Duygusal Meydan Okuma:** Bir bireye sahip olduğu duygu, tutum ve değerlerini değerlendirmesine meydan okumak suretiyle destek vermeyi ifade etmektedir.
- **Gerçeği Doğrulama Desteği:** Destek alınan birey tarafından düşünceleri itibari ile uzlaşıldığını ve onun kendisini doğruladığını bilmesi durumudur.
- **Takdir Desteği:** Gösterilen gayretlerin takdir edilip övüldüğü bilincine sahip olma durumudur.
- **Göreve Meydan Okuma:** Destek bekleyen bireye, yaratıcı özelliğini iletme ve yaptığı iş için heyecanını artırma amacıyla iyi niyetli ve bilinçli bir şekilde meydan okunmasını ifade eder.
- **Ekonomik Destek:** Bireyin ihtiyaç anında para, araç vb. maddi desteğe ulaşabileceğine dair algıyı ifade eder.
- **Kişisel Destek:** Bireyin ihtiyaç duyduğunda başkalarından bireysel konularda yardım alabilmesini ifade eder.

Tardy (1985) ise; sosyal destek boyutlarını aşağıda belirtilen beş boyut halinde ifade etmiştir;

- Desteğin tanımı ve değerlendirmesi,

- Yönu (Alma/verme),
- Eğilim (Destek verecek kaynakların süreli hazır ve kullanılabılır olması),
- Destek kapsamı (duygusal, bilgisel, araçsal destek benzeri),
- Sosyal ağ desteği.

2.1.3 Sosyal desteğin kaynakları

Sosyal destek ihtiyacı bireyler tarafından çevrelerindeki sosyal ağları aracılığı ile karşılanmaktadır. Bireyler ilk sosyalleşme süreçlerine anne-babaları ile başlamakta, ardından okul hayatıyla sosyal ağı daha da genişlemektedir. Bowlby ileri sürdüğü teorisinde, bir bireyin ilk zamanlarda ailesiyle arasındaki sosyal ilişkisinin kalitesinin gelecekteki bütün sosyal ilişkilerinde kaliteyi belirlemektedir (Tüzün ve Sayar, 2006). Dolayısı ile bireylerin artan sosyal ihtiyaçlarını genişleyen sosyal ağlarındaki bireylerle karşılaşmaları beklenmektedir.

Bireylerin sosyal ağlarında bulunan ve kendilerinden destek alabildikleri sosyal destek kaynakları, genel itibari ile resmi ve gayri resmi destek olarak iki temel kategoride ele alınmaktadır. Resmi destek kaynaklarıyla, çocuklar ve yaşlılar gibi özel bir risk altında olabilen bireyler veya genel manada bütün insanlar için açık olan kaynakları ifade etmektedir. Bu kaynaklar; resmi kurumlar ve kuruluşlar ile kanuni çerçevede hizmet sağlayan sivil toplum kuruluşlarından meydana gelmektedir. Resmi olmayan sosyal destek kaynakları ise, en başta aile (ebeveyn, eş, kardeşler vs.) olmak üzere arkadaşlar, partnerler, iş arkadaşları, akran grupları ile komşulardan oluşmaktadır (Özbesler, 2001; Şenel, 2015).

Yıldırım (2006)'ya göre sosyal destek çemberi dâhilinde bir çocuğun hayatında en fazla önem arz eden ebeveynleri çemberin ilk sırasında yer alır. Çocuğun sosyal destek kaynakları arasında bulunan sınıf/mahalle arkadaşları çemberde ikinci sırada yer almaktadır. Sosyal destek çemberinde üçüncü sırada ise çocuğun okul ortamına uyumu, okulunu sevmesi ve akademik başarı açısından desteklenmesi noktasında sosyal destek çemberinin ikinci sırasında öğretmeni gelmektedir. Öğretmenin ardından çemberde abla, ağabey, nine, dede, amca, hala, teyze ve dayı bulunurken, ergenliğe girişle birlikte çembere sevgili de dâhil olmaktadır. Bireyin destek çemberinde bu kişiler haricinde psikolojik danışman gibi diğer kimseler de bulunmaktadır.

İlköğretim çağında 7 ve 8'inci sınıf öğrencilerinin sosyal destek kaynaklarına yönelik olarak Cullingford ve Morrison (1997) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, öğrenciler için en önemli destek kaynağının anne ve babaları ile öğretmenleri olduğu, söz konusu desteğin ebeveynleri ve öğretmenlerince sağlanamadığı durumlarda öğrencilerin sorunlarını arkadaşları veya kendilerinin çözmeye çalışacağı ifade edilmiştir.

2.1.4 Sosyal desteğin fonksiyonları

Sosyal desteklerin bireyler açısından üstlendikleri pek çok fonksiyon bulunmakta olup, bunların aşağıdaki şekilde özetlenmesi mümkündür (Kazak ve Marvin, 1984; Dunst ve Trivette, 1986):

- Sosyal destekler bireyler için ihtiyaç duydukları hizmet ve malzemeleri sağlamak suretiyle duygusal açıdan rahatlık verir,
- Sosyal destekler, sorunlara ilişkin olarak bireyler için rehber görevi üstlenmekte ve bu sorunların üstesinden gelebilme yolları sağlamaktadır,
- Bireylere performanslarını geliştirebilecekleri geri bildirimler sağlar,
- Bireylere uyum noktasında ve kişisel gelişim açısından katkı sağlar,
- Gerek gündelik hayatta gerekse kriz ve ihtiyaç anında kişisel bağlantılar sağlamak suretiyle bireyleri olumsuz stres etkilerinden korurlar.

House (1981; Akt. Yıldırım, 1997) sosyal destek sistemlerinin bireylere üç biçimde yardımcı olduğunu ifade etmiştir:

- Bireyin hayatına olumsuz biçimde etki eden stres unsurlarının etkisini azaltmakta ya da bu unsurların ortadan kaldırılmasını daha kolay hale getirmektedir,
- Hayata dair olumsuz durumların karşısında baş etme ve dayanma güçlerini arttırmak suretiyle bireylerin sağlık durumlarının iyileşmesine katkılar sağlamaktadır,
- Çevresel stres nedeni faktörler karşısında kısmi ya da bütünüyle tampon ya da engelleyici rol üstlenerek bireylere yardımcı olur.

Sosyal desteğin hastalıklar karşısında koruyucu bir etkisi bulunduğunu açıklayan Caplan (1974; Akt. Yardımcı, 2007)'a göre sosyal destek aşağıda belirtilen işlevleri yerine getirmektedir:

- Sosyal destek bireylere duygusal sorunlarının üstesinde gelme konusunda psikolojik ve içsel kaynakları harekete geçirerek yardım eder,
- Bireylerin sahip olduğu sorumluluklarını paylaşmalarını sağlar,
- Para, beceri, bilgi, eşya benzeri temel gereksinimlerini elde etmelerini sağlayıp içerisinde bulundukları zor durumlarla baş etmede yardımcı olur,
- Bireylerin etrafındaki önemli şahıslardan meydana gelen koruyucu bir mekanizma görevi görür.

2.1.5 Algılanan sosyal destek kavramı

Literatürde sosyal desteğe ilişkin çalışmalarda, algılanan sosyal destek ve sağlanan sosyal destek şeklinde iki farklı kavramın öne çıktığı görülmüştür. Sarason tarafından da alınan ve algılanan sosyal destek şeklinde ayrıma gidilmiştir. Alınan sosyal destekte gerçekten bireyin ne aldığı üzerinde durulurken, algılanan sosyal destek kavramı ise daha ziyade psikolojik sağlığa ilişkin bir kavramdır (Sarason, Sarason ve Pierce, 1990).

Kef (1997)'ye göre algılanan sosyal destek bir bireyin diğer bireylerle güvenilir bağlara sahip olduğu ve destek sağlayacağı konusundaki bilişsel algılamaya iken, sağlanan sosyal destek kavramı desteğin davranışsal değerlendirmesi olarak kabul edilmekte ve belirli bir zaman dilimi içerisinde destek kaynakları aracılığı ile ulaşılan sosyal destek miktarını ifade etmektedir.

Sağlanan ve algılanan sosyal destek kavramları özdeş kavramlar değildir. Uzun süreden beri sosyal destek bireyler açısından faydalı olarak kabul edilmesine rağmen, sağlık sorunlarına bakan yönüyle bilhassa algılanan sosyal desteğin daha iyi bir yordayıcı olduğu kabul görmekte (Helgeson, 1993; Gurung ve diğ., 2001) ve algılanan sosyal destek ile düşük seviyeli anksiyete ve psikolojik rahatsızlıklar arasında pozitif ilişki olduğu belirtilmektedir (Matud vd., 2003).

2.1.5.1 Algılanan sosyal desteğin tanımı

Algılanan sosyal destek, bir bireyin diğer bireylerden elde edebildiği saygı, sevgi ve sosyal bağlanmaya dair sübjektif bilişsel değerlendirmedir. Algılanan sosyal destek, bireyin değer verildiğini, sevildiğini, önemli olduğunu ve ilişkilerinde iyi olduğunu hissetmesini içerir (Oktan, 2005).

Karadağ (2007)'a göre algılanan sosyal destek “bireylerin hayatlarının muhtelif rolleri itibari ile geliştirmiş olduğu, kendilerine değer verilip özen gösterildiği, ihtiyaç anında başvurulabilecek insanların olduğu, başkalarıyla ilişkilerinde tatmin olduğuna yönelik inancını gösteren genel kanıdır”.

Algılanan sosyal destek Sorias'a göre sosyal ilişkilerin algılanma biçimi ve sosyal ağın bireyin üzerinde bıraktığı etki ile yakından ilişkilidir. Sosyal ağ, birey ile etrafındaki diğer bireyler arasındaki ilişki ve bağları ifade eden bir terimdir. Sosyal ağın yeteri kadar destek sağlayıp sağlamadığı konusunda bireyin sahip olduğu genel izlenim algılanan sosyal destek şeklinde tanımlanmaktadır (Sorias, 1988). Bunun altında yatan neden ise sosyal ağların her zaman destekleyici olmadığının düşünülmesidir. Bireyler tarafından destek verme yönünde yapılan girişimler zaman zaman boşa çıkabilmekte, diğer bir ifade ile iyi niyetli gayretler yardımcı olmada başarısızlığa uğrayabilmekte veya strese maruz birey için olayları daha kötü hale getirebilmektedir (Demirtaş, 2007).

Algılanan sosyal destek, birey tarafından kendisine biçilen genel değer şeklinde de tanımlanabilmektedir. Hayatın muhtelif alanlarında aranan, değer verilen, sevilen, gerektiğinde de ihtiyacı olduğu yardımı bulabilen bireyin, insanlar ile geliştirdiği ilişkilerinde daha çok doyum sağladığı ve başkalarınca desteklendiği duygusuna sahip olduğu ileri sürülmektedir (Okanlı, 1999).

Bireyler tarafından sosyal destek yüksek olarak algılandığında; depresyon, stres ve kaygı düzeylerinde düşme görülürken, benlik saygısı ile uyum düzeylerinde yükselme olduğu belirlenmiştir (Elmacı, 2001; Gürkan, 1998; Sim, 2000).

2.1.5.2 Ergenlik döneminde algılanan sosyal destek

Ergenlik dönemine yönelik çalışmalar incelendiğinde; UNICEF (2011)'in yaptığı tanımda bu dönemi erken ve geç ergenlik şeklinde iki dönem halinde ele almaktadır. Bu tanımlamada yer alan erken ergenlik dönemi 10-14 yaş grubunu, geç ergenlik dönemi ise 15-19 yaş grubunu kapsamaktadır. Pawlowski ve Hamilton (2008) bu dönemi erken, orta ve geç ergenlik dönemleri olmak üzere üç dönem halinde incelemiştir. Derman (2008) ise çalışmasında; ergenlik dönemini benzer şekilde üç dönem halinde incelemiş; 12-14 yaş aralığını erken ergenlik, 15-18 yaş aralığını orta ergenlik, 18 yaşta başlayıp kimlik duygusu kazanımına değin devam eden dönemi ise geç ergenlik dönemi şeklinde nitelemiştir. Ortaokul öğrencileri üzerinde

gerçekleştirilen bu araştırma örneklemini meydana getiren 11-14 yaş arası öğrencilerin erken ergenlik dönemi özelliklerini taşıması nedeniyle, erken ergenlik döneminin özellikleri üzerinde durulmuştur.

Erken ergenlik döneminde fiziksel değişimler ön planda olup, çocukluk döneminden yetişkinliğe geçiş kapsamında ergen bireyin yaşadığı fiziki değişime ayak uydurması gerekmektedir. Ergen birey değişen bedenine uyum sağlama noktasında duygusal dalgalanmalar göstermektedir. Bu dönemde ergenler bedensel değişime odaklanırken, sıkıntıları ile endişelerinin kaynağını kendi bedeni oluşturmaktadır. Bedeninde yaşadığı gelişmeleri akranları ile karşılaştırıp değerlendirmekte, böylece ergenin beden imgesini belirlemektedir. Ergenlik belirtilerinin erkenden görülmesi, bireyin kendine güven ve akranları arasında yer edinmesini sağlayabilmekte, fakat bu belirtiler ergen bireyin kendisinden daha büyük yaşta arkadaşlar edinmesine ve dolayısıyla hem sosyal alanda hem de ailesiyle ilişkileri noktasında bir takım sorunlara neden olabilmektedir. Ergen birey hazır olmadığı halde bir takım davranışlara yönelebilmektedir (Ulukol, 2001; Dönmezer, 2003).

Erken büyüme erkeklerde ruh sağlığı bakımından pozitif değişimlere neden olurken, kadınlardaysa anksiyete, düşük benlik algısı, depresyon gelişmesine sebep olabilmektedir. Ergenlik döneminde bireyler bedenlerindeki hızlı değişimle baş etmeye çabalamakta, üreme organlarının gelişimi ile birlikte çocukluktan farklı olarak erkek ve kadın kimliklerini algılamakta ve toplumsal cinsiyet rollerini gerçekleştirme uğraşına girmektedir. Cinsiyete uygun Söz konusu rollerin içselleştirilmesiyle cinsel kimlik oluşumu tamamlanmaktadır. Aile ile birlikte yapılan aktiviteler yerini, çoğunlukla hem cinsi ergen bireylerle yapılan arkadaşlıklara ve grup aktivitelerine bırakmaktadır. Ergenlik döneminde yakın arkadaşlıklar kurma ve gruba uyum sağlama sosyal gelişimin önemli bir parçasıdır. Bu dönemde ergenler aileleri ile çatışma sürecine girerken, gelecek kaygısı hissetmekte ve ölümü fark edebilmektedir (Derman, 2008).

Bu dönem ergenlerin kendilerini bir karmaşa içerisinde hissettikleri, mücadele etmelerini gerektiren bir dönem olarak nitelenebilir. Bu dönem içinde gerek öteki insanlar ile kurulan etkileşim gerekse algılanan sosyal destek; ergenler için sorunlara çözüm üretebilmede, geleceğe dönük sağlıklı ilişkiler geliştirmede, durumun gerektirdiği şekilde karar vermede ve umut dolu bakış açısı elde edebilmede oldukça etkilidir (Altay, 2007).

Ergenlik sosyal desteğe en çok ihtiyaç dönemlerden biridir. Bu dönemde ergenler, davranışları ile tutumlarını model olarak alabilecekleri uygun kişiler ile özdeşim kurma gereksinimi hissederler (Çakar ve Kulaksızoğlu, 1997).

Ergenler başkalarından yeterince destek alamadıkları durumlarda kendi sağlıklarına olumsuz olarak etki eden alınganlık gibi duygular geliştirebilmektedir. Kendilerini uyumsuz ve bunalmış hissedebilmekte, gelişimlerinin devam etmesi sebebiyle acil yardım elde edemediklerinde bir takım duygular geliştirebilmektedirler. Depresyon ile anksiyete ergenlerde en sık karşılaşılan iki temel psikolojik bozukluk türüdür (Clark, 2006).

Gerek bireysel özellikleri gerekse içerisinde bulundukları dönem dolayısıyla ergenlerin motivasyon, kapasite ve stres anındaki geribildirimleri birbirlerine nazaran değişiklik gösterebilmekte olup, onlara sağlanacak destekte bu hususların dikkate alınması daha iyi bir toplum açısından önem arz etmektedir (Hayman ve diğ., 2002).

Sosyal desteğin eksikliği, hem duygusal hem de fiziksel bazı sorunların yaşanması bakımından çocuk ve ergenlerde risk teşkil etmektedir. Yetersiz sosyal destek; madde kullanımı, suça yönelik davranışlar, olumsuz duygulanım ile kaygı açılarından önemli birer yordayıcısıdır (Mason, 2004; Holt ve Espelage, 2005; Varni ve Katz, 1997). Kendilik değeri, psikolojik sağlık ve umutsuzluk için önemli bir değişken olan sosyal desteğin eksikliği ergenlerin intihar vakalarında ikincil bir risk faktörü olarak görülmektedir (Terzi ve Kapıcı, 2005).

Hayatın stres içeren olaylarının karşısında, sosyal destek seviyeleri yüksek olan ergenlerin göstermiş oldukları depresyon ve kaygı belirtileri ile muhtelif davranış sorunları, destek düzeyleri daha az olan yaşlılarına kıyasla daha düşük düzeydedir (Barrera ve diğ., 2004).

Bayram (1999) ergenlere yönelik araştırmasında algıladıkları sosyal destek düzeylerinin artması ile beraber psiko-sosyal iyilik düzeylerinin de daha iyi olduğunu, tam tersi durumda azalan destek düzeyinin ise psiko-sosyal iyilik düzeylerinin bozulmasına ve davranış problemleri bakımından artış yaşanmasına neden olduğunu belirtmiş, ayrıca gelir durumu düşük ailelerde algılanan aile ve arkadaş desteği düzeyinin de azaldığını ifade etmiştir.

2.1.6 Ergenlik döneminde sosyal destek kaynakları

Tanıdıkları ve yabancı bireylerin meydana getirdiği sosyal ağları içerisinde ergenler amaçlarına ulaşma, ihtiyaçlarını karşılama ve problemlerini çözebilme adına bu ağları kullanmayı tercih etmektedir. Egenler tarafından sosyal destek alınabilecek kimseler arasında ilk sırada kuşkusuz, en çok etkileşimde bulunduğu anne ve babası yer almaktadır. Ebeveynlerin ardından ise ailenin diğer üyeleri, arkadaş ve akranlar, öğretmen ve antrenörler, resmi rehberler, dini liderler ya da öteki yetişkin kimseler gelmektedir (Vietze ve diğ., 2010).

Ergenlik dönemi süresince etraflarından bağımsız biçimde kararlar verebilme çabası sergileyen ergen bireyler, bir yandan da aileleri, yakın çevreleri ile arkadaşlarının desteklerinden mahrum kalmak istemezler. Hayatın içerisinde daha çok mücadele edilmesi gerektiğini bu dönemde fark eden ergen bireylere, önemli kararlar alma mecburiyeti durumunda destek sağlanması önem arz etmektedir. Bu dönemde onların sosyal destek kaynaklarını aileler, arkadaşları, akrabaları, öğretmen ve komşuları oluşturmaktadır (Karadağ, 2007).

Yıldırım (1998)'da ergenlerin en fazla sosyal desteği aileler, arkadaşlar ve öğretmenlerinden aldığını ifade etmiş, ayrıca bu dönemde ailelerin ergenlerin destek kaynaklarını kimlerin oluşturduğunu bilmelerinin önem taşıdığını vurgulamıştır.

2.1.6.1 Aileden algılanan sosyal destek

Sosyal birer varlık olarak insanlar için en fazla önem arz eden sosyal destek kaynağı aileleridir. Lise düzeyindeki öğrenciler üzerinde yapılan araştırmalarda; algılanan aile sosyal destek düzeyi ile sosyal problemler çözebilme arasında pozitif yönlü (Arslan, 2009), aile destek düzeylerinin artmasının stres ile baş edebilme düzeylerini artırdığı (Demirtaş, 2007) ayrıca akademik başarı düzeyinin de artmasını (Wang ve Sound, 2008) sağladığı belirlenmiştir.

Wallerstein (1983)'a göre ailelerden algılanan sosyal destek düzeylerinin ergenlerin psikolojik sağlıkları üzerinde önemli etkileri bulunmaktadır. Ailelerden algılanan sosyal destek ile sağlanan doyum, ergenlerin yaşadığı depresyon ve davranış problemlerinde azalmaya neden olmaktadır (Akt. Erdeğer, 2001).

Ergen bireylerin en önemli sosyal destek kaynakları olan aileleri ile ilişkilerinin kaliteleri, onların strese karşı cevaplarına da oldukça etki etmektedir. Çünkü ergen

bireyler stres içeren olaylara sık sık aileleri yanında maruz kalmakta olup, bu durumlarda ailenin çocuğuna stresle başa çıkabilme hususunda yardımcı olması gerekmektedir. Yeteri oranda sosyal desteğin sağlanmış olduğu aile ortamları içerisinde ergen bireyler topluma uyumlu ve cesaretli bireyler olarak yetişmektedirler.

Ayrıca araştırmalar sonucunda, öğrencilerin okula uyum ve devamı ile akademik başarıları, sağlıklı karar verebilmeleri, depresif duygularının önlenmesi, olumsuz davranışlarının azaltılması, uyum düzeylerinin artırılması benzeri konularda aileden algılanan sosyal desteğe, bilhassa aile desteğine vurgu yapılmaktadır (Yıldırım, 2006).

Ergenlerde aileden algılanan sosyal destek konusunda üzerinde durulması gereken konulardan biri de okul başarısıdır. Günümüzde eğitimdeki başarı pek çok öğrenci için odak noktasıdır (Baltaş, 1993). Okul başarısı üzerine yapılan çalışmalarda birçok faktörün akademik başarıda etkili olduğu belirlenmiş, akademik başarı düzeyi düşük olan öğrencilerin yüksek başarı düzeyine sahip öğrencilere kıyasla daha fazla sosyal desteğe, bilhassa aile desteğine ihtiyaç duydukları ortaya konulmuştur. Ayrıca akademik başarının yanı sıra okula uyum, depresif duygulanımın engellenmesi, sağlıklı karar verebilme, stresle mücadele veya stresten korunma, olumsuz davranışlarda azalma benzeri konularda benzer şekilde aile desteğinin önemli olduğu vurgulanmaktadır (Yıldırım, 2006).

2.1.6.2 Arkadaşlardan algılanan sosyal destek

Ergenler açısından önem arz eden bir diğer sosyal destek kaynağı da arkadaşlardan algılanan sosyal destektir. Arkadaşlığın önem kazanmasının ardından akranlarının baskısı, hayatın ilk dönemlerinden itibaren çocuk bakımından önemli bir destek kaynağı olan kendi ailesinin etki düzeyine denk, zaman zaman da onlardan daha etkin bir hal almaktadır. Ergenlerin en belirgin özelliklerinden biri, onların yaşlılarına büyük önem verip onlardan önemli ölçüde etkilenmeleridir. Zamanlarının büyük bölümünde aileleri haricinde akranları ile vakit geçiren ergenler için, akranlarının değer, tutum ve ilgileri ergen bireyler üzerinde zaman zaman kendi ailelerinden daha fazla etkilidir. Pek çok araştırma arkadaşlığın psikolojik açıdan iyileştirme ve yaşam stresini azaltma hususunda önemli bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır (Cüceloğlu, 1991).

Ergenlerin arkadaşlarıyla kurdukları ilişkiler ebeveynleriyle kurdukları ilişki biçiminden daha farklıdır. Ergen bireyler arkadaşlık ilişkileri ile sosyal ilişkiler kurma, güvenli davranış sergileme, kendi düşünce ve duygularını ifade etme, başkalarının düşüncelerini anlayışla karşılama hususlarını öğrenirler. Bu dönemdeki arkadaşlıklar ergenlerin öz saygılarını arttırırken, sosyal becerilerini geliştirme adına fırsatlar doğurmakta, bireysel gelişimlerini daha doğru biçimde değerlendirmelerini sağlamakta, bir gruba aidiyet ihtiyaçlarını karşılamaktadır (Yücel, 2009).

Arkadaşları ile birlikte olma ve onlarla etkileşim ve iletişim içerisinde olma; kendileri hakkında fikir sahibi olma, başkalarının kendilerini nasıl algıladıklarını fark etme ve arkadaşlarının arasında nispi biçimde sahip oldukları algılama bakımından ergen bireylerin sosyal gelişimlerine ciddi katkılar sağlamaktadır (Saraçoğlu, 2000).

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarını gidermede arkadaşlarından algılanan sosyal destek düzeylerinin artmasının iyilik halinde artışa neden olduğu vurgulanmaktadır (Lynch ve Cicchetti, 1997).

Arkadaşlardan algılanan sosyal desteğin yetersizliği ise, ergen bireylerin bir gruba ait olma duygularını olumsuz etkilemekte, yabancılaşıma ve yalıtım ile ilişkili olarak okul terki veya okula devam edilmemesi riskini meydana getirebilmektedir (Lagana, 2004).

2.1.6.3 Okul ortamı ve sosyal destek

Toplumlar gelişip aile bireylerinin tümü iş hayatı içerisinde yer almasıyla çocukların eğitimleri resmi eğitim kurumlarınca yerine getirilmekte, ailelerin çocuğun üzerindeki etkisi azalmaktadır (Fidan, 1996). Pavri ve Amaya (2001) da öğrenciler için en etkin destek kaynağını ailesi olarak görmekle birlikte zamanlarının büyük kısmında onlardan ayrı olmaları nedeniyle aileler haricindeki destek kaynakları daha fazla önem kazanır. Bu kaynaklar arasında çocuğun en fazla vakit geçirdiği okul ortamı ile bu ortamdaki öğretmen ayrı bir öneme sahiptir.

Okul, ergen bireyin evinden sonra en fazla vakit geçirdiği ortamdır. Bu ortamda çocuk, aile ortamında öğrenmiş olduğu kuralları daha kapsamlı biçimde öğrenmektedir. Daha evvel farkında olmadığı kurallar ile karşılaşmakta, tanışmadığı insanlar ile tanışmaktadır. Okul hayatı süresince öğrenci derslerinde başarılı olmak üzere anne ve babasından destek almaktadır. Öğrenciler bu dönemde birbirlerine kendi aralarında destek sağlamaktadır.

Okul ortamında en büyük destek kaynağı ise öğretmenlerdir. Öğretmenler öğrencileri ile yakından ilgilenmekte, onlara yardımcı olarak destek olmaktadır. Araştırmacılar ergenlerin psikolojik gereksinimlerini karşılamada öğretmenlerinden yeterince destek algıladıklarında benlik saygılarında (Arslan, 2009), motivasyonlarında (Wentzel vd., 2010) ve öğrenme düzeylerinde (Hattie, 2009) artış yaşandığını; diğer taraftan öğretmenden algılanan sosyal destek ile sürekli ifade ve öfke ifadesinin aralarında negatif ilişki bulunduğunu (Arslan, 2009) ifade etmektedir. Bunun yanı sıra ergenlerin akademik açıdan kendilerine olan inançları ile algıladıkları öğretmen desteği arasında da pozitif ilişki olduğu bilinmektedir (Mercer vd., 2010).

2.1.7 Algılanan sosyal destekle ilgili yapılan araştırmalar

Cırık (2012) İstanbul'da gerçekleştirdiği çalışmasında ilköğretim 5, 6, 7 ve 8'nci sınıf öğrencileri tarafından algılanan sosyal destek düzeylerini incelemiştir. Çalışmanın örneklemini İstanbul Avrupa yakasında ilköğretim 5-8'nci sınıflarda öğrenim gören toplam 2148 öğrenci oluştururken, veriler anket yoluyla elde edilmiştir. Çalışmanın sonucunda; öğrenciler tarafından algılanan sosyal destek düzeyleri akademik başarı düzeyi yüksek olan öğrencilerde düşük öğrencilere kıyasla daha yüksek olarak bulunmuştur. Sınıf düzeyi küçük öğrencilerin sosyal destek algıları büyük olan öğrencilere kıyasla daha yüksek olarak belirlenmiştir. Cinsiyet bakımından algılanan destek algılarında kızlar erkeklerden daha yüksek olarak saptanmış, anne ve baba eğitim durumu ile öğrencilerin sosyal destek algıları arasında pozitif ilişki olduğu görülmüştür.

Tanrıverdi (2012) tarafından Batman'da yapılan bir araştırmada ortaöğretim öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma örneklemini lisede öğrenim gören 999 öğrenciden oluşurken, anket aracılığı ile veriler elde edilmiştir. Araştırmanın sonucunda; algılanan sosyal destekle internet bağımlılığı arasında negatif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir.

Traş ve Arslan (2013)'ün Konya'da gerçekleştirdiği çalışmasında ergenlerin sosyal yetkinlikleri, algıladıkları sosyal destek bakımından incelenmiştir. Lisede öğrenim gören 617 öğrencinin iştirak ettiği çalışmanın verileri anket yoluyla toplanmıştır. Araştırmanın sonucunda; sosyal yetkinlikle aile, arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal desteğin aralarında pozitif ilişki olduğu, her üç desteğin de sosyal yetkinliğin yordayıcısı oldukları saptanmıştır. Öğrencilerin algıladıkları destek düzeyleri

incelendiğinde; en fazla desteğin sırasıyla aile, öğretmenler ve arkadaşlardan algılandığı belirlenmiştir.

Gündoğan (2016) tarafından yapılan çalışmada ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık seviyeleri, öznel iyi oluş ve algılanan sosyal destek bakımından incelenmiştir. Çalışmanın örneklemini Niğde’de öğrenim gören 548 lise öğrencisi meydana getirirken, araştırma verileri anket yoluyla elde edilmiştir. Çalışma sonucunda; algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş ile saldırganlık düzeyi arasında negatif yönlü, algılanan sosyal destek ile öznel iyi oluşun arasında ise pozitif yönlü ilişki bulunduğu; algılanan sosyal destek düzeyinin sadece akademik başarı değişkenine göre farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Eroğlu ve Peker (2011)’in Sakarya’daki lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada aile ve arkadaştan algılanan sosyal destekle siber mağduriyet ilişkisi ele alınmıştır. Çalışmaya 370 lise öğrencisi katılırken, veriler anket vasıtası ile toplanmıştır. Çalışma sonucunda; aile ve arkadaştan algılanan sosyal destek ile siber mağduriyet arasında negatif yönlü ilişki olduğu saptanmıştır.

Demirtaş (2007)’ın Ankara’da yaptığı ve ilköğretim 8’inci sınıf öğrencilerinin iştirak ettiği çalışmada öğrencilerin algıladıkları sosyal destek düzeyi ile yalnızlık ve stres ile başa çıkabilme düzeyleri arasındaki ilişki ele alınmıştır. 230 öğrencinin iştirak ettiği çalışmanın verileri anket yoluyla toplanmıştır. Çalışma sonucunda; stres ile başa çıkabilme ile aileden algılanan sosyal destek arasında pozitif yönlü; yalnızlık ile stresle başa çıkabilme arasında negatif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir. bununla birlikte arkadaş ve öğretmenden algılanan destek ile stresle başa çıkabilme arasında ilişki tespit edilmemiştir. Ayrıca öğrencilerin cinsiyetlerine göre algılanan sosyal destek düzeyleri arasında herhangi bir fark belirlenmemiştir.

Yardımcı (2007)’nin Ankara’da gerçekleştirdiği çalışmasında ilköğretim öğrencilerinin algıladıkları sosyal destekle öz yeterlilikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmaya Ankara’daki 623 ilköğretim öğrencisi iştirak etmiş, araştırma verileri anket yoluyla toplanmıştır. Çalışma sonucunda; algılanan sosyal destekle öz yeterliliğin arasında pozitif yönlü zayıf ilişki olduğu ve ergenlerde algılanan sosyal desteğin öz yeterlilik düzeylerine etki ettiği belirlenmiştir. Öğrencilerde cinsiyet, aile ekonomik durumu, sınıf, başarı durumu ve sağlık durumu

değişkenlerinin öz yeterlik ve algılanan sosyal desteğe etki eden değişkenler olduğu tespit edilmiştir.

Kewalramani ve Ahirwar (2018), Hindistan'daki ergenler üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada öz-yeterlilik, mutluluk ve algılanan sosyal desteğin akademik performans üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma verilerinin anket yoluyla toplandığı çalışmaya 100 kız öğrenci iştirak etmiştir. Çalışmanın sonucunda; algılanan destek (aile ve arkadaş), öz-yeterlilik ve mutluluğun akademik başarı üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir. Aileden algılanan sosyal desteğin akademik başarı üzerinde oldukça etkili olduğu, arkadaştan algılanan desteğin ise benzer oranda etkin olmadığı tespit edilmiştir. Arkadaştan algılanan sosyal destek, öz-yeterlilik ve mutluluk arasında pozitif ilişki bulunduğu, üç değişkenden birindeki azalma veya artma diğer ikisine de etki ettiği saptanmıştır.

Casiano (2018), ABD'de gerçekleştirdiği çalışmada kolej öğrencileri üzerinde algılanan sosyal destek, öz saygı ve etnik mikrosaldırıcılığı incelemiştir. Anket ve mülakat yoluyla verileri toplanan çalışmada; 5 öğrenci ile mülakat gerçekleştirilmiş, 81 öğrenciye de anket uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda; aileden algılanan destek ile diğer kimselerden algılanan destek arasında pozitif ilişki olduğu belirlenmiştir. Mülakat analizi sonucunda; bazı öğrenciler tarafından aileden algılanan destek temel destek unsuru olarak kabul edildiği, bazıları tarafından ise birden fazla destek kaynağının ifade edildiği belirlenmiştir. Öğrenciler tarafından bunun yanında algıladıkları desteğin öz-saygı ve mikrosaldırıcılık algılarını yönetmede baş etme aracı olarak değerlendirdikleri belirlenmiştir.

Naila ve Takwin (2017)'nin Endonezya'da yüksek intihar oranlarının görüldüğü bir bölgede lise öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarında, algılanan sosyal desteğin intihar düşüncesinin yordayıcısı olup olmadığını incelemiştir. Araştırmaya 260 lise öğrencisi iştirak etmiş, araştırma verileri anket yoluyla toplanmıştır. Çalışmanın sonucunda; kız öğrencilerin algıladıkları destek düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu, intihar oranlarının düşmesi ile algılanan sosyal destek arasında pozitif ilişki olduğu, dolayısıyla intihar düşüncesini azaltmada algılanan sosyal desteğin iyi bir yordayıcı olarak kabul edilebileceği belirlenmiştir.

Csibi ve diğ. (2018) tarafından Romanya'da lise öğrencilerinin iştiraki ile yapılan çalışmada, sigara içme davranışı ile aile ve okuldan algılanan sosyal destek, öz-saygı,

yaşam tatmini ilişkisi ele alınmıştır. Çalışmaya 17-18 yaş aralığında 447 lise öğrencisi iştirak etmiş, araştırma verileri ise anket aracılığı ile toplanmıştır. Araştırma sonucunda; sık sık sigara içen öğrencilerin arkadaşları ile daha fazla vakit harcadıkları, yaşam tatmini düzeylerinin daha düşük olduğu, yaşam tatmin düzeylerinin daha düşük olduğu, aileleri ile öğretmenlerinden algıladıkları sosyal destek düzeylerinin de düşük olduğu belirlenmiştir.

Topbay (2016), İstanbul'da gerçekleştirdiği çalışmasında ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerini, aile işlevleri ve algılanan sosyal destek düzeyleri bakımından ele almıştır. Çalışma verilerinin anket yoluyla toplandığı çalışmaya toplam 188 ortaokul öğrencisi iştirak etmiştir. Çalışmanın sonucunda; aile işlevi ile algılanan sosyal desteğin psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Aile, arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal destek düzeyinin artmasına paralel olarak psikolojik sağlamlık düzeyinin de arttığı, alınması beklenen sosyal destek ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasında fark bulunduğu belirlenmiştir.

2.2 Problemli İnternet Kullanımı

2.2.1 İnternetin tanımı

İletişim, dünya tarihinde insanlık için en temel ve önemli ihtiyaçlardan biri olmuştur. İnsanoğlu tarihte her dönemde iletişim konusunda yeni keşiflerde bulunmuş, artan keşifler sonrasında iletişim günümüzdeki düzeyine ulaşmış olup, içinde bulunulan dönemin “iletişim çağı” olarak adlandırılmasına neden olacak düzeyde öneme sahip olmuştur. Günümüzde ulaştığı gelişmişlik düzeyi ile birlikte en yaygın teknoloji araçlarından biri haline gelen internet, kolay ve ucuz bir araç olarak dünyanın hemen her yerinde bulunan insanlar ile kolayca iletişim kurulmasını mümkün kılmaktadır (Eroğlu, 2012:1).

Dünya tarihinde en önemli gelişmelerden biri olarak kabul edilen ve ortaya çıkışı askeri amaçlı bir projeye dayanan internet, İngilizcede “İnterconnected Networks”ün kısaltması olup, 1989'da soğuk savaşın ardından sosyal hayatın içerisinde kullanılmaya başlamıştır.

İnternetin, karşılaşılan ihtiyaçlar ve kullanım amaçlarına uygun olarak pek çok tanımı yapılmıştır. Gönül (2002) interneti; iki ya da daha fazla bilgisayar sistemini belli bir prosedür içerisinde karşılıklı olarak birbirlerine bağlayan, dünya ölçeğinde

yaygın olan, devamlı olarak gelişim gösteren ve çok yönlü bir iletişim aracı olarak tanımlarken, günümüzde bilgiye güvenli, hızlı, ucuz ve kolay ulaşmanın en çağdaş yönteminin internet olduğunu ifade etmiştir.

Köksalan ve Tel (2009) interneti dünyadaki bütün insanların birbirleriyle iletişim kurmalarını sağlayan, sosyo-ekonomik, siyasi ve kültürel boyutları bulunan çok yönlü kitle iletişim aracı şeklinde tanımlamıştır.

Öztürk ve diğ. (2007)'ne göre ise internet, dünya genelindeki bilgisayarların birbirleri ile iletişim kurmalarına, belli bir elektronik dil ile kurallar çerçevesinde olanak sağlayan, dünyanın değişik coğrafyalarında bulunan milyarlarca kullanıcı tarafından aynı ya da farklı zaman dilimlerinde kullanılan bir iletişim aracıdır. En fazla tercih edilen iletişim araçlarından biri olup, zaman ve mekân kısıtlaması olmadan sanal noktalar yaratmak suretiyle insanların birbirleriyle etkileşime geçmelerini ve haberleşmelerini sağlamakta, bundan dolayı da toplumsal yapıda değişim sağlayabilen bir etkinliğe sahip olduğu ifade edilmektedir.

Ülkemizde internetin gelişimine bakıldığında; ilk kez TÜBİTAK-ODTÜ ve Devlet Planlama Teşkilatı'nın bir projesi olarak 1993 yılında global internet ağına erişim sağlanmıştır. İlk erişim, Türkiye ile ABD'nin başkentleri arasında bulunan hatların üzerinden 64 kbit/s'lik olacak şekilde ODTÜ aracılığı ile sağlanmış, uzunca bir süre bütün ülkenin internet bağlanma noktası olarak burası kullanılmıştır. 1994 yılına gelindiğindeyse, çeşitli kurumlar ile firmalara internet erişim imkânı sağlanmış, ardından sırasıyla Ege Üniversitesi'nde 1994 yılında, Bilkent ve Boğaziçi Üniversite'lerinde 1995 yılında ve İstanbul Teknik Üniversitesi'nde ise 1996 yılında internet bağlantısı kurulmuştur (Gürcan, 2010).

1996 yılı ağustos ayına gelindiğinde TURNET çalışmaya başlamış, 1997 yılında akademik kurumlar arası internet erişimi sağlayan ULAKNET hizmete girmiş ve üniversitelerde internet bağlantısı sağlanmıştır. 1999 yılında büyük oranda değişen ticari ağ yapısı sonrasında TURNET yerini TTNET adlı yeni oluşuma bırakırken, 2000'lerin başından itibaren akademik kurumların yanı sıra ticari kullanıcılar da internet erişimine kavuşmuştur (Arısoy, 2009).

İlk zamanlarda sınırlı sayıdaki bir kitlenin kullandığı internet; özel servis sağlayıcılar, web ortamındaki Türkçe içerik sayılarındaki artış, bilgisayar

kullanımının giderek yaygın hale gelmesi ve fiyatlardaki düşüşle birlikte zaman içerisinde daha çok birey tarafından kullanılır olmuştur (Şimşek, 2010).

2.2.2 Dünya’da ve Türkiye’de internet kullanımı oranları

İnternet teknolojisi, ortaya çıkışından itibaren sürekli olarak gelişim göstermiş, özellikle 2000’li yıllardan itibaren bu gelişim hız kazanmıştır. Sahip olduğu araç ve etki mekanizmaları ile birlikte internet kitle iletişimi bakımından da çok köklü değişimler yaşanmasına sebep olmuştur (Özpolat, 2014). Kullanım ve ulaşımının kolaylığı, düşüncelerin kısıtlama olmadan ve kolaylıkla paylaşılabilmesi, dünyanın hemen her yerinde bulunan insanlar ile kolaylıkla fikir alışverişinde bulunulabilmesi gibi sahip olduğu temel özellikler sonrasında dünyanın her yanında ve her yaş grubunda internet kullanımı giderek artmıştır.

2018 yılı itibari ile dünyada internet kullanımına ilişkin istatistiki bilgiler Çizelge 2.1’de belirtilmiştir.

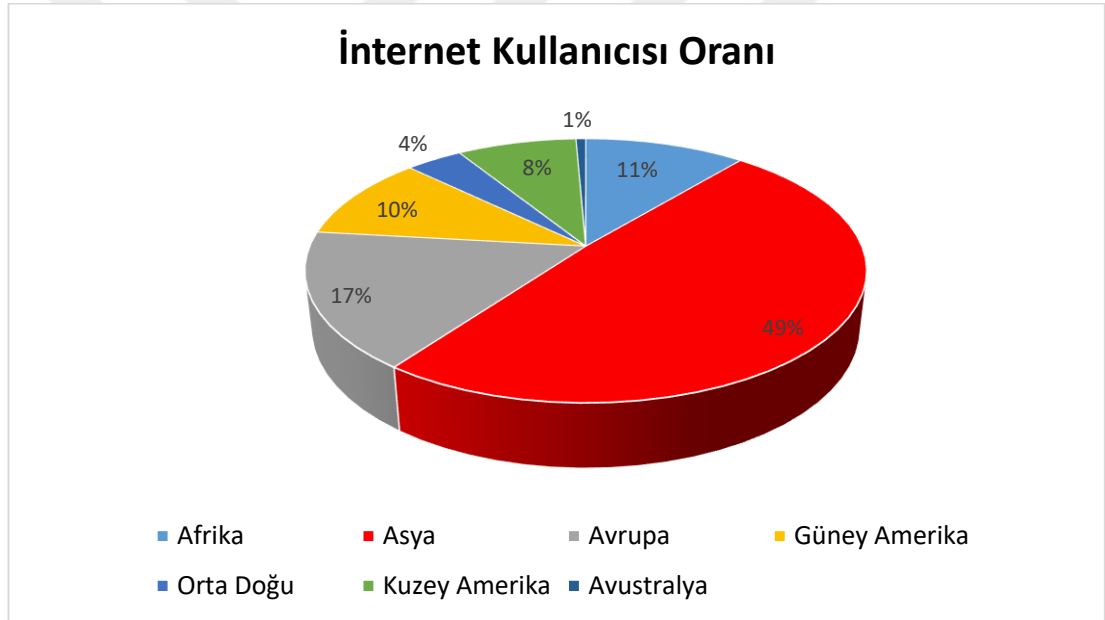
Çizelge 2.1: Dünya İnternet Kullanım İstatistikleri

Bölge	Nüfus (2018 Tahmini)	Dünya Nüfusuna Oranı (%)	İnternet Kullanıcı Sayısı (30 Haziran 2018)	İnternet Kullanım Oranı (%)	Büyüme (2000- 2018) (%)	İnternet Kullanıcı Oranı (%)
Afrika	1.287.914.329	16,9	464.923.169	36,1	10.199	11,0
Asya	4.207.588.157	55,1	2.062.197.366	49,0	1.704	49,0
Avrupa	827.650.849	10,8	705.064.923	85,2	570	16,8
Güney Amerika	652.047.996	8,5	438.248.446	67,2	2.325	10,4
Orta Doğu	254.438.981	3,3	164.037.259	64,5	4.894	3,9
Kuzey Amerika	363.844.662	4,8	345.660.847	95,0	219	8,2
Avustralya	41.273.454	0,6	28.439.277	68,9	273	0,7
Dünya Geneli	7.634.758.428	100,0	4.208.571.287	55,1	1.066	100,0

Kaynak: Internet World Stats, (2018). Internet Usage Statistics: The Internet Big Picture World Internet Users and 2018 Population Stats <https://www.internetworldstats.com/stats.htm>, (Erişim Tarihi: 02.11.2018).

Dünya genelinde internet kullanımı istatistikleri incelendiğinde;

- 2018 yılında dünya genelinde internet kullanıcılarının sayısının 4,208 milyardır. Söz konusu rakam dünyanın toplam nüfusunda %55,1'e denk gelmekte, diğer bir ifade ile dünyanın yarısından çoğu internet erişim imkânına sahiptir.
- Bölgeler arasında en yüksek internet erişim oranı % 95.0 ile Kuzey Amerika'ya, ardından da %85.2 ile Avrupa'ya aittir. Kullanıcı sayısı bakımından ise Asya kıtasının 2062 milyar kullanıcı ile ilk sırada yer almaktadır.
- 2000-2018 yılları arasında internet kullanıcı sayısı büyüme oranları bakımından ilk sırada Afrika kıtası gelirken, bu kıtayı Orta Doğu ile Güney Amerika takip etmektedir.



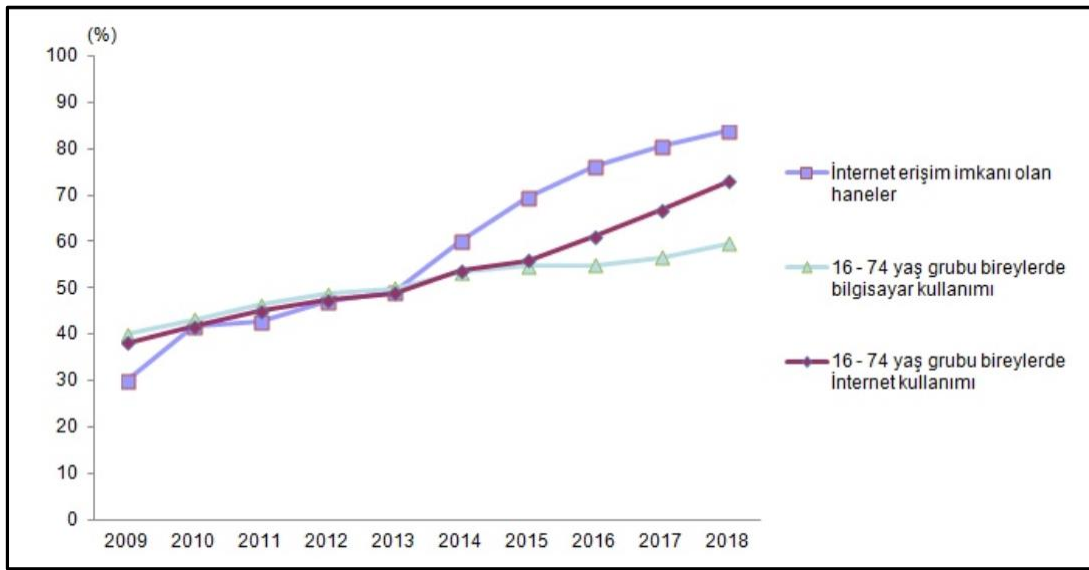
Şekil 2.1: Dünya Genelindeki İnternet Kullanıcılarının Bölgesel Dağılımı

Kaynak: WeAreSocial, 2017.

İngiltere merkezli küresel sosyal medya ajansı “We Are Social” ile Kanada merkezli sosyal medya yönetim platformu “Hootsuite” tarafından birlikte yayımlanan “2017 Yılı Küresel Dijital Raporu”na göre (WeAreSocial, 2017);

- Nüfusuna kıyasla internet erişimi imkânına sahip bireylerin oranı bakımından dünya genelinde ilk sırada %99 ile Birleşik Arap Emirlikleri gelirken, bu ülkeyi % 97 ile İsveç ve %96 ile Hollanda takip etmektedir.

- İnternet kullanıcı sayısındaki en büyük artış 2017 yılı içerisinde Katar'da gerçekleşirken, bu ülkeyi Birleşik Arap Emirlikleri ile Kuveyt izlemektedir.
- İnternet bağlantı hızında; sabit bağlantıda ilk sırada Singapur yer alırken, Hong Kong ile Güney Kore bu ülkenin ardından gelmiştir. Mobil bağlantıda ise ilk sırada Hollanda bulunurken, Türkiye dünya sıralamasında 14.sırada yer almaktadır.
- İnternette geçirilen süre ele alındığında; 9 saat 38 dakikalık kullanım süresi ile Tayland en fazla vakit geçiren ülke olup, Türkiye bu kategoride yine 14.sırada bulunmaktadır.



Şekil 2.2: 2009-2018 İnternet Kullanımı Temel Göstergeleri

Kaynak: TÜİK, 2018.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından yayımlanan “Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması-2018”na göre;

- 2018 yılında ülkemizde internet kullanım oranı 16-74 yaş grubundaki bireyler için %72,9 olarak belirlenmiş olup, 2017 yılında % 66,8 olan internet kullanım oranına göre artış yaşandığı tespit edilmiştir. İnternet kullanım oranları cinsiyete göre irdelendiğinde; erkeklerin % 80,4’ünün, kadınların ise % 65,5’inin internet kullandığı saptanmıştır.
- Ülkemizde hane bazında internet erişimine bakıldığında; internet erişim oranının % 83,3’tür. Diğer bir ifade ile her 10 evden 8’inde internet erişimi imkânının bulunmaktadır, bir önceki yıl ise söz konusu oran % 80,7 olarak tespit edilmiştir.

- 16-74 yaş grubunda yer alan bireyler arasında, kişisel kullanım amacı ile ürün ya da hizmet sipariş eden veya satın alanların oranı bir önceki yıla göre % 4,4'lük artış gösterip % 29,3 düzeyinde gerçekleşmiştir. İnternette alışverişlerde; erkeklerin %33,6'lık oranla % 25'lik orana sahip kadınlardan önde olduğu saptanmıştır.

Avrupa Birliği tarafından “Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Projesi” çerçevesinde 25 ülkede yürütülen ve 9-16 yaş aralığındaki 25.142 çocuk ve ebeveynin iştirak ettiği araştırma sonucunda çocuk ve gençlerde internet kullanım istatistikleri aşağıda belirtilmiştir (EU Kids Online, 2011):

- İnternet kullanımının çocukların günlük hayatlarının birer parçası olduğu belirlenmiştir. 9-16 yaş arasındaki çocukların %93'ü tarafından haftada en az 1 defa, %60'ı ise her gün ya da neredeyse her gün online olmaktadır.
- Çocukların giderek daha küçük yaşlarda internet kullanmaya başladıkları saptanmıştır. İnterneti ilk defa kullanma yaşının; İsveç ve Danimarka'da 7, kuzey Avrupa ülkelerinde 8 olduğu belirlenmiştir.
- İnternet kullanım yaygınlığında % 87 ile ev ilk sırada yer almakta, % 63 ile okul ise sonra gelmektedir.
- Çocukların % 49'unun kendi odasından, % 33'ünün cep telefonu veya tabletlerden internet erişimi sağladığı belirlenmiştir.
- Çocukların internet kullanım maksatlarında değişik etkinliklerin yer aldığı saptanmıştır. Araştırmaya iştirak eden çocukların % 85'i okul işleri, % 83'ünün oyun oynama, % 76'sının kısa video izleme, % 62'sinin anlık ileti amacı ile kullandıkları görülmüştür.
- Çocuklarda sosyal profile sahip olma oranlarına bakıldığında; yaşla birlikte profile sahip olma oranının giderek arttığı ve 13-14 yaş grubundaki ergenlerin % 73'ünün sosyal profile sahip olduğu tespit edilmiştir. Dikkat çekici olarak belirlenen bulgu ise çocukların %26'sının profilinin herkese açık olmasıdır.

2.2.3 Problemli internet kullanımı kavramı

Bireylerin yaşamlarını kolaylaştıran çağın en büyük buluşlarından biri olan internet teknolojideki gelişmelerle birlikte giderek yaygın hale gelmiştir. Pek çok farklı konuda insanlık için sağladığı büyük yararlarla birlikte; internet bilinçsiz şekilde kullanıldığı zaman hem kişisel hem de toplumsal yaşamı tehdit edebilmektedir.

Literatür incelendiğinde problemli internet kullanımının; internet bağımlılığı, aşırı internet kullanımı, sorunlu internet kullanımı ve internet kullanım bozukluğu şeklinde farklı kavramlar adı altında ele alındığı görülmektedir. Bu çalışmada söz konusu sorunsal problemli internet kullanımı ifadesi ile ele alınmıştır.

Problemli internet kullanımı; internet kullanımı nedeniyle bireylerin aile ve iş hayatlarında sorun yaşamaları, devamlı surette internet kullanmaları ve kontrolünde yaşanan başarısızlık olarak tanımlanmaktadır (Öztürk ve diğ., 2007).

Caplan (2005) problemli internet kullanımını, sosyal, mesleki ve akademik olumsuz neticelere neden olabilen davranışsal ve bilişsel belirtileri bulunan, çok yönlü bir sendrom şeklinde açıklamıştır. Problemli internet kullanımı; internetin bireylerin ev, iş ya da okul hayatlarında sosyal ve psikolojik güçlüklerle neden olacak şekilde kullanımınıdır (Beard ve Wolf, 2001).

Kim ve Davis (2009) bu kavramı; internet kullanımı dolayısıyla bireylerin aile ve iş hayatlarında bozulmalar yaşanması, internet kullanımını kontrol etmeye yönelik olarak devamlı surette başarısız girişimler gösterme şeklinde tanımlamıştır.

Shapira ve diğ. (2003)'e göre problemli internet kullanımı; bireyde sıkıntı hissine neden olan ve günlük aktivitelerinde işlevsel bozulmalara yol açan, internet kullanımının kontrolünde yetersizlik olarak ele almıştır. Araştırmacılar, problemli internet kullanımının sosyal ve duygusal fonksiyonelliğe negatif olarak etki ettiğini ifade etmişlerdir.

İnternet, çocuklar bakımından bilhassa cinsel içerikli görüntülere erişimi mümkün kılması sebebiyle tehlike içermektedir. Çocuklar bu içeriklere sahip sitelere istemeden ve bilinçsiz şekilde girseler dahi karşılaştıkları görüntülerden etkilenebilmektedir. Ayrıca internet aracılığı ile oyun oynama gerekçesi ile çocuklar fantezi ve kumar oyunlarına çekilebilmekte, bu sayede online olarak bir borçlanma duygusuna girebilmekte veya bu oyunlarda rol sahibi olabilmektedir. Bunun yanında çocuklar tanımadıkları bireylerle sohbet ederek bu kimselerin tehditleriyle de karşılaşabilmektedir (Mitchell ve Wells, 2007).

2.2.4 Problemlı internet kullanımı tanı kriterleri

İnternet kullanımında sorun yaşıyan bireylere problemlı internet kullanımı tanısı konulması huşunda araştırmacıların farklı değerdirmeleri ve dolayısıyla kriterleri bulunmaktadır.

Young, problemlı internet kullanımına yönelik olarak sekiz maddeden meydana gelen bir ölçek geliştirmiştir. Bir bireye problemlı internet kullanımı tanısının konulabilmesi için söz konusu sekiz kriterden beşinin bireyde görölmesi gerektiğini ifade etmiştir. Söz konusu tanı kriterleri aşağıda belirtilmiştir (Young, 1996; Gönöl, 2002; Öztürk ve diğ., 2007):

- İnternetle alakalı aşırı zihinsel uğraş gösterme,
- İnternette online olma süresinde gitgide arttırma ihtiyacı duyma,
- İnternet kullanımının azaltılmasına yönelik girişimlerde başarısızlıklarla karşılaşma,
- İnternet kullanımını azaltılma sonrasında yoksunluk belirtileri görölmesi (Disfori, huzursuzluk, vs.),
- Günlük aktivitelere ilişkin zaman planlama sorunları,
- Aşırı internet kullanımından dolayı çevreyle sorunlar yaşama (iş, aile, okul, arkadaşlar),
- İnternette online olmak amacı ile dürüst olmayan girişimler sergileme (hırsızlık yapma, yalan söyleme),
- Sorunlardan uzaklaşma veya çaresizlik, anksiyete, depresyon, suçluluk gibi olumsuz duygulardan uzaklaşma adına internet kullanımı.

Beard ve Wolf (2005), problemlı internet kullanımına ilişkin Young'ın öne sürdüğü kriterleri tekrar ele alarak düzenlemiştir. Young tarafından tanımlanan sekiz ölçütten ilk beş adedini “internet kullanım fonksiyonelliğı” şeklinde değerdirmiş ve bireyin bu kriterlerin tamamını yaşaması gerektiğini ifade etmiştir. Öteki üç ölçütü ise “bireylerin internet kullanımı sebebiyle zarar görmesi” şeklinde gruplandırmış, problemlı internet kullanımı tanısı için bir adedinin yaşanmış olması gerektiğini belirtmiştir. Buradan hareketle Beard ve Wolf tarafından yeniden düzenlenen kriterler aşağıda sıralanmıştır:

- Birey tarafından tamamı daha önce deneyimlenmiş olması gereken tanı kriterleri:

- İnternetle alakalı zihinsel düşünme (önceden yapılan ya da sonradan yapılacak faaliyeti dikkate alarak),
- Doyum elde edebilmek üzere artan sürelerde internet kullanım gereksinimi,
- İnternet kullanımının kontrol edilmesi, azaltılması ve durdurulmasında olumsuz girişimler sergilenmesi,
- İnternet kullanımının azaltılması ya da durdurulması girişimlerinde bulunulduğunda sinirli, huzursuz, öfkeli ya da bunalmış olma.
- Belirlenenden daha çok süre ile internette zaman harcanması.
- Birey tarafından asgari bir adedi deneyimlenmiş olması gereken tanı kriterleri:
 - İnternet kullanımı dolayısıyla önemli bir iş, ilişki, akademik ya da mesleki fırsatın tehlikeye girmesi,
 - İnternet kullanımı boyutlarının gizlenmesi amacıyla aile üyeleri, terapist ya da diğer bireylere yalan söylenmesi,
 - İnternetin sorunlardan, depresyon, anksiyete ve suçluluk benzeri hislerden kaçış yolu şeklinde değerlendirilmesi.

Goldberg (1999)'e göre bir bireye problemlı internet kullanımı tanısının konulabilmesi için bir yıllık zaman dilimi içerisinde aşağıda belirtilen belirtilerden en aza üç adedinin görülmesi gerekmektedir:

- Aşağıdakilerden biri olarak ifade edilen tolerans gelişimi:
 - Arzu edilen keyfi almak üzere belirgin biçimde artan internet kullanımına ilişkin süre,
 - Devamlı olarak benzer sürelerde internet kullanımına karşın alınan keyfin azalması,
- Aşağıda belirtilen yoksunluk gelişimine dair belirtilerden asgari iki adedinin internetin uzun süreli kullanımı (bir ay olarak ele alınabilir) sonrasında görülmesi ve bunlar nedeniyle bireylerin iş, sosyal ve diğer önemli alanlarda sorunlar yaşamaları.
 - Bunalma,
 - İnternette neler olduğu konusundaki takıntılı düşünceler,
 - İnternete dair fantezi ve hayaller kurulması,

- İstemli veya istemsiz şekilde tuşa basma hareketi,
- Bu tür sorunlu durumlardan kurtulmak üzere internet ya da benzeri servislere bağlanması.
- İnternet kullanımının genel olarak planlandığı süreden daha uzun sürmesi,
- İnternet kullanımının bırakılması ya da denetim altına alınması için devamlı surette istek ya da boşa çıkan gayretler sarf edilmesi,
- İnternete dair eylemlere oldukça uzun sürelerin ayrılması (kitap alma, programlar ile yeni web tarayıcılarını deneme, dosyaları düzenleme vb.)
- İnternet kullanımı maksadıyla mesleki, toplumsal etkinliklerin ya da boş zamanların değerlendirilmesinin bırakılması ya da azaltılması,
- İnternet kullanımının, neden olduğu sorunlara (evlilik sorunları, uykusuzluk, randevu ve işe geç kalınması vb.) karşın aşırı şekilde devam etmesi.

Sahapire ise; Goldberg ve Young tarafından ortaya konulan kriterlere benzer tanı kriterleri önermiştir. Belirtilen kriterlerden asgari bir adedinin bireyde bulunması, problemli internet kullanımı tanısı için yeterli görülmüştür (Arısoy, 2009):

- İnternet kullanımına ilişkin karşı konulmaz fikirler,
- Planlanandan çok daha uzun süreli internet kullanımı,
- İnternet kullanımı veya kullanımına dair zihinsel meşguliyetin iş, sosyal ve öteki fonksiyonellik alanlarında belirgin biçimde bozulmalara neden olması,

2.2.5 Ergenlerde problemli internet kullanımı

Problemli internet kullanımı birçok yetişkin bireyde olduğu gibi ergenlerin bazılarında da ciddi bir tehlike oluşturabilmektedir. İnternet kullanımının problemli olarak nitelenebilmesinde; internetin başında geçirilen süre kadar, internetin hangi amaçla kullanıldığı ve erişilen içerik/bilgilerin doğası da pozitif ve negatif sonuçlar doğurması açısından önem arz etmektedir (Kayri ve Günüş, 2010).

Ergenlik döneminde temel bir özellik olarak nitelenebilecek heyecan ve yenilik arayışı onun internete yönelmesine neden olabilmektedir. Devamlı olarak değişip güncellenen ve yeni uygulamalar ile gelişim gösteren internet ergen bireylere pek çok yönü itibari ile cazip gelebilmektedir (Esen, 2010). Ergenler, internette pek çok sitede online aktivitelerde bulunup gezinerek teknoloji içerisinde yenilik ve heyecan arayışına girebilmektedir (Ceyhan, 2008). Problemli internet kullanımına yönelik olarak yapılan araştırmalarda; problem yaşayan ergenlerin daha ziyade çok oyunculu

interaktif oyunlar, sohbet odaları, e-posta, yeni gruplara iştirak etme, müzik, film ve pornografi gibi alanlarda vakit geçirdikleri; problem yaşamayan ergenlerin ise ağırlıklı olarak arama motorları, e-posta, alışveriş, haber ve bilgi arama amacı ile interneti kullanmış oldukları saptanmıştır. Yine araştırmalar sonucunda; problemli internet kullanımına neden olan oyun, sohbet odası benzeri unsurlara erişim engellendiğinde, ergenler tarafından internetin bilgi ve haber alma amacı ile kullanılmaya başlandığı ve internette daha az süre harcandığı görülmüştür (Özcan, 2004; Kayri ve Günüş, 2010).

Ergen bireyler sosyal gelişimleri bakımından en yoğun dönemi yaşamakta, kimlik ve kimliğe dair konular ile yoğun biçimde uğraşmakta ve muhtelif kimlik denemeleri gerçekleştirmektedir. Erikson'un psikososyal kuramında 12-18 yaş arası dönem bireylerin kimlik kazanma konusunda rol karmaşası yaşadıkları kritik olarak nitelenebilecek bir dönemdir. Bu sebeple, bilhassa bu dönem içerisinde akran kabulü ile sosyal onay öne çıkmaktadır. İnternet aracılığı ile kurulan iletişimlerde ergenler kolayca kabul ve onay elde edebilmektedir (Tsai ve Lin 2003). Belirtilen durum ergenler arasında internet aracılığı ile arkadaşlık kurulmasını popüler bir hale getirirken, ergenler arasında mesaj yolu ile paylaşımda bulunma ve sohbet odalarında konuşma giderek artış göstermiştir. Bunun neticesinde ergenlerden bazıları problemli internet kullanımı belirtisi göstermeye başlamıştır. Bu durum gündelik yaşama da etki edebilmektedir (Lin ve Tsai 2002).

Problemli internet kullanımı konusunda Ceyhan (2008) ergenlikteki kimlik gelişimi sürecinde internet aracılığı ile sağlanan içerik ve ortamın çeşitli etkilerine dikkat çekmiştir. İnternet, ergen bireylerin kimlik denemesi yaptığı ve gelişimsel gereksinimlerini giderebildikleri bir mecra şeklinde karşılarına çıkmakta ve bu yönü itibari ile onların gelişimine katkılar sağlamaktadır. Bununla birlikte kimlik oluşumu süreci içerisinde sanal ilişkilerin gerçek ilişkilerin yerini alması gibi bir risk de bulunmaktadır. Guan ve Subrahmanyam (2009) internetin gelişimsel çatışmalar yaşayıp çatışmaları çözmekte zorlanan ergen bireyler için başa çıkmada önemli bir mekanizma olabileceğini ifade etmiştir. Bu durum ergenlerin kimlik gelişiminde ve gerçek dünyayı öğrenmelerine olumsuz etki edebilmektedir (Kelleci ve diğ., 2009).

Ergen bireylerin akranları ile etkileşimlerinde internet kullanımının sahip olduğu etkiler; internet için kullanılan süre, kullanılan faaliyet ve etkileşime geçilen bireylere bağlı olarak farklılık arz edebilmektedir. Ergenlerin akranları ile kurmuş

oldukları yüz yüze ilişki, sosyal yeterlilik kazanımında çok önemli bir yere sahiptir. Buna karşın ergenler arasında elektronik arkadaşlık giderek artış göstermektedir. Bu durum onların iletişim becerilerinin gelişimini engelleyebilmesi sebebiyle endişe verici olarak görülmektedir. Ergenlerin kendi odalarında tek başlarına internet kullanımı öteki sosyal faaliyetler için zamanlarını yitirmelerine neden olurken, arkadaşlık ilişkisi kurup geliştirmelerinin de önüne geçmektedir. Öte yandan ergenler internet yolu ile başkalarıyla iletişim kurup geniş bir sosyal çevre de edinebilmektedir (Subrahmanyam ve Lin 2007).

2.2.6 Problemlerli internet kullanımının ergenler üzerindeki etkileri

2.2.6.1 Fiziksel etkiler

Çocuklarda uzun süreli bilgisayar kullanımı; göz yorgunluğu, baş ağrısı, sırt ağrısı, omuz ağrısı, boyun ağrısı ve el-bilek ağrısı benzeri sağlık rahatsızlıklarına neden olabilmektedir. Bunların yanında bilgisayar ekranı bireylerde göz kataraktından başlayıp beyin tümörüne varıncaya değin pek çok hastalığa neden olabilmektedir (Demirci ve Nazik, 2001).

Fiziksel etkiler bireylerde direkt olarak sağlık üzerinde tehdit oluşturan önemli sorunlardır. Bilhassa gelişme çağında bulunan ergenler problemlerli internet kullanımından kaynaklanan problemler bakımından büyük risk altında bulunmaktadır. Uzun süreli bilgisayar kullanımında; sırt, boyun, bilek, parmak, kol, diz ağrıları görülebilmektedir. Ayrıca gözlerde yorgunluk, kızarma, uykusuzluk, yanma hissi gibi gözle alakalı sorunlar da görülebildiği ifade edilmiştir (Tahiroğlu ve diğ., 2008). Yapılan bir başka araştırmada internet kullanım süresinin artması ile birlikte bireylerde yorgunluk ve uykusuzluk, sırt, baş ve boyun ağrıları, kas ve eklemlerde ağrılar gözlerde kızarıklık ve yorgunluk benzeri fizyolojik sorunlarla karşılaştıldığı belirlenmiştir (Guana ve Subrahmanyam, 2009; Muslu ve Bolışık, 2009).

Bu etkiler yanında bilgisayar ve internetin uzun süreli kullanımı, nöbetler ve kalp atım hızlarında artış yaşanmasına ve tekrarlayan zorlayıcı travmalara sebep olduğu ifade edilmiştir (Tahiroğlu vd. 2008; Muslu ve Bolışık, 2009).

Bilgisayar ve internet kullanımının fiziksel etkilerinin azaltılması noktasında iyi bir duruş sağlanması gerekir. İyi bir duruş ise şu özelliklere sahiptir (Odabaşı ve diğ.,2007):

- Baş dik, sırt destekli, kollar rahat, gözler bilgisayar ekranı üst düzeyiyle yakın düzeyde ve tam ekranın karşısında olmalıdır.
- Bilgisayar karşısında iken köprücük kemiklerinin yere paralel olması gerekir. Yukarı doğru kalkmış olduğu takdirde boyun ve omuz kaslarında gerginlik ve beraberinde ağrı oluşabilmektedir.
- Omuzların yuvarlak ve çenenin öne doğru çıkık olmaması gerekir.
- Kalçaların arka taraflarının sandalyeye yaslanmış olması, belin mutlaka desteklemesi gerekir.
- Ayakların yerde düz durması veya tek ayak desteği alacak şekilde konması gerekir.
- Ön kol ile bileğin aynı çizgide yere paralel olması gerekir.
- Kullanıcı bilgisayara 50-70cm uzakta bulunmalıdır.

2.2.6.2 Psikososyal etkiler

Problemli internet kullanımı, insanların psikolojik özelliklerini etkilerken psikososyal hayatlarına da etki etmektedir. İnternette amaçsız biçimde online olmaları insanlarda bir takım psikolojik sorunlar meydana gelebilmektedir (Dinç, 2010).

Ergenlerde aşırı internet kullanımı sonucunda; sorumluluklarını yerine getirememe, yalan söyleme, kolaya kaçma, yüz yüze iletişimde zorlanma benzeri sorunlarla karşılaşılabilir. Bunların yanında internette ergenlerin olumlu yetişkin modellerinden yoksun kalması, olumlu davranışları içselleştirmede zorluk yaşamalarına enden olabilir (Ögel, 2012).

Günümüze değin yapılan pek çok araştırmada uzun süreli internet kullanımının depresyon, sosyal ilişkilerde zayıflama, yakın arkadaşlarla ilişkilerin azalması yanında bireyin sosyal çevresinden uzaklaşması benzeri problemlere sebep olduğu belirtilmiştir (Öztürk ve diğ., 2007).

İnternet ve bilgisayarın uzun süreli kullanımının çocuğun sağlıklı gelişiminde gerekli olan aile, okul ve iş etkileşiminin yerini elektronik arkadaşlığı alabilmekte, bu da

bireylerarası ilişki kurup sürdürme becerisine olumsuz olarak etki etmektedir. İnternette uzun sürelerde kalmak bireyleri kişisel ilişkilerden uzaklaştırıp mutsuzluk ile izolasyona odaklayabilmektedir (Muslu ve Bolışık, 2009).

İnternet kullanımından kaynaklı olarak bireylerin aile ve iş hayatında yaşanan önemli düzeydeki başarısızlık, bozulma ve devamlı kullanımı ifade etmede kullanılan bir kavram olan problemlili internet kullanımına ilişkin olarak yapılan birçok araştırmada, internetin uzun süreli biçimde kullanımının depresyon, yalnızlık, sosyal ilişkilerde zayıflama, yakın dostluklarda azalma ve sosyal uzaklıklarda artma benzeri bir takım sorunlara sebep olduğu açıklanmıştır (Ceyhan ve Ceyhan, 2008). Ayrıca internet kullanımı problemlili olan bireylerde intihar düşüncesi, stres, kaygı, yaşıt baskısı, anksiyete, utangaçlık, sosyal fobi, sosyal beceri yoksunluğu, sosyal fobi, benlik saygısında düşüş benzeri birçok psikososyal durumlar ile alakalı olduğu ifade edilmektedir (Guana ve Subrahmanyam, 2009).

Problemlili internet kullanımına ilişkin bazı araştırmalarda internette fazla zaman harcayan ergen ve gençlerin gitgide yalnızlaşıp yüz yüze iletişim konusunda güçlük yaşadıkları ortaya konmuştur (Kelleci, 2008).

Kubey ve diğ. (2001) çalışmalarında internet kullanımından problem yaşayan öğrencilerin ders saatlerini kaçırdıklarını, okul başarısı açısından sorunlar yaşadıklarını, suçluluk ile denetim eksikliği hissettiklerini saptamıştır. Bilgisayar ile aşırı ilgilenen ergenlerin gelişimsel açıdan daha değerli olan öteki etkinliklerden uzaklaşıp yalnızlık, şaşkınlık, sinirlilik, dalgınlık, yorgunluk yaşadıkları, sosyal katılımlarında düşüş olduğu, bunun yanında saldırgan davranışlar sergiledikleri ileri sürülmüştür (Özolgun, 2014; Yen ve diğ., 2008).

2.2.6.3 Bilişsel etkiler

Bilişsel gelişim, ergenlerin yalnızca kendileri, aileleri, yaşıtları ve öğretmenlerini değil, dünyayı görme biçimleri bakımından uzun vadeye sahip etkiler içermektedir. Ergenlerin tüm düşünce süreçleri farklılaşır, giderek artan şekilde gelecek ve soyut fikirlerle ilgili düşüncelere sahip olurlar. Cinsellik, din, ahlak benzeri konularda kendilerine ait bazı değerler edinebilirler. Piaget bu dönemde ergenlerin soyut işlemleri ayırt edebilme yeteneği kazandıklarını, varsayımlar kurabileceklerini, mantiki sonuçlar çıkarabileceklerini, somut ya da soyut biçimde kendilerine sunulan kompleks sorunları sistematik şekilde çözme yeteneği kazanmaya başlayacaklarını

ifade etmiştir (Gander ve Gardiner, 2004). Bununla birlikte etraflarında bulunan bireyler ile iletişime geçme, hayaller kurma, dikkati içsel süreçlerin üzerine odaklama gibi önemli bilişsel etkinlikler edildiği bu dönem içerisinde ergenlerin internetle aşırı uğraş göstermeleri, söz konusu becerilerin kazanımı bakımından engel teşkil edebilmektedir. Öte taraftan internet kullanımı esnasında bir takım zihinsel yeteneklerin etkin şekilde kullanımının bilişsel gelişimlerine katkı sağlayacağı da düşünülmektedir. Bilgisayar ile internetin bilişsel etkilerine dair yapılan araştırma sonuçları farklılık göstermekle birlikte, bahse konu teknolojilerin bilişsel gelişim açısından katkı sağlayıp sağlamadığı kullanım biçimine bağlıdır. Buna rağmen ergenler tarafından internette bilişsel gelişim açısından katkı sağlamayan pek çok program ve etkinliğin yaygın şekilde kullanıldığı bilinmektedir. Bilhassa ergenler bakımından internette kaliteli etkinliklerle meşgul olunması oldukça önemlidir (Gander ve Gardiner, 2004; Yücel ve Gürsoy, 2003).

Bilişsel etkilere dair gerçekleştirilen araştırmalara bakıldığında, genelde bilgisayar ile video oyunlarının üzerinde çalışıldığı görülmüştür. Araştırmacılardan bazıları bilgisayar oyunlarının yararlı olduklarına dair sonuçlar belirtirken, günümüzdeki araştırmalarda bilgisayar oyunlarının çocuk beyin aktivitelerinde yavaşlamaya neden olduğu ispatlanmıştır. İnternet kullanımı ve bilgisayar oyunlarının bilişsel fonksiyonlarda bozulmalara sebep olduğu düşünülmektedir. Bilgisayarın başında uzun süreler harcayan ergen bireylerin hiperaktivite bozukluğu kriteri taşıdıkları tespit edilmiştir (Kelleci, 2008).

2.2.7 Sağlıklı internet kullanımı

Sağlıklı internet kullanımı; davranışsal ve bilişsel rahatsızlıklar meydana gelmeden, internetin bir amaç doğrultusunda makul kabul edilebilecek zaman dilimlerinde kullanılmasıdır. Sağlıklı internet kullanımında bireyin gerçek ve sanal hayatı birbirlerinden ayırabilmesi gerekir (Davis, 2001).

Sağlıklı internet kullanımında bireyler interneti kimlik kazanma yeri değil, faydalı bir araç şeklinde kabul ederler (Hamarta ve Gürcan, 2004). Gerçek yaşamlarında sosyal bakımdan uyumlu kişiliğe ve gelişmiş sosyal ilişkilere sahip olan bireyler, internet kullanımı sayesinde mevcut ilişkilerini güçlü biçimde geliştirdiklerini ileri sürmüştür. İçerik kapalı olmayan bireyler tarafından internet kullanımından daha olumlu olarak faydalandıkları diğer araştırmalar ile desteklenmiştir (Mottram ve Fleming, 2004).

Çocukların sağlıklı internet kullanımının sağlanabilmesi için ailelere yönelik önerilerden bazıları aşağıda sıralanmıştır (BTK, 2016):

- Günümüzdeki çocukların çoğu, anne–babalarından daha ileri düzeyde bilgi ve iletişim teknolojilerini kullanabilmektedir. Bu noktada anne ve babalar tarafından internet ile bilgisayar teknolojisi konusunda bilgi sahibi olunması, bu konuda yeterli düzeyde bilgi sahibi olmayan anne ve babaların kendilerini en azından çocuğunu doğru yönlendirip denetleme yapabilecek düzeyde geliştirmeleri gerekmektedir.
- Bilgisayarın karşısında geçirilecek zamanının iki veya üç saati geçmemesi sağlanmalıdır.
- Ebeveynlerin çocuklarının interneti sağlıklı kullanımını desteklemek ve zararlarından korumak üzere bazı kurallar koymaları, öğütler vermeleri, sanal ortamda çocuklarını takip etmeleri ve koyulan kurallara uyulup uyulmadığının denetlenmesi gereklidir.
- Ailelerin çocuklarını internetteki tehlikelerden koruyabilmeleri için bilgisayarlarında güncel filtre, antivirüs ve güvenlik duvarı programlarını uygulaması gerekmektedir.
- İnternet üzerinden kendilerini rahatsız eden bir husus ya da kişi olduğunda çocukların ailelerini haberdar etmelerini sağlamak üzere çocuğun teşvik edilmesi sağlanmalıdır.
- Mobil teknoloji cihazları ile birlikte zor olmakla birlikte çocuğun internete erişim sağlayacağı bilgisayarın ortak kullanım alanında konulması sağlanmalıdır. Erken ergenlik dönemindeki çocuklar özgürlüklerini ilan etmek üzere interneti kendi odalarına almak üzere direktmelerine taviz verilmemelidir.
- Çocukların internet erişimi kapsamında onlara özel hazırlanan “Google Safe Search For Kids” veya anne babanın denetimindeki arama motorlarını kullanması sağlanmalıdır.
- Anne ve babaların bu yaş grubundaki çocuklarına internet üzerinden kullanacakları e-posta, uygulamalar, forumlar gibi iletişim araçlarını kullanım esnasında, hem kendilerine hem de ailelerine ait bilgileri vermemeleri hususunun öğretilmesi gerekir.

- Ebeveynlerin çocuklarını çevrimiçi ortamda da gerçek dünyadaki şekilde ahlaki davranışlara uymaları gerektiği hususunda bilgilendirmeli ve başkalarına zarar verebilecek bir araç olarak kullanmamaları hususunda eğitmeleri gerekir.
- Anne ve babalar tarafından kötü niyetli kimselerin bu saatlerde internet ortamında çocuk ve gençlere yönelik tehdit teşkil edebileceği değerlendirilerek çocuklarının gece geç saatlerde internet kullanmamalarına özen gösterilmelidir.
- Aileler internet pornografisine yönelik olarak çocukları ile sağlıklı cinsellik hususunda konuşmalıdır.
- Çocuklara internet ortamında tanışılan kişiler ile yüz yüze görüşülmesinin tehlikeli olduğu öğretilmelidir.

2.2.8 Problemli internet kullanımıyla ilgili yapılan çalışmalar

Yalçınöz (2017) çalışmasında lise son sınıfta öğrenim gören öğrencilerin problemli internet kullanım düzeyleriyle sınav kaygısı düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını incelemiştir. Çalışmaya İzmir’de öğrenim gören 528 lise öğrencisi iştirak etmiş, çalışma verileri anket yoluyla toplanmıştır. Çalışma sonucunda; öğrencilerin problemli internet kullanım düzeylerinin cinsiyetine göre farklılık gösterdiği ve kızların problemli internet kullanım düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Problemli internet kullanımı ve sınav kaygısının aralarında ilişki saptanmamıştır. Meslek lisesinde öğrenim gören öğrencilerin sınav kaygı düzeyleri Anadolu Lisesi öğrencilerine göre daha yüksek bulunurken, Anadolu Lisesi öğrencilerinin problemli internet kullanım düzeylerinin meslek lisesi öğrencilerine göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Yüce (2018) tarafından gerçekleştirilen araştırmada lise öğrencilerinin problemli internet kullanımlarının problem çözme, kontrol odağı ve sosyal destek değişkenleriyle ilişkisi incelenmiştir. 656 lise öğrencisinin iştirak ettiği çalışma sonucunda problemli internet kullanımı ile dış kontrol odağı arasında pozitif yönlü, sosyal destek ve problem çözme becerisi arasında ise negatif yönlü ilişki olduğu belirlenmiştir. Ayrıca problemli internet kullanımının cinsiyet, internet kullanım süresi, akademik başarı, internet kullanım amacı, internete bağlanan yer ve internete bağlanılan zaman değişkenlerine göre farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Günlü ve Ceyhan (2016) araştırmalarında ergen bireylerin genel internet kullanım davranışları ile internette oyun oynama davranışlarının betimlenmesi, söz konusu davranışlar açısından problemli internet kullanımı düzeylerini ele almıştır. Eskişehir ilinde lisede öğrenim gören 1088 öğrencinin iştiraki ile yapılan çalışmanın verileri anket yoluyla toplanmıştır. Araştırma sonucunda; ergenlerin günlük internet kullanım süresi ortalaması 3,42 saat olduğu ve internet kullanım süresinin artmasıyla birlikte problemli internet kullanımının arttığı belirlenmiştir. Ergenlerin internet kullanımını ağırlıklı olarak akıllı telefonları üzerinden sağladıkları, interneti daha çok eğlenme ve vakit geçirme aracı olarak kullandıkları saptanmıştır. Akıllı telefon üzerinden internete erişim sağlayan ve eğlenme/vakit geçirme aracı olarak internet kullanan ergenlerin problemli internet kullanım düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Ceyhan (2011) in çalışmasında ergenlerin problemli internet kullanım düzeyleriyle cinsiyet, okul, sınıf, aile ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek, başarı düzeyi ve haftalık ortalama internet kullanım süresi değişkenleriyle arasındaki ilişkinin ortaya konulması amaçlanmıştır. Çalışmaya Eskişehir’de devlet okuluna devam eden 307 lise öğrencisi iştirak etmiş ve veriler anket aracılığı ile toplanmıştır. Çalışma sonucunda; internet kullanım süresi, okul türü ile sınıf düzeyinin problemli internet kullanımının yordayıcıları olduğu belirlenmiştir. internet kullanım süresi arttıkça problemli internet kullanımının da arttığı, sürenin artması ya da aşırı olmasının ciddi psikolojik sorunlara neden olabileceği belirlenmiştir.

Kılavuz (2013) tarafından yapılan çalışmada ilköğretim öğrencileri üzerinde internet kullanımının öğrencilerin psikososyal durumuna etkisi incelenmiştir. Çalışmaya Ankara’da öğrenim gören 50 ilköğretim öğrencisi ile ebeveynleri iştirak etmiştir. Araştırma sonucunda; öğrencilerin % 97,4’ünün internet kullandığı ve %80,5’inin evinde bilgisayar olduğu belirlenmiştir. İnternet kullanımının öğrencilerde sebep olduğu fiziksel rahatsızlıklar arasında %36,2 ile baş ağrısı, % 34,5 ile göz rahatsızlıkları, %32,7 ile sırt ve boyun ağrıları bulunduğu, ayrıca internet kullanımı ile birlikte % 35,6 ‘sının akademik başarı düzeyinde düşüş ve % 42,6’sında kitap okuma süresinde azalma olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca %19,8’inin psikososyal risk taşıdığı belirlenmiştir.

Çetinkaya (2013) çalışmasında ilköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığını incelemiştir. Çalışmaya İzmir’de öğrenim gören 476 ilköğretim öğrencisi iştirak etmiş, araştırma verileri anket yoluyla toplanmıştır. Çalışma sonucunda;

öğrencilerden % 1'inin internet bağımlısı olduğu ve % 8'inin de bağımlılık riski taşıyan grupta bulunduğu saptanmıştır. Cinsiyet, ekonomik düzey ve depresyonun öğrencilerin internet bağımlılığının yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca cinsiyet, algılanan akademik başarı sınıf düzeyi, aile ekonomik düzeyi ile evde internet bağlantı durumu değişkenlerine göre bağımlılık düzeyleri arasında farklılık bulunduğu belirlenmiştir.

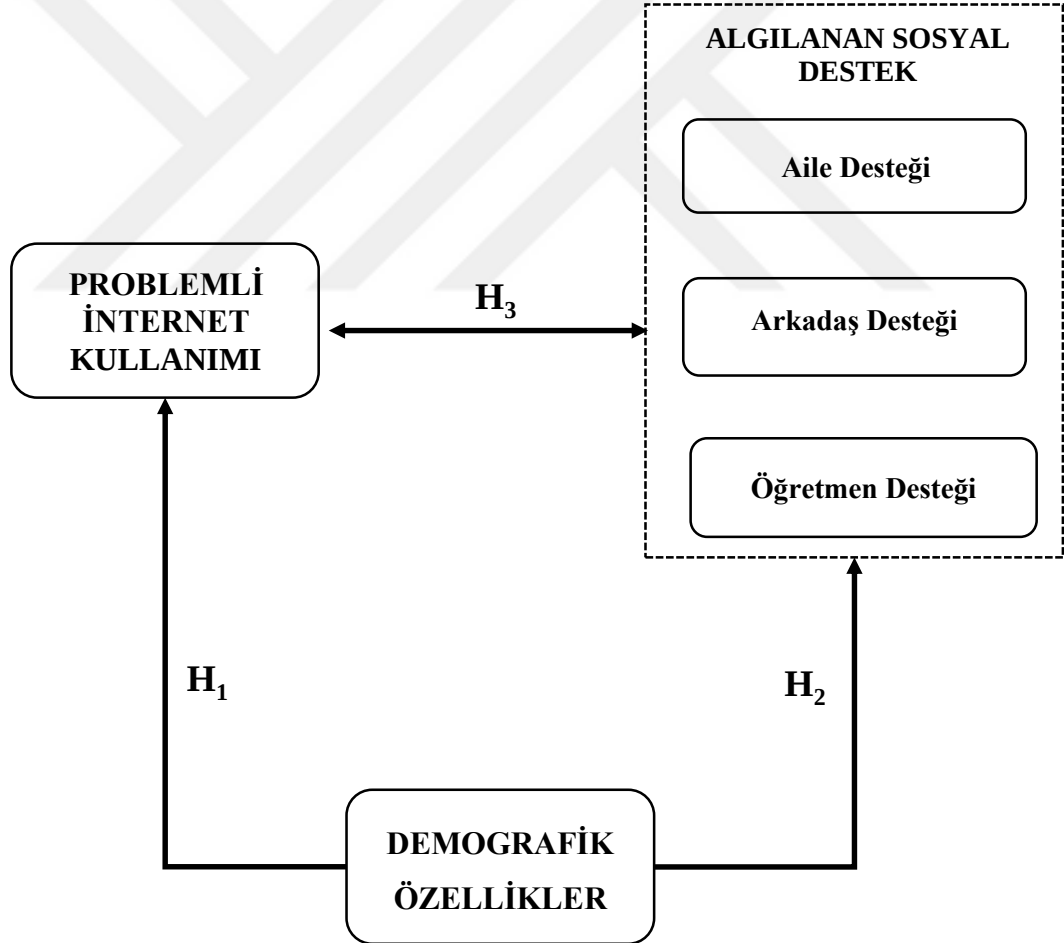
Niedorys ve diğ. (2018) çalışmasında Polonya'da bulunan lise öğrencileri arasında internet bağımlılığı düzeyini incelemiştir. 262 lise öğrencisinin iştirak ettiği araştırmanın verileri anket aracılığı ile elde edilmiştir. Çalışma sonucunda; öğrencilerin %11'inde internet bağımlılığı olduğu, öğrencilerin internet kullanım nedenleri arasında ilk sırayı sosyal medya sitelerinin geldiği belirlenmiştir. Ayrıca internet bağımlılığından kaynaklanan sağlık sorunları arasında genel yorgunluk ve uykusuzluğun % 61 ile ilk sırada olduğu açıklanmıştır. İnternet bağımlılığının cinsiyet ve okul türü gibi demografik özelliklere göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Yang ve diğ. (2018) çalışmasında Çin'de bulunan ortaöğretim öğrencileri arasında problemlili internet kullanımı ve uyku sorunlarının yaygınlığını ve bu iki kavram arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamıştır. 4750 öğrencinin iştirak ettiği araştırmanın verileri anket aracılığı ile elde edilmiştir. Çalışma sonucunda; öğrencilerin problemlili internet kullanımı ile uykusuzluk sorunu arasında pozitif ilişki bulunduğu, problemlili internet kullanıcısı öğrencilerin uykusuzluk sorunu riski ile karşı karşıya olduğu saptanmıştır.

3. YÖNTEM

3.1 Araştırmanın Modeli ve Hipotezleri

Ortaokul öğrencilerinde problemli internet kullanımı ile algılanan sosyal destek ilişkisinin inceleneceği bu araştırma ilişkisel tarama modeli niteliğine sahiptir. Söz konusu tarama modeli yaklaşımıyla; geçmiş dönemlerde veya günümüzde mevcut olan bir durumun değiştirilmeden betimlenmesi, iki ya da daha fazla değişkenin aralarındaki ilişkinin belirlenmesi hedeflenmektedir (Karasar, 2013). Araştırma modeli şekil 3.1’de gösterilmiştir.



Şekil 3.1: Araştırma Modeli

Araştırma modeli doğrultusunda test edilmek üzere geliştirilen hipotezler aşağıda belirtilmiştir.

H_{1A}: Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetine göre problemli internet kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{1B}: Ortaokul öğrencilerinin yaşına göre problemli internet kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{1C}: Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre problemli internet kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{1D}: Ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre problemli internet kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{1E}: Ortaokul öğrencilerinin evde bulunan bilgisayar sayısına göre problemli internet kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2A}: Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetine göre algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2A1}: Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetine göre algıladıkları aile desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2A2}: Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetine göre algıladıkları arkadaş desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2A3}: Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetine göre algıladıkları öğretmen desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2B}: Ortaokul öğrencilerinin yaşına göre algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2B1}: Ortaokul öğrencilerinin yaşına göre algıladıkları aile desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2B2}: Ortaokul öğrencilerinin yaşına göre algıladıkları arkadaş desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2B3}: Ortaokul öğrencilerinin yaşına göre algıladıkları öğretmen desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2C}: Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2C1}: Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre algıladıkları aile desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2C2}: Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre algıladıkları arkadaş desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2C3}: Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre algıladıkları öğretmen desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2D}: Ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2D1}: Ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre algıladıkları aile desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2D2}: Ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre algıladıkları arkadaş desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2D3}: Ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre algıladıkları öğretmen desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2E}: Ortaokul öğrencilerinin evde bulunan bilgisayar sayısına göre algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2E1}: Ortaokul öğrencilerinin evde bulunan bilgisayar sayısına göre algıladıkları aile desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2E2}: Ortaokul öğrencilerinin evde bulunan bilgisayar sayısına göre algıladıkları arkadaş destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H_{2E3}: Ortaokul öğrencilerinin evde bulunan bilgisayar sayısına göre algıladıkları öğretmen desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.

H₃: Ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ile algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki vardır.

H_{3A}: Ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ile algılanan aile desteği arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki vardır.

H_{3B}: Ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ile algılanan arkadaş desteği arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki vardır.

H_{3C}: Ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ile algılanan öğretmen desteği arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki vardır.

3.2 Araştırma Anakütlesi ve Örneklemi

Araştırma anakütlesini; 2018-2019 eğitim ve öğretim yılı içerisinde, İstanbul İlnde bulunan resmi ve özel okullardaki ortaokul öğrencileri oluşturmaktadır. İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü Strateji Geliştirme Bölümü tarafından hazırlanan 2016-2017 Eğitim Öğretim Yılı İstatistik dokümanına göre İstanbul’da resmi ve özel okullarda bulunan 1.956.712 ortaokul öğrencisi araştırma evrenini meydana getirmektedir. Bu anakütle doğrultusunda % 95 güven aralığı ve % 5 hata payıyla örneklem sayısı 384 olarak belirlenmiştir. Araştırmada yer alan örneklem grubu ise kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen 424 ortaokul öğrencisinden oluşmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin; cinsiyet, yaş, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve evde bulunan bilgisayar sayısı bilgilerine yönelik demografik özellikleri çizelge 3.1’de sunulmuştur.

Çizelge 3.1: Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Tanıtıcı Bilgiler

Değişken	N	%
Cinsiyet		
Kız	220	51,9
Erkek	204	48,1
Yaş (Yıl)		
10 yaş	76	17,9
11 yaş	76	17,9
12 yaş	115	27,1
13 yaş	85	20,0
14 yaş	72	17,0
Anne Eğitim Durumu		
İlkokul	200	47,2
Ortaokul	123	29,0
Lise	84	19,8
Üniversite	17	4,0
Baba Eğitim Durumu		
İlkokul	116	27,4
Ortaokul	80	18,9
Lise	188	44,3
Üniversite	40	9,4
Evde Bulunan Bilgisayar Sayısı		
Bilgisayar Yok	165	38,9
1 Bilgisayar	253	59,7
2 Bilgisayar	6	1,4

Araştırmaya iştirak eden öğrencilerin cinsiyetleri bakımından homojen bir dağılım gösterdiği görülmekte olup, kız öğrencilerin oranı % 51,9 iken erkek öğrencilerin oranı % 48,1 düzeyindedir. Öğrencilerin yaş dağılımları incelendiğinde; 10 yaşındaki ve 11 yaşındaki öğrencilerin oranı % 17,9, 12 yaşındaki öğrenciler %27,1, 13

yaşındaki öğrenciler %20 ve 14 yaşındaki öğrenciler ise %17 düzeyindedir. Öğrencilerin anne ve baba eğitim durumları ele alındığında ise; öğrencilerin babalarının eğitim durumunun annelere kıyasla daha ileri düzeyde olduğu belirlenmiştir. İlkokul mezunlarının oranı annelerde % 47.2 ve babalarda % 27.4, ortaokul mezunlarının oranı annelerde % 29.0 ve babalarda %18.9, lise mezunlarının oranı annelerde %19.8 ve babalarda % 44.3, üniversite mezunlarının oranı ise annelerde % 4 ve babalarda % 9.4 olarak saptanmıştır. Son olarak araştırmaya iştirak eden öğrencilerin evlerinde bulunan bilgisayar sayıları incelendiğinde; % 59.7 ile öğrencilerin büyük çoğunluğunun evinde tek bilgisayar bulunduğu, evinde bilgisayar bulunmayanların oranının % 38.9 düzeyinde olduğu, % 1.4'ünün evinde ise bilgisayar bulunmadığı tespit edilmiştir.

3.3 Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri yapılan literatür taramasının ardından hazırlanan ve 3 kısımdan oluşan bir anket (EK-1) vasıtasıyla toplanmıştır. Söz konusu anketin;

- İlk kısmında öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin hususların belirlendiği “Kişisel Bilgi Formu”,
- İkinci kısmında öğrencilerin problemleri internet kullanımına yönelik olarak “İnternet Bağımlılık Ölçeği”,
- Üçüncü kısmında ise öğrenciler tarafından algılanan sosyal desteğe yönelik olarak “Algılanan Sosyal Destek Ölçeği”, yer almaktadır.

3.3.1 Kişisel bilgi formu

Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından “Bilgi Formu” hazırlanmıştır. Söz konusu bilgi formu; cinsiyet, yaş, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve evde bulunan bilgisayar sayısı olmak üzere beş sorudan oluşmaktadır.

3.3.2 İnternet bağımlılık ölçeği

Araştırma kapsamında öğrencilerde internet bağımlılığını değerlendirmek üzere Güneş (2009) tarafından geliştirilen İnternet Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Söz konusu ölçek toplamda 35 ifadeden meydana gelmektedir.

Günüç (2009) ölçeğe ilişkin olarak yaptığı güvenilirlik analizinde Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısını 0.944 olarak bildirmiştir. Bu araştırma kapsamında yinelenen güvenilirlik analizi neticesinde ise Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0,929 olarak tespit edilmiştir.

Ölçek 5'li likert tipte bir ölçek olup, katılımcılar ifadelerden 1 ile 5 arasında puan almaktadır. (Kesinlikle Katılmıyorum: 1 puan, Katılmıyorum: 2 puan, Kararsızım: 3 puan, Katılıyorum: 4 puan, Kesinlikle Katılıyorum: 5 puan).

Araştırmaya iştirak eden katılımcılar tarafından ölçekten en düşük 35, en fazla ise 175 puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puanların değerlendirilmesi kapsamında; katılımcıların ölçekten aldıkları minimum ve maksimumum puanlara istinaden belirlenen eşik değerin üstünde alınan puanlar bağımlı olma veya risk taşımayı, eşik değeri altında alınan puanlar ise bağımlı olmamayı göstermektedir.

Literatür incelendiğinde problemli internet kullanımının; internet bağımlılığı, aşırı internet kullanımı, sorunlu internet kullanımı ve internet kullanım bozukluğu şeklinde farklı kavramlar adı altında ele alındığı görülmektedir. Bu çalışmada söz konusu sorunsal problemli internet kullanımı ifadesi ile ele alınmıştır.

3.3.3 Algılanan sosyal destek ölçeği

Yıldırım (1997) tarafından geliştirilen Algılanan Sosyal Destek Ölçeği 2004 yılında revize edilmiştir. Ölçek aile desteği, arkadaş desteği ve öğretmen desteği olmak üzere üç boyutta 50 maddeden meydana gelmektedir. Her bir boyutun içerdiği ifade sayıları aşağıda belirtilmiştir:

- Aile Desteği (20 ifade),
- Arkadaş Desteği (13 ifade),
- Öğretmen Desteği (17 ifade).

Ölçeğe ilişkin olarak yapılan güvenilirlik analizi neticesinde Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı ölçek geneli için 0.93, aile desteği boyutu için 0.94, arkadaş desteği boyutu için 0.91 ve öğretmen desteği boyutu için ise 0.93 olarak belirlenmiştir. Bu çalışma kapsamında yinelenen güvenilirlik analizi neticesinde ise söz konusu rakamlar sırası ile 0.91, 0.86, 0.80 ve 0.87 olarak tespit edilmiştir.

Ölçek 3'lü likert tipte bir ölçek olup, katılımcılar ifadelerden 1 ile 3 arasında puan almaktadır. (Bana Uygun Değil: 1 puan, Kısmen Uygun: 2 puan, Bana Uygun: 3

puan). Ölçekte bulunan 17, 29 ve 44 nu.lı ifadeler olumsuz yargı içermekte olup, SPSS'e ters puanlama yapılarak girilmiştir.

Katılımcılar ölçekten; üç adedi ölçek boyutlarına ve bir adedi de genel olmak üzere 4 farklı puan almakta olup, yüksek puan yüksek sosyal desteği ifade etmektedir.

3.4 Verilerin Toplanması

Araştırmaya esas verilerin toplanabilmesi amacı ile araştırma öncesinde İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğüne başvurularak onay alınmıştır.

Araştırma; 14 Ocak 2019 – 10 Şubat 2019 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Anketler araştırmacı tarafından katılımcılarla yüz yüze görüşmek suretiyle doldurulmuş, her bir katılımcı için uygulama süresi yaklaşık 15 dakika sürmüştür.

Uygulama öncesinde katılımcılar; araştırma amacı, anket formunun nasıl doldurulacağı, kişisel bilgilerinin gizli tutulacağı gibi hususlarda bilgilendirilmiştir. Uygulamaya katılımda gönüllülük ilkesi esas alınmıştır.

3.5 Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin analizinde SPSS 24.0 paket programından istifade edilmiş ve anlamlılık düzeyi $p=0,05$ olarak kabul edilmiştir. Araştırmada aşağıda belirtilen istatistiksel test/analizler uygulanmıştır.

İlk olarak araştırmada parametrik ya da parametrik olmayan testlerin hangisinin uygulanacağını belirlemek üzere Kolmogorov Smirnov normallik testi uygulanmıştır. Uygulanan test sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiğinin belirlenmesi üzerine verilerin analizinde parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir.

Araştırmaya iştirak eden katılımcıların demografik özellikleri ile problemleri internet kullanımı ve algıladıkları sosyal desteğe yönelik olarak **Betimsel İstatistikler** yapılmıştır.

Araştırma kapsamında katılımcıların problemleri internet kullanımı ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin, demografik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi amacı ile **Fark Testleri** icra edilmiştir. Hangi fark testinin uygulanacağına grup sayılarına bakılarak karar verilmiş; iki grubun ortalaması karşılaştırılmak istendiğinde bağımsız grup t-testi, ikiden daha fazla grup ortalaması karşılaştırılmak istendiğinde ise Tek Yönlü Varyans Analizi

(Anova/Welch) uygulanmıştır. Tek Yönlü Varyans Analizi kapsamında ilk olarak varyansların homojenliği Levene testi ile incelenmiş ve test sonucunda varyanslar homojen olduğu takdirde Anova, varyanslar homojen olmadığı durumda ise Welch testi gerçekleştirilmiştir. Varyans analizi ile gruplararası her hangi bir fark bulunduğu takdirde ise, farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek üzere eşit varyans durumunda Scheffe ve eşit olmayan varyanslar için Tamhane's T2 post hoc testlerinden istifade edilmiştir.

Ayrıca katılımcıların problemleri internet kullanımı ve algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını belirlemek üzere *Korelasyon Analizi* gerçekleştirilmiştir.



4. BULGULAR

Bu bölümde ilk olarak katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin tanıtıcı bilgiler belirtilmiş, müteakiben araştırma sorularına ilişkin olarak elde edilen veriler analiz edilmiştir.

4.1 Birinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular

Araştırmanın birinci sorusu “Ortaokul öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ve algıladıkları sosyal destek hangi düzeydedir?” şeklindedir. Bu kapsamda internet bağımlılık ölçeği ve algılanan sosyal destek ölçeğine ilişkin tanımlayıcı istatistikler Çizelge 4.1’de gösterilmiştir.

Çizelge 4.1’de yer alan bulgulara göre; araştırmaya iştirak eden 424 öğrencinin internet bağımlılığı ölçeği puan ortalamasının 126,36 olduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığı puan ortalamasının eşik değeri olan 105 puandan büyük olmasından hareketle öğrencilerin problemleri internet kullanımının “yüksek” düzeyde olduğu değerlendirilmiştir.

Çizelge 4.1: İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Tanımlayıcı İstatistikleri

Ölçek/ Boyut	n	Min.	Maks.	$\bar{X}$	ss
İnternet Bağımlılığı Ölçeği	424	41,00	175,00	126,36	26,01
Algılanan Sosyal Destek Ölçeği	424	51,00	119,00	76,20	14,70
Aile Desteği	424	20,00	55,00	28,93	6,89
Arkadaş Desteği	424	13,00	44,00	19,85	5,13
Öğretmen Desteği	424	17,00	49,00	26,81	6,87

$\bar{X}$: Ortalama, ss: Standart Sapma

Söz konusu Çizelgede yer alan algılanan sosyal destek ölçeği puan ortalamaları incelendiğinde; ölçek geneli için 76.20, aile desteği boyutu için 28.93, arkadaş desteği boyutu için 19.85 ve öğretmen desteği boyutu için de 26,81 olduğu görülmektedir. Algılanan sosyal destek puanlarına bakıldığında öğrencilerin algıladıkları genel, aile, arkadaş ve öğretmen desteği boyutunun “düşük” düzeyde olduğu değerlendirilmiştir.

4.2 İkinci Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular

Araştırmanın ikinci sorusu “Ortaokul öğrencilerinin problemli internet kullanım düzeyleri demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve evde bulunan bilgisayar sayısı) göre anlamlı fark göstermekte midir?” şeklindedir. Bu çerçevede öğrencilerin demografik özelliklerine göre problemli internet kullanım düzeyleri müteakip maddelerde incelenmiştir.

Çizelge 4.2: Cinsiyete Göre Problemli İnternet Kullanımı Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Problemli İnternet Kullanımı	Kız	220	129,55	25,92	2,646	0,008*
	Erkek	204	122,91	25,72		

* $p \leq 0.05$

Problemli internet kullanımı kapsamında katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin olarak yapılan Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçları Çizelge 4.2’de sunulmuştur. Söz konusu Çizelge incelendiğinde; öğrencilerin problemli internet kullanımı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu belirlenmiştir ($t_{(422)}=2.646$, $p < 0.05$). Bu sonuç cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin problemli internet kullanım düzeyleri arasında fark bulunmakta olup, kız öğrencilerin problemli internet kullanım düzeyi erkek öğrencilerden daha yüksektir.

Çizelge 4.3: Yaşa Göre Problemli İnternet Kullanımı Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Yaş	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Anlamlı Fark
Problemli İnternet Kullanımı	10 yaş	76	118,18	27,55	6,803	0,000*	1-3
	11 yaş	76	122,45	23,48			2-3
	12 yaş	115	135,60	22,54			3-5
	13 yaş	85	128,06	27,74			
	14 yaş	72	122,38	25,96			
	Toplam	424	126,36	26,01			

* $p \leq 0.05$

Problemlı internet kullanımı kapsamında katılımcıların yaş gruplarına ilişkin olarak icra edilen Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Çizelge 4.3'te sunulmuştur. Söz konusu Çizelge incelendiğinde; öğrencilerin yaş gruplarına göre problemlı internet kullanımı puan ortalamaları arasında istatıksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görölmüştür ($F_{(4-419)}=6.803$, $p\leq 0.05$). Söz konusu farklılığın hangi grup/gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan Scheffe post-hoc testi sonucunda; 12 yaş grubu ile 10, 11 ve 14 yaş grubu öğrencilerin problemlı internet kullanım puan ortalamaları arasında farklılık bulunduğu belirlenmiştir. Bu sonuç uyarınca 12 yaşındaki öğrencilerin problemlı internet kullanım düzeyleri diğeri öğrencilerden daha fazla olduğu söylenebilir.

Çizelge 4.4: Anne Eğitim Durumuna Göre Problemlı İnternet Kullanımı Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Anne Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Anlamlı Fark
Problemlı İnternet Kullanımı	İlkokul	200	129,05	27,94	2,404	0,067	-
	Ortaokul	123	121,62	25,65			
	Lise	84	127,93	20,60			
	Üniversite	17	121,41	25,65			
	Toplam	424	126,36	26,01			

Problemlı internet kullanımı kapsamında katılımcıların anne eğitim durumuna ilişkin olarak icra edilen Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Çizelge 4.4'te sunulmuştur. Söz konusu Çizelge incelendiğinde; öğrencilerin anne eğitim durumuna göre problemlı internet kullanımı puan ortalamaları arasında istatıksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görölmüştür ($F_{(3-420)}=2.404$, $p>0.05$). Diğeri bir ifade ile öğrencilerin anne eğitim durumuna göre problemlı internet kullanım düzeyleri arasında fark bulunmamaktadır.

Çizelge 4.5: Baba Eğitim Durumuna Göre Problemlİ İnternet Kullanımı Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Baba Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Anlamlı Fark
Problemlİ İnternet Kullanımı	İlkokul	116	131,13	28,80	3,567	0,044*	1-4
	Ortaokul	80	129,66	26,58			
	Lise	188	124,18	24,26			
	Üniversite	40	119,55	22,47			
	Toplam	424	126,36	26,01			

*p≤0.05

Problemlİ internet kullanımı kapsamında katılımcıların baba eğitim durumuna ilişkin olarak icra edilen Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Çizelge 4.5’de sunulmuştur. Söz konusu Çizelge incelendiğinde; öğrencilerin baba eğitim durumuna göre problemlİ internet kullanımı puan ortalamaları arasında istatİksel olarak anlamlı bir fark olduğu görölmüştür ($F_{(3-420)}=3.567$, $p\leq 0.05$). Söz konusu farklılığın hangi grup/gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan Scheffe post-hoc testi sonucunda; babaları ilkokul mezunu olan öğrenciler ile üniversite mezunu olan öğrencilerin puan ortalamaları arasında fark olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu sonuç uyarınca baba öğrenim durumuna göre öğrencilerin problemlİ internet kullanım düzeyleri arasında fark bulunmakta olup, baba öğrenim durumu arttıkça öğrencilerde problemlİ internet kullanım düzeyinin azaldığı söylenebilir.

Çizelge 4.6: Evde Bulunan Bilgisayar Sayısına Göre Problemlı İnternet Kullanımı Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Evde Bulunan Bilgisayar Sayısı	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Anlamlı Fark
Problemlı İnternet Kullanımı	Bilgisayar Yok	165	121,83	29,97	3,820	0,041*	1-3
	1 Bilgisayar	253	124,04	24,61			
	2 Bilgisayar	6	130,09	27,64			
	Toplam	424	126,36	26,01			

*p≤0.05

Problemlı internet kullanımı kapsamında katılımcıların evde bulunan bilgisayar sayılarına ilişkin olarak icra edilen Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Çizelge 4.6’da sunulmuştur. Söz konusu Çizelge incelendiğinde; öğrencilerin evlerinde bulunan bilgisayar sayısına göre problemlı internet kullanımı puan ortalamaları arasında istatıksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmüştür ($F_{(2-421)}=3.820$, $p\leq 0.05$). Söz konusu farklılığın hangi grup/gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan Scheffe post-hoc testi sonucunda; evinde bilgisayar olmayan öğrencilerle evinde 2 adet bilgisayar bulunan öğrencilerin problemlı internet kullanım düzeyleri arasında fark olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu sonuç uyarınca evde bulunan bilgisayar sayısına göre öğrencilerin problemlı internet kullanım düzeyleri arasında fark bulunmakta olup, bilgisayar sayısı arttıkça öğrencilerde problemlı internet kullanım düzeyinin arttığı söylenebilir.

4.3 Üçüncü Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular

Araştırmanın üçüncü sorusu “Ortaokul öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve evde bulunan bilgisayar sayısı) göre anlamlı fark göstermekte midir?” şeklindedir. Bu çerçevede öğrencilerin demografik özelliklerine göre algılanan sosyal destek düzeyleri müteakip maddelerde incelenmiştir.

Çizelge 4.7: Cinsiyete Göre Algılanan Sosyal Destek Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Algılanan Sosyal Destek	Kız	220	75,03	14,29	-1,697	0,090
	Erkek	204	77,45	15,06		
Aile Desteği	Kız	220	28,33	6,79	-1,853	0,065
	Erkek	204	29,57	6,95		
Arkadaş Desteği	Kız	220	19,01	4,96	-3,539	0,000*
	Erkek	204	20,75	5,17		
Öğretmen Desteği	Kız	220	26,63	6,87	-0,579	0,563
	Erkek	204	27,01	6,89		

*p≤0.05

Algılanan sosyal destek kapsamında katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin olarak yapılan Bağımsız Örneklem t-Testi sonuçları Çizelge 4.7’de sunulmuştur. Söz konusu Çizelge incelendiğinde; öğrencilerin algıladıkları genel, aile ve öğretmen desteği puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı [($t_{(422)}=-1.697$, $p>0.05$), ($t_{(422)}=-1.853$, $p>0.05$), ($t_{(422)}=-0.579$, $p>0.05$)], arkadaş desteği puan ortalamaları arasında fark bulunduğu belirlenmiştir [($t_{(422)}=-3,539$, $p\leq 0.05$)]. Diğer bir ifadeyle erkek öğrencilerin algıladıkları arkadaş desteği kız öğrencilerden daha yüksektir.

Çizelge 4.8: Yaşa Göre Algılanan Sosyal Destek Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Evde Bulunan Bilgisayar Sayısı	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Anlamlı Fark
Algılanan Sosyal Destek	10 yaş	76	81,04	15,79	3,501	0,008*	1-3
	11 yaş	76	76,51	16,50			1-4
	12 yaş	115	73,97	13,81			
	13 yaş	85	73,73	13,85			
	14 yaş	72	77,22	12,71			
	Toplam	424	76,20	14,70			
Aile Desteği	10 yaş	76	30,95	7,50	4,718	0,001*	1-3
	11 yaş	76	29,59	6,98			1-4
	12 yaş	115	27,43	6,24			
	13 yaş	85	27,55	5,95			
	14 yaş	72	30,11	7,42			
	Toplam	424	28,93	6,89			

Çizelge 4.8 (devamı): Yaşa Göre Algılanan Sosyal Destek Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Evde Bulunan Bilgisayar Sayısı	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Anlamlı Fark
Arkadaş Desteği	10 yaş	76	22,46	5,70	8,045	0,000*	1-3
	11 yaş	76	20,58	4,96			
	12 yaş	115	18,93	4,80			1-4
	13 yaş	85	18,89	5,27			
	14 yaş	72	19,33	3,93			
	Toplam	424	19,85	5,13			
Öğretmen Desteği	10 yaş	76	27,30	6,67	0,439	0,780	-
	11 yaş	76	26,47	7,15			
	12 yaş	115	26,37	6,98			
	13 yaş	85	26,72	7,34			
	14 yaş	72	27,49	6,11			
	Toplam	424	26,81	6,87			

*p≤0.05

Algılanan sosyal destek kapsamında katılımcıların yaş gruplarına ilişkin olarak icra edilen Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Çizelge 4.8’de sunulmuştur. Söz konusu Çizelge incelendiğinde; öğrencilerin yaş gruplarına göre algıladıkları öğretmen desteği puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ($F_{(4-419)}=0.439$, $p>0.05$); genel, aile ve arkadaş desteği puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark bulunduğu belirlenmiştir [$(F_{(4-419)}=3.501, p\leq 0.05)$, $(F_{(4-419)}=4.718$, $p\leq 0.05)$, $(F_{(4-419)}=8.045, p\leq 0.05)$]. Söz konusu farklılıkların hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan Scheffe post-hoc testi sonucunda;

10 yaşındaki öğrencilerle 12 ve 13 yaşındaki öğrencilerin genel, aile ve arkadaş desteği puan ortalamaları arasında fark olduğu belirlenmiştir.

Çizelge 4.9: Anne Eğitim Durumuna Göre Algılanan Sosyal Destek Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Anne Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Anlamlı Fark
Algılanan Sosyal Destek	İlkokul	200	73,46	13,85	5,296	0,004*	1-4
	Ortaokul	123	77,45	14,17			
	Lise	84	79,62	15,29			
	Üniversite	17	82,41	19,37			
	Toplam	424	76,20	14,70			

Çizelge 4.9 (devamı): Anne Eğitim Durumuna Göre Algılanan Sosyal Destek Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Anne Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Anlamlı Fark
Aile Desteği	İlkokul	200	27,87	6,35	3,685	0,022*	1-4
	Ortaokul	123	29,30	6,93			
	Lise	84	30,49	7,15			
	Üniversite	17	30,94	9,40			
	Toplam	424	28,93	6,89			
Arkadaş Desteği	İlkokul	200	19,21	4,84	2,076	0,111	-
	Ortaokul	123	20,49	5,23			
	Lise	84	20,44	5,34			
	Üniversite	17	19,94	6,14			
	Toplam	424	19,85	5,13			
Öğretmen Desteği	İlkokul	200	26,07	7,00	3,105	0,097	-
	Ortaokul	123	27,01	6,40			
	Lise	84	27,48	6,50			
	Üniversite	17	30,88	9,01			
	Toplam	424	26,81	6,87			

* $p \leq 0.05$

Algılanan sosyal destek kapsamında katılımcıların anne eğitim durumuna ilişkin olarak icra edilen Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Çizelge 4.9'da sunulmuştur. Söz konusu Çizelge incelendiğinde; anne eğitim durumuna göre algılanan arkadaş ve öğretmen desteği puan ortalamaları arasında fark bulunmadığı [$(F_{(3-420)}=2.076, p>0.05)$], genel ve aile desteği puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür [$(F_{(3-420)}=5.296, p \leq 0.05)$], [$(F_{(3-420)}=3.685, p \leq 0.05)$]. Söz konusu farklılığın hangi grup/gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan Tamhane's T2 post-hoc testi sonucunda anneleri ilkokul mezunu olan öğrenciler ile üniversite mezunu olan öğrencilerin algıladıkları genel ve aile desteği puan ortalamaları arasında fark bulunduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu sonuç uyarınca anne eğitim durumuna göre öğrencilerin algıladıkları genel ve aile desteği düzeyleri arasında fark bulunmakta olup, anne eğitim durumu arttıkça öğrencilerin algıladıkları genel ve aile desteği düzeyinin de arttığı söylenebilir.

Çizelge 4.10: Baba Eğitim Durumuna Göre Algılanan Sosyal Destek Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Baba Eğitim Durumu	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Anlamlı Fark
Algılanan Sosyal Destek	İlkokul	116	73,39	14,09	4,525	0,011*	1-4
	Ortaokul	80	75,23	13,18			
	Lise	188	76,93	14,77			
	Üniversite	40	82,85	16,90			
	Toplam	424	76,20	14,70			
Aile Desteği	İlkokul	116	28,01	6,73	4,524	0,006*	1-4
	Ortaokul	80	27,78	6,45			
	Lise	188	29,35	6,72			
	Üniversite	40	31,90	8,03			
	Toplam	424	28,93	6,89			
Arkadaş Desteği	İlkokul	116	19,57	5,20	0,421	0,738	-
	Ortaokul	80	19,90	4,68			
	Lise	188	19,84	5,28			
	Üniversite	40	20,63	5,19			
	Toplam	424	19,85	5,13			
Öğretmen Desteği	İlkokul	116	25,44	6,59	2,977	0,056	-
	Ortaokul	80	26,50	6,56			
	Lise	188	27,09	6,95			
	Üniversite	40	30,15	6,94			
	Toplam	424	26,81	6,87			

* $p \leq 0.05$

Algılanan sosyal destek kapsamında katılımcıların baba eğitim durumuna ilişkin olarak icra edilen Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Çizelge 4.10'da sunulmuştur. Söz konusu Çizelge incelendiğinde; baba eğitim durumuna göre algılanan arkadaş ve öğretmen desteği puan ortalamaları arasında fark bulunmadığı [$(F_{(3-420)}=0.421, p>0.05)$], genel ve aile desteği puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür [$(F_{(3-420)}=4.525, p \leq 0.05)$, $(F_{(3-420)}=4.524, p \leq 0.05)$]. Söz konusu farklılığın hangi grup/gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan Tamhane's T2 post-hoc testi sonucunda babaları ilkokul mezunu olan öğrenciler ile üniversite mezunu olan öğrencilerin algıladıkları genel ve aile desteği puan ortalamaları arasında fark bulunduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu sonuç uyarınca baba eğitim durumuna göre öğrencilerin algıladıkları genel ve aile desteği düzeyleri arasında fark bulunmakta olup, baba eğitim durumu arttıkça öğrencilerin algıladıkları genel ve aile desteği düzeyi de arttığı söylenebilir.

Çizelge 4.11: Evde Bulunan Bilgisayar Sayısına Göre Algılanan Sosyal Destek Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Değişken	Evde Bulunan Bilgisayar Sayısı	n	$\bar{X}$	ss	F	p	Anlamlı Fark
Algılanan Sosyal Destek	Bilgisayar Yok	165	73,42	14,32	2,292	0,059	-
	1 Bilgisayar	253	77,84	14,36			
	2 Bilgisayar	6	80,17	26,57			
	Toplam	424	76,20	14,70			
Aile Desteği	Bilgisayar Yok	165	27,70	6,33	2,635	0,070	-
	1 Bilgisayar	253	29,66	7,00			
	2 Bilgisayar	6	30,67	11,78			
	Toplam	424	28,93	6,89			
Arkadaş Desteği	Bilgisayar Yok	165	20,15	5,41	0,514	0,599	-
	1 Bilgisayar	253	19,64	4,86			
	2 Bilgisayar	6	20,33	8,48			
	Toplam	424	19,85	5,13			
Öğretmen Desteği	Bilgisayar Yok	165	25,41	6,65	2,552	0,110	-
	1 Bilgisayar	253	27,58	6,74			
	2 Bilgisayar	6	29,83	10,91			
	Toplam	424	26,81	6,87			

Algılanan sosyal destek kapsamında katılımcıların evde bulunan bilgisayar sayılarına ilişkin olarak icra edilen Tek Yönlü Varyans Analizi sonuçları Çizelge 4.11’de sunulmuştur. Söz konusu Çizelge incelendiğinde; öğrencilerin evlerinde bulunan bilgisayar sayısına göre algıladıkları genel, aile, öğretmen ve arkadaş desteği puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($F_{(2-421)}=2.292, p>0.05$), ($F_{(2-421)}=2.635, p>0.05$), ($F_{(2-421)}=0.599, p>0.05$), ($F_{(2-421)}=2.552, p>0.05$).

4.4 Dördüncü Araştırma Sorusuna İlişkin Bulgular

Araştırmanın dördüncü sorusu “Ortaokul öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ile algıladıkları sosyal destek düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” şeklindedir. Katılımcıların problemleri internet kullanımı ve algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında ilişki olup olmadığı Pearson korelasyon analizi aracılığı ile belirlenmiştir. Korelasyon analizi; iki değişken arasında doğrusal ilişki olup

olmadığını belirlemek ve bu ilişkinin derecesini tespit etmek için kullanılır. Araştırma kapsamında korelasyon analizi sonuçları Çizelge 4.12’de gösterilmiştir.

Çizelge 4.12: Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişken	$\bar{x}$	s.s	1	2	3	4	5
Problemli İnternet Kullanımı (1)	126,36	26,01	1				
Algılanan Sosyal Destek (2)	76,20	14,70	-0,320**	1			
Aile Desteği (3)	28,93	6,89	-0,344**	0,835**	1		
Arkadaş Desteği (4)	19,85	5,13	-0,216**	0,676**	0,435**	1	
Öğretmen Desteği (5)	26,81	6,87	-0,308**	0,832**	0,605**	0,402**	1

** p<0,01 düzeyinde anlamlı

Çizelge 4.13’de görüldüğü üzere katılımcıların problemli internet kullanımı ile algılanan sosyal destek arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki ($r=-0.320$, $p\leq 0.05$), aile desteği ile arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki ($r=-0.344$, $p\leq 0.05$), arkadaş desteği ile arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki ($r=-0.216$, $p\leq 0.05$), öğretmen desteği ile arasında zayıf düzeyde negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki ($r=-0.308$, $p\leq 0.05$) olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifade ile katılımcıların algıladıkları destek düzeyleri azaldığında problemli internet kullanımında artış görüldüğü saptanmıştır.

Araştırmaya yönelik hipotez testlerinin sonuçları EK-2’de gösterilmiştir.



5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu bölümünde ilk olarak analizler sonucunda elde edilen bulgular literatür ışığında yorumlanmış ve benzer çalışmalar ile kıyaslanmıştır. Ardından da ulaşılan sonuçlar doğrultusunda uygulayıcılar ve araştırmacılara yönelik olarak geliştirilen önerilere yer verilmiştir.

5.1 Tartışma ve Sonuç

Günümüzde problemli internet kullanımının her yaş grubunda karşılaştığı, ancak 12-18 yaş grubunda yer alan ergenlerin problemli internet kullanımı açısından büyük bir risk altında olduğu görülmektedir. Bahse konu durum ise duygusal, bilişsel ve sosyal gelişim süreçleri sonlanmamış olan çocuk ve ergenlerin, internetin olumsuz etkileri bakımından daha çok riske maruz kaldığı görülmektedir. Bu kapsamda bu çalışmada ortaokul öğrencilerinin problemli internet kullanımı ile algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki İstanbul İlinde bulunan ortaokullarda öğrenim gören 424 öğrencinin iştiraki ile bir uygulama ile incelenmiştir. Çalışmanın verileri anket yoluyla toplanmış, veriler SPSS istatistik programı aracılığı ile analiz edilmiştir. Araştırma ile elde edilen bulgulara yönelik değerlendirmeler müteakip maddelerde sunulmuştur.

Araştırma kapsamında ilk olarak “Ortaokul öğrencilerinin problemli internet kullanımı ve algıladıkları sosyal destek hangi düzeydedir?” sorusuna yanıt aranmıştır. Yapılan analizler sonucunda ortaokul öğrencilerinde problemli internet kullanımının “yüksek”, algılanan sosyal destek düzeylerinin (aile, arkadaş ve öğretmen desteği) “düşük” düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Araştırma kapsamında yanıt aranan ikinci soru “Ortaokul öğrencilerinin problemli internet kullanımı düzeyleri demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve evde bulunan bilgisayar sayısı) göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği” sorusudur. Bu çerçevede cinsiyete göre öğrencilerin problemli internet kullanım düzeyleri ele alındığında; kız öğrencilerin problemli internet kullanım düzeyinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmüştür.

Literatür incelendiğinde pek çok çalışmada erkek öğrencilerin internet bağımlılığının kız öğrencilerden daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Çelik vd., 2014; Kayrı vd., 2014; Kaplan, 2016; Günüş, 2009; Budak, 2016). Bu araştırmada literatürde yer alan çalışmalardan farklı bir sonuca ulaşılmasının; önceki yıllarda erkek öğrencilerin internet kafeler aracılığı ile internete daha rahat erişebilmelerine karşın akıllı telefon ve tablet gibi mobil cihazların yaygınlığının son yıllarda artmasına bağlı olarak kız öğrencilerin de günümüzde rahatlıkla internete erişebilmesinden kaynaklanabileceği değerlendirilmiştir.

Öğrencilerin yaşlarına göre problemli internet kullanımı ele alındığında 12 yaşındaki öğrencilerin problemli internet kullanım düzeylerinin diğer yaşlardaki öğrencilerden daha fazla olduğu belirlenmiştir. Yörük (2018) çalışmasında 13-15 yaş aralığındaki ergenlerin problemli internet kullanım düzeylerinin daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Sağlan vd.(2017)'nin çalışmasında da benzer şekilde öğrencilerin problemli internet kullanımının yaşla birlikte artış gösterdiği belirtilmiştir.

Araştırmada problemli internet kullanımı kapsamında ele alınan bir diğer husus anne-baba eğitim durumudur. Yapılan analizler sonucunda; anne eğitim durumuna göre öğrencilerin problemli internet kullanımı arasında farklılık olmadığı belirlenmiştir. Literatürde yer alan çalışmalara bakıldığında; bu çalışmada ulaşılan sonuca paralel şekilde Kayrı vd. (2014), Çelik vd. (2014) ile Altıntaş ve Öztapak (2016) da çalışmalarında anne eğitim durumuna göre öğrencilerin problemli internet kullanım düzeyleri arasında fark olmadığını bildirmiştir. Baba eğitim durumuna göre problemli internet kullanım düzeyleri kıyaslandığında ise; baba eğitim durumu ile problemli internet kullanımı arasında negatif yönlü ilişki olduğu, yani baba eğitim durumu arttıkça öğrencilerde problemli internet kullanım düzeyinin azaldığı tespit edilmiştir. Konuya dair pek çok araştırmada bu çalışmada ulaşılandan farklı olarak baba eğitim durumunun öğrencilerin problemli internet kullanım düzeyinde etken olmadığı belirtilmiştir (Altıntaş ve Öztapak, 2016; Ayas ve Hortum, 2016; Eftekin, 2015; Zorbaz, 2013). Bununla birlikte Sağlan vd, (2017) ise çalışmasında bu çalışmanın sonucuna benzer şekilde baba eğitim durumu arttıkça öğrencilerde problemli internet kullanımının azaldığını ifade etmiştir. Çalışmada ulaşılan bu sonucu; ebeveynlerde eğitim düzeyi arttıkça çocuklarının problemli internet kullanımına yönelik farkındalık düzeyinin de artacağı, dolayısıyla eğitim düzeyleri yüksek ebeveynlerin çocuklarında problemli internet kullanımının diğer öğrencilere

kıyasla daha düşük düzeyde olacağı şeklinde yorumlamak mümkündür. Anne eğitim durumuna göre öğrencilerin problemlili internet kullanım düzeyleri arasında farklılık olmaması ise; Türk aile yapısında babaların annelere nazaran daha baskın olması ve eğitim düzeyi yüksek olan annelerin genellikle çalışma hayatında yer almaları nedeniyle çocukları ile daha az vakit geçirmesi bunun sonucunda da çocuklarının internet kullanımına karşı babalara nazaran daha müsamahakâr yaklaşım sergileyebileceği şeklinde açıklamak mümkündür.

Problemlili internet kullanımı öğrencilerin evinde bulunan bilgisayar sayısı bakımından irdelendiğinde; bilgisayar sayısı arttıkça problemlili internet kullanım düzeyinin de arttığı saptanmıştır. Alan yazındaki birçok çalışmada bu çalışmada ulaşılan bulguyu destekler nitelikte, evde bulunan bilgisayar sayısı ile problemlili internet kullanımı arasında pozitif ilişki olduğu bildirilmiştir (Arslan vd., 2017; Kayri vd., 2014; Simos vd., 2008; Aslanbay vd., 2009). Söz konusu sonucun; evdeki bilgisayar sayısının artmasıyla çocukların internete erişilebilirliklerinin de kolaylaşmasından kaynaklanabileceği şeklinde değerlendirmek mümkündür.

Araştırmada yanıt aranan üçüncü soru “Ortaokul öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyleri demografik özelliklerine (cinsiyet, yaş, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve evde bulunan bilgisayar sayısı) göre anlamlı fark göstermekte midir?” sorusudur. Cinsiyet değişkenine göre öğrencilerde algılanan sosyal destek düzeyi incelendiğinde; öğrencilerin algıladıkları genel, aile ve öğretmen desteği arasında fark olmadığı, arkadaş desteği bakımından ise erkek öğrencilerin kız öğrencilerden daha fazla destek algıladıkları saptanmıştır. Literatürde bu çalışma sonucunu büyük oranda destekleyen ve öğrencilerin cinsiyetlerine göre algıladıkları aile, arkadaş ve öğretmen desteği düzeyleri arasında farklılık olmadığını bildiren çalışmalar bulunmaktadır (Demirtaş, 2007; Gündoğan, 2016; Çeçen, 2008). Literatürden farklı olarak erkek öğrencilerin algıladıkları arkadaş desteği düzeyinin daha fazla olmasının; araştırma örnekleminde kaynaklanabileceği değerlendirilmiştir.

Yaş'a göre öğrencilerin algıladıkları destek düzeyleri ele alındığında; 10 yaşındaki öğrencilerin algıladıkları genel, aile ve arkadaş desteği düzeylerinin diğer öğrencilerden daha fazla olduğu belirlenmiştir. Gündoğan (2016) çalışmada yaş'a göre algılanan sosyal destek düzeyleri arasında farklılık olmadığını belirtmiştir. Çalışmada ulaşılan 10 yaş grubu öğrencilerinin algıladıkları destek düzeylerinin

diğer öğrencilerden daha yüksek olması sonucunu; bu yaş grubundaki öğrencilerin ortaokula yeni başlamaları dolayısıyla ailelerinden daha fazla destek gördükleri ve yeni başladıkları okullarında pek çok yeni arkadaş edindikleri, dolayısıyla algıladıkları aile ve arkadaş desteğinin ve bunların yansıması olarak da algıladıkları genel destek düzeylerinin daha yüksek olduğu şeklinde açıklamak mümkündür.

Öğrencilerde algılanan sosyal destek düzeyleri anne ve baba eğitim durumu bağlamında incelendiğinde; algılanan arkadaş ve öğretmen desteği bakımından öğrenciler arasında farklılık olmadığı, bununla birlikte anne ve baba eğitim durumu arttıkça öğrencilerin algıladıkları genel ve aile desteği düzeylerinin de artış gösterdiği belirlenmiştir. Literatürdeki çalışmalara bakıldığında; Ateş (2016) ve Elbir (2000)'in çalışmalarında bu çalışmada ulaşılan sonucu destekler şekilde annesi daha yüksek eğitim düzeyine sahip olan öğrencilerin algıladıkları aile desteği düzeyinin diğer öğrencilerden daha fazla olduğu bildirilmiştir. Bununla birlikte kimi çalışmalarda ise anne ve baba eğitim durumuna göre algılanan sosyal destek düzeyleri arasında farklılık olmadığı belirtmiştir (Gündoğan, 2016; Bekir vd., 2018).

Demografik faktörler bağlamında son olarak ortaokul öğrencilerinde algılanan sosyal destek düzeyi ile evde bulunan bilgisayar sayısı ilişkisine bakıldığında; öğrencilerin algıladıkları genel, aile, arkadaş ve öğretmen desteği düzeyinde farklılık bulunmadığı belirlenmiştir.

Araştırmada yanıt aranan son soru ise; ortaokul öğrencilerinin problemli internet kullanımı ile algıladıkları sosyal destek düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığıdır. Yapılan korelasyon analizde, öğrencilerin algıladıkları sosyal destek (aile, arkadaş ve öğretmen desteği) ile problemli internet kullanım düzeyleri arasında negatif yönlü ilişki olduğu, diğer bir ifade ile öğrenciler tarafından algılanan sosyal destek düzeyi azaldığında problemli internet kullanımının arttığı belirlenmiş ve araştırma kapsamında geliştirilen hipotezlerin tamamı desteklenmiştir. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde, bu çalışmada ulaşılan sonucu destekleyen pek çok çalışma bulunduğu görülmüştür (Kayri vd., 2014; Tanrıverdi, 2012; Özcan ve Buzlu, 2005).

Sonuç olarak ortaokul öğrencilerinde problemli internet kullanımı ile algılanan sosyal destek ilişkisinin incelendiği bu çalışmanın sonuçları aşağıda kısaca özetlenmiştir:

- Ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımının “yüksek” olduğu durumlarda, algılanan desteğin “düşük” düzeyde olduğu tespit edilmiştir.
- Problemlı internet kullanımı; kız öğrencilerde erkek öğrencilerden ve 12 yaşındaki öğrencilerde diğerk yaştaki öğrencilerden daha fazladır. Öğrencilerde problemlı internet kullanımı anne eğitim durumuna göre farklılık göstermemektedir. Problemlı internet kullanımı ile baba eğitim durumu arasında “negatif” ve öğrencilerin evinde bulunan bilgisayar sayısı arasında “pozitif” ilişki bulunmaktadır.
- Öğrencilerin algıladıkları genel, aile ve öğretmen desteğin cinsiyete göre farklılık göstermemekte olup, erkek öğrencilerin algıladıkları arkadaş desteği kızlardan daha fazladır. 10 yaşındaki öğrenciler tarafından algılanan genel, aile ve arkadaş desteği düzeyi diğerk öğrencilerden daha yüksektir. Anne ve baba eğitim durumuna göre algılanan arkadaş ve öğretmen desteği farklılaşmazken, algılanan genel ve aile desteği düzeyi ile anne-baba eğitim durumu arasında pozitif ilişki bulunmaktadır. Evde bulunan bilgisayar sayısına göre ise algılanan destek düzeyi farklılaşmamaktadır.
- Ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ile algılanan sosyal destek arasında negatif ilişki bulunmaktadır.

5.2 Öneriler

Çalışmada ulaşılan sonuçlar ışığında uygulayıcılar ve araştırmacılara yönelik olarak aşağıda belirtilen önerilerde bulunulabilir:

- İnternetin hayatın vazgeçilmez bir parçası olmasıyla birlikte son dönemde sık sık gündeme gelen problemlı internet kullanımı özellikle ergenlerde; akademik başarısızlık, özgüven düşüklüğü, sosyal gelişim bozuklukları, genel sağlıkta bozulma gibi pek çok soruna neden olabilmektedir. Bu kapsamda; günümüzde ergenlerin en önemli sorunlardan biri haline gelen problemlı internet kullanımını önleyebilmek ya da azaltılabilmek üzere Sağlık Bakanlığı ve Milli Eğitim Bakanlığı öncülüğünde problemlı internet kullanımını önleme programları geliştirilmesi ve uygulanması sağlanabilir.
- Problemlı internet kullanımına yönelik farkındalığı artırmak üzere okul yönetimleri ve rehberlik servisleri işbirliğiyle öğrenciler ve veliler için bilinçlendirme çalışmaları yapılabilir. Söz konusu çalışmalar kapsamında

öğrencilere internetin etkili, kontrollü ve sağlıklı olarak nasıl kullanılabileceği ve aşırı kullanımının ne gibi zararlarının olabileceği anlatılabilir.

- Okulların rehberlik servislerindeki uzmanlar tarafından ortaokul öğrencilerine yönelik olarak sanal arkadaşlıklar ve ilişkiler yerine gerçek ilişki ve arkadaşlıklar kurmanın önemini anlatan seminerler düzenlenebilir.
- Çalışma kapsamında problemli internet kullanımı ile algılanan sosyal destek arasında negatif ilişki bulunmasından hareketle, araştırmacılar için problemli internet kullanımının önlenmesinde odaklanılması gereken konulardan birinin algılanan sosyal destek olduğu söylenebilir. Bu çerçevede; öğrencilerin problemli internet kullanımının ortadan kaldırılması için aile ve öğretmenlere sosyal destek konusunda bilgilendirme yapılması sağlanmalıdır.
- Ergenlerin problemli internet kullanımı önlemek amacıyla internette geçirilen süreyi azaltabilmek adına yetenekleri ve ilgilerinin keşfedilerek söz konusu ilgi ve yetenekler doğrultusunda sosyal, kültürel ve sportif faaliyetlere iştirak etmeleri sağlanabilir.
- Gelecek dönemde yapılacak çalışmalarda farklı yaş gruplarını da kapsayacak şekilde araştırmalar yapılması, bu suretle problemli internet kullanımı ve algılanan sosyal destek ilişkisinin farklı gelişim dönemleri ile birlikte ele alınması sağlanabilir.
- Çalışmada kullanılan veri toplama araçlarının öz-bildirimsel nitelikte olmaları nedeniyle katılımcılar tarafından verilen yanıtlarla sınırlıdır. Bu sebeple söz konusu sınırlılığı azaltabilmek ve daha kapsamlı bilgilere ulaşabilmek adına nitel veri toplama tekniğinin kullanıldığı çalışmalar yapılması sağlanabilir.

KAYNAKLAR

- Altay, M.**, (2007). Okul Yöneticilerinin Mesleki Tükenişlik Düzeyleri İle Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişki, *Yüksek Lisans Tezi*, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eskişehir.
- Altıntaş, S. & Öztapak, M.** (2016). Ortaokul öğrencilerinin problemli internet kullanımları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori ve Uygulama*, 7(13), 109-128.
- Arısoy, Ö.** (2009). İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches In Psychiatry* 1: 55-67.
- Arsalan, Y.** (2009). Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek ile Sosyal Problem Çözme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Aslanbay Y, Aslanbay M ve Çobanoğlu E.** (2009). Internet addiction among Turkish young consumers. *Young Consumers* 10(1), 60-70.
- Ateş, Ö. T.** (2016). TEOG Sınavına Hazırlanan Öğrencilerin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 124-138.
- Ayas, T., & Horzum, M. B.** (2016). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 46-57.
- Baltaş, A.** (1993). *Öğrenmede ve sınavlarda üstün başarı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Baltaş, Z.** (2000). Sağlık Psikolojisi, İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Banaz, M.** (1992). Lise Öğrencilerinde Sosyal Destek Kaynakları ve Stres ile Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki, Yayımlanmamış *Yüksek Lisans Tezi*, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir
- Barrera M., Fleming C.F., Khan F.S.** (2004) The role of emotional social support in the psychological adjustment of siblings of children with cancer. *Child Care Health Deve* 30(2): 103-111.
- Bayram, D.** (1999). Bir Grup Gençte Ruhsal Belirti ile Sosyal Destek İlişkisi, *Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Beard, K. W., & Wolf, E. M.** (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 4(3), 377-383.
- Beard K.W. & Wolf, E. M.** (2005). Internet addiction: a review of current assessment techniques and potential assessment questions. *Cyberpsychology and Behavior*. 8: 7-14.
- Bekir, H., Arbaş, G., & Aydın, R.** (2018). Sosyal Dezavantajlı Bölgedeki Ortaokul Öğrencilerinin Anneye Bağlanma ve Sosyal Destek Algısı. *Dicle University Journal of Ziya Gokalp Education Faculty*, (33), 79-90.
- Bruhn, J. G., Philips, B. Y** (1984),. Measuring Social Support:A Synthesis of Current Approaches. *Journal of Behavioral Medicine*. 7,150–170.
- BTK,** (2016). İnternetin Riskleri ve Zararları, 25 Kasım 2016, <http://internet.btk.gov.tr/internetin-riskleri-ve-zararlari-detay-61.html>, (Erişim tarihi: 12.12.2018).

- Budak, B** (1999). Çocukluk Çağı Lösemileri ve Sosyal Destek Sistemlerinin Aile İşlevlerine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Budak C.** (2016). Ortaokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Obezite Prevelansı ve Fiziksel Aktivite Katılım Düzeylerinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Callaghan P, Morrissey J** (1993) Social support and health: A review. *Journal of Advance Nursing* 18, 203-210.
- Caplan G.** (1974). *Support Systems and Community Mental Health*, New York: Behavioral Publications.
- Casiano, B. N.** (2018). A Two-Paper Mixed Method Pilot Study on Perceived Social Support, Self Esteem, and Racial-Ethnic Microaggressions among Undergraduate, Graduate, and Professional College Students in the United States. *Doctorate in Social Work (DSW) Dissertations*, University of Pennsylvania, School of Social Policy and Practice, USA.
- Cengizhan, C.** (2005). Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanımında Yeni Bir Boyut: Bağımlılık. *VIII. Ulusal PDR Kongresi*, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Ceyhan, A. A.** (2011). Ergenlerin problemli internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 18(2), 85-94.
- Ceyhan, E.** (2008). Ergen Ruh Sağlığı Açısından Bir Risk Faktörü: İnternet Bağımlılığı, *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15 (2), 109-116
- Ceyhan, E. ve Ceyhan, A.** (2008). Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar ve İnternet Kullanımının Gelişimsel Sonuçları, A. Kuzu (Ed.), *Bilgisayar içinde* (ss. 375-397), Eskişehir, Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları.
- Chen, X., Li, F. H. ve Long, L. L.** (2007). Prospective Study On The Relationship Between Social Support And Internet Addiction. *Chinese Mental Health Journal*, 21(4), 240-243.
- Cırık, İ.** (2012). İlköğretim 5., 6., 7. Ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul
- Clark, C.** (2006). Factors Involved in Social Support, <http://www.personalityresearch.org/papers/clark.html> (Erişim Tarihi: 6.8.2006)
- Cohen S, Wills T A.** (1985) Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychology Bulletin*. 98, 310-57.
- Csibi, M., Csibi, S., Dénes, M., & Ábrám, Z.** (2018). Smoking Behaviour Related To Health Status, Self Esteem, Life Satisfaction And Perceived Social Support In An Adolescent Sample. *Public Health and Management*, 23(1), 1-5.
- Cullingford, C. & Morrison, J.** (1997). Peer group pressure within and outside school. *British Educational Research Journal*, 23 (1). 61-80.
- Cüceloğlu, D.** (1991). *İnsan ve Davranışı*. (12. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi
- Çam H. H.** (2014). Adölesanlarda İnternet Bağımlılığı Prevalansı ile Psikopatolojik Semptomlar Ve Obezite Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Doktora Tezi*. Cumhuriyet Üniversitesi. Sivas.
- Çakar, M. & Kulaksızoğlu, A.** (1997). Lise son sınıf öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeyleri ile denetim odağı düzeylerinin karşılaştırılması. *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi* 9(9), 113-131.
- Çeçen, A.R.** (2008). Öğrencilerinin Cinsiyetlerine ve Ana baba Tutum Algılarına Göre Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.

- Çelik, A., Çelen, F. K., & Seferoğlu, S. S.** (2014). Ortaokul Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Akademik Bilişim '14 - XVI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri* 5 - 7 Şubat 2014 Mersin Üniversitesi.
- Çetinkaya, M.** (2013). İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Davis, R. A.** (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- Demirci, A. & Nazik H.** (2001). Çocuk ve Bilgisayar. *Tüketici Bülteni*.
- Demirtaş, A. S.** (2007). İlköğretim 8. sınıf öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri ile stresle başa çıkma düzeyleri arasındaki ilişki. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Derman, O.** (2008). Ergenlerde Psikososyal Gelişim. *Adölesan Sağlığı II, Sempozyum Dizisi*, 63, 19-21
- Dinç, M.** (2010). *İnternet Bağımlılığı*. İstanbul: Ferfir Yayınları
- Doğan, H., Işıklar, A. ve Eroğlu, E.** (2008). Ergenlerin Problemli İnternet Kullanımının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 106- 124
- Dönmezer, İ.** (2003). Ergenlik Döneminde ÖZerikleşme/Bağımsızlaşma. *Sosyoloji Dergisi*, (10), 61-64.
- Dunst, C. J., Trivette, C. M.** (1986). Mediating influences of social support: personal, family, and child outcomes. *American Journal of Mental Deficiency*, 90(4), 403-417.
- Durak B. & Kılıç, N.**, (2011). İnternet Bağımlılığı: Kişilik Özellikleri, Psikolojik Belirtiler, Sosyal Destek ve İlişkili Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67),1-10.
- Eftekin, P.** (2015). Ergenlik dönemindeki öğrencilerin internet bağımlılığı ve anne baba tutumları arasındaki ilişki, *Yüksek Lisans Tezi*, Erciyes Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Ekinci, H. & Ekici, S** (2003). İşletmelerde Örgütsel Stres Yönetim Stratejisi Olarak Sosyal Desteğin Rolüne ilişkin Bir Araştırma, *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi*. 27(1), 109-120.
- Elbir, N.** (2000). Lise 1. Sınıf öğrencilerinin sosyal destek düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Elmacı, F.** (2001). Parçalanmış ve Bütünlüğünü Koruyan Aileye Sahip Ergenlerin Depresyon ve Uyum Düzeylerinde Sosyal Desteğin Rolü. *Yüksek Lisans Tezi*. Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli
- Erdeğer, N.** (2001). Lise Öğrencilerinin Sosyal Destek Ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Eroğlu, E. S.** (2012). Sanal Topluluklardaki Sosyal Ağlarda Sosyalleşme ve Güven Sorunsalı Ereğli Örneği, *Yüksek Lisans Tezi*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Eroğlu, Y., Peker, A.** (2011). Aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek ve siber mağduriyet: Yapısal eşitlik modeliyle bir inceleme. *Akademik Bakış Dergisi*, 27(1), 20.

- Esen, E.** (2010). Ergenlerde İnternet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Yüksek lisans tezi*. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- EU Kids Online,** (2011). Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Projesi Özet Bulguları, <http://www.lse.ac.uk/media-and-communications/assets/documents/research/eu-kids-online/participant-countries/turkey/TurkeyExecSum.pdf>, (Erişim tarihi: 12.12.2018).
- Fidan, N.** (1996). *Eğitim psikolojisi: Okulda öğrenme ve öğretme*. Ankara: Alkım Yayınevi
- Gander M.J. & Gardiner H.W.** (2004). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*, Onur B.(Edt), İmge Kitapevi, Ankara.
- Goldberg LR.** (1999). A broad-bandwidth, public domain, personality inventory measuring the lower-level facets of several five-factor models. In: Mervielde I, Deary I, De Fruyt F, Ostendorf F, editors. *Personality psychology in Europe*. Vol. 7. The Netherlands: Tilburg University Press. pp. 7–28.
- Gönül, A. S.** (2002). Patolojik İnternet Kullanımı (İnternet Bağımlılığı/ Kötüye Kullanımı). *Yeni Symposium*, 40(3), 105-110.
- Guan, S.S.A. & Subrahmanyam, K.** (2009). Youth internet use: risks and opportunities. *Current Opinion in Psychiatry*, 22 (4), 351-356.
- Gurung, R. A., Sarason, B. R. & Sarason, I. G.** (2001). Predicting relationship quality and emotional reactions to stress from significant-other-concept clarity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27 (10), 1267-1276.
- Gündoğan, S.** (2016). Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Algılanan Sosyal Destek ve Öznel İyi Oluş Açısından İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Günlü, A. & Ceyhan, A. A.** (2017). Ergenlerde internet ve problemlı internet kullanım davranışının incelenmesi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 4(1), 75-117.
- Günüç S.** (2009). İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Bazı Demografik Değişkenler İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.
- Gürçan, N.** (2010). Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımları İle Uyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Gürkan, A.** (1998). Okul Çağı Çocuğu Davranış Sorunları İle Annelerin Anksiyete Düzeyleri ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Doktora Tezi*. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Hamarta, E. & Gürçan, N.** (2014). Examination of the relationship between adolescents' problematic internet use and the adaptation. *International Academic Conference*, 7-8 Ağustos 2014, Prague
- Hayman L., Mahon M. & Turner JR.** (2002). *Health and Behavior in Childhood and Adolescence*. New York, NY, USA: Springer Publishing Company
- Hattie, J.A.C.** (2009). *Visible learning: A synthesis of 800 meta-analyses relating to achievement*. Oxon, England: Routledge
- Helgeson, V.** (1993). Two Important Distinctions In Social Support: Kind Of Support 122 And Perceived Versus Received, *Journal Of Applied Social Psychology*. 23, 825-845.

- Holt M.K. & Espelage D.L.** (2005) Social support as a moderator between dating violence victimisation and depression/anxiety among African-American and Caucasian adolescents. *School Psychology Review* 34(3): 309-328.
- Internet World Stats**, (2018). Internet Usage Statistics: The Internet Big Picture World Internet Users and 2018 Population Stats <https://www.internetworldstats.com/stats.htm>, (Erişim Tarihi: 02.11.2018).
- Kaplan, N.** (2016). Ortaokul öğrencilerinde internet bağımlılık düzeylerinin sağlık üzerine etkilerinin incelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Karadağ İ.** (2007). İlköğretim beşinci sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının sosyal destek kaynakları açısından incelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Karasar, N.**, (2013). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. 25.Baskı. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık
- Kaşıkcı, M., Çoban, G.İ., Ünsal, A. & Avcı, G.** (2009). Üniversite Son Sınıf Öğrencilerinde Aileden ve Arkadaştan Algılanan Sosyal Destek ve Benlik Saygısı, *İ.Ü.F.N. Hemşirelik Dergisi*, 17(3), 158-165.
- Kayri M. & Güneş S.** (2010). Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik-güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 39: 220-232.
- Kayri, M., Tanhan, F. & Tanrıverdi, S.** (2014). Ortaöğretim öğrencilerinde İnternet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, 1(1), 33-59.
- Kazak, A. E., & Marvin, R. S.** (1984). Differences, difficulties and adoption: Stress and social networks in families with handicapped child. *Family Relations*, 33, 67-77
- Kef, S.** (1997). The Personel Networks And Social Supports Of Blind And Visually Impaired Adolescents, *Journal of Visual Impairment and Blindness*. 91, 236-244.
- Kelleci M.** (2008).İnternet, cep telefonu, bilgisayar oyunlarının çocuk ve gençlerin ruh sağlığına etkileri. *TAF Preventive Medicine Bulletin*. 7: 253-256
- Kelleci, M., Güler, N., Sezer, H. & Gölbaşı, Z.** (2009). Lise Öğrencilerinde İnternet Kullanma Süresinin Cinsiyet ve Psikiyatrik Belirtiler İle İlişkisi. *Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 8(3), 223-230.
- Kewalramani, S. & Ahirwar, S.** (2018). Effect Of Self-Effciacy, Happiness And Perceived Support On Academic Performans. *The International Journal of Indian Psycology*, 6.(1), 106-125.
- Kılavuz, B.** (2013). İnternet Kullanmanın İlköğretim Öğrencilerinin Psikososyal Durumlarına Etkileri. *Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kim, H. K., & Davis, K. E.** (2009). Toward A Comprehensive Theory Of Problematic Internet Use: Evaluating The Role Of Self-Esteem, Anxiety, Flow, And The Self-Rated Importance Of Internet Activities. *Computers in Human Behavior*, 25, 490-500.
- Köksalan, B. ve Tel, M.** (2009). Günümüzde Yeni Bir Boş Zaman Aktivitesi Olarak İnternet: Öğretim Üyeleri Örneği, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 8 (28), 262-272.
- Kubey, R. W., Lavin, M. J. ve Barrows, J. R.** (2001). Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *Journal of Communication*, 51, 366-382.

- Lagana M.T.** (2004) Protective factors for inner-city adolescents at risk of school dropout: Family factors and social support. *Children & Schools* 26 (4), 211-220.
- Lin, S.S.J. & Tsai, C.C.** (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Comput Human Behavior*, 18, 411-426.
- Lynch, M. & Cicchetti, D.** (1997). Children's relationships with adults and peers: An examination of elementary and junior high school students. *Journal of School Psychology*, 35, 81-99.
- Mason W.A.** (2004) General and specific predictors of behavioral and emotional problems among adolescents. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders* 12(1): 49- 61.
- Matud, M. P., Ibanez, I., Bethencourt, J.M., Marrero, R. & Carballeira, M.** (2003) Structural Gender Differences In Perceived Social Support, *Personality and Individual Differences* 35(8) 1919-1929
- Mc Creary, D.** (1997). *Applied Social Psychology*. Brock University Prentice Hall, Upper Saddle River, New Jersey.
- Mercer, S.H., Nellis, L.M., Martinez, R.S. & Kirk M.** (2010). Supporting the students most in need: Academic self efficacy and perceived teacher support in relation to within-year academic growth. *Journal of School Psychology*, (49), 323-338.
- Mitchell, K. J. & Wells, M.** (2007). Problematic Internet Experiences: Primary or Secondary Presenting Problems in Persons Seeking Mental Health Care?, *Social Science & Medicine*, 65 (6), 1136-1141.
- Mottram A.J. & Fleming M.J.** (2009). Extraversion, impulsivity, and online group membership as predictors of problematic internet use. *Cyberpsychol Behavior* 12 (3), 319-321.
- Muslu, G.K. & Bolşık, B.** (2009). Çocuk ve gençlerde internet kullanımı. *TAF Preventive Medicine Bulletin*. 8, 445-450
- Naila, S. & Takwin, B.** (2018). Perceived Social Support as Predictor of Suicide Ideation in Gunung Kidul High School Students.
- Naila, S., & Takwin, B.** (2018, July). Perceived Social Support as Predictor of Suicide Ideation in Gunung Kidul High School Students. In Universitas Indonesia *International Psychology Symposium for Undergraduate Research* (UIPSUR 2017). Atlantis Press.
- Niedorys, B., Mikos, M., Kocka, K., & Ślusarska, B.** (2018). The Degree of an Internet Addiction Among School Youth. *Pielęgniarstwo XXI wieku/Nursing in the 21st Century*.
- Odabaşı, H.F., Kabakçı I. & Çoklar A.N.** (2007). *İnternet, Çocuk ve Aile*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Okanlı A.** (1999). Hemşirelik Öğrencilerinin Aile ve Arkadaşlarından Algıladıkları Sosyal Destek İle Anksiyete Düzeyi Arasındaki İlişki. *Yüksek Lisans Tezi*. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Oktan, V.** (2005). Yalnızlık ve Algılanan Sosyal Destek Düzeyinin Ergenlerdeki Öfkenin Gelişimine Etkisi. *Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 21, 183-192.
- Ögel, K.** (2012). *İnternet Bağımlılığı*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Öner, U. & Gümüş, A.** (2000). Kurt Lewin and field theory, Lewin's child psychology. *Ankara University, Journal of Educational Sciences Faculty*, 1(33), 9-27.

- Özbesler, C.** (2001). Çocukluk Çağı Lösemileri ve Sosyal Destek Sistemlerinin Aile İşlevlerine Etkisi. *Doktora Tezi*, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özcan N.** (2004). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Kullanımının Psikososyal Durum ile İlişkisi, *Doktora Tezi*, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Özcan, N.K. & Buzlu, S.** (2005). An Assistive Tool In Determining Problematic Internet Use: Validity And Reliability Of The “Online Cognition Scale” In A Sample Of University Students. *Journal of Dependence*, 6 (1), 19–26.
- Özolgun Kurt, N.** (2014). Meslek Lisesi Öğrencilerinde Problemlı İnternet Kullanımı, Bilişsel Yetenek ve Dikkat Becerilerinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Özpolat, V.** (2014). Postmodern Bir Sosyalleşme Mecrası Olarak Sosyal Medya Ve Gençlik. *Gençlik ve Kültürel Mirasımız Uluslararası Kongre*. Samsun: Ondokuzmayıs Üniversitesi, (16-18 Mayıs 2014.s. 45-56.
- Öztürk, Ö., Odabaşıoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y., & Kalyoncu, Ö. A.** (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 36-41.
- Park, K., & Lee, Y.** (2007). Association of social support and social activity with physical functioning in older persons. *Journal of preventive medicine and public health*, 40(2), 137-144.
- Pavri, S., & Monda-Amaya, L.** (2001). Social support in inclusive schools: Student and teacher perspectives. *Exceptional Children*, 67(3), 391-411.
- Pawlowski, W. & Hamilton, G.** (2008). Stages of Adolescent Development <https://www.caiglobal.org/tctp/Files/Stages%20of%20Adolescent%20Development.pdf>, (Erişim tarihi: 12.12.2018)
- Pearson, J. E.** (1986). The Definition and Measurement of Social Support. *Journal of Counseling and Development*, 64, 390-395.
- Rosenfeld, L. B. & Richman, J.M.** (1997). Developing Effective Social Support: Team Building and the Social Support Process. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 133-153.
- Sağlan, R., Atay, E., Demirtaş, Z, Öcal, E., Arslantaş, D. & Ünsal, A.** (2017). Ortaokul ve Lise Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve Kuru Göz Hastalığının Değerlendirilmesi. *Euras Journal of Family Med*, 6(3):117-26
- Saraçoğlu, Y.** (2000). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin çeşitli değişkenlerle incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Pierce, G. R.** (1990). *Traditional views of social support and their impact on assessment*. John Wiley & Sons.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J.** (2003). Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and anxiety*, 17(4), 207-216.
- Sim, H.** (2000). Relationship of daily hassles and social support to depression and antisocial behavior among early adolescent. *Journal Youth and Adolescence*. 29(6), 647- 661.
- Siomos K.E., Dafouli E.D., Braimiotis D.A., Mouzas O.D. & Angelopoulos N.V.** (2008). Internet Addiction Among Greek Adolescent Students. *Cyberpsychology and Behavior* 11(6): 653-657.
- Sorias O.** (1988a). Sosyal destek kavramı. *Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*. 27(1): 353-357.

- Stroebe, W. & Stroebe, M.** (1996). *Social Psychology Handbook of Basic Principles*, Guilford Press, New York.
- Subrahmanyam, K, Lin, G.** (2007). Adolescents on the net: Internet use and wellbeing. *Adolescence* 42, 659-677.
- Şenel, E.** (2015). Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin sosyal destek algıları, genel öz yeterlik inançları ve duygusal zeka düzeylerinin değerlendirilmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Şimşek F.** (2010). İlköğretim Öğrencilerinin İnternet Kullanım Profili - Kastamonu İli Örneği. *Uzmanlık Tezi*. Türkiye İstatistik Kurumu, Kastamonu.
- Şimşek, N., Akça Kılıç, N. & Şimşek, M.** (2015). Lise Öğrencilerinde Umutsuzluk Ve İnternet Bağımlılığı. *Türk Silahlı Kuvvetleri Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 14(1), 7-14.
- Tahiroğlu, A.Y., Çelik, G.G., Uzel, M., Özcan, N. & Avcı, A.** (2008). Internet use among Turkish adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*; 11: (5): 537-543
- Tanrıverdi, S.** (2012). Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Van.
- Tardy, C.** (1985). Social Support Measurement. *American Journal of Community Psychology*, 113(2): 187-202.
- Terzi, S., Kapçı E.** (2005) Risk factors for suicidal behavior: Psychosocial risk models with Turkish adolescents. *Social Behavior and Personality* 33(6): 593-607
- Thoits, M.** (1985). *Professional Burnout: Recent Developments in Theory and Research*, Washington DC, Taylor ve Francis.
- Topbay, Y.** (2016). Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin algılanan sosyal destek ve aile işlevleri açısından incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Traş, Z., & Arslan, E.** (2013). Ergenlerde sosyal yetkinliğin, algılanan sosyal destek açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 12(4), 1133-1140.
- Treuer, T., Fábíán, Z., & Füredi, J.** (2001). Internet Addiction Associated With Features Of İmpulse Control Disorder: Is It A Real Psychiatric Disorder?, *Journal of Affective Disorders*, 66(2), 283.
- Tsai, C.C, Lin, S.S.J.** (2003). Internet addiction of adolescents in Taiwan: An interview study. *Cyberpsychol Behavior*, 6, 649-652.
- TÜİK** (2018). Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması-2018 (<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=24862>, (Erişim Tarihi: 02.11.2018).
- Tüzün, O. & Sayar, K.** (2006), Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji, *Düşünen Adam*, 19(1), 24-39.
- Ulukol, B.** (2001). İki Farklı Lisede Okuyan Ergenlerin Davranış Özellikleri, *Sağlık ve Toplum*, Nisan-Haziran, 11; 2, 56-60.
- UNICEF**, (2011). The State Of The World's Children 2011: Adolescence An Age of Opportunity, United Nations Children's Fund (UNICEF), https://www.unicef.org/sowc2011/pdfs/SOWC-2011-Main-Report_EN_02092011.pdf, (Erişim Tarihi: 12.12.2018)
- Varni J.W. & Katz E.R.** (1997) Stress, social support and negative affectivity in children with newly diagnosed cancer: A prospective transactional analysis. *Psychooncology* 6, 267-278.

- Vietze, D.L., Daiute, C. & Dow, E.** (2010). *Encyclopedia of Adolescence*, p; 341-351. Elseiver Pres.
- Wang, C.DC. & Sound, C.C.** (2008). The Role of Generational Status, Sef Esteem, Academic Self Efficacy and Perceived Social Support in College Students' Psychological Well-Being. *Journal of College Counseling*, 11, 101-118.
- WeAreSocial,** (2017). Digital In 2017: Global Overview, <https://wearesocial.com/special-reports/digital-in-2017-global-overview>, (Erişim tarihi: 12.12.2018).
- Wentzel, K.R., Battle, A., Russell, S.L. & Looney, L.B.** (2010). Social supports from teachers and pers as predictors of academic and social motivation. *Contemporary Educational Psychology* 35(3), 193-202.
- Yalçınöz, M.** (2017). Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımı İle Sınav Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yang, S. C. & Tung, C. J.** (2007). Comparison Of Internet Addicts And Nan-Addicts In Taiwanese High School. *Computers in Human Behavior*, 23, 79-96.
- Yardımcı, F. K.** (2007). İlköğretim öğrencilerinde algılanan sosyal destek ile öz-yeterlik ilişkisi ve etkileyen değişkenlerin incelenmesi. *Doktora Tezi*, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yellowlees, P. M., & Marks, S.** (2007). Problematic Internet Use Or Internet Addiction?, *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1447-1453.
- Yen, J. Y., Ko, C. H., Yen, C. F., Chen, S. H., Chung, W. L., & Chen, C. C.** (2008). Psychiatric symptoms in adolescents with Internet addiction: Comparison with substance use. *Psychiatry and clinical neurosciences*, 62(1), 9-16.
- Yıldırım, İ.** (1997). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Geliştirilmesi Güvenirliğı Ve Geçerliğı. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 147-157.
- Yıldırım, İ.** (1998). Akademik Başarı Düzeyleri Faklı Olan Lise Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Sosyal Destek Düzeyleri, *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (9),s.33-39.
- Yıldırım, İ.** (2004). Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Revizyonu. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 17, 221-236.
- Yıldırım, İ.** (2006). *Anne baba desteğı ve başarı*. Ankara: Anı Yayıncılık
- Young KS.** (1996) Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*. 1, 237-244.
- Yörük, B. Ö. & Taylan, H. H.** (2018). Ortaokul ve Lise Öğrencilerinde Problemlı İnternet Kullanımı ve Sosyal Hizmet Müdahalesi, *Jass Studies-The Journal of Academic Social Science Studies*, 67 (3), 339-359.
- Yüce, Ç.** (2018). Lise Öğrencilerinde Problemlı İnternet Kullanımının Kontrol Odağı, Problem Çözme Becerisi, Sosyal Destek Değişkenleri İle İlişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yücel N, Gürsoy F.** (2013).Ergenlerin Akran İlişkileri ile Yalnızlık Düzeylerinde İnternet Kullanımının Etkisi, In: İnternet Bağımlılığı: Sorunlar ve Çözümler, Kalkan M, Kaygusuz C.(Edt), Anı Yayıncılık, Ankara, p 211-229.
- Zorbaz, O.** (2013). Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımının Sosyal Kaygı ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi, *Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Zorbaz, O. ve Tuzgöl Dost, M.** (2014). Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımının Cinsiyet, Sosyal Kaygı ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(1), 298-310.



EKLER

EK A: Anket Formu

EK B: İnternet Bağımlılığı Ölçeği

EK C: Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

EK D: Araştırma Hipotezleri Sonuçları

EK E: Etik Onay Belgesi





EK A: Anket Formu

Değerli Katılımcı,

Bu anket formu, “Ortaokul Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Desteğin Problemlili İnternet Kullanımı İle İlişkisi” konulu yüksek lisans tezinde bulunan araştırma bölümü için hazırlanmıştır. Bu formla toplanacak bilgiler yüksek lisans tezinde bilimsel bir araştırmanın temelini oluşturacak ve başka bir amaçla kullanılmayacaktır.

Araştırma çerçevesinde aşağıda yer alan üç kısımdan oluşan bir anket hazırlanmıştır. Ankette yer alan soruların cevaplandırılmasında gösterilecek dikkat ve samimiyet araştırmanın değerini ortaya koyacaktır. Araştırma kapsamında gizlilik ilkesi uyarınca isim talep edilememekte olup, verilecek yanıtlar saklı kalacaktır.

Zaman ayırarak sunacağınız katkılar için teşekkürlerimi sunarım.

Zehra Betül SARMAN

Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyet	☐ Kız	☐ Erkek		
Yaş	☐ 10 yaş ☐ 14 yaş	☐ 11 yaş	☐ 12 yaş	☐ 13 yaş
Anne Eğitim Durumu	☐ İlkokul	☐ Ortaokul	☐ Lise	☐ Üniversite
Baba Eğitim Durumu	☐ İlkokul	☐ Ortaokul	☐ Lise	☐ Üniversite
Evde Bulunan Bilgisayar Sayısı	☐ Yok	☐ Bir	☐ İki	☐ Üç veya fazla

EK B: İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Lütfen aşağıdaki ifadelere hangi düzeyde katıldığınızı belirtiniz.

1: Kesinlikle Katılmıyorum

2: Katılmıyorum

3: Kararsızım

4: Katılıyorum

5: Tamamen Katılıyorum

NU	BOYUT / İFADE	1	2	3	4	5
1	İnternet kullanmadığım zaman kendimi gergin/huzursuz hissederim.					
2	İnternet kullanmak isteyip de kullanmadığım zaman sinirli /öfkeli olurum.					
3	İnternet bağlantısı koparsa ya da yavaşlarsa sinirlenirim/öfkelenirim.					
4	İnternet kullandığım zamanlarda hiç olmadığım kadar mutlu/huzurlu olurum.					
5	Kendimi endişeli ya da sıkıntılı hissettiğim zamanlarda internet kullanmak beni rahatlatır.					
6	Birileri beni internetin başından kaldırırsa sinirlenirim.					
7	Sorunlarımdan kaçmak için internet kullanmaya yönelirim.					
8	İnternete, planladığım zamanda giremezsem sinirlenirim.					
9	Çevremde birileri varken, yalnız kalıp, internete girmeyi isterim.					
10	İnterneti kullanmadığım zamanlarda internete girmek için sabırsızlanırım.					
11	Gittiğim yerlerde internet bağlantısı ararım.					
12	İnternet kullanmamı sınırlamakta ya da kontrol etmekte güçlük çekerim.					
13	Sabah uyandığımda ilk aklıma gelen internete girmek olur.					
14	İnternete her defasında, bir öncekinden daha uzun süre kalmak isterim.					
15	İnternette planladığımdan daha uzun süre kalırım.					
16	İnternet kullanmadığım zamanlarda bile interneti düşünürüm.					
17	İnternette iken acıktığımı, susadığımı hissetmem ya da farkına varmam.					
18	İnternette daha fazla zaman geçirmek için başka planlarımı iptal ederim.					
19	İstediğim zaman internetin başından kalkamam.					
20	Ailem beni çağırırsa dahi internetin başından kalkamam.					
21	İnternet kullanabilmek için uykumdan ödün veririm.					
22	İnternet kullanmamdan dolayı ailem ile sorunlar yaşarım.					

NU	BOYUT / İFADE	1	2	3	4	5
23	Arkadaşlarım beni çağırırsa dahi internetin başından kalkmam.					
24	İnternet kullanmamdan dolayı başka etkinliklere (spor, sinema, kitap okuma vb.) ilgim azalır.					
25	İnternet kullanmamdan dolayı ev/iş/okul sorumluluklarımı yerine getiremem ya da ihmal ederim.					
26	Çevremdekiler internette harcadığım zamandan dolayı şikâyet eder.					
27	İnternet kullanmamdan dolayı ailem ile daha az zaman geçiririm.					
28	İnternet kullanmamdan dolayı arkadaşlarım ile daha az zaman geçiririm.					
29	İnternet kullanmamdan dolayı arkadaşlarım ile sorunlar yaşarım.					
30	İnternet ortamında edindiğim arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlıklara tercih ederim.					
31	Gerçek yaşamdaki arkadaşlarımla dışarıda görüşmek yerine internette görüşmeyi tercih ederim					
32	Arkadaşlarımı internetten edinirim.					
33	İnternet benim en iyi arkadaşımdır.					
34	İnternetsiz bir yaşam bana anlamsız/boş gelir.					
35	İnternet kullanmamdan dolayı yüz yüze iletişimde zorluk yaşarım.					

EK C: Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Lütfen aşağıdaki ifadelere hangi düzeyde katıldığınızı belirtiniz.

1: Bana uygun değil 2: Kısmen uygun 3: Bana uygun

NU	BOYUT/ İFADE	1	2	3
AİLEM				
1	Bana gerçekten güvenir			
2	Sorunlarımı çözmeme yardım eder			
3	Bir haksızlığa uğradığımda beni gerçekten destekle			
4	Bana gerçekten değer verir			
5	Bana doğru tavsiyelerde bulunur			
6	Doğru kararlar vermeme yardım eder			
7	Davranışlarımı takdir eder			
8	İlgi duyduğum şeyleri yapmama yardım eder			
9	Hatalarımı nazikçe düzeltir			
10	Beni gerçekten anlar			
11	Bana, aile gelirimize göre yeterince harçlık verir			
12	İyi ve kötü günlerimde yanımda olur			
13	Geleceğimle ilgili planlar yapmamda bana yardım eder			
14	Üstün, güçlü yanlarımı vurgular			
15	İyi ve kötü yönlerimle beni sever			
16	Başarılı olmam için bana destek olur			
17	Zaman ayırıp sıkıntılarımı gerçekten dinlemez			
18	Arkadaşlarımla ilişkilerimin güçlenmesini destekler			
19	Sosyal etkinliklere katılmamı destekler			
20	Başarılarımı takdir eder			
ARKADAŞLARIM				
21	Bana gerçekten güvenir			
22	İhtiyaç duyduğumda beni gerçekten dinler			
23	Sorunlarımı çözmeme yardım eder			
24	Bir haksızlığa uğradığımda beni gerçekten destekler			
25	Bana gerçekten değer verir			
26	Doğru kararlar vermeme yardım eder			
27	Hata yaptığımda bile beni kabul eder			
28	Hatalarımı düzeltmeme yardım eder			
29	Beni gerçekten anlamaz			
30	Gerektiğinde harçlığını benimle paylaşır			
31	Derslerle ilgili bilgilerini benimle paylaşır			
32	İyi ve kötü günlerimde yanımda olur			
33	Bir şeye sinirlendiğimde beni yatıştırır			

NU	BOYUT/ İFADE	1	2	3
ÖĞRETMENLERİM				
34	Amaç, ilgi ve yeteneklerim konusunda benimle konuşur			
35	Bana gerçekten güvenir			
36	Sorunlarımı çözmeme yardım eder			
37	Bir haksızlığa uğradığımda beni gerçekten destekler			
38	Bana gerçekten değer verir			
39	Bana doğru tavsiyelerde bulunur			
40	Doğru kararlar vermeme yardım eder			
41	Hatalarımı nazikçe düzeltir			
42	Beni gerçekten anlar			
43	Üstün, güçlü yanlarımı vurgular			
44	Zaman ayırıp sıkıntılarımı gerçekten dinlemez			
45	Arkadaşlarımla ilişkilerimin güçlenmesini destekler			
46	Sosyal etkinliklere katılmamı teşvik eder			
47	Çok çalıştığım ya da başarılı olduğum zaman beni över			
48	Duygu, düşünce ve inançlarıma saygı duyar			
49	Derslerde sorularıma içtenlikle cevap verir			
50	Bana karşı genellikle adil davranır			

EK D: Araştırma Hipotezleri Sonuçları

HİPOTEZ	SONUÇ
H _{1A} : Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetine göre problemlili internet kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{1B} : Ortaokul öğrencilerinin yaşına göre problemlili internet kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{1C} : Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre problemlili internet kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{1D} : Ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre problemlili internet kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{1E} : Ortaokul öğrencilerinin evde bulunan bilgisayar sayısına göre problemlili internet kullanım düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{2A} : Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetine göre algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2A1} : Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetine göre algıladıkları aile desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2A2} : Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetine göre algıladıkları arkadaş desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{2A3} : Ortaokul öğrencilerinin cinsiyetine göre algıladıkları öğretmen desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2B} : Ortaokul öğrencilerinin yaşına göre algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{2B1} : Ortaokul öğrencilerinin yaşına göre algıladıkları aile desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{2B2} : Ortaokul öğrencilerinin yaşına göre algıladıkları arkadaş desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{2B3} : Ortaokul öğrencilerinin yaşına göre algıladıkları öğretmen desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2C} : Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{2C1} : Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre algıladıkları aile desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{2C2} : Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre algıladıkları arkadaş desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2C3} : Ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre algıladıkları öğretmen desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2D} : Ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul

HİPOTEZ	SONUÇ
H _{2D1} : Ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre algıladıkları aile desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Kabul
H _{2D2} : Ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre algıladıkları arkadaş desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2D3} : Ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumuna göre algıladıkları öğretmen desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2E} : Ortaokul öğrencilerinin evde bulunan bilgisayar sayısına göre algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2E1} : Ortaokul öğrencilerinin evde bulunan bilgisayar sayısına göre algıladıkları aile desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2E2} : Ortaokul öğrencilerinin evde bulunan bilgisayar sayısına göre algıladıkları arkadaş destek düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H _{2E3} : Ortaokul öğrencilerinin evde bulunan bilgisayar sayısına göre algıladıkları öğretmen desteği düzeyleri arasında anlamlı bir fark vardır.	Red
H ₃ : Ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ile algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki vardır.	Kabul
H _{3A} : Ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ile algılanan aile desteği arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki vardır.	Kabul
H _{3B} : Ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ile algılanan arkadaş desteği arasında negatif yönlü ve anlamlı negatif yönlü ve anlamlı ilişki vardır.	Kabul
H _{3C} : Ortaokul öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ile algılanan öğretmen desteği arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki vardır.	Kabul

EK E: Etik Onay Belgesi
arın ve Sayısı: 1/172/2018-6908



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 88083623-044
Konu : Zehra Betül SARMAN Etik onay Hk.

Sayın Zehra Betül SARMAN

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz "İnternet Bağımlılık Ölçeği" ve "Algılanan Sosyal Destek Ölçeği" konulu anketleriniz İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 30.11.2018 tarihli ve 2018/20 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur. Bilgilerinize rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA
Müdür

Evrakı Doğrulamak İçin : <https://evrakdogrula.aydin.edu.tr/enVision.Dogrula/BelgeDogrulama.aspx?V=BEL5V2RS>

Adres:Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL
Telefon:444 1 428
Elektronik Ağ:<http://www.aydin.edu.tr/>

Bilgi için: NESLİHAN KUBAL
Unvanı: Enstitü Sekreteri



5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır

ÖZGEÇMİŞ



1982 tarihinde Kayseri’de doğdu. İlk ve Orta Öğrenimini Kıbrıs ve Ankara’da yaptı. Ardından lisans öğrenimini Doğu Akdeniz Üniversitesi Türkçe Öğretmenliği Bölümünde 2007 yılında tamamladı. 2009- 2011 yılların ’da Halk Eğitim Merkezi’nde Yetişkinlere Okuma-yazma öğretmenliği yaptı. 2010 - 2011 yılların ‘da Ressam Şevket Dağ İlköğretim Okulu’nda Türkçe Öğretmenliği yaptı. 2017 tarihinde İstanbul İşletme Enstitüsünün Etkili İletişim Stratejileri ve Beden Dili eğitimi aldı. Öğrenim hayatına İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Fakültesi Psikoloji Bölümün’ de Yüksek Lisans öğrenimine devam ettirmektedir.