



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET
KULLANIMI İLE YALNIZLIK VE ROMANTİK İLİŐKI
DOYUM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

MELEK DURMAZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

LEFKOŞA

2019

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET
KULLANIMI İLE YALNIZLIK VE ROMANTİK İLİŞKİ
DOYUM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ**

MELEK DURMAZ

YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI

DR. HANDE ÇELİKAY SÖYLER

LEFKOŞA

2019

KABUL VE ONAY

..... tarafından hazırlanan “.....”
başlıklı bu çalışma,/...../..... tarihinde yapılan savunma sınavı
sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi
olarak kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ

.....
Ünvan Ad Soyad (Danışman)
Üniversite Adı
Fakülte ve Bölüm Adı

.....
Ünvan Ad Soyad (Başkan)
Üniversite Adı
Fakülte ve Bölüm Adı

.....
Ünvan Ad Soyad
Üniversite Adı
Fakülte ve Bölüm Adı

.....
Ünvan Ad Soyad
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin, tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim. Tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

- Tezimin tamamı heryerden erişime açılabilir.
- Tezim sadece Yakın Doğu Üniversitesinde erişime açılabilir.
- Tezimin iki (2) yıl süre ile erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde tezimin tamamı erişime açılabilir.

Tarih 21/06/2019

İmza

MELEK DURMAZ

TEŞEKKÜR

Tez sürecimin başlangıcından sonuna kadar engin bilgi ve donanımlarıyla beni aydınlatan, ilgi ve katkılarıyla her daim destek olan sevgili tez danışmanım, çok kıymetli hocam Doç. Dr. Hande Çelikay Söyler'e,

Yüksek lisans eğitimim boyunca ve tez yazım sürecinde bilgi ve tecrübesiyle bana yol gösteren değerli hocam Doç. Dr. İrem Erdem Atak'a,

Psikoloji alanında eğitimime başladığım dönem itibariye her zaman örnek aldığım, kişisel gelişimimde ve akademik yaşantımda çok büyük katkıları olan değerli hocalarım Prof.Dr. Mehmet Çakıcı ve Prof.Dr. Ebru Tansel Çakıcı'ya,

Üniversite hayatım boyunca ilgi ve bilgisi ile eğitimime yardımcı olan, dansa devam etmemde ve ilerlememde büyük katkıları olan, okulumuzdaki yaşça küçük dansçılara yol göstermeme vesile olan, hayatımın her anında bana destek olarak büyümemi sağlayan çok sevgili hocam Nezihe Erken'e,

Tez yazım ve veri toplama aşamasında bana yardımcı olan ve desteğiyle hep yanımda olan çok sevgili arkadaşım ve değerli hocam Uzm. Ufuk Kaya'ya,

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca bana yol gösteren tüm ders hocalarıma,

Tüm yaşamım boyunca bana inanan, eğitim hayatımda maddi manevi her türlü destekleri ile yanımda olan, sevgilerini her zaman hissettiğim ve sayelerinde hayallerime ve hedeflerime ulaşacak gücü bulduğum, her daim yanımda olan çok sevgili aileme,

Hepinize sonsuz teşekkür ederim.

Psk. Melek DURMAZ

ÖZ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET KULLANIMI İLE YALNIZLIK VE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bu araştırma üniversite öğrencilerinde internet kullanımı, yalnızlık ve romantik ilişki doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini KKTC’de bulunan Yakın Doğu Üniversitesi öğrencilerinden oluşan 336 kişilik bir grup oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak araştırmacının hazırladığı Kişisel Bilgi Formu, internet bağımlılığını değerlendirmek için “İnternet Bağımlılık Ölçeği”, yalnızlık seviyesini ölçmek için “Ucla Yalnızlık Ölçeği” ve ilişki doyumunu ölçmek için “Çok Boyutlu İlişki Envanteri” kullanılmıştır. Yapılan çalışmada internet kullanımı, yalnızlık ve romantik ilişki doyum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İnternet kullanım seviyesi arttıkça bireyin yalnızlık seviyesinin arttığı, romantik ilişki doyum düzeyinin ise azaldığı tespit edilmiştir. Diğer bir sonuç ise bireyin romantik ilişkisinden aldığı doyum arttıkça, yalnızlık seviyesinin azaldığı ortaya çıkmıştır. Cinsiyet değişkenine göre internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunamazken; sınıf değişkenine göre dördüncü sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığı puanları diğer gruplara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: İnternet kullanımı, internet bağımlılığı, yalnızlık, romantik ilişki doyum.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNET USAGE, LONELINESS AND ROMANTIC RELATIONSHIP SATISFACTION LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS

This study was conducted to determine the relationship between internet usage, loneliness and romantic relationship satisfaction levels of university students. The sample of the study consisted of 336 university students of Near East University in KKTC. In this research, The Personal Information Form prepared by the researcher, to evaluate the students internet addiction levels "Internet Addiction Scale", to define their loneliness levels "UCLA Loneliness Scale", to measure their satisfactions levels "Multidimensional Relationship " were used as data collection tools.

In the study, it was concluded that there was a significant relationship between internet usage, loneliness and romantic relationship satisfaction levels. As the level of internet addiction increases, the level of loneliness has also increased and the level of satisfaction in the romantic relationship has decreased. Another result of research, as romantic relationship satisfaction increased, loneliness level decreased. According to gender variable, there is no significant relationship between internet addiction scores. According to the class variable, the internet addiction scores of the fourth grade students were found to be significantly higher than the other groups.

Keywords: Internet usage, internet adiction, loneliness, romantic relationship satisfaction.

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY

BİLDİRİM

TEŞEKKÜR	iii
ÖZ.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xi
KISALTMALAR	xii

1.BÖLÜM

GİRİŞ	1
1.1.Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı	4
1.3 Araştırmanın Önemi.....	5
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	6
1.5. Araştırmanın Varsayımları.....	6
1.6. Tanımlar	7

2. BÖLÜM

KAVRAMSAL, KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	8
2.1. İnternet Bağımlılığı Kavramı ve Tanımı	8
2.2. İnternet Bağımlılığı Türleri.....	12
2.3. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri	13
2.3.1. İnternet Bağımlılığında Young ‘un Tanı Ölçütleri	15
2.3.3.İnternet bağımlılığında Griffiths ‘in Tanı Ölçütleri.....	16
2.3.4.İnternet bağımlılığında Suler ‘in Tanı Kriterleri	17
2.3.5.İnternet bağımlılığında Beard and Wolf’un Tanı Ölçütleri	19
2.4. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Araştırmalar.....	20
2.4.1.Konu ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	20
2.4.2. Konu ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	21

2.2. Yalnızlık Kavramı	22
2.2.1.Yalnızlık ve Tek Başlılık.....	24
2.2.2.Yalnızlık Türleri	25
2.2.3. Yalnızlığın Nedenleri	27
2.3.4. Yalnızlık Kavramını Açıklayan Kuramlar	28
2.3.4.1. Psikodinamik Yaklaşım	28
2.3.4.2. Varoluşçu Yaklaşım	29
2.3.4.3.Bilişsel Yaklaşım	29
2.3.4.4. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım.....	30
2.2.5. Yalnızlık İle İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar....	30
2.3. Romantik İlişki Doyumu	32
2.3.1. Romantik İlişki.....	32
2.3.2. İlişki Doyumu.....	33
2.3.3. Romantik İlişki Doyumu ile ilgili Yurt İçinde ve Dışında Yapılan Araştırmalar.....	35
3. BÖLÜM	
YÖNTEM	37
3.1. Araştırma Modeli.....	37
3.2. Evren ve Örneklem	37
3.3. Veri Toplama Araçları	43
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	43
3.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği.....	43
3.3.3.UCLA Yalnızlık Ölçeği.....	44
3.3.4. Çok Boyutlu İlişki Ölçeği	45
3.4. Verilerin Toplanması.....	46
3.5. Verilerin İstatistiksel Değerlendirmesi	46
4. BÖLÜM	
BULGULAR.....	48
5. BÖLÜM	
TARTIŞMA	80

6. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	90
KAYNAKÇA	91
EKLER.....	99
Ek 1: Kişisel Bilgi Formu.....	99
Ek 2: İnternet Bağımlılık Ölçeği	101
Ek 3: Çok Boyutlu İlişki Envanteri (Çbiö).....	102
Ek 4. Ucla Yalnızlık Envanteri	103
Ek 5. Aydınlatılmış Onam Formu	104
Ek 6. Bilgilendirme Formu.....	105
ÖZGEÇMİŞ.....	106
İNTİHAL RAPORU	107
ETİK KURUL ONAYI.....	108

TABLolar LİSTESİ

- Tablo 1.** Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre dağılımı38
- Tablo 2.** Öğrencilerin internet kullanım özelliklerine göre dağılımı40
- Tablo 3.** Öğrencilerin romantik ilişki, madde kullanımı ve psikolojik destek alma durumlarına göre dağılımı42
- Tablo 4.** Öğrencilerin Ucla yalnızlık envanteri, internet bağıllık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanlar48
- Tablo 5.** Öğrencilerin cinsiyetlerine göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağıllık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması49
- Tablo 6.** Öğrencilerin yaşlarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağıllık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması50
- Tablo 7.** Öğrencilerin sınıflarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağıllık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması52
- Tablo 8.** Öğrencilerin yaşadıkları yere göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağıllık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması53
- Tablo 9.** Öğrencilerin anne-baba birliktelik durumlarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağıllık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması55
- Tablo 10.** Öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağıllık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması57
- Tablo 11.** Öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağıllık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması59

Tablo 12. Öğrencilerin aile gelir durumuna göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması61

Tablo 13. Öğrencilerin okuldaki başarı durumlarına göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması63

Tablo 14. Öğrencilerin sosyal paylaşım sitelerine üye olma durumlarına göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması64

Tablo 15. Öğrencilerin günlük internet kullanım sürelerine göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması66

Tablo 16. Öğrencilerin internet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması68

Tablo 17. Öğrencilerin internet kullanımının arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması70

Tablo 18. Öğrencilerin romantik ilişki durumuna göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması72

Tablo 19. Öğrencilerin sigara kullanma durumuna göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması73

Tablo 20. Öğrencilerin alkol kullanma durumuna göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması75

Tablo 21. Öğrencilerin kumar oynama durumuna göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması76

Tablo 22. Öğrencilerin kumar oynama durumuna göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağılılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması78

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil I. Öğrencilerin anne-baba eğitim durumları	39
Şekil II. Öğrencilerin interneti kullanma amaçları	41

KISALTMALAR

DSM: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı)

KKTC: Kuzey Kıbrıs Türkiye Cumhuriyeti

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences(Sosyal Araştırmalar İçin İstatistiksel Program Paketi)

WHO: World Health Organization (Dünya Sağlık Örgütü)

TDK : Türk Dil Kurumu

UCLA : University of California, Los Angeles

1.BÖLÜM

GİRİŞ

1.1.Problem Durumu

Bilgi ve teknolojinin gittikçe daha da hızlı bir şekilde gelişmeye devam ettiği bu dönemlerde, internetin önemi de gittikçe artmaktadır. İnternet sayesinde artık her birey ihtiyaç duyduğu tüm bilgilere ve dünyanın herhangi bir yerinde bulunan diğer tüm insanlara daha kolay bir şekilde ulaşabilmektedir. Bireyin yaşamında internetin bu derece önemli hale gelme temel nedenlerinden en önemlileri; internet kullanımının sunmuş olduğu imkânlarla ve hizmetlere ulaşmanın daha hızlı ve kolay olmasıdır (Tanrıverdi, 2012).

Çok sayıda bilgiye kolay bir şekilde ulaşmayı sağlayan ve diğerleriyle hızlı bir şekilde iletişime geçmeyi mümkün kılan internet; başka birçok amaç içinde kullanılmaktadır (Muslu ve Bolışık, 2009). Dünya çapındaki veri tabanları ve kütüphanelerden bilgiye ulaşmak, elektronik posta yolu ile uzak mesafelerde bulunan insanlarla haberleşmek, video ile konferanslar yapmak, filmler izlemek, müzikler indirmek ve dinlemek, online oyunlar ve kumar oynamak, çeşitli finansal işlemler yapmak; internetin bireylere sağladığı hizmetlerin bir bölümünü oluşturmaktadır. İnternetin kullanım nedenleri; tanıdıklarla iletişim halinde olma, arkadaş edinme, eğlence, dersler ve iş için kullanım, can sıkıntısı giderme, problemlerden uzaklaşma, kendini ifade etme gibi çeşitli şekillerde olabilir. Günümüzde internet; birçok kullanıcı tarafından son derece önemli bir teknolojik gelişme olarak benimsenmektedir (Bayraktutan, 2005).

İnternetin sunmuş olduğu imkânlar nedeni ile popülerliğinin artması; insanların interneti giderek daha fazla kullanlarına yöneltmiştir. Bunun gibi çeşitli teknolojik gelişmeler kişilerin yaşamlarını ciddi şekilde etkileyebilmektedir. İnternet kullanan bireylerin bir bölümü ihtiyacı kadar kullanırken; diğer bölümü ise ihtiyaçlarından fazla internet kullanımını engellemeğe zorluk çekmektedir.

Yapılan araştırmalarda, internet kullanımının insanların davranışlarını olumsuz yönde etkilemesi durumunda “internet bağımlılığı” kavramından söz edilmektedir. Araştırmalar neticesinde internet bağımlılığının son yıllarda gittikçe yaygınlaştığı sonucuna ulaşılmıştır (Griffiths, 2000). İnternet bağımlılığı kısaca şu şekilde tanımlanabilir; kişinin aşırı derecede internet kullanım isteğine karşı duramaması, internet haricindeki zamanı değersiz olarak algılaması, internet kullanmandığı veya ona ulaşamadığı zaman dilimlerinde aşırı derecede gerginlik hissetmesi ve agresif davranışlar sergilemesi, iş, okul, aile ve sosyal yaşantındaki ilişkilerde çeşitli problemlere yol açmasıdır (Young, 1996).

Bireyin yaşamını büyük ölçüde kolaylaştıran internet; kontrolsüz kullanım neticesinde değişik problemler meydana getirebilir. Odak noktası haline geldiği noktada bireyin yaşamını olumsuz şekilde etkileyerek bağımlılık gibi sorunlar ortaya çıkarabilmektedir (Karaman ve Kurt oğlu, 2009).

Üniversite ve lise öğrencileriyle yapılan çalışmalarda; öğrencilerin yalnızlık düzeyleri internet bağımlılığını anlamlı şekilde yordamakta olduğuna ulaşılmıştır. Üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmalarda; problemlerle internet kullanımını ile yalnızlık, depresyon ve bilgisayar öz yeterliliği gibi kavramları beraberinde incelemişlerdir. Tespit edilen yalnızlık seviyesinin; aşırı internet kullanımını anlamlı bir şekilde etkilediği görülmüştür. Bu bağlamda aşırı ve sağlıksız şekilde internet kullanımı; zamanla bireyin yalnızlık duygularını artırmaya neden olmakta ve bu iki değişken arasında endişe verici bir kısır döngü oluşturmaktadır (Erdoğan, 2008).

Yapılan çalışmalarda “internetin yalnızlığa neden olduğu” görüşünü destekleyen araştırmacılar vardır. Bu araştırmacılara göre sanal âlem; kişilerin gerçek yaşamı ile olan bağlantısını kopardığı görüşünde

birleşmişlerdir. Diğer bir taraf ise “yalnızlığın internet bağımlılığa neden olduğu” görüşünü benimseyenlerdir. Bu araştırmacılar yalnız olan bireyin, sanal alem ilişkilerinin kolaylığı ve cazip oluşu ile daha fazla zaman harcamasına neden olduğu savunmuşlardır. Bu araştırmalar neticesinde internet bağımlılığı ile yalnızlık kavramları arasında önemli bir ilişkinin varlığı sonucuna ulaşılabilir (Özen ve Sarıcı, 2010).

Yakın ilişkiler, insan yaşamının çok önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Yakın ilişkilerin birçok türü olmakla birlikte romantik ilişkiler, diğer türlere göre birey için oldukça farklı anlamlar barındırmaktadır. Sadece ilişkisi olan çiftler veya evli olanlar arasında oluşan romantik ilişkiler; çoğunlukla kişilerin özgür iradesi ile seçtiği tutku, bağlanma ve yakınlık ile oluşturulan bir birliktelik olarak tanımlanmaktadır (Sarı, 2008).

Diğer bir deyişle romantik temas; yaşamlarını sürdüren iki kişi arasında hissedilen duyguların, diğer başka kişilerle kurduğu ilişkilerle karşılaştırıldığında, daha yoğun ve özel paylaşımların yaşandığı ilişkidir. Bunlardan ilki; bağlanma, sevgi ve aşk gibi duygulardır. İkinci temel özellik ise psikolojik ihtiyaçların karşılanmasıdır. Üçüncüsü ise; karşılıklı olarak bağımlılık, alışkanlık olarak özetlenebilir (Ünver, Kalaycı, Kaba ve Kahan; 2011).

Her romantik ilişkide bahsi geçen bu üç özelliğin tamamı olmayabilir. İnsanların beklentileri mutlu ve uzun süreli bir beraberlik olsa da, yaşanan her romantik ilişkinin yüksek doyum veren bir ilişki olması mümkün olmayabilir. İlişki doyumu; bireyin yakın ilişkisinden dolayı mutlu olması, yeterli doyumu alması şeklinde açıklanabilir (Özdemir, 2006). İlişki doyumunun seviyesini, birey kendi öz değerlendirmesi ile belirler. Bu değerlendirmenin olumlu olması, bireyin ilişkisinden doyum sağladığı anlamına gelir. Değerlendirmenin olumsuz olması ise bireyin doyum seviyesinin düşük olduğunu gösterir. Bazı ilişkilerde doyum seviyesi yüksekken, bazı ilişkilerde de bireyin doyumu düşük olabilir. Bireyin ilişki doyumunun yüksek olması, ilişkinin sürekliliği açısından olumlu bir etkiye sahiptir. Düşük doyum seviyesi ise ilişkinin sürekliliğini engellemekte, bireyde çeşitli problemler oluşmasına neden olabilmektedir (Bahadır, 2006).

Hayat boyu kurulan yakın ilişkiler, bireyleri psikolojik ve fiziksel olarak etkilemektedir. Gün geçtikçe toplumumuz daha kalabalık ve bu nedenle ilişkiler daha karmaşık hale gelebilmektedir. Buna bağlı olarak insanlar, beraber yaşamak zorunda oldukları diğer insanlarla çeşitli ilişkiler kurabilir veya daha da yalnızlaşmaya gidebilmektedirler. Bu bağlamda bahsedilen bu nedenler bireyin sağlığını olumsuz yönde etkileyebilir. Kişiler bu duygusal karmaşalar ile başa çıkma becerileri geliştiremezler ise; çeşitli ruhsal problemler ve davranış bozuklukları yaşayabilmektedirler (Doksat, 2003).

İnternet bağımlılığı kavramı ile ilgili çalışmalar incelendiğinde bağımlılığının; kişinin yaşam doyum düzeyinde azalmalara, arkadaş ilişkilerinde sıkıntılara, romantik ilişkilerinde zayıflama ve yalnızlık hissetme gibi bazı olumsuz durumlara neden olabildiği tespit edilmiştir. Bu nedenle uygunsuz internet kullanımı; bireyde bağımlılık oluşturmada ve yaşamını önemli derecede olumsuz etkileyebilmektedir (Yalçın, 2006).

Yapılan araştırmalar ışığında kontrolsüz internet kullanımının insan yaşamı için önemli bir problem teşkil ettiği tespit edilmiş; gereken özenin gösterilmesi için bu problemin çalışılması gerektiği düşünülmüştür.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırma üniversite öğrencilerinin internet kullanımı, yalnızlık ve romantik ilişki doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Alt amaçlar olarak, araştırmanın genel amacı çerçevesinde belirli sorulara yanıtlar aranmaya çalışılmıştır.

1. Cinsiyet değişkenine göre internet bağımlılığı puanları arasında istatistiksel anlamlı bir farklılık var mıdır?

2. Sınıf değişkenine göre internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

3. Yaş değişkenine göre internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

4. İnternet bağımlılığı ile alkol ve farklı madde bağımlılıkları arasında bir ilişki var mıdır?

5. Günlük internet kullanım süresi değişkenine göre internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

6. İnternet kullanım amacı değişkenine göre internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

7. Sosyo demografik özelliklere göre (yaşadıkları yer, anne-baba birliktelik durumları, anne ve baba eğitim durumları, aile gelir durumuna, okuldaki başarı durumlarına, sosyal paylaşım sitelerine üye olma, internet kullanımının aile ve arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkileme durumu, romantik ilişki durumu) internet kullanımı, yalnızlık ve omnatik ilişki doyum düzeyleri ile arasında bir ilişki var mıdır?

8. İnternet bağımlılığı ile romantik ilişki doyum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

9. Yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.3 Araştırmanın Önemi

Günümüzde internet kullanımı, özellikle son yıllarda dünya genelinde hızla yaygınlaşmaktadır. İnternet; bilgiye ulaşma ve onları paylaşma gibi uygun şekillerde kullanıldığında birey için çok yararlı işlevler sağlamaktadır. Diğer yandan yanlış şekillerde ve amaç dışı internet kullanımı (kumar, siber seks, pornografi, bağımlılık yapan çeşitli oyunlar gibi) çocuk, ergen ve de yetişkinlerde bağımlılığa neden olmaktadır. Kullanıcının günlük hayatında, aile ve arkadaşlık ilişkilerinde, iş veya akademik yaşantısında çeşitli problemler yaşamasına yol açmaktadır.

İnternet bağımlılığıyla ilgili araştırmalar literatürde olmakta birlikte bu kavramı; yalnızlık ve romantik ilişki doyum seviyesi değişkenleriyle ele alan araştırmalar oldukça kısıtlıdır. Ülkemizde ve dünyada yapılan çalışmalar incelendiğinde bağımlılığın; yakın arkadaş ilişkilerinde ve romantik

ilişkilerinde zayıflamaya, bireyde yalnızlık hissine neden olabileceği gibi bulgulara erişilmiştir. Diğer yandan bu kavramlarında bağımlılığa neden olabileceğine yönelik görüşlerde var olmaktadır.

Bu nedenle bu çalışma internet bağımlılığı ve diğer kavramlar arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmada, özellikle üniversite öğrencilerinde uygunsuz internet kullanımının fark edilmesine ve yaşanan olumsuzlukların önlenmesinde yol gösterici olabilmesi amacıyla yapılmaktadır.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Yapılan çalışma 2018- 2019 eğitim yılları ile sınırlıdır.
2. Araştırmadan elde edilen veriler, kullanılan ölçme ve değerlendirme araçlarıyla sınırlıdır.
3. Çalışmanın örneklemi, tek bir üniversitenin öğrencileri ile sınırlıdır.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

Bu araştırmanın temel aldığı bazı varsayımlar aşağıda belirtilmiştir.

1. Araştırmaya katılan bireylerin anket sorularını, samimi bir şekilde yanıtlayacakları varsayılmaktadır.
2. Araştırmanın örnekleminin, evreni temsil edebilecek özelliklere sahip olduğu varsayılmıştır.
3. Araştırmada kullanılan İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin, bireylerin internet bağımlılık düzeylerini belirlemek için yeterli olduğu varsayılmaktadır.
4. Ucla Yalnızlık Ölçeğinin, katılımcıların yalnızlık düzeylerini ölçmede yeterli bilgiyi verebilecek olduğu varsayılmıştır.
5. Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin, katılımcıların yakın ilişkileri ile alakalı psikolojik eğilimleri ölçmede yeterli olduğu varsayılmaktadır.

1.6. Tanımlar

İnternet: İnsanların her çeşit bilgiye kolay bir şekilde ulaşmasını sağlayan, iletişim kurmayı hızlandıran ve kolaylaştıran bir araç olmakla birlikte; birçok bilgisayar ve teknolojik araçları birbirine bağlayan dünya çapında bir ağ olarak tanımlanmaktadır (Kılıç, 2018).

İnternet bağımlılığı: Bireyin aşırı bir şekilde internette zaman geçirmesi, internet kullanım isteğini engellemede zorluk çekmesi, internete girilmediğinde geçirilen zamanı ve yapılan aktiviteleri önemsiz gibi algılaması ve bununla ilgili olumsuz düşüncelere ve duygulara bürünmesi; aile, iş ve sosyal yaşamında çeşitli sorunlar yaşaması ile birlikte oluşan klinik bir rahatsızlık olarak tanımlanır (Young, 1996; Griffiths, 2000).

Yalnızlık: Bireylerin var olan sosyal ilişkileri ile olmasını istediği ilişkilerinin arasındaki fark ile oluşan ve bireyin hoşuna gitmeyen bir kavram olarak tanımlanabilir (Uğur, 2018).

Romantik ilişki: Romantik ilişki; tutku, bağlanma, yakınlık gibi çeşitli bileşenleri içinde bulunduran, yakın bir ilişki türüdür (Ulutaş, 2018).

Romantik ilişki doyumu: Bireyin içinde bulunduğu romantik ilişkisinin kalitesi ile ilgili yaptığı kendi öznel değerlendirmeleridir. Pozitif değerlendirmeler ilişkiden alınan doyum seviyesinin yüksek olduğunu, negatif değerlendirmeler ise doyumsuzluğu göstermektedir (Dönerce, 2018).

2. BÖLÜM

KAVRAMSAL, KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. İnternet Bağımlılığı Kavramı ve Tanımı

İnsan yaşamında modernleşme ile birlikte yeni ve çeşitli teknolojik gelişmeler yer almaya başlamıştır. Gelişen bu teknoloji bireylerin değişimini ve gelişimini desteklerken, insan yaşamının da ayrılmaz bir parçası haline gelmeye başlamıştır. Bahsedilen bu teknolojik gelişmelerden birisi internettir (Özen, Gülaçtı ve Çıkkı, 2004).

İnternet tüm dünya genelinde bilgisayar ağlarına dayalı, sürekli büyüyen ve gelişen bir iletişim sistemidir. İlk ortaya çıktığı dönemlerde sadece bilim adamları ve bilgisayar uzmanları tarafından kullanılıyordu. İnternet sadece bilgisayarlarda e- posta alışverişi için kullanılabiliniyordu. Zamanla insan yaşamındaki ihtiyaçlar arttıkça; çeşitli yenilikler geliştirilmeye başlandı. Bilgi alışverişi kolaylaştıkça da paylaşımlar arttı. Böylelikle internetin kullanım ağı genişledi ve devlet kademelerinde, çeşitli endüstri kuruluşlarında da kullanılmaya başlanı hale geldi. Gün geçtikçe de kurumlar ve hatta bireyler kendilerine ait internet siteleri kurmaya başladı. Son yıllarda daha da geniş kitlelere de ulaşarak; tüm dünyada yaygın olarak kullanılan önemli bir bilgi ve iletişim aracı haline geldi (Yıldırım, 2018).

Bağımlılık kavramı ile ilgili literatürde çeşitli tanımlamalar vardır. Bu kavram ilk olarak Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından 1964 yılında tanımlanmıştır. Literatürde bağımlılık; bir nesneye, bireye veya herhangi bir varlığa karşı duyulan karşı koyulması zor olan istek, verdiği çeşitli psikolojik ve fiziksel zararlara rağmen kullanımın devamı, dürtü ile ilgili denetimin kaybı

ya da başka bir iradenin egemenliği altına girme şeklinde tanımlanmaktadır (Topal, 2018).

Bağımlılık denince yakın geçmişte düşünülen genellikle alkol ya da madde bağımlılığıydı. Fakat son yıllarda bu kavram nörobiyolojik, psikolojik ve sosyal faktörler ile kapsanan bir davranışsal bağımlılık kavramını da ifade etmeye başladı (Olçay, 2016).

Bağımlılık türleri çok çeşitli şekillerde olduğu gibi davranış temelli bağımlılıklarda bunlardan bir tanesidir. Bahsi geçen davranış tabanlı bağımlılıklarda literatürde farklı alt başlıklar halinde yerini almıştır. Bunlar;

- Teknoloji bağımlılığı
- Sanal bağımlılıklar (internet, bilgisayar)
- Kumar bağımlılığı
- Cinsel bağımlılık (seks bağımlılığı)
- Alışveriş bağımlılığı (Tarhan ve Nurmedov, 2011).

Son yıllarda internetin yayılma hızının ve ulaşılabilirliğinin öngörülenden de hızlı bir şekilde artması; patolojik olarak aşırı derecede internet kullanımının yeni bir bağımlılık çeşidi olarak kavramsallaştırılmasına neden olmaya başlamıştır (Arısoy, 2009).

İnternet bağımlılığı (patolojik internet kullanımı); bireyin internette aşırı bir şekilde vakit geçirmesi, kullanım isteğini engelleyememesi, internete girilmediği zamanlarda geçirilen zamanın veya yapılan aktivitelerin önemsiz olarak değerlendirilmesi, internetten yoksun kalındığında olumsuz duygulara bürünülmesi, aşırı sinirlilik ve saldırganlık hali, kişinin aile ilişkilerinde, iş, akademik ve sosyal yaşantısında problemler yaşaması gibi belirtilerin eşlik etmesi ile ortaya çıkan klinik bir rahatsızlıktır (Arısoy, 2009).

İnterneti aşırı derecede kullanan kişilere kolaylıkla internet bağımlısı tanısı konmamaya dikkat edilmelidir. Araştırmalara göre bireylerin zaten var olan diğer bağımlılıklarını gidermek ve tatmin etmek amacıyla interneti kullandıkları ortaya çıkmaktadır. Bu nedenlerden dolayı gerçekte internet

bağımlısı olan bireyler ile bu bahsi geçen kişilerin ayrımının yapılması büyük bir önem arz etmektedir (Griffiths, 2000).

İnternet bağımlılığı, patolojik veya problemlili internet kullanım tanımlarını belirleme noktasında; internette geçirilen süre en önemli faktörlerden biridir (Beard and Wolf, 2001).

Diğer bir yandan bağımlılık ile alışkanlık arasındaki fark da tanımlama noktasında oldukça önemli bir ölçüttür. Alışkanlık kavramında daha çok düzenli ve tekrarlı bir şekilde yapılan aktiviteler yer alır. Alışkanlıklar olumlu veya olumsuz şekiller de karşımıza çıkabilir. Örneğin; diş fırçalama alışkanlığı olumlu, düzensiz beslenme alışkanlıkları ise olumsuz alışkanlıklardandır. Bağımlılık kavramında ise önemli olan ölçüt yapılanın dozudur. Ayrıca bizlere daha çok olumsuz alanı ve problemlili bir durumun varlığını gösterir (Can, 2007).

İnternet bağımlılığının klinik bir hastalık olarak değerlendirilmesi gerektiğini savunan ilk kişi Kimberly S. Young olmuştur. 1996 yılında Amerikan Psikoloji Derneğinin toplantısında hazırladığı raporu ile patolojik internet bağımlılığına dikkat çekmiştir. Psikiyatri, psikoloji, iletişim, eğitim veya sosyoloji gibi birçok farklı disiplinlerden araştırmacıların internet bağımlılığı ile ilgili tartışmalar üzerinde durduğu ifade edilmiştir (Balcı ve Gülnar, 2009).

Yapılan araştırmalar sonucunda internet bağımlılığı tanı ölçütlerinin, madde bağımlılığı ile patolojik kumar bağımlılığı ölçütlerine benzediği sonucuna ulaşılmıştır. İnternet bağımlılığı ile bu bağımlılık çeşitleri için duygu durum değişiklikleri, yoksunluk ve işlevsellikte bozulma ortaktır. Diğer bağımlılıklar gibi uyku ve yeme bozuklukları, sınırlı fiziksel aktivite, iş, okul ve sosyal hayatta çeşitli problemlere yol açtığı gözlemlenmiştir (Yıldırım, 2018).

Young (1996) yaptığı araştırmalar neticesinde internet bağımlısı olmayan bireylerin interneti genellikle araştırma ve bilgi edinme amacı ile kullandıklarını ifade etmiştir. Bağımlılık belirtileri gösteren bireylerin ise daha çok yeni insanlarla tanışmak, konuşmak gibi sosyalleşmeye dayalı ihtiyaçlarını karşılamak için kullandıkları sonucuna ulaşmıştır.

İnternet bağımlılığı kavramını literatüre ilk kazandıran kişi ise psikiyatrist Dr. Ivan Goldberg (1996) olmuştur. Bağımlılık ölçütlerinin karmaşık ve katı buluşundan yola çıkarak, kriterleri “ İnternet Bağımlılığı Bozukluğu ” halinde uyarlayarak meslektaşlarına iletmiştir. Onlardan aldığı olumlu geribildirimlerle Goldberg “ İnternet Bağımlılığı Destek Grubu” kurup bağımlılık üzerine çalışmalar yapmaya başlamıştır. Ardından da çeşitli akademisyenler ve araştırmacılar tarafından da patolojik internet kullanımı ile ilgili çalışmalar yapılmaya devam edilmiştir (Kılıç, 2018).

İnternetin sağlıklı kullanımı; bireyde herhangi bir bilişsel veya davranışsal bozukluğa sebep olmaması, gerçeklik algısını yitirmeden interneti uygun zamanlarda, amacına uygun bir şekilde kullanmasıdır. (Davis, 2001; akt. Günüş, 2010).

Diğer yandan internetin sağlıksız kullanmasının birçok etkeni bulunmaktadır. Griffiths (2010) internetin kötüye kullanımına sebep olan etkenleri sekiz maddede açıklamaktadır;

1. *Fırsat ve Ulaşım*: İnternete ulaşımın oldukça kolay ve hızlı oluşu; insanların onu çok daha fazla derecede kullanmasına ve bunun sonucunda da bireylerin interneti kötüye kullanmasına neden olabileceği belirtilmektedir.

2. *Karşılabilme (ucuz olması)*: İnternetin ucuz bir şekilde alınabilmesi, ulaşım imkânının artmasına ve internetin kötüye kullanımına neden olmaktadır.

3. *Anonimlik (bilinmezlik)*: Bilinmezlik sayesinde yüz yüze iletişimin olamaması nedeniyle daha rahat bir iletişim alanı sağladığından; samimiyetsizlik, hoşnutsuzluk, öfke ya da daha olumsuz duygular kişiye aktarılmadığından; kullanıcıların interneti kötüye kullanmaya meyillini arttırmaktadır.

4. *Elverişlilik (uygunluk)*: İnteraktif çevirim içi olarak kullanılan oyunlar, konuşma odaları, mailleşme gibi çeşitli uygulamalar internetin çok daha fazla kullanımını sağlamaktadır.

5. *Kaçış*: Yüz yüze iletişim kurmakta problem yaşayan insanların interneti; iletişimde daha kolay bir araç olarak görüp, yüz yüze iletişimden kaçış sergileyerek çevirim içi bağımlılık alışkanlıkları göstermelerine neden olmaktadır.

6. *Engelleyememe*: Bireyin internette oluşturduğu kimlikten ve sosyal mecralardan kendini kısıtlayamaması, sürekli paylaşımda bulunması, kabul edilmek ve sevilme adına ilişki kurmak için çevirim içi olmaktan kendine ket vuramamasına neden olmaktadır.

7. *Sosyal Olarak Kabul Görme*: Özellikle gençler arasında kişinin internet ve onu kullanabileceği çeşitli araçları aktif şekilde kullanıyor olması; sosyal ilişkilerini geliştirmekte ve arkadaşları tarafından onaylanması veya kabul edilmesi nedeni ile internet aşırı derecede şekilde kullanmasına neden olmaktadır.

8. *Uzun Çalışma Saatleri*: Genel olarak tüm dünyada insanlar ofis ortamlarında uzun saatler boyunca çalışmaktadır. Sosyal olarak ihtiyaçlarını karşılamak isteyen bireyler internet ortamında iletişim kurarak ihtiyaçlarını gidermeye çalışmaları; interneti kötüye kullanma riskini arttırmakla karşı karşıya kalabilmektedir (Topal, 2018).

2.2. İnternet Bağımlılığı Türleri

İnternet bağımlılığının çeşitli alt türleri bulunmaktadır. Griffiths (2000); interneti patolojik derecede kullanan birçok bireyin; temelde internetin kendisine bağımlı olmadığını, interneti internet aracılığı ile ulaşabildiği diğer bağımlılıklarına ulaşmak için bir araç olarak kullandığını belirtmiştir. İnternet bağımlılığını; “İnternet üzerindeki bağımlılıklar” ve “İnternette olan bağımlılıklar” şeklinde iki alt kategoriye ayırmıştır.

İnternet bağımlılığı davranışların olduğu bir yerdir ve burası internette olan bağımlılıklar grubudur. İnternet üzerindeki bağımlılıklar internet yoluyla gerçekleşen eylemleri içermektedir. Bunlar; sanal olarak

insanları taciz etme, takip etme (stalklama) gibi kullanım amaçları bu grubun içindedir (Griffiths, 2000).

Young (1999) ise internet bağımlılığını beş alt başlıkta toplamıştır;

Sanal Seks Bağımlılığı: Kişilerin sanal seks ve sanal porno sitelerini devamlı kullanımına olan bağımlılığını içerir.

Sanal İlişki Bağımlılığı: bireylerin çok fazla çevirim içi bir şekilde sana ilişkiler kurmasını içerir.

İnternet Kompulsiyonu: Aşırı derecede çevirim içi kumar oynama, alışveriş yapma ve gün içi işlemleri içerir.

Bilgi Yükleme: Takıntı seviyesinde internette gezinme ve bilgi araştırmaları yapmayı içerir.

Bilgisayar Bağımlılığı: Aşırı bir şekilde ve devamlı bilgisayar oyunları oynamayı içerir.

Davis, " internet bağımlılığını" iki alt kategoriye yerleştirmiştir.

Spesifik patolojik internet kullanımı: Kişinin interneti daha önceden var olan başka bir bağımlılığını artırmak için kullanması (kumar ve pornografi gibi)

Genelleştirilmiş patolojik internet kullanımı: Bireyin interneti genelde internetin sosyal alanları ile ilişkili olarak sohbet etme gibi genel bir şekilde kullanması. En az üç alt tipi belirtilmektedir ; aşırı derecede oyun, cinsel meşguliyetler (siber seks), e-posta (Moazedian ve ark., 2014; Kılıç, 2018).

2.3. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri

Young (1998), internet bağımlılığını ayrı bir psikiyatrik hastalık olarak değerlendirmiştir. Patolojik kumara ilişkin tanı ölçütlerinin yeniden düzenlenmesi aracılığıyla internet bağımlılığını değerlendirmek için "Kendi Kendini Değerlendirme Soru Listesi"ni geliştirmiştir (Self-report questionnaire). Bağımlılığa yönelik bulunan yeni tanımlayıcı ölçütlerin,

gelecek dönemlerde yapılacak çalışmalar için araştırmacılara teorik bir altyapı sunabileceği düşünülmüştür.

DSM- V de yer alan kumar oynama bozukluğu tanılarına yönelik kriterler ve de Young "un internet bağımlılığını belirlemek amacıyla önerdiği kriterler aşağıda maddeler halinde sıralanmıştır. Bu 10 maddeden en az beşinin veya daha fazlasının bireyde bulunması psikiyatrik açıdan patolojik kumar olarak değerlendirilmektedir.

Kumar oynamanın patolojik olarak adlandırılması için konulan kriterler;

1.Kumar oynama istediğine aşırı seviyede yoğunlaşma.

2.İstenilen heyecanı tatmak için her seferinde daha da arttırılan miktarda para ile kumar oynama.

3.Kumarı bırakma amacıyla defalarca denenip fakat olumsuz neticelenen azaltma çabaları.

4. Bırakma girişimlerinde huzursuzluk yaşama.

5. Çeşitli sorunlardan kaçma amacıyla kumar oynama; suçluluk, çaresizlik duyguları, depresyon gibi.

6.Kaybedilen paranın yerine koyulması amacıyla sürekli kumar oynama.

7.Kumar oynadığını aile üyelerinden, çevresinden, terapistinden gizlemesi.

8.Kumar için gereken parayı çeşitli yasa dışı yollardan ele geçirme çabası; sahtekârlık, dolandırıcılık, hırsızlık gibi.

9.Kumar oynama nedeniyle aile ilişkilerinde, sosyal ve mesleki yaşantıda bozulmalar oluşması.

10.Kumar neticesinde meydana gelen ekonomik buhrandan kurtulmak amacıyla para gereksinimini karşılayacak insanlardan medet umma (Mikovski, 2005).

2.3.1. İnternet Bağımlılığında Young 'un Tanı Ölçütleri

Young 'un internet bağımlılığına yönelik tanı kriterleri sekiz maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerden en az beşinin varlığında kişi bağımlı olarak tanımlanabilir (Young, 1998).

1. İnternet ile ilgili zihinsel uğraşın aşırı seviyelere ulaşması,
2. İstenilen keyif düzeyine ulaşabilmek nedeni ile git gide artan internete bağlanma isteği,
3. Kullanımın kontrol edilmesi amacıyla gerçekleşen çabaların olumsuz sonuçlanması,
4. İnternet kullanımı azaltıldığı ya da tamamen bırakıldığı zamanlarda tedirginlik, huzursuzluk, çökkünlük hissedilmesi,
5. Kullanım için planlanan süreye göre artan sürede internette vakit geçirme,
6. Aşırı sürede internette zaman harcama nedeni ile aile ilişkilerinde, sosyal ve mesleki yaşantıda sorunlar yaşama, muhtemel eğitim ve kariyer fırsatlarını riske atma ve kaybetme,
7. Kullanımın süresiyle alakalı diğer bireylere yalan beyanlarda bulunma,
8. Sorunlardan uzaklaşmak veya olumsuz duygulardan kaçmak amacıyla interneti kullanma.

2.3.2.İnternet bağımlılığında Goldberg' in Tanı Ölçütleri

Goldberg (1996) tarafından internet bağımlılığı; DSM IV bulunan madde bağımlılığı tanı kriterlerinden yola çıkılarak oluşturulmuştur. Goldberg' e göre; bir yıllık dönem aralığında herhangi bir zamanda görülen, aşağıdaki faktörlerden üç ve daha fazlasını barındıran, klinik anlamda belirgin bir bozulmaya ya da soruna neden olan uygunsuz internet kullanımı.

1. Aşağıdaki maddelerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi.

a. Arzu edilen haz düzeyine ulaşılması amacıyla internet kullanım süresinde belirgin düzeyde artış olması,

b. İnternet kullanımında sürekli olarak aynı sürede kalınması durumunda alınan haz seviyesinin azalması,

2. Aşırı internet kullanımı neticesinde aşağıda belirtilen koşullardan asgari iki maddenin, günler içinde görülmesi (bir ay içinde görülebilir) ve bireylerin bu yoksunluklardan ötürü çeşitli problemler yaşamaması.

a. Psikomotor ajitasyon,

b. Bunaltı,

c. İnternet hakkında takıntılı düşünceler,

d. İnternet hakkında sıradışı düşünceler ve hayal kurma,

e. İstemli veya istemsiz şekilde tuşlara basma,

f. Sıkıntıları gidermek için internete bağlanma,

3. Kullanım için planlanan sürenin aşımı,

4. Kullanımını kontrol altına almak için sürekli bir istek ve olumsuz sonuçlanan çabaların oluşu.

5. İnternet kullanımlı aktivitelere aşırı uzun süreler ayırma.

6. İnterneti daha uzun süreli kullanmak için hobilerin, önemli toplumsal veya mesleki etkinliklerin azaltılması veya sonlandırılması.

7. Kullanımının sebep olduğu olumsuzluklara rağmen kullanımın devam etmesi (Çetinkaya, 2013).

2.3.3.İnternet bağımlılığında Griffiths 'in Tanı Ölçütleri

Griffiths (1999), internet bağımlılığını davranışsal bağımlılığın bir alt kümesi olarak kategorize etmiştir ve bunun için bir bağımlılığın temel özelliklerini değerlendirir.

Griffiths" e göre bağımlı davranış ölçütlerinde tanı kriterleri;

1.*Dikkat çekme(Saliance)* : Belirli bir eylemin gerçekleşmesi, bu eylemlerin kişinin yaşantısında en birinci şey haline gelişi ile ortaya çıkmaktadır. Bu eylemler düşüncelere, duygulara, şiddetli istek ve davranış şekillerine yansımaktadır. Bu duruma örnek olarak; internet kullanıcılarının internete bağlanmadıklarında bile bağlanacakları zamanı düşünmeleri gösterilebilir.

2. *Ruh halinde değişim (Mood Modification)*: Kişinin belirli bir etkinlik ile uğraşımı sonucu oluşan öznel değerlendirmeler ve baş etme stratejisiyle ilişkili durumdur. Örneğin; internete bağımlı kişilerde, bağlandıklarında bir canlanmanın meydana gelmesi.

3.*Tolerans (Tolerance)*: İstenen etkiyi yaşamak amacıyla eylem için harcanan zamanın giderek artırılması olarak tanımlanır. Örneğin, internet ile elde edilen duygu-durumunun, yeniden elde edebilmesi amacıyla internette kalınan sürenin artırılması.

4. *Yoksunluk (Withdrawal Symptoms)*: Eyleme devam edilmediğinde veya ansızın bırakılması ile meydana gelen, hoşnutsuzluk duyguları ve fiziksel etkilerdir. Örneğin, kullanıcısının internete girmesi engellendiğinde huzursuz veya sinirli ruh hali.

5.*Çatışma (Conflict)*: Bağımlı olan birey ile çevresindeki bireyler arasında akademik, mesleki, sosyal yaşam ve hobilerine ilişkin çatışmaları veya onun kendi içsel çatışmaları.

6-*Nüks Etme (Relapse)*: Bağımlılığın uzun süreli kontrolünden ve kaçınmalarından sonra yeniden en uç seviyesine geri dönerek tekrar oluşması durumudur (Kılıç, 2018).

2.3.4.İnternet bağımlılığında Suler 'in Tanı Kriterleri

Suler (1999), bireyde sağlıklı veya problemlı internet kullanımının ayırt edilmesi için sekiz ölçütün olduğunu ifade etmiştir. Bunlar;

1. İnternet sayesinde karşılanan ihtiyaçların sayısı ve türü: İhtiyaçlar fiziksel, bireysel veya kişilerarası şeklinde olabilir. Karşılanan bu ihtiyaçların artması ile birey için internetin önemi de artış göstermektedir.

2. İnterneti kullanan bireylerin karşılanmayan ihtiyaçlarından dolayı yaşadığı yoksunluğun derecesi: İhtiyaçlar karşılanmadığında oluşan yoksunluk oldukça önemlidir. Bireyler ihtiyaçlarını bastırır veya inkâr ederse; onları gidermek için daha çeşitli arayışlar içerisine girmektedirler. İhtiyaçların karşılanmasında internet ortamı gerçek yaşam ile kıyaslandığında daha basit bir ortamdır.

3. İnternetin faaliyetlerinin türleri: İnternet çeşitli yönleri ile kullanıcılara hizmet vermektedir. Bunlardan bazıları sosyalleşme ihtiyaçlarını giderirken (oyun, edebiyat, tasarım vb.), diğerleri de sosyal olmayan ihtiyaçları gidermeye hizmet eder. Bu hizmetleri sağladığı için internet; kişinin ihtiyaçlarını karşılamada diğer yollara göre daha çekici gelir ve de buna bağlı olarak için kullanım isteği artar.

4. Kullanıcının hayatındaki işlevselliğine etkileri: Bireyin kullanımı okul ve iş başarısını, aile ve akran ilişkilerinin işlevselliğini etkileyebilir. Bu alanların kullanıma bağlı olarak bozulması ve de bozulmanın boyutu patolojinin derinliğini ortaya çıkarmaktadır.

5. Bunaltıya dair öznel duygular: bireyde depresif, hayal kırıklığı, suçluluk, öfke ve yabancılaşma gibi duyguların artması patolojik internet kullanımına yönelik işaretler olabilir. Bu öznel duygular internet kullanımı ile ilişkilendirilebilir.

6. İhtiyaçlarla ilgili bilinç düzeyindeki farkındalık: Bireylerin ihtiyaçlarını bastırması, internet ortamında boşaltım sağlanmasına neden olabilmektedir. İhtiyaçlar tam doyurulmadığında birey buna devam eder. Bu nedenle ihtiyaçlar ile ilgili bilinç düzeyindeki farklılıklar belirlenmeli ve iyi bir şekilde analiz edilmelidir. Çatışma ve yoksunluk belirtileri araştırılarak çözümlenmelidir.

7. Deneyim ve katılım süreci: Yeni kullanıcılar internetin sunduğu fırsatlarla gelişebilirler. Deneyimli kullanıcılar ise internette geçirilen zamanın

gerçek ihtiyaçları karşılamada yetersiz oluşunu fark ederler. İnternet sayesinde hayal kırıklığına uğrayan kişiler, aktif katılım gerektiren faaliyetlerden kaçarak; sanal dünyada bu kaçınma davranışlarını kendilerince yenmeye çalışırlar.

8. Yaşanılan gerçek hayat ve sanal alem arasındaki denge ve uyum: İnterneti sağlıklı şekilde kullanan birey bu aktivitelerle; aile, arkadaş gibi gerçek hayat ilişkilerini dengeleyebilen kişidir. Patolojik internet kullanımı olan bireyler ise genellikle gerçek dünyadan tam anlamıyla soyutlanmış, onun yerine çevirim içi bir hayat oluşturmuşlardır.

2.3.5.İnternet bağımlılığında Beard and Wolf'un Tanı Ölçütleri

Beard and Wolf (2001), Young' ın tanı kriterlerini yetersiz bulduklarını ifade edip; ölçütleri daha da geliştirip düzenlemişlerdir. Yeniden düzenledikleri internet bağımlılığı tanı ölçütleri aşağıda sıralanmıştır.

1. İnternet kullanımı ile ilgili aşırı zihinsel meşguliyet
2. Doyum sağlamak amacıyla internette kalma süresini arttırma ihtiyacı.
3. Geçirilen süreyi kontrol etmede başarısızlık
4. Geçirilen zamanının azaltılması sonucu yoksunluk belirtileri yaşama; huzursuzluk, öfke veya huysuzluk hissetme
5. Kullanımdan kaçınmaya çalışırken başlangıçtan daha fazla vakit geçirmek

Aşağıdaki maddelerden en az birinin daha yaşanması;

1. İnternet kullanımı nedeni ile aile, okul, iş yaşantılarında problemler yaşama
2. İnternet kullanımını gizlemek için ve ya kullanım süresi hakkında diğer kişilere yalan söyleme

3. Sorunlarından kaçmak için internet kullanıma; bu süre zarfında ruh hali değişimleri.

Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yazılan Zihinsel Bozuklukların Teşhis ve İstatistik El Kitabı (DSM) IV' te olduğu gibi DSM V' te de internet bağımlılığı tanılama da yerini almamaktadır. Madde ile ilişkili olmayan bağımlılık bozukluğu olarak Kumar Oynama Bozukluğu ve İnternette Oyun Oynama Bozukluğu tanı ölçütleri bildirilmiştir (DSM- 5 2014, s. 289- 290, akt. Topal, 2018).

2.4. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Araştırmalar

2.4.1.Konu ile İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

İnternet bağımlılığı kavramına ilişkin yurt içinde çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Günümüzde de İnternet bağımlılığı çeşitli değişkenlerle birlikte ele alınarak çalışmalar kapsamlı şekilde devam etmektedir.

İlk olarak bahsedilmesi gerekirse internet bağımlılığı ile yalnızlık kavramı arasında 2002 yılında yapılan bir çalışmada, örnekleme 385 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırma sonucunda cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklar bulunmuştur. Erkeklerde ki bağımlılığın kadınlara oranla daha fazla akademik başarılarını düşürdüğü tespit edilmiştir. Diğer bir ulaşılan sonuç ise; sosyal anlamda daha az yalnız olanların diğerlerine oranla internetin; yakın ilişkiler kurma, arkadaş edinme ve akademik başarı durumlarını olumlu yönde etkilediğidir (Ayaroğlu, 2002).

Öğrencilerinin internet kullanımları ile psikososyal özelliklerinin arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan çalışmada; örneklem 730 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Patolojik internet kullanımının fiziksel, ruhsal ve sosyal olarak çeşitli problemlere yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır.

Canan (2010) tarafından yapılan çalışmada örnekleme 1034 üniversite öğrencisinden oluşup, katılımcıların internet bağımlılık oranı %9,7 olarak bulunmuştur. Ayrıca erkeklerin kadınlara oranla daha bağımlılık seviyeleri

daha fazla bulunmuştur. Diğer bir sonuç ise internet bağımlısı olan bireylerin alkol bağımlılığına daha meyilli olduklarıdır.

Üniversite öğrencilerinde yapılan diğer bir çalışma; internet bağımlılığı ile depresyon arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmış ve araştırmanın örneklemini 994 öğrenci oluşturmaktadır. İnternet bağımlılığı ve depresyon kavramları arasında pozitif yönlü bir ilişkinin varlığı görülmüştür (Şahin, Özdemir ve Ünsal, 2013).

Üniversite öğrencilerinde uygulanan diğer bir çalışmada; internet bağımlılığı seviyesi yüksek olan katılımcıların fiziksel aktivite düzeylerinde önemli derecede bir azalma olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Yaraşır, 2018).

2.4.2. Konu ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Konu ile ilgili yapılan çalışmaların temelleri Young ve Rogers (1998) ile başlamaktadır. Young ve Rogers yaptıkları çalışmalarda sağlıklı olamayan internet kullanımı ve depresyon arasındaki ilişkiyi belirlemek istemişlerdir. Çalışmanın örneklem grubu 259 kişiden oluşmuştur. Bulgulara göre bağımlı olanların normal kullanıcılara göre depresyona yatkınlıklarının daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle çalışmada vurgulanan nokta; depresyonun patolojik internet kullanımını etkileyen önemli bir faktör olduğudur.

Diğer bir çalışma Kubey, Lavin ve Barrows tarafından 2001 yılında yapılmıştır. Araştırmaya göre patolojik internet kullanımı olan katılımcıların diğerlerine oranla daha fazla derslerde kendilerini yorgun ve isteksiz hissettikleri, hatta dersleri kaçırdıkları sonucuna varılmıştır.

Chan ve Man Law (2008) üniversite öğrencilerinde yaptıkları çalışma sonucunda; bağımlılık ile akademik başarı arasında ters yönlü bir ilişkinin olduğunu tespit etmişlerdir. Bağımlılık seviyesi arttıkça bireyin akademik başarısı düşmektedir.

Morsünbül (2014) internet bağımlılığı ile ilgili araştırmasını üniversite öğrencilerinde uygulamış ve örneklemini 350 öğrenci ile oluşturmuştur.

Yapılan araştırma sonucuna göre; öğrencilerin interneti en çok eğlence ve iletişim amaçlı kullandığı ortaya çıkmıştır. Ayrıca cinsiyet değişkenine göre problemleri internet kullanımında erkek katılımcıların daha yüksek çıktığı tespit edilmiştir.

2.2. Yalnızlık Kavramı

Yalnızlık, yalnız hissetme gibi kavramlar günümüzde çevremizden fazlasıyla duyduğumuz kavramlar arasındadır. Özellikle son yıllarda teknolojik gelişmeler ile değişen yaşam şartları ve toplumsal yapıdaki değişimler gibi çeşitli etkenler; insanların kendilerini yalnız olduklarını düşünmelerine önemli derecede neden olduğu düşünülmektedir.

Yalnızlık Türk Dil Kurumu'na (TDK, 2011) göre; yalnız olma durumu, kimsesizlik, ıssızlık manalarına gelmektedir. Buradan yola çıkılarak yalnızlığın tanımı; bireyin kişilerarası ilişkilerinin ve sosyal etkileşimlerinin niteliğinin zayıf olmasından kaynaklanan yaşadığı bir ruh hali şeklinde yapılabilir (Yılmaz ve Altınok, 2009).

Doğduğumuz andan itibaren çevremizi sarmalayan aile ve diğer insanlarla var olmayı öğreniriz ve bu nedenle yaşamımızda gün geçtikçe yalnız olma durumunu; olumsuz duygular hissettiren bir durum şeklinde algılarız. Yalnızlık kavramı ile ilgili literatürde farklı yaklaşımlar sonucu oluşmuş çeşitli tanımlar yer almaktadır. Bu farklı tanımların vurguladığı ortak nokta; yalnızlığın öznel olarak algılanan bir durumun sonucu ortaya çıktığı şeklindedir. Bazı durumlar bir kişiye yalnızlık hissettirirken, bir başka kişi için bu böyle olmayabilir (Kaya, 2002).

Yalnızlığı tanımlamak; kavramın karmaşıklığı nedeniyle oldukça güçtür (Geçtan, 1999). Ortak bir tanımı bulunmasa da yalnızlığı genel kabul görmüş tanımı; kişinin o anda var olan sosyal ilişkileri ile arzuladığı ilişkiler arasındaki fark sonucunda yaşadığı hoş gitmeyen duygu durumudur (Körler, 2011).

Sullivan'a (1953) göre yalnızlık; bireyin kişiler arası ilişkilerindeki istediği düzeyde yakınlık istek ve ihtiyacının karşılanmaması ya da yetersiz oluşunda hissedilen, çoğunlukla istenmeyen ruh halidir. Gierveld'e (1987) göre yalnızlık; bireyin sosyal ilişkilerinde birtakım eksiklikler yaşamamasından

rahatsız olduğu bir durumdur. Kısacası var olan ilişkiler beklenen seviyeden az olması ve istenilen yakınlık seviyesinin de kurulamamış olmasıdır (Bilgi, 2005). Rogers (1994) yalnızlığı; kişilerarası ilişkilerde gerçek bir ilişkinin olmadığını düşündüğünde oluşan bir durum olarak ifade etmektedir.

Yalnızlık kavramı alan yazın kapsamında incelendiğinde; istenmeyen veya hoş olmayan deneyim olarak ifade edilmektedir (Jones, Freeman ve Goswick, 1981). Bu kapsamda iki boyuttan bahsedilir. Bunlardan birincisi; yalnızlığı çeşitli ilişkilerin yoğunluğunda eksiklikler oluşunu belirten bir yapı olduğudur (Russell, 1982). İkinci yapı ise yalnızlığı; sosyal ve duygusal olarak iki gruba ayırır. Bu yapıya göre duygusal yalnızlık; aile üyeleri, eş, sevgili gibi daha yakın olan ilişkileri kapsarken sosyal yalnızlık; komşu, arkadaşlık, iş arkadaşlığı gibi ilişkilerinin eksikliğinden kaynaklanmaktadır (Weiss, 1973).

Yalnızlık duygusunun gelişmesinde; kişinin sosyal becerilerindeki eksikliği, sosyal etkinliklere katılımındaki ilgisizliği, zamanının büyük bir kısmını diğer kişiler yerine tek başına geçirmesi, yeni sosyal ilişkiler kurmaya olan isteksizliği, motivasyonun azlığı, fikirlerini ve sorunlarını paylaşabileceği yakın arkadaşlarının fazla olmayışının etkili olduğu belirtilmiştir (Çakıl, 1998).

Bazı zamanlarda bireyler yalnız kalmak istemektedir. Bu durumda yalnızlık bir anlam kazandığı için nevrotik olarak değerlendirilmez. Diğer yandan sosyal ilişki kurma ile başkalarıyla etkileşim halinde olmak, dayanılmayacak bir gerilime sebep olduğunda ve bu durum hayattan uzaklaşmakla çözülebileceğine inanıldığında, o zaman yalnızlık nevrotik bir durumun işareti olarak değerlendirilmektedir (Bilgi, 2005).

Yalnızlığın patolojik olarak çeşitli psikolojik sorunlara neden olduğu tespit edilmiştir. Yapılan bazı çalışmalarda yalnızlığın depresyon, intihar, alkol bağımlılığı, düşük benlik saygısı gibi çeşitli psikolojik sorunlarla ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Yalnız olan birey genellikle mutsuz, endişeli ve ilişkilerinde etkisiz biri olabilmektedir (Özodaşık, 2001). Konuyla ilgili literatür araştırıldığında, yalnızlığın toplumda önemli bir sorun haline geldiği tespit edilmiştir (Seçim, Alpar ve Algür, 2014).

Çocukluk döneminde deneyimlenen aşırı yalnızlığın; bireyin şiddetli acılarına neden olabileceği (Freud 1930), aile ilişkilerine kalıcı zararlara yol açabileceği (Bowlby, 1973), çocukların arkadaş gruplarından bir şeyler öğrenmesine engeller koyabileceği (Piaget, 1926) ve de özgüven duygusunun gelişiminde sorunlara neden olabileceği (Sullivan, 1958) belirtilmektedir.

Erickson'a (1959) göre yalnızlık duygusu, bireyin ergenlik döneminde önem kazanır. Bu dönemde birey kimlik geliştirme çabasıyla meşguldür. Bu dönem başarıyla sonuçlanırsa birey; yetişkinliğinde kendi kimliğini yitirmekten korkmadan çevresindeki diğer insanlarla yakın ilişkiler kurabilir.

Yalnızlık gün geçtikçe insanları daha da fazla şekilde rahatsız etmeye başlayan bir duygu şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Hızla yaygınlaşması birçok gelişmeyle bağlantılıdır. Bu gelişmeler içinde en çok vurgulanan teknolojik gelişmelerdir. Özellikle aşırı internet kullanımının yalnızlığa neden olduğu, diğer yandan da yalnız hissetmenin aşırı seviyede internet kullanımına neden olabileceğine yönelik çeşitli araştırmalar bulunmaktadır (Körler, 2011).

2.2.1.Yalnızlık ve Tek Başınalık

Yalnızlık ve tek başınalık kavramlarının bazen anlamlarının karıştırıldığını veya birbirlerinin yerlerine kullanıldığı görülmüştür. Literatürde 'yalnızlık' kavramı ve 'tek başına olmak' arasında farklı manalarda yer almaktadır (Kaya, 2014).

Tek başına olmak; bireyin tek başına kaldığı zamanlarda bu durumu bilinçli ve istekli bir şekilde kendi seçimi olduğu, kendini yalnız olarak hissetmediği ve bu durumdan rahatsızlık duymadığı şeklinde tanımlanmaktadır. Ayrıca tek başına olmak kişinin kendini yenilemesine kendi benliğini geliştirmesine fırsat yaratan bir zaman dilimi olarak da söylenebilir. Kişilik gelişimi için olumlu bir dönemdir

Diğer yandan yalnızlık ise; kişinin kendini yabancı ve çevre tarafından gruba dahil edilmediği hissi oluşturan, yalnız olmaktan da hoşnutsuzluk hissi yaşamak olarak tanımlanır (Larson, 1990).

2.2.2.Yalnızlık Türleri

Weiss (1973)' e göre her bireyin ihtiyaçları farklılık gösterir. Bu farklılıklar nedeniyle yalnızlık iki farklı kategoride değerlendirilmelidir.

Sosyal Yalnızlık: Bireyin sosyal ilişkilerinin zayıf oluşundan kaynaklanan depresif duygu durum ile ortaya çıkan yalnızlıktır.

Duygusal Yalnızlık: Bireylerin daha çok yüzeysel ilişkilere sahip olduklarında daha fazla derecede hissettiği yalnızlıktır. Bu yalnızlık bağlanma biçimleri ile ilişkilidir. Özellikle bireyin çocuklukta yaşadığı ebeveyn kaybı ve boşanmalar gibi durumlardan sonra rastlanması oldukça muhtemel olan yalnızlıktır (Uğur, 2018).

Sadler (1978) e göre Yalnızlık; boşluk ve üzüntü gibi duyguların yoğun şekilde yaşanması ve bağlanma ihtiyacı ile birlikte ortaya çıkmaktadır. Bu durum aşağıdaki şekillerde ortaya çıkar;

- *Psikolojik Yalnızlık:* Bireyin geçmişteki deneyimlerinden kaynaklanan veya onun içsel dünyasında yaşadığı duygusal durumdur.

- *Kişilerarası Yalnızlık:* Bireyin aile veya yakın ilişkilerde bulunduğu birini kaybetmesi sonucu oluşan yalnızlıktır. Kişiler bu durumu sürekli olarak hissedebilirler.

- *Varoluşsal Yalnızlık:* Bireyin imkânsız bir kişi ile birlikte bütünleşmiş olma duygusundan kaynaklanan ve de sonunda kendisini kendisinden daha üstün bir güce doğru bırakmaya kadar giden bir yalnızlık duygusudur.

- *Kültürel Şok:* Bireyin farklı kültürel yapıda olan başka bir coğrafyaya göç etmesi ve uyum sürecinde yaşanan soyutlanmadan kaynaklı oluşan duygudur.

- *Sosyal Yalnızlık:* Bireyin içinde bulunduğu sosyal çevresinden isteği dışında da olsa ayrılması sonucu oluşan yalnızlıktır (Özkaya, 2017).

Young (1982), yalnızlığı üç grupta toplamıştır;

- * *Geçici yalnızlık:* Bireyin zaman zaman yaşadığı kısa süreli yalnızlık

* *Durumsal yalnızlık*: Önceki dönemlerde yaşadığı ilişkilerde yalnızlık hissetmeyen bireyin, ilişkilerindeki görülen değişimlerle daha sonraları hissettiği yalnızlık

* *Kronik yalnızlık* : İki yıl ya da daha uzun bir süre boyunca hissedilen yalnızlık (Özdemir, 2011).

Yahyaoğlu (2007), yalnızlığı beş grupta kategorize etmiştir. Bunlar;

1. Derin Yalnızlık

Kişinin çevreyle ilişkisini neredeyse tamamen kesmesiyle birlikte depresyonun da eşlik etmesi şeklinde olan bir yalnızlık çeşididir. Depresyon seviyesinin giderek ağırlaşmasıyla daha derin ve acı veren bir yalnızlıkta buna paralel olarak artar. Birey artık yaşamından hiç zevk almamaya, yorgunluk, unutkanlık, halsizlik, çaresizlik ile birlikte yaşamına son vermeye karar bile verebilmektedir (Yahyaoğlu, 2007).

2. Sosyal Durum Yalnızlığı

Bireyin içinde yaşadığı toplumda kendini yalnız ve yabancı hissetmesi durumudur. Kişi sosyal etkinliklerden, görev almadan, sorumluluk yüklenmeden olabildiğince uzak durur. Kalabalıklar sıkıcı ve anlamsız gelmeye başlar (Yahyaoğlu, 2007).

Başka bir ülkeye eğitim almak için giden birey; hiçbir yeri bilmediği ve hiç kimseyi tanımadığı için yalnızlık yaşayabilir. Başlangıçta bu yalnızlık oldukça normaldir; fakat bu durumun uzun sürmesi veya çeşitli uyum sorunlarıyla ortaya çıkardığında sosyal durum yalnızlığını başlatabilmektedir (Kılıç, 2014).

3. Duygusal Yalnızlık

Kişinin kendi ruhsal dünyasındaki beklentilerine ve değerlerine karşılık hak ettiğine inandıklarını alamaması sonucunda deneyimlediği yalnızlıktır. Bahsedilen yalnızlık yaşanırken çevre koşulları normaldir ve bireyin bedensel sağlığı yerindedir. Kısa süreli yaşanıp kaybolabilir ya da uzun soluklu

yaşanarak kişide çeşitli hastalıklara neden olabilir. Bu sonuçlar bireyin deneyimlediği hayal kırıklıklarının, üzüntüsünün seviyesine ve de bunlara karşı direncine göre değişim göstermektedir (Yahyaoğlu, 2007).

4. Gizli Yalnızlık

Bireye dışarıdan bakıldığında hiç yalnız hissetmiyormuş gibi görünen ama aslında bireyin yaşadığı bir yalnızlık türüdür. Genellikle istenmeyen durum ve olaylara karşı konuşmayan, tepki vermeyen, üzüntüsünü içine atan kişilerde görülür. Bireyin yaşadığı derin ve ciddi üzüntülerinden dolayı ortaya çıkmakla beraber; bireyi daha da derin bir yalnızlığa doğru sürükleyebilmektedir (Demir, 1990).

5. Triad Yalnızlık

Bu yalnızlık türünde depresyon ve korku ile birlikte karışık bir ruh hali vardır. Birey sakinlik, çökkünlük veya aniden sinirlenmeler şeklinde değişen çeşitli dalgalanmalar yaşar. Bu nedenle yalnızlık seviyesi gittikçe artarak kişide ciddi problemlere neden olabilir. Kişinin genellikle psikoterapi yardımıyla üstesinden gelebileceği ciddi bir yalnızlık çeşididir (Yahyaoğlu, 2007).

2.2.3. Yalnızlığın Nedenleri

Michela, Peplau ve Weeks (1982), araştırmaları sonucunda yalnızlığı nedenlerini 13 maddede toplamışlardır.

1. *Kötümserlik*: İlişki kuracağı bir bireyin olmadığına veya olsa bile onu bulamayacağına inanmasıdır.

2. *Reddedilmekten Korkma*: Kişinin diğer bir kişiyle ilişki kurmayı denemeden önce reddedileceği korkusu yaşamasıdır.

3. *Çaba Göstermeme*: Kişinin başka insanlarla tanışmak için gereken uğraşı yeterince sergilmemesidir.

4. *Talihsizlik*: Kişinin diğer herhangi bir kişiyle tanışacak şansının olmayacağını düşünmesidir.

5. *Cehalet*: Bireyin yeni tanıştığı insanlarla ilişki kurma veya arkadaşlık başlatma gibi bilgi ve becerilerinin olmamasıdır.

6. *Utangaçlık*: Kişinin oldukça yüksek seviyede utangaç olmasıdır.

7. *Fiziksel Çekiciliği Olmama*: Bireyin kendisi fiziksel görünümü hakkında olumsuz duygu ve düşüncelere sahip olmasıdır. Kendisini çekici bir insan olarak düşünmez.

8. *Diğer Gruplar/ İlişkiler*: Bir grup içindeki özellikle yalnızlık yaşayan kişilere karşı ilgili olma.

9. *Diğerler Bireylerin Korkuları*: Yalnızlık yaşayan kişiler ile ilişki kurulmasında korkma nedeniyle böyle bir davranış içine girmemeleri.

10. *Kişisel Olmayan Durumlar*: Kişinin diğer insanlarla daha çok kişisel olmayan yüzeysel tarzda ilişkiler kurmasıdır.

11. *Fırsat Yoksunluğu*: Diğer bireylerle ilişki kurmak için gereken fırsatları bulamamasıdır.

12. *Diğerlerinin İsteksizliği*: İlişki kurmak için isteksiz olmasıdır.

13. *Antipatik Kişilik Yapısı*: Bireyin diğerleri tarafından hoş karşılanmayan, sevimsiz, sempatik olmayan bir kişiliğinin olmasıdır (Körler, 2011).

2.3.4. Yalnızlık Kavramını Açıklayan Kuramlar

2.3.4.1. Psikodinamik Yaklaşım

Bu yaklaşıma göre bireyin kendi iradesiyle bilinçli olarak seçtiği yalnızlık; mantıklı ve normal bir yalnızlık olarak kabul edilmelidir. Diğer taraftan bir birey diğer bireylerle ilişki kurmada zorluk yaşıyor, onlarla birlikte olma söz konusu olduğunda gerilim yaşıyor olabilir. Birey temeldeki bu gerilimden kurtulmak için yalnızlığı seçip, hayatından bu yolla kaçma isteğinden olması halinde söz konusu olan bu istek nevrotik bir durum olarak değerlendirilmektedir (Horney,1999).

Fromm (1941)'e göre yalnızlık; çocukluk yıllarından itibaren var olmaktadır. Ona göre çocuk büyüyüp geliştikçe bireyselleşmeye başlar. Çocuk kendisine yardımcı olan sosyal bağlardan gittikçe kopar ve bu süreç artarak devam eder. Bireyselleşme sonucunda yalnızlık ona eşlik etmeye başlar (Geçtan, 2005).

2.3.4.2. Varoluşçu Yaklaşım

Varoluşçu yaklaşımın bakış açısına göre; her insan varoluşunda yalnız bir insandır. Birey bu yalnızlığı kabul edip bu acıyla yüzleşebilirse, o zaman diğer insanlara sevgiyle yönelebilir ve onlarla yakınlık kurabilir. Diğer insanlarla varoluştaki bu acıyı paylaştığında, gittikçe yaşadığı bu his azalabilir. Diğer yandan kişinin kendi bireyselliği ve özgürlüğü için diğer kişilerden ayrılması gerekmektedir. Bu ayrılık kişilerarası soyutlanmayı en nihayetinde de yalnızlığı getirir. Varoluşçu yaklaşım; bireyin varoluşundaki yalnızlık duygusu ile yaşantısındaki yalnızlık duygusunu ayırır ve birbirinden farklı olarak düşünür. Bu kurama göre varoluşsal olarak insan hem yalnızdır, hem de bağımlıdır (Yalom, 2001).

2.3.4.3. Bilişsel Yaklaşım

Bilişsel kurama göre yalnızlık; bireyin içerisinde bulunduğu sosyal ilişkilerinde ki memnuniyetsizlikten kaynaklanır. Kişi sosyal ilişkilerindeki ihtiyaçlarını ve arzularını istediği ölçüde alamadığında veya uyum sorunları yaşadığında, yalnızlık ortaya çıkmaktadır (Karaduman, 2013).

Bilişsel yaklaşımın öncü isimlerinden Peplau ve Perlman; bireyin bilişsel süreçlerine ve bilişsel çelişkilerine dikkat çekmektedirler. Dikkatle vurguladıkları nokta ise yalnızlığın, öznel algılara ve değerlendirmeye göre şekillenmesidir. Bireyin kendisini nasıl gördüğü, sosyal ilişkilerini nasıl algıladığını ve kendi öznel standartları önemlidir. İki farklı birey benzer sosyal ilişkilere sahip olabilir. Biri kendini yalnız hissederken bir diğeri böyle hissetmeyebilir. Önemle vurgulanan nokta bireyin yalnızlık seviyesini

değerlendirmede, onun sosyal ilişkiler için belirlediği ölçütler etkindir (Peplau, Miceli ve Morasch, 1982; akt. Sarıçam, 2011).

2.3.4.4. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım

Bilişsel-davranışçı yaklaşıma göre bireyde yalnızlık çeşitli nedenlerle karşımıza çıkar. Yapılan araştırmalar ışığında; bireyin yaşamında yaşadığı travma etkisi yaratacak bir potansiyelde bir topluluktan veya arkadaş gruplarından dışlanması, iletişim becerilerinde zayıf olması, çatışma çözmede yetersizlik duyguları gibi nedenlerle bireyin sosyal ilişkilerinin yetersiz oluşu kişide gittikçe artan bir yalnızlığa sebep olur (Sarıçam, 2011).

Gittikçe artan bu yalnızlığı önlemenin yolu ise olumsuz otomatik düşüncelerin ortadan kaldırılmasıyla olabileceği belirtilmiştir. Bireyi yalnızlık duygusuna sürükleyen otomatik düşünceler; yalnız kalmaktan hoşlanmama, özgüven eksikliği, adaptasyon sorunu, sosyal kaygı, cinsel kaygı, gerçek dışı beklentiler, benlik saygısından düşüklük, duygusal bağlanmaya yönelik kaygılardır (Young,1982; akt: Koçak, 2008).

2.2.5. Yalnızlık İle İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Yalnızlık kavramı ile alakalı literatürde çok sayıda çalışmalar bulunmaktadır. Ülkemizde yapılan temel çalışmalardan biri olan araştırma Demir (1990)'indir. Araştırma da sonucunda yeterli seviyede sosyal destek görmeyen, aylık kazançlarını yetersiz bulan, duygu ve düşünceleri ifade etmede güçlük yaşayan bireylerin daha fazla seviyede yalnızlık yaşadığı sonuçlarına ulaşılmıştır. Ayrıca yaş değişkenine göre yalnızlık kavramının bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Demir, 1990).

Diğer yandan yapılan bir diğer çalışmada; yaşça büyük olan bireylerin daha fazla yalnızlık yaşadığı saptamıştır (Quay, 2002).

Cinsiyet değişkenine göre farklılıkları bulunduğu bir çalışmada; erkeklerin daha fazla yalnızlığa yatkın oldukları belirlenmiştir (Güngör, 1996; Buluş, 1996; Saraçoğlu, 2000).

Odacı (1994); yalnızlık, benlik saygısı ve yakın ilişkiler kurma ile ilgili çalışmalar yapmıştır. Yapılan araştırma sonucunda; yalnızlık ile benlik saygısı kavramları arasında ters yönlü bir ilişki saptanırken, benlik saygısı ile yakın ilişkiler kurabilme derecesi arasında pozitif yönde ilişkinin varlığı görülmüştür.

Yurt dışında yapılan bir başka çalışmada artan internet kullanımının ve sosyal ağların, yalnızlık ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda bireylerde internet kullanımı ve yalnızlık seviyeleri arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğuna ulaşılmıştır (Coget, 2002).

Üniversite öğrencileriyle yurt dışında yapılan diğer bir çalışmada; güvenli bağlanma ile yalnızlık arasında negatif yönde bir ilişki olduğuna ulaşılmıştır (Wiseman, 2005).

Pancar (2009) yaptığı çalışmada öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin; akademik başarı, sahip olunan arkadaş sayısı ve ilişkilerinde hoşnut olma gibi değişkenlere göre düşüş gösterdiğini saptamıştır.

Sanal ortamlarda sohbet ile yalnızlık kavramı arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada sanal sohbetin; katılımcıların yalnızlıklarını paylaşımlarında önemli bir etmen olduğuna saptanmıştır. Ayrıca sanal ortamlarının içerisinde bağımlılık durumunu barındırmasının, bireyleri yalnızlığa sürükleyen bir durum olduğuna vurgu yapılmıştır (Özen ve Sarıcı, 2009).

Yapılan bir diğer çalışmada bireylerin kişilik özellikleri ile yalnızlık seviyeleri arasındaki ilişki incelenmek istenmiştir. Analizler sonuçlarına göre özgüven, çekingenlik ve utangaçlığın; yalnızlık düzeyini etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir sonuç ise diğer bireylere düşmanca duygular besleme ve karamsar olmanın yalnızlık seviyesini arttırabileceğini sonucuna ulaşılmıştır (Kozaklı, 2006; Bozdoğan, 2011).

Son yıllarda yapılan diğ er bir ç alışmada aktif sporla uğ raşan bireylerin uğ raştıkları spor branşının ve bu branşın takım ya da bireysel spor branşı olmasının; bireylerin yalnızlık seviyelerini etkileyen değ işkenler olduğ u tespit edilmiştir (Hancı, 2017).

2.3. Romantik İlişki Doyumu

2.3.1. Romantik İlişki

Romantik ilişkiler insan yaşamının önemli bir parç asını oluşturmaktadır. Kişinin başarması gereken yaşam görevleri arasında mutlu ve sağlıklı yakın ilişkiler kurma vardır. Son yıllarda insan yaşamının bu önemli parç ası ile ilgili yapılan araştırmalar gittikçe artmaktadır. Yapılan araştırmalara göre belirlenen literatürde bireyin ilişkisinin romantik bir ilişki olarak tanımlanabilmesi için belli ölçütlere sahip olması gerekmektedir (Dönerce, 2018).

Sternberg (1997), romantik bir ilişkinin iç erisinde üç etmen barındırması gerektiğ ini belirtmektedir. Bu etmenler yakınlık, tutku ve bağlılıktır. İlk etmen olan yakınlık; eşlerin birbirlerine karşı yakın hissetmeleri ve bağlılık duygularına sahip olması olarak tanımlanır. Diğ er bir madde olan tutku; çiftlerin romantizm, fiziksel çekicilik ve cinsel isteğ e yönelik güdüleri iç ermektedir. Son etmen olarak bağlılık ise; partnerlerin ilişkiyi devam ettirme isteğ i olarak belirtilmektedir.

Hatfield (1988) romantik ilişkiyi; kişilerin nasıl düşündükleri, neler hissettikleri ve nasıl davrandıkları ile ilgili benzer ve farklı yönlerini keşfetmeyi amaçladıkları bir süreç olarak değ erlendirir. Ayrıca süregelen romantik ilişkide bireylerin bazı farklı özelliklerini ortaya ç ıkardıklarını ifade etmiştir. Bireylerin bu özellikleri bilişsel, duygusal ve davranışsa özellikleridir. Bilişsel özellikler kişinin kendisiyle ilgili bilgileri özgür bir şekilde aç ma veya ifade etme istekliliğ i ile ilgilidir. Duygusal özellikler; çiftlerin birbirlerine verdikleri değ eri ve duyulan en derin duyguları iç erir. Davranışsal özellikler ise kişilerin fiziksel etkileşimlerini ve dokunuşlarını kapsamaktadır.

Romantik ilişkilerin tanımlanması ve bireyler tarafından deneyimlenmesi, kültürler açısından farklılıklar göstermektedir. Bunun nedeni insan davranışlarının içinde bulunduğu kültürden etkilenmesi ve değişiklik göstermesidir. Kültürel etkiler; romantik ilişkilerin şekillenmesinde önemli derecede rol oynamaktadır (Kağıtçıbaşı, 2010).

Yapılan çalışmalarda gönüllülük ve karşılıklılık kavramlarının, Türk kültüründe yaşanan romantik ilişkilerin vazgeçilmez iki ölçütü olarak bulunmuştur. Eşlerin birbirlerini karşılıklı bir şekilde koruması ve birbirlerini mutlu etmeye gönüllü olmaları gerektiği belirtilmiştir (İmamoğlu, 2009).

Eryılmaz ve Atak (2009) yaptıkları araştırma sonucunda Türk kültüründe romantik bir ilişkiye başlamanın; beş önemli belirtisi olduğunu söylemişlerdir. İlk belirti davranışsal yakınlıktır. Örneğin; yakın olunmak istenen kişi ile birlikte vakit geçirme veya telefon numarasını alma gibi çeşitli davranışları içerir. İkinci belirti; duygusal ve bilişsel yakınlıktır. Bireylerin bilişsel ve duygusal farkındalıklarını ve bu bunun derinliğini kapsamaktadır. Üçüncü etmen; bireyleri birbirlerine karşı söyledikleri anlamlı ve romantik sözler veya şiirler gibi sözlü anlatım içerir. Dördüncü etmen öz-algılama; kişinin zekâ veya çekicilik gibi kişisel değerlendirmelerini kapsar. İlişkiyi başlamada beşinci belirti ise; dürüstlük, güven ve bireylerin duygu ve düşüncelerine saygı gibi özellikleri ilişkin öz-bilgidir.

2.3.2. İlişki Doyumu

Romantik ilişkilerin sürdürülebilmesi için bireylerin doyum seviyeleri önemli bir faktör olarak değerlendirilir. İlişki doyumunu; bireyin içinde bulunduğu romantik ilişkisi ile ilgili tümüyle yaptığı öznel değerlendirmedir. Bireyin yaptığı bu değerlendirme sonucu olumlu ise ilişkiden yüksek doyum aldığını gösterirken; olumsuz olması durumunda doyum seviyesinin düşük olduğunu göstermektedir. Eşlerin yaşadıkları ilişkiye ilişkin doyum seviyeleri yüksek olursa; birbirlerine daha fazla bağlanarak ilişkilerini sürdürmeyi istemektedirler. Çiftler duygu, düşünce ve davranışsal açıdan birbirleri ile uyumlu oldukları oranda doyum almaktadırlar (Hendrick ve Hendrick, 1995).

Diğer yandan bir ilişkinin niteliği ve kalitesi de ilişki doyumu ile bağlantılıdır. Bu faktörler bireyin mutluluk seviyesinin önemli belirleyicileridir. İlişkinin niteliği ise cinsel duyum, eşlerin birbirlerine duydukları sevgi ve saygı, bağlılık durumları ve kendilerini açma düzeyleri ile yakından ilişkilidir (Demir, 2008).

Bireyin yaşadığı romantik ilişkisine ilişkin öznel değerlendirmelerini içeren ilişki doyumu düzeyi; beklentilerini ve bu beklentilere karşın partnerinin sergilediği davranış biçimleriyle doğrudan ilişkilidir. Bu değerlendirmeler sonucunda bireyin yüksek doyum alması olumlu duygular deneyimlemesini sağlarken, doyum düzeyinin düşük seviyede olması ise bireyin stres ve depresyon seviyesinde bir yükseliş yaşamasına neden olmaktadır (Saraç, 2013).

Fincham ve Beach (2006), romantik ilişkilerdeki bireylerin doyum seviyelerinin çeşitli fiziksel ve duygusal sorunlarla yakından ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir. Yaptıkları araştırmalara göre bir ilişkiden yüksek derecede doyumun sağlanabilmesi için öncelikle o romantik ilişkinin bir takım özelliklere sahip olması gerekmektedir. Bunlar;

- İletişim ve empati
- Kendini açma
- İdealizasyon (eşi idealize etme)
- Çatışma yöntemi
- Kabul edilmek/ reddedilmek
- Sosyal destek
- Beklentilerin uyumu
- Ortak değerler

Rusbult'a (1983) göre eğer eşler ilişkiden memnun değillerse, birlikte zaman geçirmek yerine kendi başlarına vakit geçirmekten keyif alıyorsa; ilişkiden aldıkları doyum oldukça düşük olmakla beraber ilişkilerini sürdürme de daha az istekli olurlar.

Romantik ilişki doyumu ile ilgili diğer ülkelerde yapılan çalışmalar bir takım soru işaretlerine neden olmuşlardır. Bunlar;

- Romantik ilişki doyum düzeylerini ölçme amacıyla geliştirilen ölçeklerin ve ölçme araçlarının yetersiz oluşu,
- Bu ölçme araçlarına verilen yanıtların kavramsal olarak eşdeğer olmayışı,
- Konuyla ilgili literatürün oldukça eksik olması (Ulutaş, 2018).

Görüşler değerlendirildiğinde; romantik ilişkilere ilişkin tüm değişkenler üzerinde ve farklı kültürel yapılarda yapılacak çalışmaların öneminin oldukça büyük olduğunu işaret etmektedir.

2.3.3. Romantik İlişki Doyumu ile ilgili Yurt İçinde ve Dışında Yapılan Araştırmalar

Literatürde romantik ilişki doyum konusu ile ilgili yapılan birçok çalışma bulunmaktadır. Yapılan bu çalışmalar romantik ilişki doyumunu ile birlikte birçok değişkeni de barındırmaktadır. Yapılan literatür çalışmaları neticesinde, bireylerin romantik ilişki doyum düzeylerini etkileyen birçok unsurun olduğu sonucu çıkarılabilir.

Young ve Long (1998), yaptıkları çalışmalar neticesinde romantik ilişki doyumunun yüksek olması için bireylerin sağlıklı kişilik özelliklerine sahip olmaları gerektiğini vurgulamışlardır.

Mackey ve O'Brien (1995) yaptıkları çalışmalar sonucu romantik ilişki doyumunu arttıran faktörler bulmuştur. Bunlar; iletişimde üslup, çatışma kontrolü, cinsellik, saygı, güven, ortak karar verebilme, empati kurma gibi etmenlerdir.

Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında romantik ilişki doyumunu ile birçok farklı kavram ile birlikte ele alındığı belirlenmiştir. Bu çalışmalara; bireylerin toplumsal cinsiyet rollerinin romantik ilişki doyumuna etkisi (Juni ve Grimm, 1994; akt. Çağ ve Yıldırım, 2013), iş doyumunu ile romantik ilişki doyumunu arasındaki ilişki (Tezer, 1992; akt. Çağ ve Yıldırım, 2013), cinsel doyum ile romantik ilişki doyum düzeyi arasındaki ilişki, psikolojik ve fiziksel sağlık durumunun romantik ilişki doyumuna etkisi (Levenson, Carstensen ve

Gottman,1993; akt. Çağ ve Yıldırım, 2013), partnerlerden birinin mesleğini kaybetmesi nedeniyle oluşabilecek olan depresyonun romantik ilişkiye etkisi (Forthofer, Markman, Cox, Stanley ve Kessler;1996 akt. Çağ ve Yıldırım, 2013) örnek gösterilebilir.

Ülkemizde yapılan araştırmalara bakıldığında romantik ilişki doyumunun cinsiyet değişkenine göre değişiklik gösterdiği çalışmalar bulunmaktadır. Literatür taramasından genellikle varılan sonuç kadınların daha az romantik ilişki doyumu yaşadıklarını belirten çalışmaların fazlalığıdır (Sarı, 2008; akt. Yüceol, 2016).

Diğer yandan ilişki doyumunda; cinsiyet farkının bulunmadığı sonucuna ulaşan araştırmalar da bulunmaktadır (Beştav, 2007; Budak, 2011; akt. Yüceol, 2016).

3. BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölüm yapılan çalışmanın modeli, evren ve örnekleme ile veri toplama araçları ve toplanan verilerin analizleri hakkında bilgileri kapsamaktadır.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma üniversite öğrencilerinde internet kullanımı, yalnızlık ve romantik ilişki doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan tanımlayıcı (betimsel) bir araştırma olmakla birlikte; ilişkisel tarama modeli kullanılarak oluşturulmuştur. İlişkisel tarama yöntemi; korelasyon ve karşılaştırma araştırmaları şeklinde iki kategoriye ayrılmakla beraber, değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için kullanılan bir yöntemdir. İstatistiksel testler kullanılarak bu ilişkiler ölçülmeye çalışılır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni KKTC'de bulunan Yakın Doğu Üniversitesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Örneklem ise üniversitede eğitim gören 336 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada gönüllük esas alınmış ve uygun örneklem yapılmıştır. Uygun örneklem; araştırmacının kolayca ulaşabileceği, araştırma için gerekli örneklem grubunu oluşturma şeklindedir. Araştırmanın örnekleme dahilinde katılımcıların sosyo demografik özelliklerine göre dağılımları tablolarla belirtilmiştir.

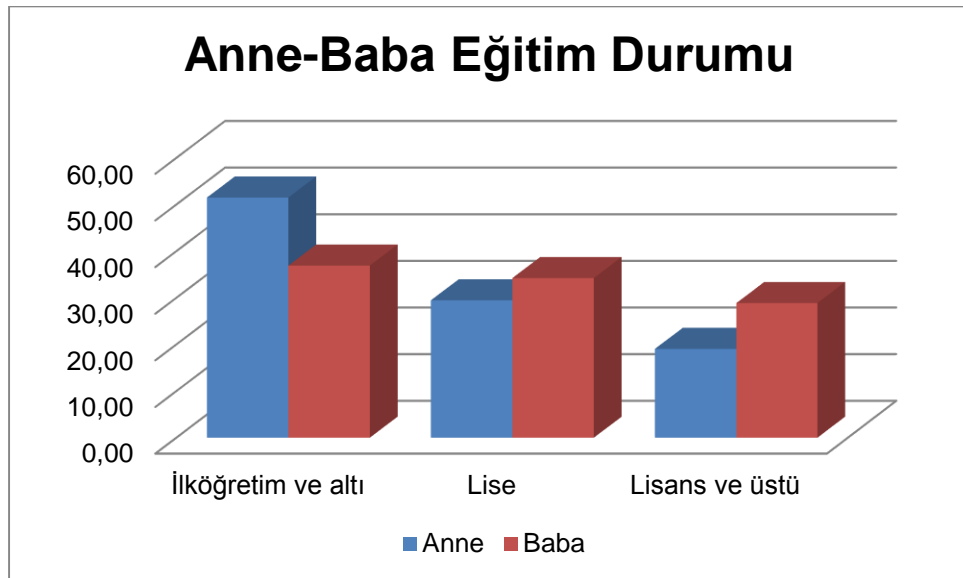
Tablo 1.
Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre dağılımı

	Sayı(n)	Yüzde(%)
Cinsiyet		
Kadın	171	50,89
Erkek	165	49,11
Yaş grubu		
18-19 yaş	68	20,24
20-21 yaş	124	36,90
22 yaş ve üzeri	144	42,86
Sınıf		
Birinci sınıf	87	25,89
İkinci sınıf	86	25,60
Üçüncü sınıf	82	24,40
Dördüncü sınıf	81	24,11
Yaşanılan yer		
Ev	209	62,20
Yurt	127	37,80
Birlikte yaşanan kişiler		
Aile	52	15,48
Akrabalar	15	4,46
Yalnız	76	22,62
Arkadaş	179	53,27
Sevgili	14	4,17
Anne ve Baba medeni durum		
Birlikte	275	81,85
Boşanmış	43	12,80
Hayatta değil	18	5,36
Ailenin geliri		
3000 TL altı	76	22,62
3001-5000 TL arası	132	39,29
5001 TL ve üzeri	128	38,10
Okuldaki başarı		
Kötü	27	8,04
Orta	127	37,80
İyi	182	54,17

Tablo 1’de öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre dağılımları gösterilmiştir.

Tablo 1’ bakıldığında, araştırmaya alınan öğrencilerin %50,89’unun kadın, %49,11’inin erkek, %20,24’ünün yaş grubu 18-19, %36,90’ının 20-21 yaş aralığında, %42,86’sinin 22 yaş ve üzeri yaş grubuna mensup öğrenciler

olduğu, %25,89'unun birinci sınıf, %25,60'ının ikinci sınıf, %24,40'ının üçüncü sınıf, %24,11'inin dördüncü sınıfa devam etmekte olduğu, %62,20'sinin evde, %37,80'inin yurttta yaşadığı, %15,48'inin ailesi ile birlikte, %4,46'sinin akrabaları ile birlikte, %22,62'sinin yalnız, %53,27'sinin arkadaşları ile birlikte, %4,17'sinin sevgilisi ile birlikte yaşadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların %81,85'inin anne ve babasının birlikte, %12,80'inin anne ve babasının boşanmış, %5,36'sinin anne veya babasının hayatta olmadığı, %22,62'sinin aile gelirinin 3000TL altı, %39,29'unun 3001-5000 TL arası, %38,10'unun 5001 TL ve üzeri geliri olduğu, %8,04'ünün okul başarısının kötü, %37,80'inin orta, %54,17'sinin iyi olduğu görülmektedir.



Şekil I. Öğrencilerin anne-baba eğitim durumları

Şekil I'de öğrencilerin anne-baba eğitim durumları sütun grafik şeklinde verilmiştir. Şekil I incelendiğinde, araştırmaya dahil edilen öğrencilerin 49'unun annesi, %32'sinin babası ilköğretim ve altında, %32'sinin annesi, %30'unun babası lise mezunu ve %22'sinin anne, %32'sinin baba eğitim düzeyinin lisans ve lisans üstü olduğu görülmektedir

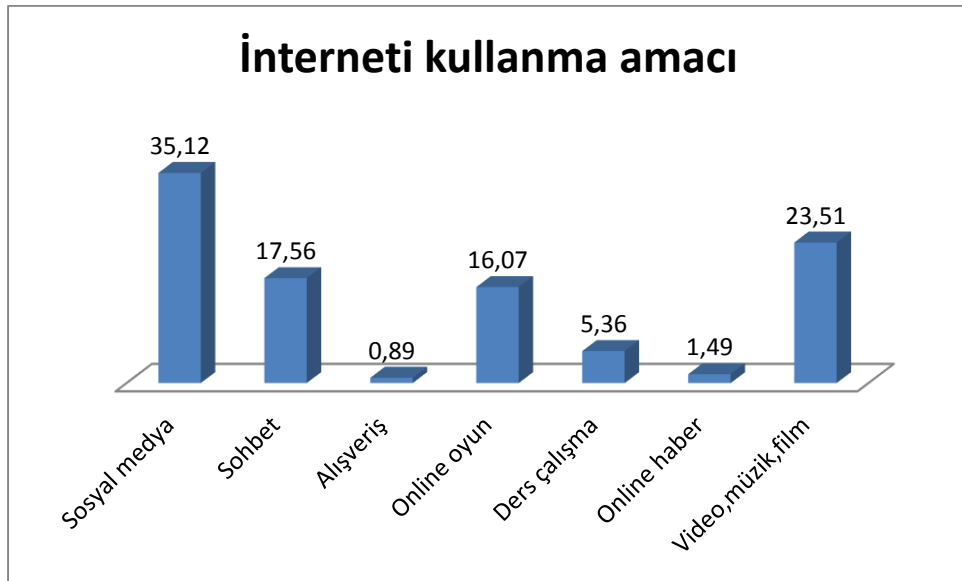
Tablo 2.
Öğrencilerin internet kullanım özelliklerine göre dağılımı

	Sayı(n)	Yüzde(%)
Sosyal paylaşım sitelerine üye olma durumu		
Üye olan	315	93,75
Üye olmayan	21	6,25
Günlük internet kullanma süresi		
0-3 saat	102	30,36
4-7 saat	136	40,48
8-11 saat	57	16,96
12 saat ve üstü	41	12,20
İnternete bağlanma şekli		
Cep telefonu	280	83,33
Bilgisayar	56	16,67
Gün içerisinde en çok internet kullanma zamanı		
Sabah/Öğle	16	4,76
Akşam	185	55,06
Gece	135	40,18
İnternet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkileme durumu		
Etkileyen	77	22,92
Etkilemeyen	259	77,08
İnternet kullanımının arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkileme durumu		
Etkileyen	90	26,79
Etkilemeyen	246	73,21

Tablo 2’de öğrencilerin internet kullanım özelliklerine yönelik dağılımları sunulmuştur.

Tablo 2 incelendiğinde, öğrencilerin %93,75’inin sosyal paylaşım sitelerine üye olduğu, %6,25’inin sosyal paylaşım sitelerine üye olmadığı, %30,36’sının interneti günlük 0-3 saat arası, %40,48’inin 4-7 saat aralığında,

%16,96'sının 8-11 saat arasında ve %12,20'sinin 12 saat ve üzerinde süre ile kullandığı, %83,33'ünün internete telefon aracılığı ile, %16,67'sinin internete bilgisayar aracılığı ile bağlandığı, %4,76'sının gün içerisinde en fazla sabah, %55,06'sının akşam, %40,18'inin gece saatlerinde interneti kullandığı saptanmıştır. Katılımcı öğrencilerin %22,92'sinin internet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkilediği, %77,08'inin aile ilişkilerini olumsuz etkilemediği, %26,79'unun internet kullanımının arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkilediği, %73,21'inin arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkilemediği belirlenmiştir.



Şekil II. Öğrencilerin interneti kullanma amaçları

Şekil II'de öğrencilerin interneti kullanma amaçları çubuk grafik şeklinde verilmiştir. Şekil II incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin %35,12'sinin interneti sosyal medya için, %17,56'sının sohbet amaçlı, %0,89'unun alışveriş, %16,07'sinin online oyun, %5,36'sının ders çalışma, %1,49'unun online haber alma ve %23,51'inin video, müzik, film izlemek veya dinlemek amacıyla kullandığı tespit edilmiştir.

Tablo 3.

Öğrencilerin romantik ilişki, madde kullanımı ve psikolojik destek alma durumlarına göre dağılımı

	Sayı(n)	Yüzde(%)
Şuan romantik bir ilişkisi olma durumu		
Var	167	49,70
Yok	169	50,30
Partneri ile internetten tanışma durumu(n=167)		
Evet	79	47,31
Hayır	88	52,69
Sigara kullanma durumu		
Kullanan	205	61,01
Kullanmayan	131	38,99
Alkol kullanma durumu		
Kullanan	224	66,67
Kullanmayan	112	33,33
Kumar oynama durumu		
Oynayan	124	36,90
Oynamayan	212	63,10
Şu an psikiyatrik/psikolojik bir tedavi görme durumu		
Gören	7	2,08
Görmeyen	329	97,92

Tablo 3'te öğrencilerin romantik ilişki, madde kullanımı ve psikolojik destek alma durumlarına göre olan dağılımları sunulmuştur.

Tablo 3 incelendiğinde, katılımcı öğrencilerin %49,70'inin şuan romantik ilişkisi olduğu, %50,30'unun şuan romantik bir ilişkisi bulunmadığı, %47,31'inin partneri ile internette tanıştığı, %52,69'unun partneri ile internette tanışmadığı, %61,01'inin sigara kullandığı, %38,99'unun sigara kullanmayan, %66,67'sinin alkol kullanan, %33,33'ünün alkol kullanmayan, %36,90'ının kumar oynayan, %63,10'unun kumar oynamayan, %2,08'inin şuan

psikiyatrik/psikolojik bir tedavi gören, %97,92'sinin şuan psikiyatrik/psikolojik bir tedavi görmediği saptanmıştır

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada ihtiyaç duyulan verilerin toplanabilmesi için; kişisel bilgi formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Ucla Yalnızlık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği olmak üzere 4 bölümden oluşan form kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın amacı doğrultusunda katılımcıların sosyo - demografik özellikleri hakkında bilgi sahibi olmak; internet kullanımlarına, yalnızlık ve ilişki durumlarına ilişkin gerekli bilgileri edinmek amacıyla 27 sorudan oluşan bir form kullanılmıştır.

3.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

İnternet Bağımlılık Ölçeği; bireylerin internet bağımlılık seviyelerini değerlendirmek ve saptamak için Young (1996) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe çevirisi Bayraktar (2001) tarafından yapılmıştır. Young (1996) DSM-IV"ün "Psikoaktif Madde Bağımlılığı" kıstaslarından yararlanarak 20 maddeden oluşan bir ölçek hazırlamıştır. Türkçeye çevrilmiş çeviri eşdeğerliği sağlamak amacıyla Ege Üniversitesi Psikoloji Anabilim dalındaki beş öğretim görevlisi tarafından incelenerek gerekli düzeltmeler yapılmış, sorular anlam bütünlüğünü koruyacak şekilde 12 ile 17 yaş grubu ergenlerin anlayabileceği şekilde uyarlanmıştır.

Likert tip olan bu ölçekte, katılımcıdan "Hiçbir Zaman" "Çok Az" "Arada Sırada" "Sık" "Çok Sık" ve "Her Zaman" olmak üzere toplamda altı seçenekten birinin işaretlemesi istenmektedir. Ölçeğin değerlendirilmesinde seçeneklere sırasıyla sıfırdan başlanarak beşe kadar puanlama yapılır. Değerlendirme sonucunda; 80 ve daha fazla puan alanlar "Patolojik İnternet

Kullanıcısı” olarak, 50 ile 79 puan aralığında olanlar “Sınırlı Semptom Gösterenler” şeklinde tanımlanırken; 50 ve altında alınan puan grubu ise “Semptom Göstermeyenler” olarak belirtilmiştir.

Çeviri testin standardize edilmiş Cronbach Alpha değeri 0,91 ve Spearman – Brown değeri 0,87’dir. Bu araştırma verilerine uygulanan güvenilirlik testi sonucu internet bağımlılığı ölçeği puanlarının Cronbach Alpha değeri 0,879 olduğu görülmüştür (Bayraktar, 2001).

Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının güvenilirliği için Cronbach’s Alfa testi uygulanmış olup; bu çalışmada Cronbach’s Alfa katsayısı, İnternet Bağımlılık Ölçeği için $\alpha=0,877$ olarak tanımlanmıştır.

3.3.3.UCLA Yalnızlık Ölçeği

UCLA yalnızlık ölçeği; katılımcıların yalnızlık düzeylerini değerlendirme hedefi ile Russel, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından geliştirilen ve Türkçe çevirisi Demir (1990) tarafından ortaya konan bir ölçektir. 10’u ters ve diğer 10 maddesi düz şekilde kodlanarak, toplamda 20 madde ile oluşmuştur.

Katılımcıların test maddelerinde belirtilen durumu ne sıklıkla yaşadıklarının 4’lü likert türünde sorulduğu olumlu (1, 4, 5, 6, 9, 10, 15, 16, 19, 20) ve olumsuz maddelerden (2, 3, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 17,18) oluşturulmuş bir ölçektir.

Puanlamada olumlu yönde ifade içeren maddeler “hiç yaşamam” (4), “nadiren yaşarım” (3), “bazen yaşarım” (2), “sık sık yaşarım” (1) şeklindeyken; olumsuz yönde ifadeleri kapsayan maddeler ise tam ters şekilde “hiç yaşamam” (1), “nadiren yaşarım” (2), “bazen yaşarım” (3), “sık sık yaşarım” (4) olarak puanlanır. Tüm maddeler eklenerek oluşturulan toplam puan ile birey değerlendirilir.

Her bir maddeye bir ile dört aralığında bir puan aldığı verildiği için, ölçeğin değerlendirilmesinde en yüksek puan 80 iken; en düşük puan ise 20 olarak hesaplanır. Toplam puanlar yükseldikçe, katılımcının yalnızlık hissi

yükselmektedir. Bireyin yüksek puanlar alması; yalnızlığı daha yoğun bir şekilde yaşadığının bir göstergesi olarak kabul edilir.

Uyarlama çalışmasında bulunan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.96 , test tekrar test güvenilirlik sonucu da 0.94' tür.

Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının güvenilirliği için Cronbach's Alfa testi uygulanmış olup; bu çalışma kapsamında Cronbach's Alfa katsayısı Ucla Yalnızlık Envanteri için $\alpha=0,794$ bulunmuştur.

3.3.4. Çok Boyutlu İlişki Ölçeği

Çok Boyutlu İlişki Ölçeği (ÇBİÖ); Snell, Schicke ve Arbeiter (2002) tarafından; bireylerin yakın ilişkileri ile ilişkili psikolojik eğilimlerini ölçme amacı ile geliştirilmiştir. İlişkisi olan veya olmayan bireylere uygulanabilen bir ölçektir olarak hazırlanmıştır. 60 maddeyi kapsayan bir ölçek olup, 5 basamaklı Likert tipi bir ölçek şeklinde puanlaması yapılır. "Benim için hiç uygun değil" maddesinden başanarak diğer bir uçta yer alan "benim için çok uygun" ifadesine kadar sırasıyla birden beşe kadar puan verilerek devam eder.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Büyükşahin (2005) tarafından yapılmıştır ve 53 maddeye indirilmiştir. Çok boyutlu ilişki ölçeğine yapılan faktör analizi sonucunda; ölçeğin ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma, ilişki doyumu, ilişki korkusu/kaygısı, ilişki izlenimi ayarlama, ilişkide kendine güven, dışsal ilişki denetimi (kontrolü), ilişki girişkenliği, içsel ilişki denetimi (kontrolü) adı verilen sekiz alt kümesi mevcuttur.

Ölçekte bulunan test tekrar test güvenilirlik katsayısı .80' dir.İç tutarlılık katsayısı (Cronbach alfa) ise .81'dir. Ölçeğin İki yarım güvenilirliği 0,83'dür. Her bir alt ölçeğin iç tutarlılık katsayıları. 73 ile. 91; iki yarım güvenilirliği de .72 ile .90 aralığında değişkenlik gösterir (Büyükşahin, 2005).

Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının güvenilirliği için Cronbach's Alfa testi uygulanmış ve bu kapsamda araştırmada, Cronbach's Alfa katsayısı Çok Boyutlu İlişki Ölçeği için $\alpha=0,842$ bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri Aralık 2018 tarihinde Yakın Doğu Üniversitesi kampüs içinde toplanmıştır. Formlar katılımcılara verilmeden önce; Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan gerekli izinler alınmıştır. Anketler katılımcılara verilmeden önce araştırma ile ilgili gerekli bilgilendirmeler sözel olarak yapılmış olup, aydınlatılmış onamları alınmıştır. Araştırmada gönüllülük esas alınmıştır. Uygulanan veri toplama formlarının yanıtlama süreleri toplamda ortalama 15 dakika sürmektedir.

3.5. Verilerin İstatiksel Değerlendirmesi

Bu araştırmada elde edilen bulgular IBM firmasının geliştirdiği Statistical Package for Social Sciences (SPSS) yazılımının 25,0 for Windows versiyonu kullanılarak belirlenmiştir.

Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının güvenilirliği için Cronbach's Alfa testi uygulanmış olup Cronbach's Alfa katsayısı, Ucla Yalnızlık Envanteri için $\alpha=0,794$, İnternet Bağımlılık Ölçeği için $\alpha=0,877$ ve çok boyutlu ilişki ölçeği için $\alpha=0,842$ bulunmuştur.

Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine, anne ve baba eğitim durumlarına, internet kullanım özelliklerine, romantik ilişki, madde kullanımı ve psikolojik destek alma durumlarına göre dağılımı frekans analizi ile saptanmıştır. Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanlara ilişkin betimsel (tanımlayıcı) istatistikler verilmiştir.

Araştırma hipotezlerinin testinde kullanılması uygun olanların saptanması için ölçek puanlarının normal dağılıma uyum gösterme durumu Kolmogorov-Smirnov testi, QQ grafiği ve basıklık-çarpıklık katsayıları kullanılarak incelenmiş ve normal olan dağılım şekline uyduğu görülmüştür. Buna göre bağımsız değişken iki kategorili (Ör; cinsiyet) ise Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği puanlarının karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Bağımsız

değişken üç ve daha fazla sayıda kategorili (Ör; Sınıf) ise ölçek puanları varyans analizi (ANOVA) kullanılarak karşılaştırılmıştır. ANOVA sonuçlarına göre bağımsız değişkeninin kategorileri arasındaki ayırım ise, bu ayırımın hangi kategorilerden kaynaklandığının tespit edilmesinde post-hoc testlerden Tukey testi uygulanmıştır. Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği puanları arasında ilişki Pearson testi kullanılarak incelenmiştir.

4. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın temel ve alt amaçlarına bağlı olarak toplanan verilerin istatistiksel analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır.

Tablo 4.

Öğrencilerin Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların

	n	\bar{x}	s	Min	Max
Ucla Yalnızlık Envanteri	336	40,17	8,59	26	71
İnternet Bağımlılık Ölçeği	336	33,07	15,08	5	80
İlişkiye Yüksek Düzeyde Odaklanma	336	34,72	8,93	12	60
İlişki Doyumu	336	30,00	6,38	10	45
İlişki Korkusu/Kaygısı	336	23,81	6,80	10	43
İlişki İzlenimi Ayarlama	336	12,46	4,40	5	25
İlişkide Kendine Güven	336	17,84	4,31	5	25
Dışsal İlişki Kontrolü	336	10,95	3,51	4	20
İlişki Girişkenliği	336	14,47	3,48	4	20
İçsel İlişki Kontrolü	336	13,14	3,29	4	20

Tablo 4'te öğrencilerin Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinden aldıkları puanlar verilmiştir. Tablo 4 incelendiğinde, araştırma kapsamına alınan öğrencilerin Ucla Yalnızlık Envanterinden ortalama $40,17 \pm 8,59$, minimum 26, maksimum 71 puan aldıkları görülmüştür. Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeğinden ortalama $33,07 \pm 15,08$, minimum 5, maksimum 80 puan aldıkları tespit edilmiştir.

Katılımcıların İlişkiye Yüksek Düzeyde Odaklanmadan ortalama $34,72 \pm 8,93$ puan, İlişki Doyumundan ortalama $30 \pm 6,38$ puan, İlişki Korkusu/Kaygısından ortalama $23,81 \pm 6,80$ puan, İlişki İzlenimi Ayarlamadan

ortalama $12,46 \pm 4,40$ puan, İlişkide Kendine Güvenden ortalama $17,84 \pm 4,31$ puan, Dışsal İlişki Kontrolünden ortalama $10,95 \pm 3,51$ puan, İlişki Girişkenliğinden ortalama $14,47 \pm 3,48$ puan ve İçsel İlişki Kontrolünden ortalama $13,14 \pm 3,29$ puan aldıkları saptanmıştır.

Tablo 5.

Öğrencilerin cinsiyetlerine göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	\bar{x}	s	t	P
Ucla Yalnızlık	Kadın	171	40,46	8,97		
Envanteri	Erkek	165	39,87	8,19	0,628	0,530
İnternet	Kadın	171	31,93	13,74		
Bağımlılık Ölçeği	Erkek	165	34,24	16,31	-1,407	0,160
İlişkiye Yüksek	Kadın	171	33,50	8,89		
Düzeyde Odaklanma	Erkek	165	35,99	8,82	-2,584	0,010*
İlişki Doyumu	Kadın	171	28,56	6,38		
	Erkek	165	31,48	6,06	-4,304	0,000*
İlişki	Kadın	171	24,30	6,86		
Korkusu/Kaygısı	Erkek	165	23,30	6,73	1,350	0,178
İlişki İzlenimi	Kadın	171	12,56	4,21		
Ayarlama	Erkek	165	12,37	4,61	0,386	0,700
İlişkide	Kadın	171	17,28	4,21		
Kendine Güven	Erkek	165	18,42	4,34	-2,451	0,015*
Dışsal	Kadın	171	11,36	3,36		
İlişki Kontrolü	Erkek	165	10,53	3,61	2,178	0,030*
İlişki	Kadın	171	13,91	3,43		
Girişkenliği	Erkek	165	15,05	3,45	-3,041	0,003*
İçsel	Kadın	171	12,57	3,16		
İlişki Kontrolü	Erkek	165	13,73	3,33	-3,257	0,001*

* $p < 0,05$

Tablo 5'te öğrencilerin cinsiyetlerine göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği'nden aldıkları puanların kıyaslanması bağımsız örneklem t testi uygulanarak tespit edilmiştir.

Tablo 5 incelendiğinde, araştırma kapsamına alınan bireylerin cinsiyet değişkenine göre Ucla Yalnızlık Envanteri ve İnternet Bağımlılık Ölçeği puanları arasında istatistiksel bir fark saptanmamıştır ($p > 0,05$). Kadın ve erkek öğrencilerin Ucla Yalnızlık Envanteri ve İnternet Bağımlılık Ölçeği puanları benzerdir.

Katılımcıların cinsiyetlerine bağlı olarak Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt boyutları olan ilişkiye yüksek seviyede odaklanma, ilişki doyumu, ilişkide kendine güven, ilişki girişkenliği, dışsal ilişki kontrolü ve içsel ilişki kontrolü puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır ($p < 0,05$). Erkek katılımcıların ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma, ilişki doyumu, ilişkide kendine güven, içsel ilişki kontrolü ve ilişki girişkenliği puanları kadın katılımcılardan, kadın katılımcıların ise dışsal ilişki kontrol puanları erkeklerden istatistiksel olarak anlamlı bir seviye olarak daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 6.

Öğrencilerin yaşlarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Yaş	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Ucla	18-19 yaş	68	39,59	8,20	27	56	4,868	0,008*	1-3
Yalnızlık	20-21 yaş	124	38,61	8,40	27	68			2-3
Envanteri	22 yaş ve üzeri	144	41,79	8,70	26	71			
İnternet	18-19 yaş	68	33,01	17,24	5	80	1,674	0,189	
Bağımlılık	20-21 yaş	124	31,27	15,83	5	74			
Ölçeği	22 yaş ve üzeri	144	34,64	13,14	9	69			
İlişkiye Yüksek	18-19 yaş	68	33,19	8,56	12	58	1,257	0,286	
Düzeyde	20-21 yaş	124	35,12	9,62	14	60			
Odaklanma	22 yaş ve üzeri	144	35,10	8,45	17	58			
İlişki	18-19 yaş	68	30,94	5,71	18	45	0,986	0,374	
Doyumu	20-21 yaş	124	29,90	6,87	10	45			
	22 yaş ve üzeri	144	29,64	6,25	11	45			
İlişki	18-19 yaş	68	22,54	6,90	12	42	1,670	0,190	
Korkusu/	20-21 yaş	124	23,85	7,12	10	43			
Kaygısı	22 yaş ve üzeri	144	24,37	6,44	10	39			
İlişki	18-19 yaş	68	11,75	4,46	5	23	1,126	0,326	
İzlenimi	20-21 yaş	124	12,62	4,61	5	25			
Ayarlama	22 yaş ve üzeri	144	12,67	4,19	5	25			
İlişkide	18-19 yaş	68	18,03	4,56	9	25	0,775	0,462	
Kendine	20-21 yaş	124	18,13	4,47	5	25			
Güven	22 yaş ve üzeri	144	17,51	4,04	8	25			
Dışsal	18-19 yaş	68	10,24	3,39	4	19	1,970	0,141	
İlişki	20-21 yaş	124	11,27	3,87	4	20			
Kontrolü	22 yaş ve üzeri	144	11,01	3,20	4	20			
İlişki	18-19 yaş	68	14,78	3,11	6	20	1,095	0,336	
Girişkenliği	20-21 yaş	124	14,67	3,70	4	20			
	22 yaş ve üzeri	144	14,15	3,46	4	20			
İçsel	18-19 yaş	68	12,66	3,05	4	20	1,595	0,204	
İlişki	20-21 yaş	124	13,52	3,44	4	20			
Kontrolü	22 yaş ve üzeri	144	13,04	3,26	5	20			

* $p < 0,05$

Tablo 6'da öğrencilerin yaşlarına göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği'nden aldıkları puanları Anova testi ile kıyaslanarak sonuçlanmıştır.

Tablo 6' da , araştırma kapsamına alınan öğrencilerin yaşlarına göre Ucla Yalnızlık Envanteri puanları arasında istatistiksel bir anlamlılık görülmektedir ($p < 0,05$). 22 yaş ve üzeri yaş grubuna mensup öğrencilerin Ucla yalnızlık envanteri puanları 18-19 yaş ve 20-21 arası yaş grubuna mensup olanların puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksektir.

Katılımcıların İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği'nden almış oldukları puanlar arasında istatistiksel bir farklılık yoktur ($p > 0,05$). Tüm öğrencilerin almış oldukları puanlar benzerdir.

Tablo 7.

Öğrencilerin sınıflarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Sınıf	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Ucla Yalnızlık Envanteri	Birinci sınıf	87	39,11	7,84	27	59	2,626	0,051	
	İkinci sınıf	86	39,52	9,13	26	68			
	Üçüncü sınıf	82	39,72	8,43	27	64			
	Dördüncü sınıf	81	42,46	8,67	28	71			
İnternet Bağımlılık Ölçeği	Birinci sınıf	87	29,16	15,70	5	80	4,431	0,005*	1-4 2-4
	İkinci sınıf	86	31,80	15,17	5	70			
	Üçüncü sınıf	82	34,62	16,05	9	74			
	Dördüncü sınıf	81	37,02	12,04	11	66			
İlişkiye Yüksek Düzeyde Odaklanma	Birinci sınıf	87	33,49	8,63	12	60	1,521	0,209	
	İkinci sınıf	86	33,98	9,93	14	56			
	Üçüncü sınıf	82	35,63	8,21	18	55			
	Dördüncü sınıf	81	35,91	8,72	18	58			
İlişki Doyumu	Birinci sınıf	87	29,95	5,97	17	43	0,292	0,831	
	İkinci sınıf	86	30,23	6,77	10	45			
	Üçüncü sınıf	82	30,32	6,19	14	45			
	Dördüncü sınıf	81	29,47	6,67	11	45			
İlişki Korkusu/ Kaygısı	Birinci sınıf	87	23,37	6,99	10	42	1,921	0,126	
	İkinci sınıf	86	23,74	7,17	14	43			
	Üçüncü sınıf	82	22,88	6,50	12	38			
	Dördüncü sınıf	81	25,28	6,37	10	39			
İlişki İzlenimi Ayarlama	Birinci sınıf	87	11,64	4,13	5	24	1,836	0,140	
	İkinci sınıf	86	12,34	4,72	5	25			
	Üçüncü sınıf	82	12,80	4,49	5	25			
	Dördüncü sınıf	81	13,14	4,18	5	25			
İlişkide Kendine Güven	Birinci sınıf	87	18,02	4,53	7	25	0,160	0,923	
	İkinci sınıf	86	17,58	4,71	5	25			
	Üçüncü sınıf	82	17,89	3,90	8	25			
	Dördüncü sınıf	81	17,88	4,06	10	25			
Dışsal İlişki Kontrolü	Birinci sınıf	87	10,51	3,58	4	20	0,949	0,417	
	İkinci sınıf	86	11,33	3,83	4	20			
	Üçüncü sınıf	82	10,80	3,75	4	20			
	Dördüncü sınıf	81	11,17	2,73	4	17			
İlişki Girişkenliği	Birinci sınıf	87	14,17	3,48	5	20	1,146	0,330	
	İkinci sınıf	86	14,94	3,57	4	20			
	Üçüncü sınıf	82	14,66	3,74	4	20			
	Dördüncü sınıf	81	14,09	3,09	5	20			
İçsel İlişki Kontrolü	Birinci sınıf	87	12,72	3,20	4	20	1,397	0,244	
	İkinci sınıf	86	13,42	3,31	7	20			
	Üçüncü sınıf	82	13,59	3,17	6	20			
	Dördüncü sınıf	81	12,84	3,47	5	20			

* $p < 0,05$

Tablo 7'de bireylerin sınıflarına göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinden aldıkları puanları Anova testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$). Dördüncü sınıfa devam eden öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeğinden almış oldukları puanlar, birinci ve ikinci sınıfa devam edenlerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı seviyede yüksek çıkmıştır.

Katılımcı öğrencilerin Ucla Yalnızlık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği ile onun alt boyutlarına yönelik test sonuçlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$). Öğrencilerin devam ettikleri sınıflara bakılmaksızın söz konusu ölçeklerden aldıkları puanlar benzerdir.

Tablo 8.

Öğrencilerin yaşadıkları yere göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Yaşanılan yer	n	\bar{x}	s	t	P
Ucla Yalnızlık	Ev	209	39,96	8,41		
Envanteri	Yurt	127	40,53	8,90	-0,590	0,556
İnternet	Ev	209	33,18	14,40		
Bağımlılık Ölçeği	Yurt	127	32,88	16,19	0,174	0,862
İlişkiye Yüksek	Ev	209	35,09	8,91		
Düzeyde Odaklanma	Yurt	127	34,13	8,97	0,956	0,340
İlişki Doymu	Ev	209	30,24	6,45		
	Yurt	127	29,60	6,28	0,892	0,373
İlişki	Ev	209	23,98	7,27		
Korkusu/Kaygısı	Yurt	127	23,52	5,98	0,602	0,548
İlişki İzlenimi	Ev	209	12,78	4,41		
Ayarlama	Yurt	127	11,94	4,36	1,716	0,087
İlişkide	Ev	209	17,99	4,30		
Kendine Güven	Yurt	127	17,61	4,32	0,782	0,434
Dışsal	Ev	209	11,18	3,58		
İlişki Kontrolü	Yurt	127	10,57	3,37	1,561	0,119
İlişki	Ev	209	14,46	3,54		
Girişkenliği	Yurt	127	14,47	3,41	-0,021	0,983
İçsel	Ev	209	13,38	3,27		
İlişki Kontrolü	Yurt	127	12,74	3,30	1,739	0,083

Tablo 8’de öğrencilerin yaşadıkları yere göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanlar karşılaştırmak için bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır.

Tablo 8'e bakıldığında, öğrencilerin yaşadıkları yer değişkenine göre Ucla Yalnızlık Envanteri puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Katılımcıların yaşadıkları yere göre İnternet Bağımlılık Ölçeği puanları arasında anlamlı bir değişkenlik olmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Evde ve yurtda yaşayan öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeği puanları benzerdir.

Öğrencilerin yaşadıkları yere göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt boyutlarından alınan puanları arasında istatistiksel bir farklılık görülmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 9.

Öğrencilerin anne-baba birliktelik durumlarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Birliktelik	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Ucla	Birlikte	275	39,53	7,98	26	61	6,363	0,002*	1-3
Yalnızlık	Boşanmış	43	41,70	10,59	28	71			
Envanteri	Hayatta değil	18	46,39	9,85	28	68			
İnternet	Birlikte	275	33,48	15,22	5	80	0,608	0,545	
Bağımlılık	Boşanmış	43	31,53	14,66	9	69			
Ölçeği	Hayatta değil	18	30,39	14,21	5	59			
İlişkiye Yüksek	Birlikte	275	35,08	8,75	14	58	1,454	0,235	
Düzeyde	Boşanmış	43	33,63	10,02	12	60			
Odaklanma	Hayatta değil	18	31,89	8,66	18	46			
İlişki	Birlikte	275	30,47	6,28	11	45	4,157	0,016*	1-2
Doyumu	Boşanmış	43	27,93	7,10	10	45			1-3
	Hayatta değil	18	27,78	4,91	22	42			
İlişki	Birlikte	275	23,74	6,79	10	43	0,144	0,866	
Korkusu/	Boşanmış	43	23,91	6,61	14	36			
Kaygısı	Hayatta değil	18	24,61	7,80	13	41			
İlişki	Birlikte	275	12,35	4,31	5	25	0,485	0,616	
İzlenimi	Boşanmış	43	12,95	4,55	5	23			
Ayarlama	Hayatta değil	18	13,00	5,54	5	24			
İlişkide	Birlikte	275	17,90	4,32	5	25	0,142	0,868	
Kendine	Boşanmış	43	17,65	4,35	8	25			
Güven	Hayatta değil	18	17,44	4,22	8	25			
Dışsal	Birlikte	275	10,96	3,49	4	20	0,113	0,893	
İlişki	Boşanmış	43	10,77	3,60	4	17			
Kontrolü	Hayatta değil	18	11,22	3,81	4	20			
İlişki	Birlikte	275	14,55	3,49	4	20	0,494	0,611	
Girişkenliği	Boşanmış	43	14,16	3,58	4	20			
	Hayatta değil	18	13,89	3,25	6	20			
İçsel	Birlikte	275	13,29	3,28	4	20	1,692	0,186	
İlişki	Boşanmış	43	12,40	3,30	6	20			
Kontrolü	Hayatta değil	18	12,56	3,35	4	20			

* $p < 0,05$

Tablo 9'da öğrencilerin anne-baba birliktelik durumlarına göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki ölçeğinden aldıkları puanlar Anova testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Tablo 9 incelendiğinde, araştırmaya dahil edilen öğrencilerin anne-baba birliktelik durumlarına göre UCLA Yalnızlık Envanteri puanları ile istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Anne babası hayatta olmayan öğrencilerin UCLA Yalnızlık Envanteri puanları anne babası birlikte olan öğrencilerin puanlarından istatistiksel anlamda önemli derecede yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların anne-baba birliktelik durumlarına göre İnternet Bağımlılık Ölçeği puanları arasında benzer sonuçlar bulunmuş, farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Öğrencilerin anne-baba birliktelik durumlarına göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin bir alt boyutu olan ilişki doyumu puanları arasında istatistiksel bir farklılık görülmüştür ($p < 0,05$). Anne-babası birlikte olan öğrencilerin ilişki doyumu puanları, anne babası boşanmış ve anne babası hayatta olmayan öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksektir. Diğer alt boyutlarında bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 10.

Öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Anne eğitim	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Ucla	İlköğretim ve altı	173	39,78	8,41	27	64	0,382	0,683	
Yalnızlık	Lise	99	40,51	8,57	27	68			
Envanteri	Lisans ve üstü	64	40,72	9,19	26	71			
İnternet	İlköğretim ve altı	173	33,13	15,72	5	80	0,023	0,977	
Bağımlılık	Lise	99	32,81	15,51	5	71			
Ölçeği	Lisans ve üstü	64	33,30	12,64	9	59			
İlişkiye Yüksek	İlköğretim ve altı	173	34,24	8,52	12	60	0,886	0,413	
Düzeyde	Lise	99	35,72	9,17	14	58			
Odaklanma	Lisans ve üstü	64	34,48	9,61	17	58			
İlişki	İlköğretim ve altı	173	30,01	6,32	11	45	0,001	0,999	
Doyumu	Lise	99	29,97	6,09	18	45			
	Lisans ve üstü	64	30,00	7,07	10	45			
İlişki	İlköğretim ve altı	173	23,63	6,54	10	43	0,134	0,874	
Korkusu/	Lise	99	23,92	7,45	13	42			
Kaygısı	Lisans ve üstü	64	24,11	6,55	13	39			
İlişki	İlköğretim ve altı	173	12,50	4,28	5	25	0,083	0,921	
İzlenimi	Lise	99	12,32	4,44	5	23			
Ayarlama	Lisans ve üstü	64	12,59	4,72	5	25			
İlişkide	İlköğretim ve altı	173	17,46	4,57	5	25	2,011	0,135	
Kendine	Lise	99	18,55	4,28	5	25			
Güven	Lisans ve üstü	64	17,78	3,47	10	25			
Dışsal	İlköğretim ve altı	173	10,86	3,35	4	20	1,101	0,334	
İlişki	Lise	99	11,35	3,70	4	20			
Kontrolü	Lisans ve üstü	64	10,56	3,60	4	20			
İlişki	İlköğretim ve altı	173	14,38	3,38	5	20	0,739	0,479	
Girişkenliği	Lise	99	14,81	3,49	6	20			
	Lisans ve üstü	64	14,19	3,75	4	20			
İçsel	İlköğretim ve altı	173	12,88	3,33	4	20	4,276	0,015*	1-2
İlişki	Lise	99	13,93	3,22	7	20			2-3
Kontrolü	Lisans ve üstü	64	12,61	3,13	6	20			

* $p < 0,05$

Tablo 10'da bireylerin anne eğitim durumlarına göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği'nden aldıkları puanlar Anova Testi kullanılarak kıyaslanmıştır.

Tablo 10' da görüldüğü üzere, öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre Ucla Yalnızlık Envanteri test sonuçları anlamlı bir ilişki yoktur ($p>0,05$).

Öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre bağımlılık puanları arasında da önemli bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Katılımcıların anne eğitim durumlarına göre ilişki ölçeği alt boyutlarından biri olan içsel ilişki kontrolü puanlarında anlamlı bir ilişkinin varlığı görülmüştür ($p<0,05$). Annesi lise mezunu olanların içsel ilişki kontrolü hesaplamaları, annesi ilköğretim ve altında eğitim seviyesine sahip ve annesi lisans lisansüstü mezunu olan katılımcıların puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin diğer alt boyutlarıyla ilişkisinde bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 11.

Öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Baba eğitim	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	P
Ucla	İlköğretim ve altı	124	39,41	8,40	27	68	0,865	0,422
Yalnızlık	Lise	115	40,38	8,03	27	59		
Envanteri	Lisans ve üstü	97	40,90	9,45	26	71		
İnternet	İlköğretim ve altı	124	31,90	16,18	5	80	0,818	0,442
Bağımlılık	Lise	115	34,39	15,81	5	79		
Ölçeği	Lisans ve üstü	97	32,99	12,54	9	64		
İlişkiye Yüksek	İlköğretim ve altı	124	34,62	8,57	14	60	0,184	0,832
Düzeyde	Lise	115	35,11	9,44	12	58		
Odaklanma	Lisans ve üstü	97	34,39	8,83	14	58		
İlişki	İlköğretim ve altı	124	29,67	6,72	10	45	0,295	0,745
Doyumu	Lise	115	30,08	6,20	18	44		
	Lisans ve üstü	97	30,32	6,20	13	45		
İlişki	İlköğretim ve altı	124	23,98	7,16	10	43	0,265	0,767
Korkusu/	Lise	115	23,98	6,74	13	42		
Kaygısı	Lisans ve üstü	97	23,38	6,45	12	39		
İlişki	İlköğretim ve altı	124	12,42	4,40	5	25	0,013	0,987
İzlenimi	Lise	115	12,47	4,37	5	25		
Ayarlama	Lisans ve üstü	97	12,52	4,49	5	25		
İlişkide	İlköğretim ve altı	124	17,55	4,86	5	25	0,459	0,632
Kendine	Lise	115	18,03	4,04	5	25		
Güven	Lisans ve üstü	97	17,99	3,85	10	25		
Dışsal	İlköğretim ve altı	124	10,85	3,47	4	20	0,453	0,636
İlişki	Lise	115	11,20	3,58	4	20		
Kontrolü	Lisans ve üstü	97	10,78	3,49	4	20		
İlişki	İlköğretim ve altı	124	14,25	3,75	4	20	0,427	0,653
Girişkenliği	Lise	115	14,66	3,26	6	20		
	Lisans ve üstü	97	14,52	3,40	4	20		
İçsel	İlköğretim ve altı	124	12,94	3,52	4	20	2,180	0,115
İlişki	Lise	115	13,65	3,32	4	20		
Kontrolü	Lisans ve üstü	97	12,79	2,89	6	20		

Tablo 11’de öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği’nden aldıkları puanların Anova testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Tablo 11 de , öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre Ucla Yalnızlık Envanterinden aldıkları puanlar karşılaştırıldığında bir ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$).

Katılımcıların baba eğitim durumlarına göre bağımlılık ölçeği sonuçları ile anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeği ve alt boyutlarıyla olan ilişkisinde anlamlı düzeyde bir değişkenlik bulunamamıştır ($p>0,05$).

Tablo 12.

Öğrencilerin aile gelir durumuna göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Aile gelir	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Ucla	3000 TL altı	76	43,20	9,18	27	68	8,129	0,000*	1-2
Yalnızlık	3001-5000 TL arası	132	38,32	7,83	27	64			1-3
Envanteri	5001 TL ve üzeri	128	40,29	8,52	26	71			
İnternet	3000 TL altı	76	33,29	15,57	5	74	0,011	0,989	
Bağımlılık	3001-5000 TL arası	132	32,99	15,48	5	80			
Ölçeği	5001 TL ve üzeri	128	33,01	14,47	5	79			
İlişkiye Yüksek	3000 TL altı	76	33,59	7,32	18	47	1,350	0,261	
Düzeyde	3001-5000 TL arası	132	34,48	9,19	12	60			
Odaklanma	5001 TL ve üzeri	128	35,65	9,47	14	58			
İlişki	3000 TL altı	76	28,51	5,85	11	45	4,085	0,018*	1-3
Doyumu	3001-5000 TL arası	132	29,79	6,39	10	45			
	5001 TL ve üzeri	128	31,09	6,53	13	45			
İlişki	3000 TL altı	76	24,51	6,69	12	41	0,538	0,584	
Korkusu/	3001-5000 TL arası	132	23,66	6,47	10	43			
Kaygısı	5001 TL ve üzeri	128	23,54	7,22	10	42			
İlişki	3000 TL altı	76	13,16	4,89	5	24	1,481	0,229	
İzlenimi	3001-5000 TL arası	132	12,07	3,81	5	25			
Ayarlama	5001 TL ve üzeri	128	12,46	4,65	5	25			
İlişkide	3000 TL altı	76	16,58	4,80	7	25	4,434	0,013*	1-3
Kendine	3001-5000 TL arası	132	18,08	4,18	5	25			
Güven	5001 TL ve üzeri	128	18,34	4,00	5	25			
Dışsal	3000 TL altı	76	11,33	3,49	4	20	2,607	0,075	
İlişki	3001-5000 TL arası	132	10,41	3,12	4	20			
Kontrolü	5001 TL ve üzeri	128	11,28	3,84	4	20			
	3000 TL altı	76	13,86	3,24	5	20	1,900	0,151	
İlişki	3001-5000 TL arası	132	14,46	3,41	4	20			
Girişkenliği	5001 TL ve üzeri	128	14,84	3,67	4	20			
	3000 TL altı	76	12,62	3,54	4	20	1,631	0,197	
İçsel	3001-5000 TL arası	132	13,11	3,36	4	20			
İlişki	5001 TL ve üzeri	128	13,48	3,04	7	20			
Kontrolü									

* $p < 0,05$

Tablo 12'de öğrencilerin aile gelir durumuna göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinden aldıkları puanlar Anova testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Tablo 12 incelendiğinde, araştırma kapsamına alınan öğrencilerin aile gelir durumuna göre UCLA Yalnızlık Envanteri ile istatistiksel veriler değerlendirildiğinde anlamlı bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Aile geliri 3000 TL ve altında olan öğrencilerin UCLA Yalnızlık Envanteri puanları aile geliri 3001-5000 TL arası ve 5001 TL ve üzeri olan öğrencilerin puanlarından daha yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin gelir durumlarına göre Bağımlılık Ölçeği puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Katılımcıların gelir durumlarına göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt boyutları olan ilişki doyumu ve ilişkide kendine güven puanları farklılık göstermektedir ($p < 0,05$). Geliri 5001 TL ve üzerinde olan katılımcıların ilişki doyumu ve ilişkide kendine güven puanları, geliri 3000 TL altında olan katılımcıların puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Geri kalan diğer alt boyutların test sonuçlarıyla gelir değişkeni arasında bir ilişki saptanmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 13.

Öğrencilerin okuldaki başarı durumlarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Başarı	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p
Ucla	Kötü	27	40,04	9,36	26	56	0,453	0,636
Yalnızlık	Orta	127	40,74	8,06	27	64		
Envanteri	İyi	182	39,80	8,86	27	71		
İnternet	Kötü	27	37,15	16,31	5	70	1,079	0,341
Bağımlılık	Orta	127	32,78	14,70	5	79		
Ölçeği	İyi	182	32,66	15,15	5	80		
İlişkiye Yüksek	Kötü	27	36,74	9,71	14	56	0,799	0,451
Düzeyde	Orta	127	34,35	8,40	16	55		
Odaklanma	İyi	182	34,68	9,18	12	60		
İlişki	Kötü	27	30,63	6,39	23	45	0,187	0,829
Doyumu	Orta	127	30,07	6,16	11	43		
	İyi	182	29,85	6,57	10	45		
İlişki	Kötü	27	23,85	6,25	14	37	0,391	0,677
Korkusu/	Orta	127	24,21	7,22	10	42		
Kaygısı	İyi	182	23,52	6,60	12	43		
İlişki	Kötü	27	12,70	4,74	5	25	0,051	0,951
İzlenimi	Orta	127	12,48	4,26	5	25		
Ayarlama	İyi	182	12,42	4,47	5	25		
İlişkide	Kötü	27	18,48	4,26	11	25	0,688	0,503
Kendine	Orta	127	17,54	4,20	5	25		
Güven	İyi	182	17,96	4,40	5	25		
Dışsal	Kötü	27	11,70	4,28	4	19	1,543	0,215
İlişki	Orta	127	11,20	3,39	4	20		
Kontrolü	İyi	182	10,66	3,45	4	20		
	Kötü	27	15,67	3,56	6	20	1,972	0,141
İlişki	Orta	127	14,20	3,65	4	20		
Girişkenliği	İyi	182	14,47	3,33	4	20		
İçsel	Kötü	27	13,67	2,95	8	20	1,217	0,297
İlişki	Orta	127	12,80	3,41	4	20		
Kontrolü	İyi	182	13,30	3,26	5	20		

Tablo 13'te öğrencilerin okuldaki başarı durumlarına göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği'nden aldıkları puanları karşılatırmak için Anova testi yapılmıştır.

Tablo 13' göre, araştırma kapsamına alınan kişilerin okuldaki başarı durumları ile Ucla Yalnızlık Envanteri test sonuçları arasında istatistiksel anlamlılık görülmemektedir ($p>0,05$).

Katılımcıların okuldaki başarı durumlarına göre hesaplanan bağımlılık puanları arasında istatistiksel bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Öğrencilerin okuldaki başarı durumlarına göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 14.

Öğrencilerin sosyal paylaşım sitelerine üye olma durumlarına göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Üyelik	n	\bar{x}	s	t	p
Ucla Yalnızlık	Üye olan	315	40,10	8,63	-0,586	0,558
	Üye olmayan	21	41,24	8,10		
Envanteri	Üye olan	315	33,28	14,95	1,022	0,307
	Üye olmayan	21	29,81	16,98		
İnternet	Üye olan	315	34,87	8,90	1,141	0,255
	Üye olmayan	21	32,57	9,34		
Bağımlılık Ölçeği	Üye olan	315	30,10	6,36	1,128	0,260
	Üye olmayan	21	28,48	6,75		
İlişkiye Yüksek	Üye olan	315	23,66	6,86	-1,529	0,127
	Üye olmayan	21	26,00	5,65		
Düzye de Odaklanma	Üye olan	315	12,38	4,35	-1,345	0,180
	Üye olmayan	21	13,71	5,12		
İlişki Doyumu	Üye olan	315	18,00	4,26	2,569	0,011*
	Üye olmayan	21	15,52	4,38		
İlişki	Üye olan	315	10,93	3,50	-0,389	0,698
	Üye olmayan	21	11,24	3,77		
Korkusu/Kaygısı	Üye olan	315	14,48	3,52	0,311	0,756
	Üye olmayan	21	14,24	3,02		
İlişki İzlenimi	Üye olan	315	13,21	3,33	1,573	0,117
	Üye olmayan	21	12,05	2,44		

* $p<0,05$

Tablo 14'te öğrencilerin sosyal paylaşım sitelerine üye olma değişkeni ile Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinden aldıkları puanları bağımsız örneklem t testi uygulanarak karşılaştırılmıştır.

Tablo 14'e göre; öğrencilerin sosyal paylaşım sitelerine üye olma durumlarına göre yalnızlığa yönelik test sonuçlarında bir farklılık oluşmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Kişilerin sosyal paylaşım sitelerine üye olma durumlarına göre internet bağımlılığına yönelik puanlarda istatiki açıdan anlamlılık saptanmamıştır ($p>0,05$).

Araştırmaya dahil olan öğrencilerin sosyal paylaşım sitelerine üye olma durumlarına göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt kümesi olan İlişkide kendine güven puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmiştir ($p<0,05$). Sosyal paylaşım sitelerine üye olan öğrencilerin İlişkide kendine güven puanları, sosyal paylaşım sitelerine üye olmayan öğrencilerin İlişkide kendine güven puanlarından daha fazladır ve bu veriler arasındaki fark oldukça anlamlı seviyededir . Öğrencilerin sosyal paylaşım sitelerine üye olma durumlarına göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt puanlarında anlamlı bir değişkenlik görülmemektedir ($p>0,05$).

Tablo 15.

Öğrencilerin günlük internet kullanım sürelerine göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Süre	n	\bar{x}	s	Min	Max	F	p	Fark
Ucla Yalnızlık Envanteri	0-3 saat	102	40,10	8,68	27	68	0,466	0,707	
	4-7 saat	136	39,71	8,37	26	71			
	8-11 saat	57	41,30	9,04	27	61			
	12 saat ve üstü	41	40,34	8,63	27	56			
İnternet Bağımlılık Ölçeği	0-3 saat	102	27,42	13,71	5	63	13,189	0,000*	1-2,1-3,1-4
	4-7 saat	136	32,34	12,90	6	71			2-3,2-4
	8-11 saat	57	38,91	14,60	11	80			3-4
	12 saat ve üstü	41	41,39	19,15	12	79			
İlişkiye Yüksek Düzeyde Odaklanma	0-3 saat	102	35,68	8,47	16	60	0,612	0,608	
	4-7 saat	136	34,49	8,80	14	58			
	8-11 saat	57	33,91	9,85	14	58			
	12 saat ve üstü	41	34,24	9,26	12	53			
İlişki Doyumu	0-3 saat	102	29,46	6,53	11	45	0,386	0,763	
	4-7 saat	136	30,35	6,47	10	45			
	8-11 saat	57	29,98	6,41	13	43			
	12 saat ve üstü	41	30,20	5,82	22	45			
İlişki Korkusu/ Kaygısı	0-3 saat	102	24,35	7,07	10	42	0,545	0,652	
	4-7 saat	136	23,54	6,63	10	43			
	8-11 saat	57	24,09	6,44	14	41			
	12 saat ve üstü	41	22,93	7,31	12	42			
İlişki İzlenimi Ayarlama	0-3 saat	102	12,67	4,46	5	25	0,849	0,468	
	4-7 saat	136	12,01	4,24	5	25			
	8-11 saat	57	12,96	4,49	5	25			
	12 saat ve üstü	41	12,76	4,71	5	24			
İlişkide Kendine Güven	0-3 saat	102	17,60	4,52	5	25	0,315	0,814	
	4-7 saat	136	17,79	4,10	8	25			
	8-11 saat	57	18,23	4,17	10	25			
	12 saat ve üstü	41	18,10	4,72	8	25			
Dışsal İlişki Kontrolü	0-3 saat	102	10,68	3,18	4	20	0,939	0,422	
	4-7 saat	136	10,90	3,60	4	20			
	8-11 saat	57	10,98	3,64	4	20			
	12 saat ve üstü	41	11,76	3,81	4	20			
İlişki Girişkenliği	0-3 saat	102	14,42	3,30	5	20	0,848	0,469	
	4-7 saat	136	14,35	3,43	4	20			
	8-11 saat	57	14,26	3,69	4	20			
	12 saat ve üstü	41	15,27	3,80	5	20			
İçsel İlişki Kontrolü	0-3 saat	102	12,98	3,03	5	20	0,831	0,478	
	4-7 saat	136	12,94	3,39	4	20			
	8-11 saat	57	13,58	3,06	8	20			
	12 saat ve üstü	41	13,59	3,87	4	20			

* $p < 0,05$

Tablo 15'te, günlük internet kullanım sürelerine göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği'nden alınan puanlar Anova testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Tablo 15' te görüldüğü üzere, öğrencilerin günlük internet kullanım sürelerine göre Ucla Yalnızlık Envanteri puanları ile aralarında önemli sayılcaca bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Öğrencilerin günlük internet kullanım sürelerine göre İnternet Bağımlılık Ölçeğinden alınan veriler doğrultusunda aralarında istatistiki bir anlamlılı olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). 12 saat ve üzerinde süre ile günlük internet kullanan öğrencilerin internet bağımlılık puanları daha az süre ile günlük internet kullanımı olan öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksektir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin günlük internet kullanım sürelerine göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinden alınan verilere bakıldığında aralarında bir anlamlı sayılacak bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 16.

Öğrencilerin internet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Etkileme	n	\bar{x}	s	t	p
Ucla Yalnızlık	Etkileyen	77	42,57	8,47	2,819	0,005*
	Etkilemeyen	259	39,46	8,51		
Envanteri	Etkileyen	77	37,14	15,72	2,729	0,007*
	Etkilemeyen	259	31,85	14,70		
Bağımlılık Ölçeği	Etkileyen	77	35,58	8,60	0,964	0,336
	Etkilemeyen	259	34,47	9,02		
İlişkiye Yüksek	Etkileyen	77	30,06	6,05	0,106	0,916
	Etkilemeyen	259	29,98	6,49		
Düzye de Odaklanma	Etkileyen	77	24,69	6,81	1,297	0,196
	Etkilemeyen	259	23,54	6,79		
İlişki Doyumu	Etkileyen	77	13,17	4,08	1,603	0,110
	Etkilemeyen	259	12,25	4,48		
İlişki	Etkileyen	77	17,52	4,24	-0,749	0,455
	Etkilemeyen	259	17,94	4,33		
Korkusu/Kaygısı	Etkileyen	77	11,17	3,46	0,624	0,533
	Etkilemeyen	259	10,88	3,53		
İlişki İzlenimi	Etkileyen	77	13,83	3,54	-1,831	0,068
	Etkilemeyen	259	14,66	3,45		
Ayarlama	Etkileyen	77	13,00	2,92	-0,424	0,672
	Etkilemeyen	259	13,18	3,40		

* $p < 0,05$

Tablo 16'da öğrencilerin internet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği'nden aldıkları puanlar bağımsız örneklem t testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Tablo 16 incelenmiş ve öğrencilerin internet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre Ucla Yalnızlık Envanteri puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). İnternet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkilediği katılımcıların puanları, ilişkileri

olumsuz etkilenmeyen katılımcıların puanlarından anlamlı seviyede yüksek saptanmıştır.

Kişilerin internet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre İnternet Bağımlılık Ölçeği puanları ile aralarında istatistiksel bir anlamlılık vardır ($p < 0,05$). İnternet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkilediği katılımcıların puanları, aile ilişkileri olumsuz etkilenmeyen katılımcıların puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek hesaplanmıştır.

Katılımcıların internet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeği ve alt boyutlarından elde edilen veriler incelendiğinde önemli sayılacak bir değişkenlik görülmemiştir ($p > 0,05$).

Tablo 17.

Öğrencilerin internet kullanımının arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Etkileme	n	\bar{x}	s	t	p
Ucla Yalnızlık	Etkileyen	90	42,31	8,87	2,788	0,006*
	Etkilemeyen	246	39,39	8,37		
Envanteri	Etkileyen	90	37,94	15,76	3,653	0,000*
	Etkilemeyen	246	31,28	14,45		
İnternet	Etkileyen	90	34,32	8,75	-0,497	0,619
	Etkilemeyen	246	34,87	9,01		
Bağımlılık Ölçeği	Etkileyen	90	29,61	6,65	-0,670	0,504
	Etkilemeyen	246	30,14	6,29		
İlişkiye Yüksek	Etkileyen	90	24,20	7,07	0,641	0,522
	Etkilemeyen	246	23,66	6,71		
Düzye de Odaklanma	Etkileyen	90	12,49	4,28	0,062	0,951
	Etkilemeyen	246	12,46	4,46		
İlişki Doyumu	Etkileyen	90	17,28	4,07	-1,456	0,146
	Etkilemeyen	246	18,05	4,38		
İlişki	Etkileyen	90	10,88	3,38	-0,226	0,821
	Etkilemeyen	246	10,98	3,56		
Korkusu/Kaygısı	Etkileyen	90	13,92	3,48	-1,740	0,083
	Etkilemeyen	246	14,67	3,47		
İlişki İzlenimi	Etkileyen	90	12,63	3,07	-1,710	0,088
	Etkilemeyen	246	13,33	3,36		
Ayarlama	Etkileyen	90	10,88	3,38	-0,226	0,821
	Etkilemeyen	246	10,98	3,56		
İlişkide	Etkileyen	90	13,92	3,48	-1,740	0,083
	Etkilemeyen	246	14,67	3,47		
Kendine Güven	Etkileyen	90	12,63	3,07	-1,710	0,088
	Etkilemeyen	246	13,33	3,36		
Dışsal	Etkileyen	90	10,88	3,38	-0,226	0,821
	Etkilemeyen	246	10,98	3,56		
İlişki Kontrolü	Etkileyen	90	13,92	3,48	-1,740	0,083
	Etkilemeyen	246	14,67	3,47		
İlişki	Etkileyen	90	12,63	3,07	-1,710	0,088
	Etkilemeyen	246	13,33	3,36		
Girişkenliği	Etkileyen	90	12,63	3,07	-1,710	0,088
	Etkilemeyen	246	13,33	3,36		
İçsel	Etkileyen	90	12,63	3,07	-1,710	0,088
	Etkilemeyen	246	13,33	3,36		
İlişki Kontrolü	Etkileyen	90	12,63	3,07	-1,710	0,088
	Etkilemeyen	246	13,33	3,36		

* $p < 0,05$

Tablo 17’de öğrencilerin internet kullanımının arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği’nden aldıkları puanları bağımsız örneklem t testi yapılarak kıyaslanmıştır.

Tablo 17’ ye göz atıldığında; öğrencilerin internet kullanımının arkadaş ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre Ucla Yalnızlık Envanteri puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark belirlenmiştir ($p < 0,05$). Arkadaşlık ilişkileri İnternet kullanımından olumsuz etkilenen öğrencilerin Ucla ölçek

puanları, arkadaşlık ilişkileri internet kullanımından olumsuz etkilenmeyen öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek hesaplanmıştır.

Araştırmaya dahil olan öğrencilerin internet kullanımının arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre bağımlılık verileri arasında istatistiksel bir farkın varlığından söz edilebilir ($p < 0,05$). İnternet kullanımının arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkilediği katılımcıların puanları, arkadaşlık ilişkileri olumsuz etkilenmeyen katılımcıların puanlarından anlamlı şekilde yüksek çıkmıştır.

Katılımcıların internet kullanımının arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt boyutlarından elde edilen veriler ışığında önemli sayılacak bir farklılık saptanmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 18.

Öğrencilerin romantik ilişki durumuna göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	İlişki	n	\bar{x}	s	t	P
Ucla Yalnızlık	Var	167	39,56	8,59	-1,307	0,192
Envanteri	Yok	169	40,78	8,57		
İnternet	Var	167	33,66	14,90	0,724	0,470
Bağımlılık Ölçeği	Yok	169	32,47	15,27		
İlişkiye Yüksek	Var	167	36,04	9,31	2,704	0,007*
Düzeyde Odaklanma	Yok	169	33,43	8,37		
İlişki Doyumunu	Var	167	31,76	6,86	5,227	0,000*
	Yok	169	28,25	5,35		
İlişki	Var	167	23,16	6,71	-1,748	0,081
Korkusu/Kaygısı	Yok	169	24,45	6,86		
İlişki İzlenimi	Var	167	12,50	4,72	0,135	0,893
Ayarlama	Yok	169	12,43	4,09		
İlişkide	Var	167	18,50	4,20	2,798	0,005*
Kendine Güven	Yok	169	17,20	4,32		
Dışsal	Var	167	10,55	3,64	-2,080	0,038*
İlişki Kontrolü	Yok	169	11,34	3,33		
İlişki	Var	167	14,79	3,65	1,695	0,091
Girişkenliği	Yok	169	14,15	3,29		
İçsel	Var	167	13,57	3,44	2,424	0,016*
İlişki Kontrolü	Yok	169	12,71	3,10		

* $p < 0,05$

Tablo 18’de öğrencilerin romantik ilişki durumuna göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinden aldıkları puanların bağımsız örneklem t testi sonuçları mevcuttur.

Tablo 18 incelendiğinde, bireylerin romantik ilişki durumuna göre Ucla Yalnızlık Envanterinden aldıkları puanlar ile aralarında anlamlı bir ilişki söz edilememiştir ($p > 0,05$).

Katılımcıların romantik ilişki durumuna göre İnternet Bağımlılık Ölçeği’nden aldıkları puanlar arasında istatistiksel anlamlılık yoktur ($p > 0,05$).

Katılımcı öğrencilerin romantik ilişkileri durumları ışığında Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt boyutları olan ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma, ilişki

doyumunu, ilişkide kendine güven ve dışsal ilişki kontrol puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Romantik ilişkisi bulunan katılımcıların İlişkiye yüksek seviyede odaklanma, ilişki doyumu ve ilişkide kendine güven puanları, romantik ilişkisi bulunmayan katılımcıların puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Romantik ilişkisi bulunmayan katılımcıların ise dışsal ilişki kontrol puanları, ilişkisi olan katılımcıların puanlarından anlamlı olarak daha yüksektir.

Tablo 19.

Öğrencilerin sigara kullanma durumuna göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Sigara	n	\bar{x}	s	t	p
Ucla Yalnızlık Envanteri	Kullanan	205	40,09	8,93	-0,213	0,831
	Kullanmayan	131	40,30	8,06		
İnternet Bağımlılık Ölçeği	Kullanan	205	32,73	14,31	-0,514	0,607
	Kullanmayan	131	33,60	16,25		
İlişkiye Yüksek Düzeyde Odaklanma	Kullanan	205	35,22	8,58	1,288	0,198
	Kullanmayan	131	33,94	9,42		
İlişki Doyumu	Kullanan	205	30,38	6,52	1,361	0,174
	Kullanmayan	131	29,40	6,15		
İlişki Korkusu/Kaygısı	Kullanan	205	24,15	6,95	1,162	0,246
	Kullanmayan	131	23,27	6,56		
İlişki İzlenimi Ayarlama	Kullanan	205	12,32	4,53	-0,766	0,444
	Kullanmayan	131	12,69	4,21		
İlişkide Kendine Güven	Kullanan	205	18,07	4,23	1,230	0,219
	Kullanmayan	131	17,48	4,42		
Dışsal İlişki Kontrolü	Kullanan	205	11,04	3,68	0,585	0,559
	Kullanmayan	131	10,81	3,23		
İlişki Girişkenliği	Kullanan	205	14,60	3,65	0,873	0,383
	Kullanmayan	131	14,26	3,21		
İçsel İlişki Kontrolü	Kullanan	205	13,49	3,32	2,475	0,014*
	Kullanmayan	131	12,59	3,18		

* $p < 0,05$

Tablo 19'da öğrencilerin sigara kullanma durumuna göre UCLA Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği'nden aldıkları puanlar bağımsız örneklem t testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Öğrencilerin sigara kullanma durumlarına göre UCLA Yalnızlık Envanterinden aldıkları puanlar arasında istatistiki bir farklılık söz konusu değildir ($p>0,05$).

Çalışmaya dahil edilen öğrencilerin; sigara kullanma durumuna göre Bağımlılık Ölçeği'nden alınan veriler doğrultusunda aralarında olarak anlamlı düzeyde bir farklılık görülmemiştir ($p>0,05$).

Öğrencilerin sigara kullanma durumuna göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt boyutunda bulunan içsel ilişki kontrol puanlarında istatistiksel anlamlılığın olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Sigara kullanan öğrencilerin içsel ilişki kontrol puanları, sigara kullanmayan öğrencilerin içsel ilişki kontrol puanlarından istatistiki olarak daha yüksek çıkmıştır. Ölçeğin geriye kalan diğer alt boyutları ile sigara kullanımı arasında bir ilişki saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 20.

Öğrencilerin alkol kullanma durumuna göre Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Alkol	n	\bar{x}	s	t	P
Ucla Yalnızlık	Kullanan	224	40,35	8,76	0,543	0,588
Envanteri	Kullanmayan	112	39,81	8,27		
İnternet	Kullanan	224	33,90	14,68	1,432	0,153
Bağımlılık Ölçeği	Kullanmayan	112	31,40	15,78		
İlişkiye Yüksek	Kullanan	224	34,66	8,73	-0,181	0,856
Düzeyde Odaklanma	Kullanmayan	112	34,85	9,35		
İlişki Doyumu	Kullanan	224	30,20	6,53	0,827	0,409
	Kullanmayan	112	29,59	6,09		
İlişki	Kullanan	224	23,75	6,96	-0,198	0,843
Korkusu/Kaygısı	Kullanmayan	112	23,91	6,50		
İlişki İzlenimi	Kullanan	224	12,63	4,45	0,999	0,319
Ayarlama	Kullanmayan	112	12,13	4,30		
İlişkide	Kullanan	224	18,00	4,14	0,976	0,330
Kendine Güven	Kullanmayan	112	17,52	4,62		
Dışsal	Kullanan	224	10,86	3,50	-0,681	0,496
İlişki Kontrolü	Kullanmayan	112	11,13	3,53		
İlişki	Kullanan	224	14,80	3,52	2,488	0,013*
Girişkenliği	Kullanmayan	112	13,80	3,34		
İçsel	Kullanan	224	13,27	3,26	1,007	0,315
İlişki Kontrolü	Kullanmayan	112	12,88	3,36		

* $p < 0,05$

Tablo 20'de öğrencilerin alkol kullanma durumuna göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinden aldıkları puanlar bağımsız örneklem t testi kullanılarak karşılaştırılmıştır.

Öğrencilerin alkol kullanma durumlarına göre Ucla Yalnızlık Envanterinden alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir ilişki yoktur ($p > 0,05$).

Alkol kullanma durumuna göre İnternet Bağımlılık Ölçeği'nden aldıkları puanlarda da anlamlı sayılabilecek bir değişiklik yoktur ($p > 0,05$).

Öğrencilerin alkol kullanma durumuna göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinde elde edilen verilere göre aralarında anlamlı düzeyde fark görülmemiştir ($p > 0,05$). Sadece ölçeğin bir alt boyutu olan ilişki girişkenliği boyutundan alınan puanlar arasında istatistiksel fark tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Alkol kullanan öğrencilerin

ilişki girişkenliği puanları, alkol kullanmayan öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Tablo 21.

Öğrencilerin kumar oynama durumuna göre UCLA yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanların karşılaştırılması

	Kumar	n	\bar{x}	s	T	P
Ucla Yalnızlık	Oynayan	124	41,11	8,49	1,537	0,125
Envanteri	Oynamayan	212	39,62	8,62		
İnternet	Oynayan	124	35,65	15,23	2,416	0,016*
Bağımlılık Ölçeği	Oynamayan	212	31,56	14,82		
İlişkiye Yüksek	Oynayan	124	36,06	8,99	2,104	0,036*
Düzeyde Odaklanma	Oynamayan	212	33,94	8,82		
İlişki Doyumu	Oynayan	124	30,30	6,48	0,661	0,509
	Oynamayan	212	29,82	6,34		
İlişki	Oynayan	124	23,94	7,02	0,282	0,778
Korkusu/Kaygısı	Oynamayan	212	23,73	6,69		
İlişki İzlenimi	Oynayan	124	13,11	4,94	2,075	0,039*
Ayarlama	Oynamayan	212	12,08	4,02		
İlişkide	Oynayan	124	18,15	4,06	1,012	0,312
Kendine Güven	Oynamayan	212	17,66	4,44		
Dışsal	Oynayan	124	10,65	3,39	-1,216	0,225
İlişki Kontrolü	Oynamayan	212	11,13	3,57		
İlişki	Oynayan	124	14,96	3,47	1,990	0,047*
Girişkenliği	Oynamayan	212	14,18	3,46		
İçsel	Oynayan	124	13,43	3,29	1,225	0,222
İlişki Kontrolü	Oynamayan	212	12,97	3,29		

* $p < 0,05$

Tablo 21’de öğrencilerin kumar oynama durumuna göre UCLA Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği’nden aldıkları puanların bağımsız örneklem t testi karşılaştırılması mecuttur.

Tablo 21'e bakıldığında, katılımcıların kumar oynama durumuna göre Ucla Yalnızlık Envanterinden almış oldukları sonuçlar doğrultusunda aralarında bir farklılığın olmadığı söylenebilir ($p>0,05$).

Katılımcıların kumar oynama durumuna göre Bağımlılık Ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı bir fark saptanmıştır ($p<0,05$). Kumar oynayan katılımcıların internet bağımlılık puanları, kumar oynamayan katılımcıların internet bağımlılık puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Öğrencilerin kumar oynama durumuna göre Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt boyutları olan ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma, ilişki izlenimi ayarlama ve ilişki girişkenliği puanları arasında anlamlı düzeyde bir fark vardır ($p<0,05$). Kumar oynayan katılımcıların söz konusu alt ölçeklerden aldıkları puanlar, kumar oynamayan katılımcıların puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Tablo 22.

Öğrencilerin Ucla yalnızlık envanteri, internet bağımlılık ölçeği ve çok boyutlu ilişki ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkiler

	Ucla Yalnızlık Envanteri	İnternet Bağımlılık Ölçeği	İlişkiye Yüksek Düzeyde Odaklanma	İlişki Doyumu	İlişki Korkusu/Kaygısı	İlişki İzlenimi Ayarlama	İlişkide Kendine Güven	Dışsal İlişki Kontrolü	İlişki Girişkenliği	İçsel İlişki Kontrolü
Ucla Yalnızlık Envanteri	r 1 p									
İnternet Bağımlılık Ölçeği	r 0,144 p 0,008*	1								
İlişkiye Yüksek Düzeyde Odaklanma	r 0,050 p 0,360	0,131	1							
İlişki Doyumu	r -0,354 p 0,000*	-0,116	0,136	1						
İlişki Korkusu/Kaygısı	r 0,309 p 0,000*	0,247	0,306	-0,466	1					
İlişki İzlenimi Ayarlama	r 0,236 p 0,000*	0,360	0,347	-0,240	0,502	1				
İlişkide Kendine Güven	r -0,278 p 0,000*	-0,043	0,440	0,492	-0,185	-0,033	1			
Dışsal İlişki Kontrolü	r 0,080 p 0,145	0,136	0,114	-0,128	0,317	0,240	0,079	1		
İlişki Girişkenliği	r -0,272 p 0,000*	-0,069	0,065	0,538	-0,466	-0,252	0,442	-0,047	1	
İçsel İlişki Kontrolü	r -0,198 p 0,000*	0,047	0,425	0,415	-0,092	-0,038	0,507	0,088	0,431	1

* $p < 0,05$

Tablo 22.'de araştırmaya katılan öğrencilerin Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkilerin incelenmesi için uygulanan Pearson korelasyon analizi sonuçları gösterilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin Ucla Yalnızlık Envanteri puanları ile İnternet Bağımlılık Ölçeği puanları arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanan korelasyonlar bulunduğu görülmüş olup, öğrencilerin internet bağımlılıkları arttıkça, yalnızlıklarının da arttığı görülmüştür ($p < 0,05$).

Öğrencilerin UCLA Yalnızlık Envanteri puanları ile Çok Boyutlu İlişki Ölçeği'nde bulunan ilişki doyumu, ilişkide kendine güven, ilişki girişkenliği ve içsel ilişki kontrolü puanları arasında negatif yönlü, ilişki korkusu/kaygısı ve ilişki izlenimini ayarlama alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar saptanmıştır ($p < 0,05$). Buna göre öğrencilerin ilişki doyumu, ilişki girişkenliği, ilişkide kendine güven, ve içsel ilişki kontrolü puanları arttıkça UCLA Yalnızlık Envanteri puanları azalmakta, ilişki korkusu/kaygısı ve ilişki izlenimini ayarlama alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında arttıkça, UCLA Yalnızlık Envanteri puanları da artmaktadır.

Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden aldıkları puanlar ile Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinde yer alan ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma, ilişki izlenimini ayarlama ve dışsal ilişki kontrolü alt boyutlarından aldıkları puanlar arasında pozitif yönlü, ilişki doyumu alt boyutlarından elde ettikleri puanlar arasında ise negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar bulunmuştur ($p < 0,05$). Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nden aldıkları puanlar arttıkça ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma, dışsal ilişki kontrolü ve ilişki izlenimini ayarlama alt boyutlarından aldıkları puanlar artmakta, ilişki doyumu alt boyutundan aldıkları puanlar ise azalmaktadır.

5. BÖLÜM

TARTIŞMA

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde internet kullanımı, yalnızlık ve romantik ilişki doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu bölümde araştırma sonucunda ortaya çıkan bulgular ile konu ile ilgili literatür çalışmaları karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Araştırma sonucunda cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin internet bağımlılıklarında istatistiki açıdan anlamlı bir fark görülmemiştir (Tablo 5). Literatürde bulunan çeşitli çalışmalar; cinsiyet faktörünün internet bağımlılığı kavramında ayır edici bir etmen olmadığını belirterek araştırmayı destekler niteliktedirler (Arslan 2017; Batıgün ve Hasta 2010; Balcı ve Gülnar 2009; Çam ve Nur Has 2015; Has 2015; Özçelik 2016; Topal, 2018; Turan, 2015) Diğer yandan literatürdeki bazı çalışmalar; kadınların internet bağımlılığı riskinin erkeklere oranla daha fazla olduğu saptanmışken (Aksoy, 2016); kimi çalışmalarda da erkeklerin kadınlara oranla daha riskli bir grup olduklarına ulaşılmıştır (Akdağ ve ark. 2014; Batıgün ve Kılıç 2011; Canan 2010; Gökçearslan ve Günbatır 2012; Kır ve Sulak 2014). Günümüzde internete ulaşılabilirliğin kolaylığından cinsiyetler açısından önemli bir fark yaratmayacağı düşünülmüş ve bu araştırmada da cinsiyet değişkeni ayırt edici bir özellik olarak bulunmamıştır.

Araştırma sonucunda katılımcıların cinsiyetleri ile yalnızlık seviyeleri karşılaştırıldığında aralarında istatistiksel bir anlamlılık saptanmamıştır (Tablo 5). Literatürde bulunan birçok çalışma benzer sonuçlarla araştırmayı desteklemektedir (Alkan ve Sezgin, 1996; Aksakal, 2008; Demir ve Tarhan, 2001; Kılıç, 2014). Diğer yandan yapılan bazı çalışmalarda erkek

öğrencilerin daha yoğun yalnızlık yaşadıkları sonucuna ulaşmışlardır (İkizoğlu, 2008).

Diğer yandan katılımcı öğrencilerin cinsiyetlerine göre çok boyutlu ilişki ölçeği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır. Erkek katılımcıların ilişki doyumu, ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma, ilişkide kendine güven, içsel ilişki kontrolü ve ilişki girişkenliği puanları kadın katılımcılardan, kadın katılımcıların ise dışsal ilişki kontrol puanları erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek olarak hesaplanmıştır (Tablo 5). Literatürdeki çalışmalardan bilgisayar oymana alışkanlığı ile romantik ilişkiler arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada da cinsiyet faktörüne göre ilişki doyumu ve alt boyutlarında farklıklar olduğu belirtilmiş, araştırma benzer sonuçlarla desteklenmiştir (Erdemir, 2018). Yapılan bir araştırmada kadınların; romantik ilişki doyumu ile ilgili kaygılarının erkeklerle göre daha fazla olduğu saptanmıştır (Carlson ve Rose, 2007).

Katılımcıların yaş değişkenine göre internet bağımlılığı ve romantik ilişki doyumunda istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır (Tablo 6). Literatürde bulunan çalışmalar bu bulguyu desteklemektedirler (Arslan, 2017; Devi and Zambre, 2018; Eroğlu ve Bayraktar, 2016; Özçelik, 2016; Topal, 2018). Bu araştırma ve diğer araştırmaların sonuçlarına göre; internet bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmaması, günümüzde tüm yaş gruplarındaki bireylerin internete erişim olanağının kolay olması nedeni ile yorumlanabilir. Diğer yandan yapılan bir çalışmada araştırmamızdan farklı olarak; 20 yaşın altındaki üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Güney ve ark, 2015). Literatürde bazı çalışmalarda romantik ilişki doyum seviyesinin yaşa göre değişkenlik gösterdiği gösterilirken (Budak, 2011; Özaydın, 2016; Özbiçer, 2010); bazı araştırmalara da ise yaşın önemli bir etmen olmadığı saptanmıştır (Saraç, 2013; Ulutaş, 2018). Bu çalışmada da yaş romantik ilişki doyumunu etkileyen bir unsur olarak bulunmamıştır.

Çalışmada yaş değişkenine göre yalnızlık seviyeleri arasında anlamlı bir fark olduğuna ulaşılmıştır. 22 yaş ve üzeri yaş grubuna mensup öğrencilerin diğer yaş gruplarına göre yalnızlık seviyeleri anlamlı düzeyde

yüksektir (Tablo 6). Yaş değişkenine baktığımızda, katılımcıların yalnızlıkları ile yaşları arasında istatistiksel bir anlamlılığın varlığı tespit edilmiştir. 18-20 yaş arasındaki öğrencilerin yalnızlık düzeyleri 21- 25 yaş arasındaki öğrencilere göre daha yüksektir. Bu bağlamda öğrencilerin yaşları arttıkça yalnızlıklarının arttığı gözlemlendiği söylenebilir. Literatürde benzer sonuçlar gösteren çalışmalar oldukça fazladır (Kozaklı, 2006; Özkaya, 2017; Seçim, Alpar ve Algür, 2014). Diğer yandan yapılan bazı çalışmalarda yalnızlık ile yaş değişkeni arasında bir ilişki bulunmamıştır (Demir, 1990; Uğur, 2018).

Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıfları ile internet bağımlılık seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki söz konusudur. Dördüncü sınıftaki öğrencilerin internet bağımlılık ölçeğinden almış oldukları puanlar, birinci ve ikinci sınıfa devam eden öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Tablo 7). Alan yazında üniversite öğrencilerinin genel olarak yaşı ile ilişkili araştırmalar bulunduğundan sınıf değişkeni ile ilgili bulgular genellikle ergenlerin sınıfları olmuştur. Bu araştırmanın bulguları da bahsedilen çalışmalarınki ile tutarlılık göstermiştir (Brenner, 1997; Chung ve Kim, 2004; Günüş, 2009). Genel olarak tüm sınıf grupları incelenerek yapılan çalışmalar neticesinde internet bağımlılığının sınıf düzeylerine göre değişim gösterdiği; son sınıfların daha riskli gruplar oldukları yorumu yapılabilir.

Katılımcı öğrencilerin sınıf değişkenine göre yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Tablo 7). Literatürdeki çeşitli çalışmalar araştırmayla benzer sonuçlar göstermektedir (Rubinstein, Shaver ve Peplau, 1982; akt. Gümüş, 2000; Uğur, 2018). Olson (1993), gençlerin yalnızlık seviyeleri ile aile tiplerinin ilişkisini incelediği çalışmasında; tutarsız ve baskıcı ailelere sahip gençlerin daha fazla yalnızlık hissettiğini saptamıştır. Gençlerin aile yapısı özelliklerinin; sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılığa sebebiyet vermediği düşünülebilir. Literatür incelendiğinde sınıf değişkeninin yalnızlığa etki ettiği sonucuna ulaşabilen çalışmalar bulunamamıştır.

Öğrencilerin sınıflarına göre romantik ilişki doyumlarında da istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır. Literatür aynı sonuçlar elde eden araştırmalar bulunmaktadır (Wilson ve Cousin, 2003; Ulutaş, 2018).

Öğrencilerin devam ettikleri sınıflara bakılmaksızın Ucla Yalnızlık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt boyutları olan ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma, ilişki doyumu, ilişki girişkenliği, ilişki izlenimi ayarlama, ilişkide kendine güven, dışsal ilişki kontrolü, ilişki korkusu/kaygısı ve içsel ilişki kontrolünden aldıkları puanlar benzerdir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşadıkları yer değişkeninin; internet bağımlılığı, yalnızlık ve romantik ilişki doyumu ile istatistiksel açıdan bakıldığında bir farklılık oluşturmadığı tespit edilmiştir (Tablo 8). Evde ve yurtda yaşayan öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlar benzerdir. Yapılan diğer araştırmalar internet bağımlılık ölçeği puanlarının ikametgâh edilen yere göre değişmediğini bildirmiştir (Akdağ ve ark. 2014; Balcı ve Gülnar, 2009). Literatürdeki diğer bir araştırmalarla üniversite öğrencilerinin barınma yerlerine göre yalnızlık puanlarının anlamlı fark oluşturmadığı söylenebilir (Alver, 2014).

Araştırma kapsamındaki öğrencilerin anne-baba birliktelik durumlarına göre internet bağımlılık ölçeği puanları arasında anlamlı bir değişkenlik bulunmamıştır (Tablo 9). Literatür incelendiğinde bazı araştırmalar benzer bulgulara ulaşmıştır (Topal, 2018). Diğer yandan alan yazında bulunan bazı araştırmalarda anne babası ayrılmış öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Arslan, 2017; Turan, 2015).

Öğrencilerin anne-baba birliktelik durumlarına göre; anne babası hayatta olmayan öğrencilerin yalnızlık seviyeleri, anne babası birlikte olan öğrencilerin puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Tablo 9). Yapılan başka bir çalışmada anne-babaları ayrı yaşayan öğrencilerin yalnızlık puanlarının anne babaları ile birlikte yaşayanların puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğunu saptanmıştır (Alver, 2014).

Öğrencilerin anne-baba birliktelik durumlarına göre çok boyutlu ilişki ölçeği alt boyutlarından biri olan ilişki doyumu puanlarında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anne-babası birlikte olan katılımcıların ilişki doyumu puanları, anne babası boşanmış ve hayatta olmayan katılımcıların

puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Tablo 9). Yapılan diğer tüm araştırmalar neticesinde anne baba birliktelik durumlarının ve hayatta olup olmama koşullarının; bireylerin sosyalleşme ihtiyaçlarında etkin rolü olduğu ve bununla beraber yalnızlıklarında, ilişki doyumlarında önemli derecede birer faktör oldukları söylenebilir.

Araştırmaya dâhil olan öğrencilerin anne eğitim durumlarına göre İnternet Bağımlılık, Ucla Yalnızlık ve Çok Boyutlu ilişki Ölçeklerinden alınan puanlarda istatistiksel anlamlılık görülmemiştir (Tablo 10). Yapılan birçok çalışmada öğrencilerin anne eğitim düzeyi değişkeni ile internet bağımlılık test sonuçlarında istatistiki açıdan bir farklılık olmadığı saptanmıştır (Ayas ve Horzum, 2013; Doğrusever, 2015; Metin ve ark, 2015; Üneri ve Tanıdır, 2011). Bazı çalışmalarda ise, anne eğitim düzeyi arttıkça bağımlılığın riskinin arttığı belirtilmiştir (Batıgün ve Kılıç, 2011; İnan, 2010; Ülgen, 2015). Bu bulgular neticesinde anne eğitim düzeyinin özellikle internet bağımlılığı konusunda yapılacak çalışmalar için araştırmacıların üzerinde durması gereken bir unsur olduğu söylenebilir. Araştırma sonuçlarına göre anne eğitim durumu ile bireyin yalnızlığı arasında önemli derecede bir farklılık bulmayan araştırmalarda bu çalışmayı desteklemektedir (Akyol, 2013; Fiyakalı, 2008).

Çalışma kapsamında öğrencilerin baba eğitim durumlarına göre İnternet Bağımlılık, Ucla Yalnızlık ve Çok Boyutlu ilişki Ölçekleri puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık olmadığına ulaşılmıştır (Tablo 11). Literatürde bulunan çoğu araştırma benzer sonuçlar bulmuştur (Ayas ve Horzum, 2013; Doğrusever, 2015; Metin ve ark, 2015; Üneri ve Tanıdır, 2011). Diğer yandan baba eğitim seviyesinin düşük olması nedeniyle öğrencinin internet bağımlılık riskinin arttığı çalışmalar bulunurken (Heo ve ark, 2014) ve bu bulgulara ters olarak; babanın eğitim seviyesinin yüksek olmasının da öğrencinin bağımlılık riskini artırdığına yönelik çalışmalar bulunmaktadır (Li ve ark, 2014). Araştırma sonuçlarına göre baba eğitim durumu ile bireyin yalnızlığı arasında önemli derecede bir farklılık bulmayan araştırmalarda bu çalışmayı desteklemektedir (Akyol, 2013; Fiyakalı, 2008).

Öğrencilerin gelir durumlarına göre internet bağımlılık ölçeğinden aldıkları puanlar karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık görülmemiştir (Tablo 12). Literatürde bulunan araştırma sonuçları da bu yöndedir (Esen, 2010; Park ve diğerleri, 2008; Koyuncu ve diğerleri, 2012). Diğer taraftan yapılan birtakım araştırmalarda bağımlılık ile ekonomik gelir düzeyi arasında önemli derecede bir ilişki olduğu saptanmıştır (Bayraktar, 2001; Şahin, 2011). Alan yazınında olan farklılıkların nedenlerinin ekonomik gelir düzeyinin ölçüm biçimlerinin net olmayışından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca internete ulaşımın çoğunlukla ucuz ve kolay olmasının; bu sonucu ortaya çıkarmasında önemi unsurlar olduğu söylenebilir. Diğer yandan öğrencilerin gelir durumlarına göre romantik ilişki doyumları arasında anlamlı düzeyde fark saptanmamıştır.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin aile gelir durumuna göre yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki olduğu; aile geliri düşük olan kişilerin yalnızlığa daha fazla meyilli oldukları tespit edilmiştir (Tablo 12). Literatürde bulunan Üniversite öğrencilerinin yalnızlık seviyeleri ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi saptamak için yapılan araştırmada benzer sonuçlar ortaya çıkmıştır (Yetkin, 2017). Yapılan araştırmalar genelinde bireyin ekonomik düzeyinin kendi algısına göre düşük olmasının yalnızlığa meyillini attırdığı söylenebilir.

Bu araştırmada öğrencilerin okuldaki başarı durumlarına göre Ucla Yalnızlık Envanteri, İnternet Bağımlılık Ölçeği, Çok Boyutlu İlişki Ölçeği puanları karşılaştırıldığında istatistiksel bir farklılık bulunmamıştır (Tablo 13). Bireylerin kendi algılarına göre başarı düzeyleri ne olursa olsun yalnızlıklarını, internet bağımlılık durumunu ve romantik ilişki doyum seviyelerini etkileyecek bir unsur olmadığı görülmüştür. Literatürdeki birçok çalışma bu sonuçları desteklerken; örnekleme ergen yaş grubu olan çalışmalarda internet bağımlılığı ile akademik başarı arasında ters yönde bir ilişkinin varlığı belirlenmiştir. Öğrencinin bağımlılık düzeyi arttıkça okul başarısında düşüş yaşadığı saptanmıştır (Kubey ve ark, 2001; Bayraktar ve Gün, 2007; Esen, 2010). Ayrıca okula devam etmede problemler yaşanmakta olduğu söylenebilir.

Araştırma sonucunda sosyal paylaşım sitelerine üye olma durum değişkenine göre internet bağımlılık ve yalnızlık puanları arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Tablo 14). Turan (2015) yaptığı çalışmada sosyal ağ hesaplarına üye olma ile internet bağımlılığı riski arasında önemli sayılacak bir ilişki bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin sosyal paylaşım sitelerini kullanmalarına göre yalnızlık seviyeleri arasında anlamlı farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşan çalışmalar literatürde mevcuttur (Alver, 2014). Yapılan çalışmalar bu çalışmayı desteklerken, farklı sonuçlar bulan başka çalışmalarda vardır. Bahsedilen bu çalışmalarda sosyal paylaşım sitelerine üye olanların, olmayanlara oranla daha fazla bağımlılık riski taşıdığına ulaşılmıştır (Kır ve Sulak, 2014; Topal, 2018). Bireylerin sosyal paylaşım sitelerine üye olması; sosyal ağlarda ve dolayısıyla internette geçirilen zamanın artmasına; aynı zamanda bu yolla yalnızlığını sanal âlemde ilişkiler kurarak gidermesine yardımcı olmasından kaynaklı bağımlılık riskini arttırabileceği şeklinde yorumlanabilir.

Diğer yandan araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal paylaşım sitelerine üye olma durumlarına göre çok boyutlu ilişki ölçeğinin bir alt boyut türü olan ilişkide kendine güven puanlarında istatistiksel farklılık görülmüştür. Sosyal paylaşım sitelerine üye olan öğrencilerin ilişkide kendine güven puanları, sosyal paylaşım sitelerine üye olmayan öğrencilerin ilişkide kendine güven puanlarından son derece yüksektir; puanlar arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. Literatürde bulunan bir çalışma; bu çalışmaya benzer sonuçlarla eşlik etmektedir (Erdemir, 2018).

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin günlük internet kullanım süreleri ile yalnızlık ve romantik ilişki doyum seviyelerine arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Öğrencilerin günlük internet kullanım sürelerine göre internet bağımlılık ölçeğinden almış oldukları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır (Tablo 15). 12 saat ve üzerinde süre ile günlük internet kullanan öğrencilerin internet bağımlılık puanları; daha az süre ile günlük internet kullanımı olan öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksektir. Literatür incelendiğinde üniversite öğrencileri ve ergenlere yapılan çalışmaların varlığını araştırma bulgularını destekler niteliktedir (Aksüt ve ark, 2008; Önay, 2014; Çetinkaya, 2013). Doğan (2013), yaptığı çalışmada

kişilerin internette geçirdikleri zaman arttıkça; bağımlılık düzeylerinde de bu oranda bir artış tespit etmiştir. Young (1996), çalışmalarında bağımlı kullanıcıların bağımlı olmayanlara göre internette daha çok zaman geçirdiğini tespit etmiş; bağımlılığının en önemli belirtisinin internet kullanım süresinin fazla oluşu olarak belirlemiştir.

Katılımcıların internet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre romantik ilişki doyumları ve ölçeğin diğer alt boyutlarıyla olan ilişkisinde anlamlı bir fark bulunmamıştır (Tablo 16). Diğer yandan öğrencilerin internet kullanımının aile ilişkilerini olumsuz etkileme durumuna göre internet bağımlılık puanları ve yalnızlık puanları arasında istatistiki açıdan bir farklılık tespit edilmiştir. Bağımlılık puanları anlamlı düzeyde yüksek çıkan bireylerin internet kullanımları nedeniyle aile ilişkilerinde çeşitli sorunlara yol açabileceği yorumu yapılabilirken, bu sonuçlara ulaşan başka bir çalışma da literatürde mevcuttur (Topal, 2018). Üniversite öğrencilerinde yapılan bir başka çalışmadaki bulgulara göre de anne-baba tutumları ile yalnızlık puan ortalamaları açısından anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır (Kılıç, 2014). Yapılan çalışmalar doğrultusunda aile ile ilişkilerin birçok durumda problemlere neden olabileceği düşünülebilir.

Öğrencilerin internet kullanımının arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkileme değişkenine göre romantik ilişki doyum seviyelerinde bir farklılık yoktur. Ancak bu değişkenin öğrencilerin internet bağımlılığı ile yalnızlık seviyelerine etki ettiği sonuçlarına ulaşılmıştır. İnternet kullanımının arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkilediği katılımcıların bağımlılık ve ilişki ölçek puanları, arkadaşlık ilişkileri olumsuz etkilenmeyen katılımcıların puanlarından istatistiki açıdan anlamlı seviyede daha yüksek bulunmuştur. (Tablo 17). Literatürdeki birçok çalışma yalnızlık ve internet bağımlılığıyla ilgili birçok çalışma benzer bulguları ortaya çıkarmıştır (Batıgün ve Hasta 2010; Odacı ve Kalkan 2010; Soydan, 2015). Bunun nedenini kendilerini yalnız hissetmekle beraber arkadaşlık ilişkileri de iyi olmayan öğrencilerin; internet ortamında yalnızlıklarını gidermeleri sayesinde internet bağımlılığı riskini bu oranda arttırdığı söylenebilir.

Yapılan araştırma sonucunda; öğrencilerin romantik ilişki durumuna göre internet bağımlılığı ve yalnızlık kavramları ile aralarında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır (Tablo 18). Bu çalışmayı destekleyen birçok çalışma vardır (Gününç, 2009). Fakat örneklem grubu ergen olan çalışmalarda ters yönde bir ilişkinin varlığı saptanmıştır. Ergenlerin internet kullanımlarının flörtlerinin olması durumunda internet bağımlılık seviyeleri flörtü olmayan gruba göre daha yüksek bulunmuştur (Doğan, 2013; Esen, 2010).

Diğer yandan öğrencilerin romantik ilişki durumuna göre çok boyutlu ilişki ölçeği alt boyutlarından; romantik ilişkisi bulunan katılımcıların ilişkiye yüksek seviyede odaklanma, ilişki doyumları ve ilişkide kendine güven puanları, romantik ilişkisi bulunmayan katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Bilgisayar oynama ile ilişki doyumları arasında yapılan araştırmada da benzer bulgular bulunarak araştırma desteklenmiştir (Erdemir, 2018).

Öğrencilerin sigara kullanma durumlarına göre internet bağımlılıkları, yalnızlık ve ilişki doyum seviyelerinde bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 19). Alan yazında bu bulguları destekleyen çalışmaların (Yedilioğlu, 2017) dışında yine üniversite öğrencilerinde yapılan bir çalışmada sigara kullanan kişilerin kullanmayanlara göre internet bağımlılık puanları daha yüksek olduğunu bulan çalışmalar vardır (Alaçam, 2012; Gününç, 2009; Topçuoğlu, 2018). Yalnızlığın sigara bağımlılığıyla ilişkisi olmadığını bulan araştırmalar olduğu gibi (Öztürk, 2016); yalnızlığın doğrudan sigara başlama nedeni olduğunu ve bağımlılık riskini artıran bir faktör olduğunu saptayan çalışmalar da mevcuttur (Tufan, 2007).

Araştırma sonucunda öğrencilerin alkol kullanma değişkenine göre internet bağımlılığı, yalnızlık ve romantik ilişki doyum düzeylerinde bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir (Tablo 20). Alan yazında alkol bağımlılığı ile internet bağımlılığını ilişkilendiren pek fazla çalışma olmamakla birlikte; alkol bağımlılığı olan bireylerin internet bağımlılığı riskinin fazla olduğunu belirleyen çalışmalar da bulunmaktadır (Alaçam ve ark, 2015; Canan, 2010). Ayrıca alkol bağımlısı bireylerin kendilerini daha fazla yalnız hissettiklerine ve

hatta yalnızlığın bağımlılık için doğrudan bir neden olarak bulunduğu çalışmalarda mevcuttur (Yıldırım ve Engin, 2011).

Araştırma sonucunda kumar oynama durumuna ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Diğer yandan katılımcıların kumar oynama durumuna göre İnternet Bağımlılık Ölçeği'nden aldıkları puanlar sonucunda istatistiksel bir farklılık tespit edilmiştir (Tablo 21). Kumar oynayanların internet bağımlılık puanları, kumar oynamayan katılımcıların internet bağımlılık puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksektir. Elde edilen bulgular açısından bakıldığında, sonuçların literatürle uyumlu olduğu görülmektedir (Young, 1998). Bu iki bağımlılığın birbirini tetikleyebileceği, aynı zamanda internetin kumar oynamada etkili ve rahatça ulaşılabilir bir alan oluşu nedeniyle bu sonuçların ortaya çıktığı düşünülebilir.

Araştırmadan elde edilen bulgular genel olarak değerlendirildiğinde bireylerin internet kullanımı, yalnızlık ve romantik ilişki doyum düzeylerinin birbirleriyle bir ilişkisi olduğudur (Tablo 22). Bireylerin internet bağımlılıkları arttıkça yalnızlık seviyelerinin arttığı, romantik ilişki doyum seviyelerinin ise azaldığı tespit edilmiştir. Diğer bir sonuç ise romantik ilişkiden alınan doyum arttıkça; bireyin hissettiği yalnızlık seviyesinin azaldığıdır. Elde edilen veriler literatürdeki yurt içi ve yurt dışında yapılan bir çok çalışmanın bulgularıyla desteklenmektedir (Özcan ve Buzlu, 2005; Ayas ve Horzum, 2013; Kurtaran, 2008, Engelberg ve Sjoberg, 2004; Demirer ve diğ., 2013; Balaban, 2015; Dost, 2007; Onay, Tüfekçi ve Çağıltay, 2006; Ümmet ve Ekşi, 2016; Whang, Lee ve Chang ,2003; Bayraktar, 2014; Çimen, 2018; Erdemir, 2018).

6. BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonucunda çalışmanın ana hipotezi olan; internet kullanımı, yalnızlık ve romantik ilişki doyumu kavramları arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yapılan diğer çalışmalarda doğrultusunda; internet bağımlılığı seviyesi arttıkça bireyin yalnızlık seviyesinin arttığı, romantik ilişki doyumu düzeyinin ise azaldığı söylenebilir. Diğer bir ortaya çıkan sonuç ise bireyin romantik ilişkisinden aldığı doyum arttıkça, yalnızlık seviyesinin de azaldığı yönündedir.

Araştırmanın alt amaçlarında cinsiyet değişkenine göre internet bağımlılığı puanları arasında bir farklılık bulunamamıştır. Sınıf değişkenine göre ise; dördüncü sınıfların diğer gruplara oranla internet bağımlılığı puanları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Literatürde bulunan internet ile ilgili yapılan birçok çalışma gibi bu çalışma da betimseldir; değişkenler arasındaki ilişki ortaya konulmuştur. İnternet kavramı ile alakalı deneysel çalışmalara da gereksinim duyulduğu düşünülmektedir. Böylelikle bu problem daha derinlemesine incelenip araştırılabilir. Araştırmanın bulgularına dayanılarak ,araştırmacılara önerilen bu bilgilerin ışığında; gelecekte yapılacak bilimsel çalışmalarla birlikte bu alanda gerekli bilincin oluşmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Günümüzde gelişen teknolojiyle internetin insan yaşamındaki önemi gittikçe artmaktadır. İnsan yaşamını kolaylaştırdığı ölçüde çeşitli sorunlara yol açabileceği göz önünde bulundurulmalı, özellikle internet bağımlılığı kavramına gereken önem gösterilmelidir.

KAYNAKÇA

- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Ruhsal bozuklukların tanısai ve sayımsai el kitabı* (5. basım) (DSM-V) (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Arısoy, Ö. (2009) *İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches İn Psychiatry*; 1.55-67.
- Balcı, Ş. ve Gülnar, V. (2009) *Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı Ve İnternet Bağımlılarının Profili*, Selçuk İletişim, 6(1):5-22.
- Bayraktar, F. (2001). *İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü*. İzmir: EÜ. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bayraktar, F. ve Gün, Z. (2007). *Incidence and correlates of internet usage among adolescents in North Cyprus*. Cyberpsychology & Behavior, 10, 191-19
- Bayraktutan. F. (2005). *Aile İçi İlişkiler Açısından İnternet Kullanımı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İÜ. Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Beard, K. W. and WOLF, E. M. (2001). *Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction*, CyberPsychology & Behavior, 3(4): 377-380.
- Bilgi, A. (2005), *Bilgisayar Oyunu Oynayan Ve Oynamayan İlköğretim Öğrencilerinin Saldırganlık, Depresyon Ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Büyükaşahin A. (2005). *Çok boyutlu ilişki ölçeği: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması*, Türk Psikiyatri Dergisi, 2005, 16(2), 97-105.
- Can, M. Ş. (2007), *İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinde Görülen "Madde Bağımlılığı" Alışkanlığı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya.

- Canan, F. (2010). *Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Disosiyatif Belirtiler ve Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki*. Tıpta Uzmanlık Tezi, Düzce Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı. Düzce.
- Çakıl, N. (1998). *Grupla Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Çetinkaya, M. (2013). *İlköğretim Öğrencilerinde internet Bağımlılığının incelenmesi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İzmir.
- Davis, R. A. (2001) A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, (17):187-195.
- Demir, A. (1990), *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerini Etkileyen Bazı Etmenler*, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Demir, M. (2008). "Sweetheart you really make me happy: Romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adulthood." *Journal of Happiness Studies*, 9, 257-277.
- Dönerce, A.(2018). *Obsesif kompulsif bozukluk (OKB) tanısı almış hastalarda yaşam kalitesi, romantik ilişki doyumu ve ilişki niteliğinin arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi. İstanbul.
- Durna, U.(2006). *Üniversite öğrencilerinin stres düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi. Ankara.
- Erdoğan, Y. (2008). *Exploring the relationships among Internet usage, Internet attitudes and loneliness of Turkish adolescents*.

- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2009). "Ready or not? Markers of starting romantic intimacy at emerging adulthood." *The Turkish experience. International Journal of Human and Social Sciences*, 4(1), 31-38.
- Geçtan, E. (2005). *Psikanaliz ve Sonrası*, 11.Baskı, Basım Metis Yayınları, İstanbul, 2005.
- Gierveld, J. (1987). Developing and Testing a Model of Loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 53, 119-128
- Goldberg, I. (1996). *Internet Addiction Disorder (IAD) - Diagnostic Criteria*, John Suler's The Psychology of Cyberspace.
- Griffiths, M. (1999) İnternet addiction: Factor fiction. *The Psychologist Bulletin of the British Psychological Society*. 12.246-250.
- Griffiths, M. D. (2000), "Internet Addiction: Time o be Taken Seriously?", *Addiction Research*, 8:pp.413-418.
- Griffiths M.D. (2001) "Sex on the internet: observations and implications for sex addiction", *Journal of Sex Research*, 38: 333-342.
- Griffiths M. (2010),"Internet abuse and internet addiction in the workplace", *Journal of Workplace Learning*, 22(7): 463 – 472.
- Gününç, S. ve Kayri, M. (2010) *Türkiye’de İnternet Bağımlılık Profili Ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik-Güvenirlilik Çalışması*, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 39: 220-232.
- Gününç, S. (2013) İnternet Bağımlılığını Yordayan Bazı Değişkenlerin İncelenmesi, *Türk Psikoloji Dergisi*, 28 (71): 88-101.
- Hendrick, S. ve Hendrick, C. (1995). "Gender differences and similarities in sex and love." *Personal Relationships*, 2, 55-65.
- Horney, K. (1998). *Çağımızın Nevrotik Kişiliği*, 3.Baskı (Çev. S. Budak) Öteki Yayınevi, Ankara, 1998.

- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, Aile ve İnsan Gelişimi- Kültürel Psikoloji*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Karaduman M., (2013). *İş Yaşamında Yalnızlık Algısının Örgütsel Vatandaşlık Davranışı İle İlişkisi Ve Öğretmenler Üzerinde Bir Uygulama*, Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kaya, N. ve Çilli, A.S., (2002), "Üniversite Öğrencilerinde Nikotin Alkol ve Madde Bağımlılığının 12 Aylık Yaygınlığı" *Bağımlılık Dergisi*, 3:ss.91-97.
- Kılıç S (2018). *Ergenlerde internet bağımlılığı ve ana baba tutumları arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversite. İstanbul.
- Koçak, E. (2008), *Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Kozaklı, H. (2006), *Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve Sosyal Destek Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin Karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Körler, Y. (2011), *İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Yalnızlık Düzeyleri ve Yalnızlık ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiler*, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Larson, R. W. (1990). The solitary side of life: An examination of the time people spend alone from childhood to old age. *Developmental Review*, 10(2), 155–18.
- Michela, J.L. Peplau, L.A. and Weeks, D.G., (1982), "Perceived Dimensions Of Attributions For Loneliness" *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(5):pp.929-936.

- Mikowski, P. I. (2005). *Internet social support: a four –quadrant model for understanding the role of internet social and psychopathological internet usage*. Hartford Üniversitesi Doctoral Program in Clinical Psychology.
- Moazedian, A. Taqavi, S. A. HosseiniAlmadani, S. A., Mohammadyfar, M. A.,& Sabetimani, M. (2014). Parenting style and Internet addiction. *Journal of Life Science and Biomedicine*, 4(1), 9-14
- Muslu, G. K. ve Bolışık, B. (2009). *Çocuk ve Gençlerde İnternet Kullanımı*. TAF Preventive Medicine Bulletin.
- Odacı, H. (2004).*Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma biçimlerinin yalnızlık düzeyleri ile ilişkisi*. Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji. (3P) Dergisi. 12(3).
- Olçay, G.U. (2016) *Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavisi Gören Bireylerde Algılanan Sosyal Destek ve Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek lisans tezi.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla baş etmek*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Özdemir, T, E.(1985). *Gazi Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Problemleri*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Psikolojik Hizmetler Ana Bilim Dalı.
- Özdemir N, Güreş Ş. (2010). *Oryantring sporcularında aleksitimi ve yalnızlık düzeyinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. 11. Uluslararası Spor bilimleri Kongresi, Antalya, 2010; 872-874.
- Özen, Ü. ve Sarıcı, B., (2009), *Yalnızlık Olgusu ve Sanal Sohbetin Yalnızlığın Paylaşımına Etkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma*. Atatürk Üniversitesi. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi.
- Özkaya, G. (2017), *Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri İle Umutsuzluk Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki*, Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Özodaşık, M.(2001). *Modern İnsanın Yalnızlığı*, Çizgi Kitapevi Yayınları, Konya, 2001.
- Pancar, A. (2009). *Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., ve Agnew, C. R. (1998). "The Investment Model Scale: measuring commitment level, satisfaction level, quality of alternatives, and investment size." *Personal Relationships*, 5, 357-391
- Saraç, A. (2013). *Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki doyumunu yordamada akılcı olmayan inançlar ve evlilik öncesi ilişki algılarının rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Sarı, T. (2008). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar, bağlanma boyutları ve ilişki doyumunu arasındaki ilişkiler*. Doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi. Ankara.
- Sarıçam, H. (2011), *Üniversite Öğrencilerinin Reddedilme Duyarlılıkları İle Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Erzurum.
- Seçim, Y. Ö. Alpar, Ö. Ve Algür, S. (2014). *Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık: Akdeniz Üniversitesinde Yapılan Ampirik Bir Araştırma*. 13 (48), 201- 215
- Sternberg, R. J. (1997)."Construct validation of a Triangular Love Scale." *European Journal of Social Psychology*, 27, 313-333
- Suler, J. (1999) Healthy and pathologikal internet use. John Suler's The Psychology of Cyberspace, This article dated March 99 (v1.0) (An earlier version of this article by John Suler appeared in: *CyberPsychology and Behavior*, 2.385-394).

- Tarhan, N. ve Nurmedow, S. (2011). *“Bağımlılık, Sanal veya Gerçek” Alkol ve Madde Bağımlılığı*, Timaş Yayınları, İstanbul.
- Tanrıverdi, S. (2012). *Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Van: YYÜ. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşamı ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(7). 1-7.
- Topal, E. (2018). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve ilişkili faktörlerin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi.
- Uğur, A. (2018). *Üniversite öğrencilerindeki sosyal kaygı düzeyinin, alkol, yalnızlık düzeyi ve sosyal medya sıklığı ile ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi. İstanbul.
- Ulutaş, E.(2018). *Üniversite öğrencilerinde romantik ilişki doyumu ile kişilik özellikleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Uludağ Üniversitesi. Bursa.
- Weiss, R.S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge, MA: MIT Pres.
- Yahyaoglu, R. (2007). *Yalnızlık Psikolojisi: Kurt Kapanından Huzur Limanına*. Nesil Yayınları. İstanbul.
- Yalçın, C. (2003). Sosyolojik Bir Bakış Açısıyla İnternet. Cumhuriyet Üniversitesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*. 27 (1): 77- 89.
- Yalom, I. (2001). *Varoluşçu Psikoterapi*, (Çev. Z. Babayiğit), Kabalcı Yayınevi, İstanbul, 2001.
- Yıldırım, C. (2018). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin internet bağımlılığı ve algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi. İstanbul.

Yılmaz, E. ve Altınok, V. (2009), “Okul Yöneticilerinin Yalnızlık ve Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi” Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, 15(59): 451-469.

Young, K. (1998), *Internet Addiction; The Emergence Of New Clinical Disorder*. CyberPsychology and Behavior, 1(3):pp. 237-24.

Young, K. S. and Rogers, C. (1998), “The relationship between depression and internet addiction”, *Cyber Psychology and Behavior*, 1(1):pp.25-2.

EKLER

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

Cevaplarınız sadece araştırma amacıyla kullanılacak ve bilgiler saklı tutulacaktır. Lütfen size en uygun seçeneğin yanına (X) işareti koyun ve hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Yardımcı olduğunuz ve içtenlikle yanıtladığınız için teşekkür ederim.

Cinsiyetiniz: Kız () Erkek ()

Yaşınız:

Bölüm :

Sınıf 1 () 2 () 3 () 4 ()

Nerede yaşıyorsunuz?

Evde yaşıyorum () yurttta yaşıyorum ()

Kiminle yaşıyorsun?

Ailemle yaşıyorum () Akrabalarımle yaşıyorum () Yalnız yaşıyorum ()

Arkadaşlarımla yaşıyorum () Sevgilimle yaşıyorum ()

Anne ve Babanız :

Anneniz: () Öz () Üvey Babanız: () Öz () Üvey

Anneniz: () Sağ () Ölü Babanız: () Sağ () Ölü

Anne ve Babanız: () Birlikte () Boşanmış

Annenizin eğitim durumu

() Okur- Yazar değil () İlkokul () Ortaokul

() Lise mezunu () Üniversite ve üzeri eğitim kurumu mezunu

Babanızın eğitim durumu

() Okur- Yazar değil () İlkokul () Ortaokul

() Lise mezunu () Üniversite ve üzeri eğitim kurumu mezunu

Ailenin Aylık Gelir Düzeyi:

0-1000 TL() 1001-2000TL() 2001-3000TL() 3001-4000TL()

4001-5000TL() 5000TL'den Fazla()

Okuldaki başarı durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?

() Çok Kötü () Kötü () Orta () İyi () Çok İyi

Boş zamanlarınızı değerlendirmede aşağıdaki aktivitelerden en çok hangisini kullanırsınız?

Spor yapmak () Kitap Okumak () Resim yapmak ()
Bilgisayar oyunu oynamak () Müzik dinlemek () İnternete girmek ()

Duygusal destek kaynaklarınız nelerdir?

Sosyal paylaşım sitelerinden herhangi birine (facebook, twitter v.b.) üyeliğiniz var mı? () Evet () Hayır

Günlük internet kullanım süreniz nedir?

0-3 saat () 4-7 saat () 8-11 saat () 12 saat ve üstü ()

İnternete en çok nereden bağlanıyorsunuz ?

Cep telefonu () Bilgisayar () İnternet Kafe () Diğer ()
(belirtiniz).....

Gün içerisinde en çok ne zaman internet kullanırsınız?

Sabah () Öğle () Akşam () Gece ()

İnterneti en çok hangi amaçla kullanılıyorsunuz?

Sosyal Medya () Sohbet/Chat () Alışveriş () E-posta () Online
Oyun () Ders Çalışmak/Ödev Hazırlamak () Online Haber, Dergi vb.
Okuma () Video, müzik, film indirme/izleme () Diğer ()

İnternet kullanımı aile ilişkinizi olumsuz etkiliyor mu? Evet () Hayır ()

İnternet kullanımı arkadaş ilişkinizi olumsuz etkiliyor mu?

Evet () Hayır ()

Şuan da romantik bir ilişkiniz var mı? Evet () Hayır ()

Bir önceki soruya cevabınız evet ise kız/erkek arkadaşınızla internetten mi tanıştınız?

Evet () Hayır ()

Sigara kullanıyor musunuz? Evet () Hayır ()

Alkol kullanıyor musunuz? Evet () Hayır ()

Kumar oynuyor musunuz ?Evet () Hayır ()

Şu an psikiyatrik/psikolojik bir tedavi görüyor musunuz?

Evet () Tanınız :.....) Hayır ()

Ek 2: İnternet Bağımlılık Ölçeği

Aşağıdaki sorularda, size en uygun düşen ifadeyi (X) ile işaretleyiniz.

Örnek Maddeler:

	Hiçbir Zaman	Nadiren	Arada Sırada	Çoğunlukla	Çok Sık	Devamlı
Ne sıklıkla planladığınızdan daha fazla süre internette kalıyorsunuz?						
Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?						
Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?						

Ek 3: Çok Boyutlu İlişki Envanteri (Çbiö)

Aşağıdaki sorularda, size en uygun düşen ifadeyi (X) ile işaretleyiniz.

Örnek Maddeler:

	Benim için HİÇ uygun değil	Benim için ÇOK AZ uygun	Benim için BİRAZ uygun	Benim için OLDUKÇA uygun	Benim için ÇOK uygun
Yakın ilişkilerde bir partner olarak kendime güvenirim.					
Sürekli yakın ilişkiler üzerine düşünürüm.					
Yakın ilişkilerimle ilgili çok fazla düşünürüm.					

Ek 4. Ucla Yalnızlık Envanteri

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler verilmektedir. Sizden istenilen her ifade de tanımlanan duygu ve düşünceyi ne sıklıkta hissettiğinizi ve düşündüğünüzü her biri için tek bir rakamı daire içine alarak belirtmeniz.

Örnek Maddeler:

	Ben bu durumu HIÇ Yaşamadım	Ben bu durumu NADİREN Yaşarım	Ben bu durumu BAZEN Yaşarım	Ben bu durumu SIK SIK Yaşarım
Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum	1	2	3	4
Arkadaşım yok.	1	2	3	4
Başvurabileceğim hiç kimse yok.	1	2	3	4

Ek 5. Aydınlatılmış Onam Formu

Bu çalışma, Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü klinik Psikoloji yüksek lisans programı kapsamında psikolog Melek Durmaz tarafından yürütülmektedir.

Bu çalışmanın amacı “Yüksek Lisans Tezi” kapsamında; üniversite öğrencilerinde internet kullanımı, yalnızlık düzeyi ve romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi belirlemek için bilgi toplamaktır.

Anket formunda kimlik bilgileriniz yer almayacaktır. Size ait bilgiler kesinlikle gizli tutulacaktır. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmadan elde edilen veriler yalnızca istatistiksel veri olarak kullanılacaktır. Yanıtlarınızı içten ve doğru olarak vermeniz; bu anket sonuçlarının toplum için yararlı bir bilgi olarak kullanılmasını sağlayacaktır.

Katılımınızdan dolayı teşekkür ederim.

Psikolog Melek DURMAZ

Yukardaki bilgileri ayrıntılı biçimde tümünü okudum ve anketin uygulanmasını onayladım.

İsim:

İmza

Ek 6. Bilgilendirme Formu

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET KULLANIMI İLE YALNIZLIK VE ROMANTİK İLİŞKİ DOYUM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin internet kullanımı, yalnızlık düzeyi ve romantik ilişki doyumu arasındaki ilişkiyi belirlemek hedeflenmiştir. Araştırmada kullanılacak olan ölçeklerin, KKTC’de bulunan Yakın Doğu Üniversitesi öğrencilerinden oluşan bir araştırma grubuna uygulanması planlanmaktadır.

Bu çalışma dört bölümden oluşmaktadır. Çalışmada kullanılacak olan bu 4 ölçek aynı paket içinde verilecektir. Bu ölçekler; Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılık Ölçeği, Ucla Yalnızlık Ölçeği ve Çok Boyutlu İlişki Envanteridir. Anket formunda verdiğiniz cevaplar kesinlikle gizli kalacaktır. Eğer çalışma ile ilgili herhangi bir şikâyet, görüş veya sorunuz varsa bu çalışmanın araştırmacısı Melek Durmaz ile iletişime geçmekten lütfen çekinmeyiniz. (psk.melekdurmaz@mail.com) Araştırmanın sonuçları ile ilgileniyorsanız Haziran 2019 tarihinden itibaren araştırmacı ile iletişime geçebilirsiniz.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Psikolog Melek DURMAZ

Yakın Doğu Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Lefkoşa

ÖZGEÇMİŞ

Melek Durmaz 24.12.1992 tarihinde Balıkesir’de doğdu. İlkokulu Marmaris Bozburun İlkokulu, Bingöl Yedisu İlköğretim Okulu ve Bingöl Kalencik İlkokulunda 1998-2003 yıllarında okudu. Ortaokulu 2003-2006 yılları arasında Ordu Güzelyurt İlköğretim Okulu ve Durugöl İlköğretim Okulunda okudu. İlköğretimi bitirdikten sonra liseyi Giresun Piraziz Anadolu Lisesi, Eskişehir Sivrihisar Eğitim Vakfı Muzaffer Demir Anadolu Lisesi ve İzmir Gümüşpala Anadolu Lisesinde 2006-2010 yılları arasında okudu. 2011 yılında Yakın Doğu Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü’ne başladı ve bölümden 2016 yılında mezun oldu. 2017 yılında Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programına başladı.

İletişim

E-Posta Adresi: psk.melekduzmaz@gmail.com

İNTİHAL RAPORU

Melek Durmaz

ORIJINALLIK RAPORU

% **8**

BENZERLİK
ENDEKSİ

% **7**

İNTERNET
KAYNAKLARI

% **3**

YAYINLAR

%

ÖĞRENCİ
ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1

docs.neu.edu.tr
İnternet Kaynağı

% 2

2

www.turkpsikiyatri.com
İnternet Kaynağı

% 1

3

acikarsiv.ankara.edu.tr
İnternet Kaynağı

% 1

4

www.scribd.com
İnternet Kaynağı

% 1

5

acikerisim.deu.edu.tr
İnternet Kaynağı

<% 1

6

www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080
İnternet Kaynağı

<% 1

7

adudspace.adu.edu.tr:8080
İnternet Kaynağı

<% 1

ETİK KURUL ONAYI



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ

BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

30.11.2018

Sayın Melek Durmaz

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2018/285 proje numaralı ve **“Üniversite Öğrencilerinde İnternet Kullanımı, Yalnızlık ve Romantik İlişki Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”** başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Doçent Doktor Direnç Kanol

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Raportörü

Not: Eğer bir kuruma resmi bir kabul yazısı sunmak istiyorsanız, Yakın Doğu Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na bu yazı ile başvurup, kurulun başkanının imzasını taşıyan resmi bir yazı temin edebilirsiniz.