

**T. C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Ana Bilim Dalı  
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET  
BAĞIMLILIĞI VE YALNIZLIK DUYGUSU  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Kübra KERESTECİ**

Danışman  
Dr. Öğr.Üyesi Hatice GÜNEŞ

**İstanbul – 2021**



## TEZ TANITIM FORMU

**Yazar Adı Soyadı** : Kübra KERESTECİ

**Tezin Dili** : Türkçe

**Tezin Adı** : Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Yalnızlık Duygusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

**Enstitü** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

**Anabilim Dalı** : Psikoloji

**Tezin Türü** : Yüksek Lisans

**Tezin Tarihi** : 16/06/2021

**Sayfa Sayısı** : 83

**Tez Danışmanı** : Dr. Öğr.Üyesi Hatice GÜNEŞ

**Dizin Terimleri** : İnternet bağımlılığı, yalnızlık, üniversite öğrencisi

**Türkçe Özet** : Bu çalışmada, genç erişkin üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirtilerinin sıklığının araştırılması ve bunun bazı sosyodemografik değişkenler ve yalnızlık duyguları ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ile sosyodemografik değişkenler ve yalnızlık duygusu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla planlanmış betimsel bir araştırmadır. Katılımcılar 18-25 yaş aralığında olup İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde lisans programlarında eğitim gören öğrenciler arasından gönüllülük esasına göre rastgele seçilen 375 kişiden oluşacaktır.

**Dağıtım Listesi** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne  
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

*Kübra KERESTECİ*

**T. C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Psikoloji Ana Bilim Dalı  
Klinik Psikoloji Bilim Dalı

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET  
BAĞIMLILIĞI VE YALNIZLIK DUYGUSU  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Kübra KERESTECİ**

Danışman  
Dr. Öğr.Üyesi Hatice GÜNEŞ

**İstanbul – 2021**

## **BEYAN**

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Kübra KERESTECİ

.../.../2021



**İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**

Kübra KERESTECİ'nin 'Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Yalnızlık Duygusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi' adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim dalı, Klinik Psikoloji bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan

*Dr. Öğr. Üyesi Hatice GÜNEŞ*  
*(Danışman)*

Üye

*Doç. Dr. Canan TANIDIR*

Üye

*Dr. Öğr. Üyesi Hasan*  
*SEZEROĞLU*

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2021

*İmzası*

*Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ*  
Enstitü Müdürü

## ÖZET

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirtilerinin sıklığı ve bunun bazı sosyodemografik değişkenlere göre incelenmesi ve yalnızlık algısı ile ilişkisinin araştırılması amaçlanmıştır. Araştırmaya İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde lisans programlarında eğitim gören 18-25 yaş aralığında 375 öğrenci (kız, n=224 ; erkek; n=151) dahil edilmiştir. Çalışmada verilerin elde edilmesi için Sosyodemografik Bilgi Formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği çevrimiçi uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS.25 istatistik programı ile değerlendirilmiştir. Katılımcıların yaş ortalamaları 22.14±2.14'dır. Araştırmamızın sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirti düzeylerinin katılımcıların %72.3'ünde risksiz kullanıcı, %26.1'inde riskli kullanıcı ve %1.6'sında bağımlı kullanıcı ile uyumlu bulunmuştur. Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin cinsiyet, baba eğitim durumu, internete ulaşma aracı ve aile gelir durumuna göre istatistiksel olarak farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. İnternet bağımlılığı düzeyleri ile yaş arasında arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Araştırmamıza katılan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeyleri anne eğitim durumuna, yaşanan yere, internet erişimi türlerine ve internete ulaşma amacına göre farklılaşmaktadır. İnternet bağımlılığı belirti düzeyleri ile günlük internet kullanım süresi arasında pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin cinsiyet, yaş, anne-baba eğitim durumu, gelir durumu ve yaşanan yere göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile günlük ortalama internet kullanım süreleri arasında negatif yönlü bir ilişki varlığı tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur ( $r=-0.133$ ).

**Anahtar Kelimeler:** İnternet bağımlılığı, yalnızlık, üniversite öğrencisi

## SUMMARY

In this study, it is aimed to investigate the frequency of internet addiction symptoms and the relationship between internet addiction symptoms and sociodemographic variables and loneliness among university students. 375 students aged between 18-25 (female, n = 224; Male; n = 151) attending the undergraduate programs at Istanbul Gelişim University were included in the study. Sociodemographic Information Form, Internet Addiction Scale and UCLA Loneliness Scale were applied online to collect data. The obtained data were evaluated with the SPSS.25 statistics program. The mean age of the participants was  $22.14 \pm 2.14$  years. 26.1% of the university students fell into the risky internet users group; and 1.6% fell into the addictive internet users group. The level of internet addiction symptoms did not differ according to sex, family income, paternal educational status, devices used for internet connection. There was a negative correlation between internet addiction symptoms and age. The frequency of internet addiction symptoms differentiated according to maternal educational status, place of residence, type of internet connection, and purposes of internet usage. A positive correlation was found between internet addiction symptoms and daily internet use. The level of loneliness did not differ according to sex, age, parental educational status, family income and place of residence in university students. There was a negative relationship between daily internet use and levels of loneliness. Our results showed a negative correlation between internet addiction symptoms and loneliness ( $r = -0.133$ ) among university students.

**Keywords:** Internet addiction, loneliness, university, student



# İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY .....	ii
İÇİNDEKİLER .....	iii
KISALTMALAR .....	v
TABLolar LİSTESİ.....	vi
ÖNSÖZ.....	viii
GİRİŞ .....	1

## BİRİNCİ BÖLÜM KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1.1. İnternetin Tanımı.....	5
1.2. İnternet Bağımlılığı .....	6
1.3. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri.....	9
1.4. İnternet Bağımlılığının Sonuçları.....	11
1.4.1. Fiziksel sağlık açısından sonuçları .....	11
1.4.2. Ruhsal bozukluklarla ilişkili sonuçlar .....	12
1.4.3. Akademik başarı ile ilişkili sonuçlar .....	12
1.5. Yalnızlık Kavramı .....	13
1.6. Yalnızlığın Boyutları.....	14
1.7. Yalnızlık Yaklaşımları .....	18
1.7.1. Psikodinamik yaklaşım.....	18
1.7.2. Bilişsel yaklaşım.....	19
1.7.3. Varoluşçu yaklaşım .....	19
1.8. Yalnızlığın Ruhsal Bozukluklar ile İlişkisi .....	20
1.9. Yalnızlık ve İnternet Bağımlılığı İlişkisine Dair Türkiye’de Yapılan Araştırmalar .....	21
1.10. Yalnızlık ve İnternet Bağımlılığı İlişkisine Dair Uluslararası Literatürde Yer Alan Araştırmalar.....	23

## İKİNCİ BÖLÜM GEREÇ VE YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Türü.....	25
2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi .....	25
2.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları.....	25
2.4. Araştırmanın Etik İzinleri .....	26
2.5. İstatiksel Analiz.....	27

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

3.1. Katılımcılara Ait Sosyodemografik Veriler İle İlişkili Bulgular .....	28
3.2. Katılımcıların İnternet Bağımlılığı Belirti Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	30
3.3. Katılımcıların Yalnızlık Düzeylerine İlişkin Bulgular.....	36
3.4. Katılımcıların İnternet Bağımlılığı Belirti Düzeyleri ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişki .....	39
<b>TARTIŞMA .....</b>	<b>40</b>
<b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>51</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>54</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>66</b>

## KISALTMALAR

<b>ABD</b>	:	Amerika Birleşik Devletleri
<b>APA</b>	:	American Psychiatric Association
<b>ARPA</b>	:	Advanced Research Projects Agency
<b>BKB</b>	:	Borderline Kişilik Bozukluğu
<b>DSM</b>	:	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
<b>İBÖ</b>	:	İnternet Bağımlılığı Ölçeği
<b>PIK</b>	:	Patolojik İnternet Kullanımına
<b>SAS</b>	:	Sosyal Ağ Sitesi
<b>TÜBİTAK</b>	:	Türkiye Bilimsel ve Teknik Araştırma Kurumu
<b>TÜVEKA</b>	:	Türkiye Üniversiteler ve Araştırma Kurumları Ağı
<b>UYÖ</b>	:	UCLA Yalnızlık Ölçeği

## TABLolar LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Young'un internet bağımlılığı için önerdiği tanı kriterleri .....	9
<b>Tablo 2.</b> DSM-V internette oyun oynama bozukluğu tanı kriterleri .....	11
<b>Tablo 3.</b> Katılımcılara ait demografik bilgiler.....	28
<b>Tablo 4.</b> Katılımcıların internet kullanım süresi, aracı, erişimi ve kullanım amaçlarına ilişkin veriler.....	29
<b>Tablo 5.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri .....	30
<b>Tablo 6.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması .....	30
<b>Tablo 7.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yaş arasındaki korelasyon .....	30
<b>Tablo 8.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması.....	31
<b>Tablo 9.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması -Tukey testi.....	31
<b>Tablo 10.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması.....	32
<b>Tablo 11.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin aile gelir durumuna göre karşılaştırılması .....	32
<b>Tablo 12.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin nerede yaşandığına göre karşılaştırılması .....	33
<b>Tablo 13.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin nerede yaşandığına göre karşılaştırılması-Tukey testi.....	33
<b>Tablo 14.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin aile yanında veya yalnız, ev arkadaşı ile, yahut yurttan yaşama ile durumuna göre karşılaştırılması.....	34
<b>Tablo 15.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin internete ulaşma aracına göre karşılaştırılması.....	34
<b>Tablo 16.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin internet erişimi türlerine göre karşılaştırılması.....	35
<b>Tablo 17.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile günlük internet kullanım süresi arasındaki ilişki.....	35
<b>Tablo 18.</b> Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin internete erişim amacına göre karşılaştırılması.....	35
<b>Tablo 19.</b> Katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden aldıkları puan ortalamaları	36
<b>Tablo 20.</b> Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması .....	36
<b>Tablo 21.</b> Katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile yaş arasındaki ilişki.....	37
<b>Tablo 22.</b> Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması .....	37
<b>Tablo 23.</b> Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması .....	37
<b>Tablo 24.</b> Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin aile gelir durumuna göre karşılaştırılması .....	38

**Tablo 25.** Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin nerede yaşadıklarına göre karşılaştırılması ..... 38

**Tablo 26.** Katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile günlük internet kullanım süresi arasındaki korelasyon..... 38

**Tablo 27.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki korelasyon..... 39



## ÖNSÖZ

Çalışma konusunun belirlenmesinde ve çalışmanın hazırlanma sürecinin her aşamasında bilgilerini, tecrübelerini ve değerli zamanını esirgemeyerek bana her fırsatta yardımcı olan Dr. Öğr. Üyesi Hatice GÜNEŞ teşekkürlerimi ve şükranlarımı sunuyorum. Ve benden hiçbir zaman desteğini esirgemeyen bu hayattaki en büyük şansım olan aileme sonsuz teşekkürler.



## GİRİŞ

Sağlıklı internet kullanımı, gençlerin bilgi toplarken okuma, yazma, seçme, sınıflandırma gibi çeşitli becerilerini kullanmasına yardımcı olmaktadır. Kontrolsüz internet kullanımı ise çocuğun ve gencin fiziksel, psikolojik, sosyal ve bilişsel gelişimini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Çoban ve Gümüşel, 2008). İnternet'te çok fazla zaman geçirilmesinin insanları yalnızlığa sürüklediği, bireyleri ait olduğu sosyal çevreden koparttığı, akrabalık ve arkadaşlık ilişkilerini zayıflattığı tartışılan konular arasındadır (Üstün Özen, 2010). İnternetin tahmin edilenden hızlı yaygınlaşması, kontrolsüz ve aşırı internet kullanımına bağlı sorunları da ortaya çıkartmaya başlamıştır. İş ve okul performansının düşmesi, uyku bozukluğu, internetsiz bir hayatın sıkıcı ve boş gelmesiyle kendini gösteren irade ve istek azalması, hatta internetin aşırı kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan kas ve iskelet sistemi problemleri ile bazı video oyunlarına bağlı epileptik nöbetler bahsi geçen belirtilerdir (Chuang, 2006). Davranışsal bağımlılıklar başlığı altında incelenen internet bağımlılığı, Amerikan Psikiyatri Derneği (APA, American Psychiatric Association) tarafından 2013 te güncellenen DSM-5'te "internet oyun oynama bozukluğu" başlığı ile ileri araştırma gerektiren durumların yer aldığı üçüncü bölüme eklenmiştir.

Yalnızlık kavramı, kişinin duygusal açıdan etkilendiği, sosyallikten uzaklaşmış ve kendiliğe yönelmiş bir durumu ifade etmektedir. Üniversite öğrenimi birey için yalnızlık açısından kritik bir dönemdir. Genç bu dönemde ailesinden kopmakta yani bir anlamda yalnızlaşmakta, ekonomik sorunlarla karşılaşmakta, yeni bir çevre oluşturmak ya da kendine ait bir ev ya da yurt hayatına alışmak zorunluluğu ile baş başa kalmaktadır (İnanç ve ark., 2004; Uskun ve ark., 2005). Rahman ve ark. (2012) tarafından yapılan bir çalışmada üniversite öğrencileri arasında kendini yalnız hisseden bireylerin oranının %25 olduğu vurgulanmaktadır. Yalaz Seçim ve ark. (2014) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan bir diğer çalışmada öğrencilerin %54'ünde yalnızlık düzeyinin ortalamanın üzerinde olduğu bildirilmiştir. İnternet bağımlılığı olan kişilerin devamlı olarak bilgisayar ve internete erişim sağlayan diğer araçların başında zaman geçirdiği ve sosyal hayattan uzak oldukları bilinmektedir. İnternet bağımlılığının şiddeti arttıkça bireyler sosyal ortamlardan ayrılmaya başlamakta ve yalnızlık hali oluşmaktadır. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının bireyin yalnızlık duygusu ile ilişkisinin ortaya konulması ve

internet bağımlılığı belirtilerinin bazı demografik değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığının incelenmesi amaçlanmaktadır.

### **Araştırmanın Problemi**

Bu araştırmanın problemi ‘üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?’ şeklindedir.

### **Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirtilerinin sıklığınının araştırılması ve bunun bazı sosyodemografik değişkenler ve yalnızlık duyguları ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Bu amaçlar doğrultusunda şu hipotezler oluşturulmuştur:

- 1: Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile öğrencilerin yalnızlık duygusu düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki vardır.
- 2: Öğrencilerin internet bağımlılık belirti düzeyleri cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.
- 3: Öğrencilerin internet bağımlılık belirti düzeyleri yaşa göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.
- 4: Öğrencilerin internet bağımlılık belirti düzeyleri aile gelir düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.
- 5: Öğrencilerin internet bağımlılık belirti düzeyleri ebeveyn eğitim düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.
- 6: Öğrencilerin internet bağımlılık belirti düzeyleri nerede yaşadıklarına göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.
- 7: Öğrencilerin internet bağımlılık belirti düzeyleri evde ebeveyn denetimi olup olmamasına göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.
- 8: Öğrencilerin internet bağımlılık belirti düzeyleri internete erişim araçlarına göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.
- 9: Öğrencilerin internet bağımlılık belirti düzeyleri internet erişimlerinin kotalı ya da sınırsız olmasına göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.



10: Öğrencilerin internet bağımlılık belirti düzeyleri internette geçirilen süreye göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

11: Öğrencilerin internet bağımlılık belirti düzeyleri internet kullanım amaçlarına göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

12: Öğrencilerin yalnızlık duygusu düzeyleri cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

13: Öğrencilerin yalnızlık duygusu düzeyleri yaşa göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

14: Öğrencilerin yalnızlık duygusu düzeyleri ailenin gelir durumuna göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

15: Öğrencilerin yalnızlık duygusu düzeyleri ebeveyn eğitim düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

16: Öğrencilerin yalnızlık duygusu düzeyleri nerede yaşadığı değişkenine göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

17: Öğrencilerin yalnızlık duygusu düzeyleri internet kullanım süresine göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

### **Araştırmanın Önemi**

İnternet bağımlılığını inceleyen çalışmalarda, internet bağımlılığının yalnızlık, depresyon, düşük benlik saygısı, utangaçlık, düşük yaşam doyumu, kaygı, stres, psikopatoloji ile ilişkili olduğunu belirlenmiştir (Poli, 2017). İnternet bağımlılığı toplum ruh sağlığı açısından önemi giderek artan bir sorundur ve bu nedenle hangi etmenlerle ilişkili olduğunun ortaya konması kritik öneme sahiptir. Yaşları, statüleri ve yaşadıkları ortam dolayısıyla internet bağımlılığı ve yalnızlığı yaşama riski bulunan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık ve yalnızlık düzeyleri ile bunları etkileyen faktörlerin bilimsel araştırmalarla incelenmesinin; akademik başarısızlık, derslere devamsızlık gibi öğretim problemlerinin yanı sıra, kontrol kaybı, sosyal ilişkilerde bozulma ve sanal yalnızlık gibi sosyal ve psikolojik sorunların çözümlenmesinde önemli bir rol oynayacağı düşünülmektedir. Bu noktada araştırmanın ilgili literatüre katkı sunması açısından önemli olduğu düşünülmektedir

## **Araştırmanın Varsayımları ve Sınırlılıkları**

### ***Varsayımları:***

- Araştırmanın örnekleme evreni temsil etme yeterliliğine sahiptir.
- Araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyodemografik Bilgi Formu, Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ), UCLA Yalnızlık Ölçeğinde yer alan soruları içtenlikle ve gerçek durumlarını yansıtacak şekilde cevaplayacakları varsayılmaktadır.
- Araştırmada kullanılacak Sosyodemografik Bilgi Formu, Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ), UCLA Yalnızlık Ölçeğinin araştırılması planlanan nitelikleri doğru bir şekilde ölçeceği varsayılmaktadır.

### ***Sınırlılıkları:***

- Araştırmanın evreni İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde eğitim gören öğrenciler ile sınırlıdır.
- Araştırmanın örnekleme İstanbul Gelişim Üniversitesi lisans programında eğitim gören 375 öğrenci ile sınırlıdır.
- Araştırmada elde edilen veriler Sosyodemografik Bilgi Formu, Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ), UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin ölçtüğü verilerle sınırlıdır.

# BİRİNCİ BÖLÜM

## KAVRAMSAL ÇERÇEVE

### 1.1. İnternetin Tanımı

İnternet, bilgisayar ağları arasında tekrar bağlantı sağlayarak oluşan, uluslararası bilgisayar ağlarının oluşturduğu bir iletişim şeklidir (İçel, 1998). İngilizcede international network yani uluslararası ağ olarak tanımlanan internet; dünyada farklı coğrafyadaki birçok bireyin arasındaki mesafeyi kaldırarak, farklı amaçlar için kullandıkları bilgisayar sistemleri ile haberleşmelerini sağlayan, sınırlandırması ve yöneticisi olmayan bir iletişim sistemidir (Yılmaz, 2019). İnternet, kişilere birçok bilgiye rahatlıkla ulaşım imkânı veren ve uzak, yakın fark etmeksizin diğer kişilerle hızlı şekilde iletişim kurmayı sağlayan bir iletişim ve bilgi paylaşım nesnesidir (Esen ve Siyez, 2011).

İnternet bağlantısının ilk adımları Amerika Birleşik Devletleri (ABD) ve Sovyet Sosyalist Cumhuriyetler Birliği arasındaki soğuk savaş döneminde ABD'nin nükleer saldırıları önlemek amacı ile tasarladığı Intergalactic Computer Network adındaki proje ile atılmıştır. İlerleyen yıllarda ABD ordunun bilim ve teknolojiye en üst düzeyde yararlanması için Advanced Research Projects Agency (ARPA) projesini başlatmıştır (Yavuzarslan Gök, 2017; İşsever, 2016; Leiner ve ark., 1997). ABD'nin olası nükleer saldırısı karşısında tüm ülkede çalışmayı sürdüreceği bir bilgisayar ağı tasarlaması sonucunda ARPANET ortaya çıkmıştır (Işık, 2007). ARPANET ile birlikte ilk bağlantı Stanford Research İnstitute, University of California at Santa Barbara, University of California at Los Angeles ve University of Utah arasında gerçekleştirilmiştir (Çakır ve Topçu, 2005; Leiner ve ark., 1997). Türkiye'de ise ilk genişbant bağlantısı 1986 yılında EARN/BITNET bağlantılı Türkiye Üniversiteler ve Araştırma Kurumları ağı (TÜVEKA) tarafından sağlanmıştır. Ağ bağlantı kapasitesinin zamanla ihtiyacı karşılayamaması üzerine 1991 yılında Türkiye Bilimsel ve Teknik Araştırma Kurumu (TÜBİTAK) ve ODTÜ işbirliğinde yeni ağ bağlantısının tesis edilme projesi yürütülmeye başlanmıştır (Altun, 2003).

Dünya genelindeki bilgisayar ağlarının birbirine bağlanarak kullanıcıların iletişim kurmasına ve bilgi paylaşımına imkan veren internetin (Ferlibaş, 2019) dünya genelinde kullanım oranları We Are Social Kurumu tarafından 2019 yılının

dördüncü çeyreğinde yayınlanan rapora göre tekil mobil kullanan kişi sayısı bir önceki yıla göre %2.4 artış göstererek dünya nüfusunun %67'sini; internet kullanıcı sayısı bir önceki yıla göre %10 artarak dünya nüfusunun %58'ni; aktif olarak sosyal medya kullanan kişi sayısı bir önceki yıla göre %9.6 artarak dünya nüfusunun %48'ni oluşturmaktadır (We Are Social, 2019).

## 1.2. İnternet Bağımlılığı

Bilgisayar ve internet bilişim teknolojileri günümüzde günlük yaşamın ayrılmaz birer parçası olarak karşımıza çıkmaktadır. Gerek iş hayatı ve akademik hayata gerek günlük yaşama dair pek çok ihtiyaç internet üzerinden giderilmektedir. İnternet ve internet sayesinde kullanılan çeşitli uygulamaların yaygınlaşması toplumun her kesiminden insanı edilgen durumdan internet ortamında kendi alanlarını oluşturarak, içerik yaratabilen özne konumuna getirmiştir. Bu durum kişilerin internet kullanım süresinin artmasına ve onun sunduğu olanaklara bağlı kalmasına neden olmuştur (Şahin ve Yağcı, 2017). Bunun sonucunda ise aşırı internet kullanımının neden olduğu olumsuzluklar, hemen hemen tüm bilim dallarının ilgilendiği bir konu haline gelmiştir (Doğan, 2013).

İnternet bağımlılığı ise “internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internette giderek daha fazla zaman geçirmeye ihtiyaç duyulması, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın önemini yitirmesi, internetten yoksun kalındığında aşırı sinirlilik, gerginlik, huzursuzluk gibi hislerin ortaya çıkması ve kişinin iş, sosyal ve ailevi hayatının giderek bozulması” olarak tanımlanmaktadır (Özden, 2019). “İnternet bağımlılığı” kavramı ile ifade edilen bağımlılık türüne, alan yazında “teknoloji bağımlılığı”, “bilgisayar bağımlılığı”, “problemlerli internet kullanımı”, “patolojik internet kullanımı” gibi pek çok farklı ismin verildiği görülmektedir (Günüç ve Kayri, 2010).

Young (2017) internet bağımlılığını, günlük yaşam aktiviteleri ve sosyal etkileşimi olumsuz etkileyen kompulsif bir davranış olarak tanımlamıştır. Young (2017)'a göre internetin aşırı kullanımı, sorunlardan ve olumsuz duygulardan kaçınmak için kullanılan bir başa çıkma mekanizması haline gelmektedir.

Young ve ark. (1999), internet bağımlılığını beş alt tipte sınıflandırır:

*Bilgisayar bağımlılığı (patolojik bilgisayar oyunu oynama):* Çevrimiçi ve çevrimdışı olmak üzere iki tür video oyunu vardır. Çevrimdışı oyunlar genellikle tek

başına oynanır ve belirli bir başlangıç ve bitiş noktasına sahiptir. Oyunların hedeflerine genellikle oyuncuların kendileri ulaşabilir. Buna karşılık, çevrimiçi oyunlarda oyuncular birbirleriyle gerçek zamanlı olarak iletişim kurabilir, işbirliği yapabilir veya rekabet edebilir. Çevrimiçi oyunlarda bazı hedeflere tek başına veya gruplar halinde çalışan diğer oyuncularla birlikte ulaşılabilir. Çevrimiçi oyunlara katılım, 1990'larda ilk ortaya çıkışından bu yana artmaktadır. Bunu nedeni çevrimiçi oyunlara her yaş ve kültürden kişi tarafından kolayca erişilebilir olmasıdır (Rosenberg ve Feder, 2014; Young ve ark., 1999). Çevrimiçi oyun oynayanlar, deneyimledikleri tatmin edici ve hoş duygular nedeniyle çevrimdışı oyun oynayanlara kıyasla daha sık ve daha uzun süre oyun oynayabilirler. (Rosenberg ve Feder, 2014). Çevrimiçi oyun bağımlılığının tanımında meşguliyet, aşırı kullanım, sosyal izolasyon, kişiler arası çatışmalar ve geri çekilme şeklinde beş boyut tanımlanmıştır (Young, 1998).

*Bilgi yükleme/ Web'de dolaşma bağımlılığı:* Web'de dolaşma bağımlılığı, bilgi toplamak için arama motorlarını ve benzerlerini kullanmaya bağımlı hale gelen bireylerin davranışlarını ifade etmektedir. Bu bireyler bilgiyi aramak, toplamak ve düzenlemek için aşırı zaman harcarlar (Show ve Black, 2008). Bu bağımlılık, genelleştirilmiş patolojik internet kullanımına (PİK) da dahil edilir. Genelleştirilmiş PİK, internette anormal miktarda zaman geçirmeyi, amacı olmadan zaman kaybetmeyi veya sohbet odalarında çok fazla zaman geçirmeyi içerir (Davis, 2001).

*Net kompulsiyonları:* İnternetin bir takım kompulsif davranışlar için kolaylaştırıcı ve hızlandırıcı işlev gördüğünü bildiren araştırmalar mevcuttur. Örneğin, uzaktan kumar oynama imkânı sunması nedeniyle internet kullanımı tüm dünyada kumar oynamaya erişimin kolaylaşmasına neden olmuştur. Çevrimiçi kumar oynama bireylerin çevrimdışıyken oynayabileceklerinden daha fazla kumar oynamalarına neden olabilir. Kolay erişim, bağımlılık sıklığını ve olasılığını artıracaktır (Delmonico ve Griffin, 2011).

*Siber ilişki bağımlılığı:* İnternet sosyal ağ siteleri (SAS'ler) aracılığıyla sanal sosyal ilişkileri kolaylaştırır. İnsanların halka açık bireysel profiller oluşturmasına, gerçek hayattaki arkadaşlarıyla etkileşime girmesine ve ilgi alanlarına göre diğer insanlarla tanışmasına olanak tanır (Rosenberg ve Feder, 2014). Tüketici araştırmaları göstermektedir ki SAS kullanımı artış göstermektedir (Kuss ve Griffiths, 2011). Bu durum insanın topluluğun bir parçası olma veya sosyal bir insan

olarak iyi bilinme temel arzusu ile ilişkilendirilebilir. Öte yandan, bu temel arzuyu yerine getirmek üzere çevrimiçi sosyal ağların kullanımı gerçek hayattaki sosyal etkileşimlerin yerini alır ve bu türden etkileşimin azalmasına neden olur. Turel ve Serenko (2012), sosyal ağların ortaya çıkışı hakkında üç teorik bakış açısı sunmuşlardır. Birinci model bilişsel davranışçı modeldir ve anormal sosyal ağ kullanımının uyumsuz bilişlerden kaynaklandığını ve çevresel etmenlerle güçlendiğini vurgulamaktadır. İkinci model, sosyal ağ katılımının, kişide öz sunum becerilerinin eksikliği ve sanal iletişimin doğrudan etkileşimlere kıyasla sağladığı daha fazla rahatlık hissi ile ilişkilendirildiği sosyal beceri modelidir. Üçüncü model ise sosyo-bilişsel modeldir. Bu modele göre sosyal ağ kullanımı, internet öz yeterliliği ile ilişkili olumlu sonuçlar ve internet öz-denetiminin yetersiz olması ile açıklanmaktadır. Bu üç modele göre dayanarak, stres, yalnızlık veya depresyon gibi bazı faktörlerin normal sosyal ağ kullanımından sorunlu sosyal ağ kullanımına geçişte önemli etkenler olduğu belirtilmektedir (Turel ve Serenko, 2012). Gerçek hayattaki etkileşim ile internet aracılığıyla sosyal etkileşim birbirinden farklıdır (Fioravanti ve ark., 2012). Şiddetli sosyal anksiyete bozukluğu olan kişilerde internet üzerinden etkileşim, rahatlıktan fazlasını sağlar. Psikososyal ve/veya kişilerarası zorluklar (yani yalnızlık, sosyal kaygı, düşük sosyal beceri ve içe dönüklük) sorunlu internet kullanımına yol açabilir. Sosyal ağ bağımlılığı hala tartışmalı bir konu olsa da, aşırı kullanımın bir sonucu olarak bağımlılık benzeri belirtiler küçük bir grupta açıkça görülebilir (Rosenberg ve Feder, 2014).

*Siber cinsel bağımlılık:* Siberseksin en yaygın biçimi iki veya daha fazla kişinin cinsel içerikli sohbette bulunmasıdır (Subrahmanyam ve Smahel, 2011). Çevrimiçi cinsel aktivitenin yaklaşık %80'i eğlence amaçlıdır ve Cooper ve ark. (2010) tarafından yapılan bir araştırmaya göre önemli sorunlar yaratmaz. Ayrıca, internet, gençlerin ve yetişkinlerin cinsellik, cinsel yolla bulaşan enfeksiyonların önlenmesi, doğum kontrol tercihleri ve cinsel sağlığa dair diğer konularda bilgi edinmelerine yardımcı olabilir (Delmonico ve Griffin, 2011). Gençler deneysel amaçla veya halihazırda bir romantik ilişki içindeyken cinsel içerikli mesajlaşma davranışında bulunabilir (Wolak ve Finkelhor, 2011).

Siber cinsel bağımlılık ise, pornografik içerik veya çevrimiçi cinsel iletişim görüntülemenin sürekli ve uzun süreli olarak devam etmesi şeklinde tanımlanabilir. (Subrahmanyam ve Smahel, 2011). Schneider (1997), sorunlu siber bağımlılığı

tanımlamak için üç temel kriter önermiştir. Bu kriterler, tekrarlayan cinsel düşünceler ile ilgili farkındalığın olması, davranışlarını durdurma ve kontrol edememeyi içermektedir. Çevrimiçi cinsel davranış ilişkisinin yoğunluğu ve sıklığı arasındaki etkileşim dikkate alınmalıdır. Düşük yoğunlukta olsa bile sık ve tekrar tekrar gerçekleştirilen çevrimiçi cinsel davranış önemli sonuçlara yol açabilir (Griffiths, 2012).

### 1.3. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri

İnternet bağımlılığı ile ilgili üzerinde sıkça tartışılan konu internet bağımlılığının tanı kriterleridir. İnternet bağımlılığı tanı kriterlerine ilişkin ilk çalışmalar Young (1996) tarafından gerçekleştirilmiştir. Young, internet bağımlılığını tanımlarken DSM IV'te patolojik kumar oynama bozukluğunun tanı kriterlerinden yola çıkmıştır (Young, 1996). Buna göre 8 kriterden en az 5 tanesini karşıladığı durumda kişi "internet bağımlılığı" tanısı almaktadır. Young tarafından oluşturulan tanı kriterleri Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Young'un internet bağımlılığı için önerdiği tanı kriterleri

<ol style="list-style-type: none"><li>1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılması planlanan bir sonraki etkinliği düşünme, vb)</li><li>2. İstenilen keyfi almak için giderek daha fazla oranda internet kullanma ihtiyacı duyma</li><li>3. İnterneti kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması</li><li>4. İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, çökkünlük ya da kızgınlık hissedilmesi</li><li>5. Başlangıçta planlandan daha uzun süre internette kalma</li><li>6. Aşırı internet kullanımını nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşama, eğitim veya kariyer ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atma ya da kaybetme</li><li>7. Başkalarına (aile, arkadaşlar, terapist, vb) internette kalma süresi ile ilgili yalan söyleme</li><li>8. İnterneti problemlerden kaçmak veya olumsuz duygulardan (örn: çaresizlik, suçluluk, çökkünlük, kaygı) uzaklaşmak için kullanma</li></ol>
--

Tao ve ark. (2010) tarafından yapılan internet bağımlılığı tanımında ise internet bağımlılığının sekiz belirtisi olduğu belirtilmektedir. Bunlar:

(1) Meşguliyet: interneti kullanmak için güçlü bir istek ve önceki çevrimiçi aktiviteler hakkında düşünmeyi bırakamama;

(2) Geri çekilme: internet aktivitesi olmayan birkaç günün sonunda disforik ruh hali, anksiyete, sinirlilik ve can sıkıntısı;

(3) Tolerans: aynı düzeyde zevk elde etmek için internet kullanımındaki artışla ifade edilir;

(4) Kontrol etmede zorluk: sürekli internet kullanma isteği ve/veya internet kullanımını kontrol edememe, azaltamama veya durduramama;

(5) Zararlı sonuçların göz ardı edilmesi: aşırı internet kullanımı nedeniyle kalıcı veya tekrarlayan fiziksel veya psikolojik sorunların ihmal edilmesi;

(6) Sosyal iletişim ve ilgi alanlarının kaybı: İnternette geçirilen süre dışında, önceki hobilere ve eğlenceye olan ilginin kaybı;

(7) Olumsuz duyguların hafifletilmesi: Disforik bir ruh halinden (çaresizlik, suçluluk veya anksiyete gibi) kaçmak veya rahatlamak için internet kullanımı;

(8) Arkadaşlardan ve akrabalardan saklanmak: İnternet katılımına harcanan para ve zaman gibi internet kullanımıyla ilgili gerçeklerin saklanması (Tao ve ark., 2010).

2013'te yayınlanan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı-5. Baskısında (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM-V) internet bağımlılığına ilişkin bağımsız ve sistematik araştırma kanıtlarının yeterli seviyede olmadığı, bu yüzden net bir tanımlamanın yapılmasının henüz mümkün olmadığı belirtilmiştir (APA, 2013). Ancak DSM-V'in ileri araştırma gerektiren durumların tanımlandığı üçüncü bölümünde 'İnternette Oyun Oynama Bozukluğu' başlığı altında birtakım tanı kriterleri belirtilmiştir (Tablo 2).



**Tablo 2.** DSM-V internette oyun oynama bozukluğu tanı kriterleri

1. İnternet oyunları üzerine aşırı kafa yorma,
2. Oyun oynamadığında yoksunluk belirtilerinin görülmesi,
3. İsteddiği heyecanı duymak için giderek artan süreyle oyun oynama gereksinimi,
4. Birçok kez başarısızlıkla sonuçlanan oyun oynamayı denetim altına alma, azaltma ya da bırakma çabası,
5. İnternet oyunları dışında hobi ve eğlenceye ilginin azalması,
6. Psikososyal problemleri olduğunu bilmesine rağmen, aşırı miktarda devam eden oyun oynama davranışı,
7. Ne kadar oyun oynadığını gizlemek için aile üyelerine, terapistine ya da başkalarına yalan söyleme,
8. Sorunlarından kaçmak ya da olumsuz duygu durumdan kurtulmak için oyun oynama
9. İnternet oyunlarına katılımdan dolayı önemli ilişki, iş, eğitim ya da kariyer fırsatlarının kaybı

#### **1.4. İnternet Bağımlılığının Sonuçları**

##### **1.4.1. Fiziksel sağlık açısından sonuçları**

İnternet bağımlılığının sonuçlarına ilişkin pek çok araştırma bulunmaktadır. İlk olarak değerlendirilen problemler fiziksel problemlerdir. İnternetin uzun süre kullanılmasından dolayı migren, baş ağrısı, uykuya dalmada güçlük, dinç uyanamama gibi fiziksel problemler rapor edilmiştir (Jeon, 2005; Park ve ark., 2008). Jean ve ark. (2010)'nın yaptığı bir çalışmada internet bağımlılığı tanısı olan bireylerin günlerinin pek az bir bölümünü dinlenmek için ayırdıkları, sağlıklı beslenmedikleri, bunun yerine takviye edici beslenme ürünleri aldıkları, yeterince fiziksel aktivite yapmadıkları ve vücut kitle indekslerinin 25'den yüksek olduğu bulunmuştur. Bu tür kişilerde baş ağrısı, migren gibi şikayetlerin interneti görece olarak az kullananlara göre daha az bulunduğu saptanmıştır. Tüm bunlara bağlı

olarak bu tür kişilerde akademik ya da mesleki başarılarında düşüşün meydana geldiği, immün sistemin zayıfladığı bildirilmiştir. Aynı zamanda bilgisayar başında saatlerce oturmaya bağlı olarak karpal tünel sendromu için daha yüksek risk taşıdıkları saptanmıştır (Suhail ve Bargess, 2006).

İnternet kullanımına bağlı fiziksel rahatsızlıkların en sık görüldüğü grubun Z kuşağı olduğu ortaya konmaktadır. Z kuşağı 1995 ile 2012 yılları arasında doğan bireylere genel olarak verilen isimdir ve bu kuşak bilgisayarların ve internetin yaygın olarak kullanıldığı bir çevrede dünyaya gelmişlerdir. Ergenlerle yapılan çalışmalar internet kullanımı arttıkça, ergenin kendi sağlığı hakkında karar vermeye dair otonomisinin azaldığını bildirmektedir (Ha ve ark., 2007; Beck ve ark., 2014).

#### **1.4.2. Ruhsal bozukluklarla ilişkili sonuçlar**

İnternet bağımlılığının ruhsal bozukluklarla ilişkisini inceleyen pek çok araştırma yapılmıştır. Bernardi ve Pallanti (2009) Young İnternet Bağımlılığı Ölçeğine göre internet bağımlılığı tanısı alan 50 yetişkinin dahil edildiği çalışmalarında eşlik eden diğer patolojileri araştırmışlardır. Buna göre sağlıklı kontrollerle karşılaştırıldığında en sık komorbid durumların dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (%14), yaygın anksiyete bozukluğu (%15), distimi (%7), obsesif kompulsif kişilik bozukluğu (%7), sınırda kişilik bozukluğu (%14) ve kaçınan kişilik bozukluğu (%7) olduğunu bildirmişlerdir. Genel popülasyon üzerinden yapılan başka bir çalışmada ise internet bağımlılığı olan yetişkin örnekleme en sık karşılaşılan eş tanıların, alkol kullanım bozukluğu, hiperaktivite bozukluğu, depresyon ve sosyal fobi olduğu saptanmıştır (Ko ve ark., 2015). Carli ve ark. (2013)'ün yapmış olduğu bir meta-analiz çalışmasında ise internet bağımlılığı ile birlikte en sık karşılaşılan komorbid bozuklukların hiperaktivite ve depresyon olduğu; anksiyete ve sosyal fobinin ise etki büyüklüğünün küçük olduğu saptanmıştır.

#### **1.4.3. Akademik başarı ile ilişkili sonuçlar**

Yapılan çalışmalar internet bağımlılığı olan çocuk ve ergenlerin akademik başarılarının düşük olduğunu göstermektedir. Lübnan'da yapılan bir çalışmada, internet bağımlılığı olan ergenlerin %26,5'inin okulda başarısız olduğu saptanmıştır (Hawi, 2012). İnternet bağımlılığı olan çocuk ve ergenlerin sadece okul ile ilgili akademik sorunlar yaşamadığı, sınıf arkadaşları ile ilişkilerinin bozulduğu (Wang.,

2011) ve akranlarına karşı anti-sosyal davranışlar sergiledikleri gösterilmiştir (Ko ve ark., 2018). Toraman (2013)'in ortaöğretim kademesinde olan öğrencilerin internet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin akademik başarıya etkisini incelediği araştırmasına, 664' ü kız 638' i erkek olmak üzere toplam 1302 öğrenci katılım göstermiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre öğrencilerin günlük internet kullanım saatleri arttıkça internet bağımlılık düzeyinin de arttığı; akademik başarı düzeyi arttıkça internet bağımlılık puanının düştüğü görülmüştür. Stavropoulos ve ark. (2013)'nın internet bağımlılığı yaygınlık oranları ve internet kullanımının akademik başarı ile ilişkisini araştırmak amacıyla yaş ortalaması 16 olan 2090 lise öğrencisi ile yaptıkları araştırmanın sonuçlarına göre katılımcıların %3,1' inin bağımlı, %10,7' sinin risk gurubunda ve % 86,2' sinin ise normal olduğu bildirilmiştir. Aynı araştırmada, haftalık ve günlük kullanım süreleri fazla olan ve internet bağımlılık puanları yüksek olan ergenlerin akademik başarılarının da düşük olduğu gösterilmiştir. Yavuz (2018) tarafından yapılan ve ortaöğretim 9, 10, 11 ve 12. sınıflarda öğrenim gören 464 kız, 533 erkek öğrencinin dahil edildiği çalışmada ise akademik başarı düzeyi yüksek olan öğrencilerin internet kullanım sürelerinin ve internet bağımlılık puanlarının akademik başarısı orta ve düşük olanlara göre daha düşük olduğu bildirilmiştir (Yavuz, 2018).

### **1.5. Yalnızlık Kavramı**

Birey olmak birçok şeyi beraberinde getirir; bunlardan biri de yalnızlıktır. Yalnızlık, hayatın her aşamasında meydana gelen bir durumdur. Yalnızlık, bireyin şimdiki ve gelecekteki sosyal çevrelerinde iletişim kuracak birine sahip olmama durumu olarak ortaya çıkabilir. Modernleşmenin ortaya çıkardığı yeni kentsel yaşam tarzı da yalnızlığın bir nedeni olarak gösterilebilir. Böyle bir yaşam tarzında insanın sevgi, kabul edilme, ait olma, paylaşma, işbirliği, güven, bağlanma ve anlaşılma gibi en temel ihtiyaçlarını karşılamak çok zordur (Koçak, 2003).

Jones ve Hebb (2003) yalnızlığı istenmeyen bir deneyim ve bireylerin sosyal ilişkilerin eksikliğine ilişkin algılarına dayanan öznel bir süreç olarak tanımlamaktadır.

Young'a (1982) göre, yalnızlık, tatmin edici kişiler arası ilişkilerin olmaması veya algılanan yoksunluktur. Buna ruhsal sıkıntı eşlik eder.

Rogers (1994) ise yalnızlığın, birey diğerleriyle gerçek bir bağlantı olmadığını hissettiğinde ortaya çıkan bir durum olduğunu belirtir.

Weiss'e (1987) göre kişilerarası ilişkilerde bağlanma ve aidiyet olmak üzere iki temel ihtiyaç vardır. Bağlanma ihtiyacı, kişinin hayatını yakın akraba olan biriyle paylaşma zorunluluğu olarak kabul edilir. Ait olma ihtiyacı ise bir grubun veya bir topluluğun parçası olarak hissetmek ve ilgi alanlarını, değerleri ve normları paylaşabilmek olarak kabul edilir. Yalnızlık, iki ilişki gereksinimi karşılanmadığında ortaya çıkar (Prezza ve Pacilli, 2007).

Ünlü (2015) yalnızlığı, başkalarıyla yakın ilişki içinde olma arzusunu bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak sentezleyerek hissedilen bir his olarak tanımlamaktadır. Bu süreçte birey, bilişsel süreçlerle geçmiş ve şimdiki ilişkilerini yorumlar ve bu yorumlardan dolayı olumsuz duygular geliştirir ve davranışsal bir yalnızlık kalıbı oluşturur.

Literatürdeki yalnızlık tanımlarının ortak noktasına baktığımızda, bu durumun sosyal ilişkilerin niteliği ve niceliğiyle ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Bireyin ilişki içinde olduğu kişi sayısı ve iletişim sıklığı sosyal ilişkinin miktarını oluşturur; kişinin bu ilişkiden aldığı tatmin ise sosyal ilişkinin niteliğini oluşturmaktadır. Bu da, yalnızlık deneyiminin kişinin algılanan memnuniyetine, yani bireyin algısına ve yorumuna bağlı olduğunu ortaya koymaktadır. Yalnızlık tanımlarında bir diğer ortak nokta da yalnızlığın istenmeyen, rahatsız edici ve acı veren bir duygu olmasıdır (Kaya, 2005). Booth (2000), ciddi yalnızlık yaşayan bireylerin kendilerini mutsuz, mutsuz, amaçsız ve boşlukta hissettiğini belirtir. Fromm (1965) yalnızlığı soğuk algınlığıyla karşılaştırmış ve yalnızlığı, yakalanması kolay, tedavisi zor ve nadiren ölümcül, ancak her zaman tatsız ve bazen hoşgörünün ötesinde korkunç bir duygu olarak tanımlamıştır (aktaran Woodward ve Frank, 1988).

## **1.6. Yalnızlığın Boyutları**

Yalnızlık kavramı bazı araştırmacılar tarafından tek boyutlu, bazı araştırmacılar tarafından ise çok boyutlu olarak kabul edilmektedir. İnsan ilişkilerinde bireylerin yetersizlik duyguları etkili olmaktadır. Böyle bir durum, kişilerin kendilerini toplumdaki yerlerinden koparmasına ve yalnızlık duygusuna hapsolmesine neden olmaktadır (Buluş, 1997; Çağrı, 2010). Weiss (1973), insanların sağlıklı olabilmeleri için başkalarıyla farklı türde ilişkiler kurmaları gerektiğini ve bu ihtiyacı

karşılamanın yalnızlık duygularına yol açacağını belirtmiştir. Weiss (1973) araştırmasında, yalnızlığı iki boyutta değerlendirmiştir: sosyal ve duygusal boyutlar. Sosyal yalnızlık, komşu, kuzen, arkadaş, kardeş ilişkisi gibi arzu edilen bir sosyal ağın olmamasından kaynaklanır. İlgili sosyal bağların yeniden tesis edilmesiyle bu tür bir yalnızlık sona erer. Sosyal yalnızlık, insanlar şehir değiştirme veya taşınma durumlarında olduğu gibi sosyal çevrelerini değiştirdiklerinde ortaya çıkabilir. Sosyal yalnızlık, can sıkıntısı, depresyon, amaçsızlık, anlamsızlık, kendi kendine konuşma ve alkolizm gibi davranış sorunları ile ilişkilendirilmiştir. Duygusal yalnızlık ise kur yapma ve arkadaşlık gibi yakın ilişkilerin olmaması veya kaybı ile oluşur. Partnerin ayrılması veya kaybı gibi durumlarda ortaya çıkan yoğun boşluk, terk edilme, çaresizlik ve yalnızlık duygularıdır. Duygusal yalnızlık durumunda, birey nihai yalnızlık, kaygı, aşırı duyarlılık, terk edilme, tehlikeye karşı sürekli tetikte olma ve mantıksız korkular yaşayabilir (Galanaki, 2004).

Hymel ve ark. (1999) yalnızlığın duygusal, bilişsel ve kişilerarası olmak üzere üç boyutunu tanımlamışlardır. Yalnızlığın duygusal boyutu, can sıkıntısı ve üzüntü ile ilişkilidir. Bilişsel boyut, kişilerarası ilişkilerde nitelik ve nicelik eksikliğinin algılanan bir sonucudur. Bu boyut; işbirliği yapma, bir gruba ait olma, duygusal destek, ilgi ve kendine değer verme gibi karşılanmamış kişilerarası ihtiyaçlarla ilgilidir. Kişilerarası boyut ise fiziksel ayrılık (kayıp, geçici yokluk, yerinden olma) ve psikolojik mesafe (inatçılık, reddedilme, aldatma, küçümsenme) ile ilişkilidir.

Peplau ve Perlman (1984) yalnızlığı olumlu, olumsuz yönler ve süreç açısından kategorize etmiştir.

*Olumlu-Olumsuzluk boyutu*; Yalnızlık deneyimi, olumlu ve olumsuz durumlara yol açabilir. Moustakas (1961) varoluşsal yalnızlık ile yalnızlık kaygısını birbirinden ayırmıştır. Varoluşsal yalnızlık, insanın doğasında olan, kişinin kendisiyle yüzleşmesine izin veren ve kişisel gelişimi sağlayan kaçınılmaz bir deneyimdir. Ancak yalnızlık hissi olumsuz bir deneyimdir. Kişinin yalnız kalması faydalı olabilir, ancak yalnızlık duygusu olanların nadiren olumlu duygu ve düşüncelere sahip olduğu söylenebilir (aktaran Peplau ve Perlman, 1984).

*Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Boyutu*; Peplau ve Perlman (1984) Weiss'in (1973) sosyal ve duygusal yalnızlıkla ilgili sınıflandırmasına değinmiş ve duygusal yalnızlığın bireyi daha çok etkilediğini vurgulamıştır.

*Kronik Yalnızlık Boyutu;* Kişinin yalnızlığının iki yıl veya daha fazla sürmesi ve kişiyi olumsuz yönde etkilemesi durumunda ortaya çıkan türdür (Peplau ve Perlman, 1984). Gerson ve Perlman (1979), geçici olarak yalnızlık hisseden kişilerin, kronik yalnızlık yaşayanlara göre duygularını ifade etmede daha iyi olduğunu belirtmiştir.

Yalnızlık deneyimleri kişiye, duruma ve sosyal yapıya göre değişebilir. Özodaşık (2005) bu bağlamda yalnızlığı kategorilere ayırmıştır:

*Fiziksel yalnızlık;* Bir insanın yalnız yaşama şeklidir. Fiziksel yalnızlık, etrafta fiziksel olarak hiçbir uyarıcı veya uyarıcı olmadığında, bir kişi yalnız kaldığında ve diğerlerinden ayrıldığında veya sevdiği birini kaybettiğinde ortaya çıkabilir.

*Kınama (Toplum Dışlayıcıları);* Toplumun kurallarını reddetmek ve ona yabancılaşmak, karşılığında toplumun kişiyi dışlamasıyla sonuçlanacaktır. Kınama yoluyla yaşanan yalnızlık, toplumdaki ayrılan kişilerin bu farklılıklardan dolayı toplumdaki dışlanması ve yalnızlığa itilmesiyle ortaya çıkar. Asimilasyon, bir topluluğu veya bireyleri, uyumsuz bir kültürel ortamda onları baskı altına alarak farklı bir yaşam tarzına sürüklemektir.

*Tercih Göre Yalnızlık;* insanların çevre ile ilişkilerini minimumda tutmayı tercih etmelerinde ortaya çıkan bir yalnızlık türüdür.

*Gerçek Yalnızlık:* bireyin her türlü sosyal ve fiziksel uyaran karşısında bile anlaşılmanmış ve yetim hissettiği psikolojik yalnızlıktır.

Yalnızlık Young (1982) tarafından bir süreç olarak kabul edilmektedir. Bunlar; geçici yalnızlık, durumsal yalnızlık ve kronik yalnızlık olarak belirtilmektedir (Özatça, 2009).

*Geçici yalnızlık;* Bu tür bir yalnızlık birkaç saat veya birkaç dakika sürer ve semptomları şiddetli değildir. Zaman zaman çoğu insan tarafından deneyimlenebilir.

*Durumsal yalnızlık;* Bir kişinin ilişkilerindeki değişiklikler veya sosyal ağdaki önemli bir kişinin kaybı nedeniyle bir zamanlar tatmin edici olan bir ilişkide artık tatmin olmadığında ortaya çıkan bir tür yalnızlıktır.

*Kronik yalnızlık;* İlişkilerde en az iki yıl veya daha uzun süredir yaşanan tatminsizliği yansıtır. Kronik yalnızlık fiziksel ve ruhsal sağlığı olumsuz etkiler.

De Jong-Gierveld ve Raadschelders (1982), araştırmalarının bir sonucu olarak üç farklı yalnızlık kategorisi önermiştir:

*Umutsuz Yalnızlık*: Kişinin ilişkilerinde çok az doyum yaşadığında ortaya çıkan bir yalnızlık türüdür.

*Periyodik veya Geçici Yalnızlık*: Kişinin genellikle kendi seçimi sonucu yaşadığı ve belirli bir dönemi kapsayan yalnızlık türüdür.

*Geri Çekilmiş Yalnızlık*: Bu tür bir yalnızlıkta bireyler çok az arkadaşlık ve yakın ilişkiye sahip olmalarına ve ciddi bir yoksunluk duygusu yaşamalarına rağmen, memnuniyetsizliklerini fiziksel ve kınama kategorisinde yer alan bireyler kadar ifade edemeyebilirler.

Michela, Peplau ve Weeks (1982), algılanan 13 yalnızlık nedenini şu şekilde sıralamaktadır:

1. Karamsarlık: Bir kişinin ilişki kuracağı birini tesadüfen bulduğunu ve bu şansa sahip olmadığını düşünmek.
2. Reddedilme Korkusu: Bir kişi bir ilişki kurmaya çalıştığında reddedilme korkusu.
3. Denememek: Biriyle tanışmak için yeterince çaba sarf etmemek.
4. Şanssızlık: Birisiyle tanışma şansı olmadığını hissetmek.
5. Bilgi Eksikliği: Bir ilişki kurma becerisinden yoksun olmak.
6. Utangaçlık: Yüksek düzeyde utangaçlık yaşamak.
7. Fiziksel Çekicilik: Kişi fiziksel olarak yeterince çekici değıldir.
8. Başkalarının Grupları/ İlişkileri: Diğeri insanlar bir gruba dahildir ve yalnızlık yaşayan insanlarla ilgilenmezler.
9. Başkalarının Korkuları: Diğeri insanlar yalnız insanlarla ilişki kurmaktan korkarlar ve bu tür davranışlarda bulunmazlar.
10. Kişisel Olmayan Durumlar: Kişisel olmayan birçok ilişkiye sahip olmak.
11. Fırsat Eksikliği: Başkalarıyla ilişki kurma fırsatına sahip olmama.
12. Deneme Eksikliği: Diğeri insanlar ilişki kurma konusunda isteksizdir.
13. Hoş Olmayan Kişilik: Hoş olmayan, çekici olmayan ve antipatik bir kişiliğe sahip olmak (Michela ve ark., 1982).

Yukarıda belirtilen yalnızlık nedenleri, yalnızlığın oluşumunda hem iç hem de dış faktörlerin etkili olduğunu göstermektedir. Özellikle, bireyin yalnızlığa ilişkin

bilişsel yapılarının çevresel koşullardan aldığı ek pekiştirme, yalnızlığın değişmez ve üstesinden gelinmesinin imkânsız olduğunu kabul etmelerinde rol oynar.

## **1.7. Yalnızlık Yaklaşımları**

### **1.7.1. Psikodinamik yaklaşım**

Duy'a (2003) göre, Freud'un eserlerinde yalnızlığın doğrudan bir açıklaması bulunmamakla birlikte çocuklardaki iki temel korkudan birinin yalnızlık olduğunu belirtilmektedir. Kişiliğin inşasında psikoseksüel gelişimin önemini vurgulayan Freud, bireyin bebeklik ve çocukluk dönemindeki ilişkilerinin kişinin hayatının sonraki yıllarında mutlak yansımaları olacağını vurgulamaktadır. Yalnızlığın psikodinamik açıklamaları çoğunlukla Freud'un psikoterapi yaklaşımını benimseyen ve onu temel alan teorisyenlere dayanmaktadır. Zilboorg, yalnızlığın bilinen ilk psikolojik analizini gerçekleştirmiştir. Zilboorg(1938)'a göre yalnızlık, narsisizm, megalomani ve düşmanlığın temel özelliklerini yansıtır. Yalnız bireyler, kişisel çocukça duygularını korurlar ve başkaları tarafından övülmek isterler. Ayrıca başkalarına veya kendilerine nadiren açık davranırlar.

Sullivan (1953)'a göre yalnızlık, bireyin kişilerarası ilişkilerde yakınlık ihtiyacının var olmadığı veya yetersiz olduğu zamanlarda ortaya çıkan, çoğunlukla hoş karşılanmayan, hoş olmayan bir deneyimdir.

Erikson (1968), erken yetişkinliğin en önemli tehdidinin yakın ve derin ilişkiler kuramamak olduğunu belirtir. Yakın ilişkiler kurmak için gereken becerileri geliştiren bir birey, başka bir yetişkine bağlanabilir ve karşılıklı olarak tatmin edici bir ilişki kurabilir. Bu derin ilişkiyi bulamamak yalnızlık, mesafe ve farklılık duyguları yaratabilir. Diğer bir deyişle, bu dönemdeki genç yetişkinler başkalarıyla derin kişisel bağlar kuramazlarsa izole olacaklar ve kendilerine odaklanacaklar. Bu gelişimsel dönemde ifade edilen izolasyon kavramının "yalnızlık" kavramına paralel olduğu düşünülmektedir.

Psikodinamik yaklaşımın bir diğer temsilcisi Reichmann(1959)'a göre, insanlar yalnızlıktan kaçınmak veya ondan kurtulmak için mümkün olan her şeyi yapabilirler ki bu her boyutta son derece rahatsız edici ve korkutucudur. Reichman(1959)'a göre



yalnızlığın ortaya çıkmasında erken çocukluk, çocukluk sonrası ve olgunluk öncesi dönem önemlidir. Ona göre, potansiyel olarak yalnız olan birey, kişinin bireysel yaşamı ile genel dünyası olarak da adlandırılan çevresel yaşamı ayırt etme yeteneğini kaybetme potansiyeline sahiptir (Karaduman, 2013).

### **1.7.2. Bilişsel yaklaşım**

Peplau ve ark. (1982) yalnızlıkla ilgili bilişsel yaklaşımın önde gelen isimleridir. Yalnızlık olgusunun duygusal ve davranışsal boyutlarının varlığını reddetmeyen bilişsel yaklaşımda daha çok bilişsel süreçlere odaklanılır; başka bir deyişle, bireyin kendini ve sosyal ilişkilerini nasıl algıladığı ve değerlendirdiğine. Buna göre yalnızlığın, bireyin sosyal ilişkilerinde algıladığı tatminsizlikten kaynaklandığı ifade edilmektedir (Perlman ve Peplau, 1982).

Yalnızlığın oluşumunda istenen ve gerçek sosyal ilişkiler arasında farklılıklar olduğunda araya giren bilişsel süreçler önemli rol oynar. Etiketleme bu bilişsel süreçlerden biridir. Kendini "yalnız" olarak etiketlemek, kişinin yaşadığı kültürlerin inançlarından etkilenebilir. Bir kişi, deneyimlerini yalnızlık olarak nitelendirirken kültürel tanımlarından ve bazı sosyal göstergelerden de yardım alabilir. Kişi, yalnızlığının nedenlerine ilişkin kendi kendine açıklamalarda bulunmaya motive edilebilir. Yalnızlıkta içsel veya dışsal faktörlerden kaynaklanıp kaynaklanmadığına, geçici veya kalıcı olarak algılanmasına, kişilerin duygusal tepkilerine, gelecek beklentilerine ve yalnızlıkla başa çıkma yoluna bağlı olarak bireysel farklılıklar vardır (Perlman ve Peplau 1981).

### **1.7.3. Varoluşçu yaklaşım**

Yalnızlık, varoluşun kaçınılmaz bir parçası olarak birey tarafından deneyimlenir. Bu noktada ortaya çıkan varoluşsal yalnızlık kavramı, varoluşçu teorisyenler tarafından çeşitli şekillerde ele alınmıştır. Yalom ve Irvın (2013), yalnızlığı "birey ve kişinin dünyası arasındaki ayırım" olarak tanımlar.

Yalom'a göre bireyler, yaşam olaylarındaki dört varoluşsal çatışmadan etkilenir. Bu çatışmalar, "yalnızlık", "ölüm", "anlamsızlık" ve "özgürlük" ile ilişkili çatışmalardır. Ancak varoluşçu çatışmanın temelini ölüm kavramı olduğunu, yalnızlık, anlamsızlık ve özgürlük gibi duyguların bir sonun varlığının sonucu olduğunu düşünmektedir (Yalom ve Irvın, 2013 ).

Sartre (2015) 'e göre, kişi sorumluluk aldığında sadece kendi sorumluluğunu değil diğer tüm insanların sorumluluğunu da alır. Sartre'ın "varoluş özden önce gelir" ifadesi bu sorumluluğu açıklar. Yani, önce bir birey dünyaya gelir, sonra kişi kendi özünü oluşturur. Birey bu süreçte her zaman yalnızdır ve ancak mutlak yalnızlık içindeyken var olabilir. İçsel veya dışsal bir faktörden etkilenmeden karar verir ve sorumluluk alır. Birey, bu kendini yaratma sürecinde kişinin hayatının sorumluluğunu da alır. Kişinin özünü yaratmaya çalışan birey aslında kendisini seçerken tüm insanları seçer ki bu da sorumluluklarını artırır (Sartre, 2015). Moustakas(1961)'in varoluşçu yalnızlık ve yalnızlık kaygısı sınıflandırmasının altında yatan boyut, yalnızlığa bir varoluşçudan bakan bakış açısı, pozitiflik-olumsuzluk boyutudur. Varoluşçular, "insanların yalnız olduğu gerçeğini" başlangıç noktası olarak alır, diğerleri düşüncelerimizi deneyimleyemez ve duygular; farklılıklar varoluşumuzun temel koşuludur. Bu görüşü kabul edenler genellikle insanların yalnızlıklarıyla nasıl yaşayabilecekleri sorusuna odaklanır. Gerçek yalnızlık yaratıcı bir güç olabilir. Bu nedenle varoluşçular insanları yalnızlık korkularını yenmeye teşvik eder ve yalnızlığı olumlu kullanmayı öğrenir (Perlman ve Peplau, 1982) Moustakas(1961)'a göre varoluşçu yalnızlık, insan yaşamının kaçınılmaz bir parçasıdır ve bu dönemi içeren öz-yüzleşme ve kendini geliştirme için bir kanal açar. Bu, yalnızlığın olumlu biçimidir (Perlman ve Peplau, 1984).

### **1.8. Yalnızlığın Ruhsal Bozukluklar ile İlişkisi**

Yalnızlık, evrimsel bir temeli olan acı verici evrensel bir fenomendir. Yalnızlık bize acıyı hatırlatır ve bizi izole olma tehdidine karşı uyarır. Yalnızlık, zorunlu sosyal ilişkilerin olmaması ve mevcut sosyal ilişkilerde şefkat eksikliğidir (Acharya, 2012). Yalnızlığın sebebi yalnız olmak değil, belirli bir gerekli ilişkiden veya ilişkilerden yoksun olmaktır (Mushtaq ve ark., 2014)

Yalnızlığın ruh sağlığı sorunları ile ilişkisi pek çok araştırmacı tarafından incelenmiştir. Victor ve Yang (2012), depresyonun tüm yaş gruplarında yalnızlıkla ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Cacioppo ve ark. (2006), orta yaşlı ve yaşlı yetişkinlerde zaman içinde yalnızlık ve depresyon arasında çift yönlü bir ilişki bulmuştur. Yapılan bir çalışmada, yalnızlığın depresyon, stres ve alkol sorunları ile bağlantılı olduğunu öne sürülmüştür (Mushtaq ve ark., 2014).

Birleşik Krallık'ta (Birleşik Krallık) yapılan kesitsel bir araştırma, yalnızlığın çok çeşitli zihinsel sağlık sorunları ile ilişkili olduğunu, ancak özellikle depresyon, fobiler ve obsesif kompulsif bozukluk ile arasında güçlü ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur (Meltzer ve ark., 2013). Yalnız insanlar daha az mutlu, daha az tatmin olmuş ve daha karamsar olduklarından depresif semptomlardan da daha fazla etkilenmektedirler (Singh ve Kiran, 2013). Hem yalnız hem de depresif olan hastalarda yalnızlık, olumsuz duygular ve kişilik özelliklerine ilişkin olumsuz yargılama ile pozitif yönde ilişkilidir (Daniel, 2013).

Yalnızlık ile ilişkili çeşitli kişilik bozuklukları arasında borderline kişilik bozukluğu (BKB) ve şizoid kişilik bozukluğu bulunmaktadır. Yalnızlığa tahammülsüzlük, BKB'nin temel bir özelliği olarak kabul edilir. Yalnızlık ayrıca BKB ile ilişkili diğer semptomları güçlendirir (Martens, 2010). Duygusal yoksunluğun şizoid kişilik bozukluğunun gelişiminde kritik bir rol oynadığı öne sürülmüştür. Duygusal yoksunluk ve güven kazanma becerisinin olmaması sonucunda bağlanma çarpıklığının bileşenleri olarak kişilerarası ilişkilerde memnuniyet eksikliği gözlemlenmiştir (Mishra ve ark., 2013).

### **1.9. Yalnızlık ve İnternet Bağımlılığı İlişisine Dair Türkiye'de Yapılan Araştırmalar**

Çelik ve Ulusoy (2019) tarafından yapılan bir araştırmada, bilgisayar oyunlarının ortaokul öğrencilerinin sosyal yaşantılarına etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Ankara ili Yenimahalle ilçesinde Milli eğitim Müdürlüğüne bağlı 35 ortaokuldan 28,139 öğrenci velisi katılmıştır. Araştırma sonunda bilgisayar oyunlarının çocukların oyun bağımlılığı üzerinde etkisinin olduğu, öğrencilerin arkadaşları ile geçirdikleri zamanlarda bilgisayar oynadıkları zamana göre kendilerini daha az yalnız hissettikleri tespit edilmiştir. Ayrıca öğrencilerin bilgisayar oyun alışkanlıkları ve yalnızlıkları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yılmaz ve Yılmaz-Karaoğlu (2018) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılıkları ile yalnızlık ve depresyon eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 418 lisans öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırmada, öğrencilerin oyunlara karşı bağımlılıklarının düşük seviyede olduğu ve öğrencilerin çevrim içi oyun bağımlılıkları ile kendilerini yalnız

hissetme durumları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bayram ve Gündoğmuş (2016) tarafından yapılan araştırmada ilköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı eğilimlerinin ve yalnızlık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya İstanbul ili Küçükçekmece Belediyesi sınırları içinde yer alan ortaokullarda öğrenim gören 300 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırma sonunda dışa dönük kişilik tipine sahip olan bireylerin daha fazla yalnızlık içinde oldukları ifade edilmiştir. Araştırmada internette fazla zaman geçirme ve interneti eğlence amaçlı kullanmanın internet bağımlılığı düzeylerini artırmasına benzer olarak sınıf düzeyi artışının da internet bağımlılığı düzeyinin artışı ile ilişkili olduğu belirtilmiştir. Yedinci ve sekizinci sınıfta olan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ile internette zamana geçirme süreleri arasında pozitif düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Akyazı ve Tutkun-Ünal (2013) tarafından yapılan bir araştırmada İletişim Fakültesi öğrencilerinin sosyal ağları kullanımının amaç, benimseme ve yalnızlık düzeyi ilişkisi bağlamında incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Maltepe Üniversitesi ve Marmara Üniversitesi İletişim Fakülteleri'nde öğrenim gören 353 iletişim fakültesi öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırma sonunda İletişim Fakültesi öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin orta seviyenin üstünde olduğu, yalnızlık düzeyinin öğrencilerin devam ettikleri üniversitelerin türüne yani devlet ya da vakıf üniversitesi olmasına göre farklılık göstermediği rapor edilmiştir. Ayrıca öğrencilerin yalnızlık seviyeleri azaldıkça benimseme düzeyinin ve sosyal ağları kullanım amaçlarının azaldığı, yalnızlık seviyesinin artması durumunda ise benimseme düzeyinin ve sosyal ağları kullanım amacının arttığı tespit edilmiştir.

Karakoç ve Taydaş (2013) tarafından yapılan bir araştırmada üniversite öğrencilerinin bir serbest zaman etkinliği olarak internet kullanımları ile yalnızlık arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Cumhuriyet Üniversitesi'nde 2012 yılında eğitim gören 400 öğrenci dâhil edilmiştir. Araştırma sonunda öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirme etkinliklerinde önceliği müzik dinleme ve internet kullanımına verdiği ve yalnızlık algısının kadın ve erkekler tarafından aynı düzeylerde değerlendirildiği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca yalnızlık ile cinsiyet arasındaki ilişkiye bakıldığında erkeklerin kadınlara oranla kendilerini daha fazla yalnız hissettikleri tespit edilmiştir.

Bahri ve Khademi (2013) tarafından yapılan bir araştırmada ise İslami Azad Üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır. 56 kişiden oluşan örnekleme sonuçları, yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Yaş, cinsiyet ve medeni durum gibi faktörler ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki belirtilmemiştir. Öğrencilere uygun ve etkili bir danışma saati sağlanmasının, içlerindeki yalnızlığın nedenlerinin belirlenmesinin ve yalnızlığın azaltılması için uygun çözümlerin sağlanmasının internet bağımlılığı gibi ikincil komplikasyonların önlenmesinde etkili olacağı vurgulanmıştır.

Solak (2012) tarafından yapılan bir araştırmada ortaöğretim öğrencilerinde bilgisayar oyunu tutumları ile saldırganlık ve yalnızlık eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Siirt il merkezinde yer alan Milli Eğitim Müdürlüğüne bağılı okullarda 2011-2012 eğitim öğretim yılında öğrenim gören 559 öğrenci dahil edilmiştir. Araştırma sonunda öğrencilerin bilgisayar oyunlarına karşı bağımlılıkları ve yalnızlık eğilimleri arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca bireylerin anne ve baba eğitim seviyeleri ile oyun bağımlılığı ve yalnızlıkları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Durak ve Batıgün (2010) tarafından yapılan araştırmada yalnızlık ve kişiler arası ilişki tarzlarının internet bağımlılığı açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Ankara'da farklı üniversitelerde öğrenim gören 213 lisans öğrencisi dâhil edilmiştir. Araştırma sonunda internet bağımlısı olan bireylerin diğer bireylere istinaden yalnızlık seviyelerinin daha yüksek olduğu, iletişim araçları içerisinde interneti daha çok kullandıkları ve bu sebeple bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu, bu durumun da yalnızlık düzeylerini arttıracak seviyede etkilediği tespit edilmiştir.

#### **1.10. Yalnızlık ve İnternet Bağımlılığı İlişisine Dair Uluslararası Literatürde Yer Alan Araştırmalar**

Gazo ve ark. (2020) tarafından Haşimi Üniversitesi'nde öğrenim gören 418 öğrencinin katılımı ile yapılan bir araştırmada, sosyal öz yeterlik, yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bu araştırma sonucunda öğrencilerde yalnızlık düzeylerinin ve internet bağımlılığı düzeylerinin orta seviyede olduğu ve yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunduğu bildirilmiştir.

Najafi ve ark. (2018) tarafından yapılan bir çalışmada ise Hemşirelik Ve Ebelik Fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı ile yalnızlık ve uyku kalitesi arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada internet bağımlılığı ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki gösterilememiştir.

Hasmujaj (2016) internet bağımlılığı ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi ve bu ilişki açısından cinsiyetler arasındaki farklılıkları araştırdığı çalışması sonucunda Kuzey Arnavutluk'un farklı bölgelerinde yaşayan 18-23 yaş aralığındaki öğrencilerde yalnızlık ile internet bağımlılığı arasında düşük düzeyde bir negatif korelasyon olduğunu, buna karşılık internet bağımlılığı ve yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkide cinsiyetler arasında bir farklılığa rastlanmadığı rapor etmiştir.

Tıp öğrencilerinde internet bağımlılığı ve yalnızlık ile kişilerarası sorunların incelendiği bir araştırmada öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri düşük seviyede bulunmuştur. Araştırmada yalnızlık düzeyleri ile internet kullanım süreleri arasında bir ilişkinin olduğu belirtilmiş ve yalnızlık ve kişisel ilişki sorunları düzeylerinin internet bağımlılığını %42,8 oranında yordadığı bildirilmiştir (Simcharoen ve ark., 2018).

Saleem ve ark. (2015) tarafından yapılan bir araştırmada ise internet bağımlılığı haline gelen aşırı internet kullanımını ve bunun yalnızlıkla ilişkisini açıklanması amaçlanmıştır. Araştırmaya Bahauddin Zakariya Üniversitesi Multan ve The Islamia University of Bahawalpur'da (öğrenim gören lisans öğrencileri (N = 1020) dahil edilmiştir. Değişkenleri ölçmek amacıyla Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Öğrencilerin % 28'inde internet bağımlılığı ve % 13,5'inde yüksek düzeyde yalnızlık varlığı bildirilmiştir. Ayrıca internet bağımlılığı ile yalnızlık düzeylerinin birbiri ile ilişkili olduğu belirtilmiştir.

## İKİNCİ BÖLÜM

### GEREÇ VE YÖNTEM

#### 2.1. Araştırmanın Türü

Bu araştırma, İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin sosyodemografik değişkenler açısından karşılaştırılması ve internet bağımlılığı ile yalnızlık duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla planlanmış betimsel bir araştırmadır.

#### 2.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Katılımcılar 18-25 yaş aralığında olup İstanbul Gelişim Üniversitesi'nde lisans programlarında eğitim gören öğrenciler arasından gönüllülük esasına göre rastgele seçilen 375 kişiden oluşmuştur. Çalışmaya toplam 375 öğrenci (Kız, n=224 ; Erkek; n=151) katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalamaları  $22.14 \pm 2.14$ 'dir.

Çalışmada verilerin elde edilmesi için Sosyodemografik Bilgi Formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği (UYÖ) katılımcılara çevrimiçi olarak ulaştırılmış ve katılımcılar bu form ve ölçekleri kendileri doldürmüşlardır. Katılımcılardan anket sorularını yanıtlamaları öncesinde bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

#### 2.3. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

*Sosyodemografik Bilgi Formu:* Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinden cinsiyet, yaş ve aile özellikleri ile internet kullanım alışkanlıklarına dair bilgileri almak üzere araştırmacı tarafından hazırlanmış bir formdur (EK-1).

*İnternet Bağımlılığı Ölçeği:* Bu araştırmada öğrencilerin internet bağımlılık düzeyini belirlemek için, "İnternet Bağımlılık Ölçeği" kullanılmıştır. Young (1998)

tarafından geliştirilen 20 maddelik, 1-6 arası derecelendirilen Likert tipi bir ölçektir. Puan aralığı 20-180'dir ve ölçekten alınan yüksek puanlar internet bağımlılığı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. 80'den yüksek puan almış olanlar internet bağımlısı olarak belirtilir. 50-79 puan arası riskli ve 50 puan altı risksiz olarak belirtilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması, Bayraktar (2001) tarafından gerçekleştirilmiş, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .91 bulunmuştur (EK-2).

Araştırmamızda İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı toplam ölçek için .948 olarak saptanmıştır.

*UCLA Yalnızlık Ölçeği (UYÖ):* Bireylerin yalnızlık durumlarını değerlendirmek üzere Russel, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen ölçeğin, Türkçe uyarlama çalışmaları Ayhan Demir (1989) tarafından yapılmıştır. 20 maddeden oluşan dörtlü Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin 72 denek üzerinde, beş hafta ara ile uygulanan test- tekrar test puanları arasındaki korelasyon katsayısı .94, ölçeğin güvenilirlik katsayısı ise .96 olarak belirlenmiştir. Anket değerlendirmesinde 10 soru olumlu (1, 5, 6, 9, 10, 12, 15, 16, 19, 20. soru) ve 10 soru (2, 3, 4, 7, 8, 11, 13, 14, 17, 18. Soru) olumsuz durumu ifade etmektedir. Ölçeğin puanlaması pozitif ifadeleri içine alan ölçek maddelerine “hiç yaşamam” 4, “nadiren yaşarım” 3, “bazen yaşarım” 2, “sık sık yaşarım”, 1 puan biçiminde puanlandırılırken; negatif ifadeleri içine alan ölçek maddelerine, “hiç yaşamam” 1, “nadiren yaşarım” 2, “bazen yaşarım” 3, “sık sık yaşarım” 4 puan verilmek üzere tersten puanlandırılmaktadır. Bir katılımcının UCLA Yalnızlık ölçeğinden toplamda alabileceği en düşük puan 20; en yüksek puan ise 80 puandır. Bu ölçekten elde edilen yüksek puan bireyin hissettiği yalnızlık duygusunun seviyesinin yüksek olduğuna işaret etmektedir (Demir, 1989) (EK-3).

Araştırmamızda UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı toplam ölçek için .871 olarak saptanmıştır.

#### **2.4. Araştırmanın Etik İzinleri**

Araştırma İstanbul Gelişim Üniversitesi etik kurulu 30.04.2020 tarih ve 2020-12 sayılı toplantısında alınan 2020-16 sayılı izni ile yürütülmüştür (EK-4). Çalışma öncesinde katılımcılardan onam alınmıştır. Anketler 10.07.2020- 11.10.2020 tarihleri arasında gönüllü olarak katılmayı kabul eden üniversite öğrencilerine çevrimiçi olarak uygulanmıştır.



## 2.5. İstatiksel Analiz

Araştırmamızda toplanan verilerin analizinde nicel analiz yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda, verilerin analizinde SPSS 25.0 paket programı kullanılarak tanımlayıcı ve anlam çıkarıcı istatistik yöntemler kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesi ise %95 güven aralığında ve  $p < 0,05$  anlamlılık düzeyinde yapılmıştır. Buna göre, verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Shapiro-Wilk testi ile değerlendirilmiştir. Verilerin tanımlanmasında frekans ve yüzde analizi, verilerin karşılaştırılmasında ise ikili gruplarda t testi, ikiden fazla olan gruplarda One Way Anova analizi kullanılmıştır. Araştırmada uygulanan anketlerin arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır.



## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

Bu bölümde araştırmamız kapsamında toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular sunulacaktır.

#### 3.1.Katılımcılara Ait Sosyodemografik Veriler İle İlişkili Bulgular

**Tablo 3.** Katılımcılara ait demografik bilgiler

		N	ort± std
Yaş		375	22.14±2.14
		N	%
Cinsiyet	Kız	224	59.7
	Erkek	151	40.3
Anne eğitim durumu	İlkokul	57	15.2
	Ortaokul	123	32.8
	Lise	125	33.3
	Lisans ve üstü	70	18.7
Baba eğitim durumu	İlkokul	52	13.9
	Ortaokul	111	26.9
	Lise	118	31.5
	Lisans ve üstü	94	25.1
Aile gelir düzeyi	3000 TL ve altı	79	21.1
	3000-7000 TL	198	52.8
	7000 TL-10000	72	19.2
	10000 TL ve üstü	26	6.9
Nerede yaşıyor	Aile ile	165	44.0
	Yalnız	51	13.6
	Ev arkadaşı	63	16.8
	Yurt	96	25.6

Katılımcıların yaş ortalamaları  $22.14 \pm 2.14$ 'dür. Katılımcıların %59.7'si kız ve % 40.3'ü erkektir. Anne eğitim durumu katılımcıların %15.2'sinde ilkokul, %32.8'inde ortaokul, %33.3'ünde lise ve %18.7'sinde lisans ve üstü olarak bulunmuştur. Baba eğitim durumu katılımcıların %13.9'unda ilkokul, %26.9'unda ortaokul, %31.5'inde lise ve %25.1'inde lisans ve üstü olarak bulunmuştur. Katılımcıların aile gelir düzeyleri %21.1'inde 3000 TL ve altı, %52.8'inde 3000-7000 TL, %19.2'sinde 7000 TL-10000 ve %6.9'unda 10000 TL ve üstü şeklindedir. Katılımcıların %44.0'ünün ailesiyle, %13.6'nın yalnız,% 16.8'inin arkadaşı ile ve %25.6'inin yurttan yaşadığı saptanmıştır (Tablo 3).

**Tablo 4.** Katılımcıların internet kullanım süresi, aracı, erişimi ve kullanım amaçlarına ilişkin veriler

		N	ort± std
Günlük internet kullanım süresi (saat)		375	7.54±3.29
		N	%
İnternete ulaşma aracı	Telefon	340	90.7
	Tablet/Bilgisayar	35	9.3
İnternet erişimi	Kotalı	128	34.1
	Sınırsız	247	65.9
İnternet kullanım amacı	Haber okuma ve bilgi edinme	125	33.3
	Sosyal medya kullanımı	181	48.3
	Online oyun oynama	40	10.7
	Dizi ve film izleme	18	4.8
	Youtuber takip etme	5	1.3
	e-alışveriş	6	1.6

Katılımcıların günlük internet kullanım süresi ortalama  $7.54 \pm 3.29$  saattir. İnternet ulaşım aracı olarak %90.7 oranında telefon ve %9.3 oranında Tablet/Bilgisayar belirtilmiştir. Katılımcıların %34.1'i kotalı ve %65.9'u sınırsız internet erişimi kullanmaktadır. İnternet kullanım amacı olarak katılımcıların %33.3'ü Haber okuma ve bilgi edinme, %48.3'ü Sosyal medya kullanımı, %10.7'si Online oyun oynama, %4.8'i Dizi ve film izleme, %1.3'ü Youtuber takip etme ve %1.6'sı e-alışverişi belirtmiştir (Tablo 4).

### 3.2. Katılımcıların İnternet Bağımlılığı Belirti Düzeylerine İlişkin Bulgular

**Tablo 5.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri

	ort±std	N	%
Risksiz Kullanıcı (≤49 puan)	25.79±14.03	271	72.3
Riskli Kullanıcı (50-79 puan)	61.31±7.61	98	26.1
Bağımlı Kullanıcı (≥80 puan)	83.83±3.54	6	1.6

Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri %72.3'ünde risksiz kullanıcı, %26.1'inde riskli kullanıcı ve %1.6'sında bağımlı kullanıcı ile uyumlu bulunmuştur (Tablo 5).

**Tablo 6.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması

	Risksiz n(%)	Riskli n(%)	Bağımlı n(%)	Toplam n(%)	p*
Kız	165(73.7)	57(25.4)	2(0.9)	224(100)	0.370
Erkek	106(70.2)	41(27.2)	4(2.6)	151(100)	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Araştırmada yapılan t testi analizi sonucuna göre katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin kızlar ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı bulunmuştur (Tablo 6).

**Tablo 7.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yaş arasındaki korelasyon

		Yaş
İnternet Bağımlılığı Düzeyleri	r	-.301**
	p	0.000
	N	375

\*\*p≤0,001 Gruplar arasında korelasyon bulunmaktadır.

Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yaş arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda katılımcıların internet bağımlılığı düzeyleri ile yaş arasında negatif yönlü düşük düzeyde ilişki varlığı saptanmıştır ( $r=-0.301$   $p=0.000$ ). (Tablo 7).

**Tablo 8.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması

	Risksiz n(%)	Riskli n(%)	Bağımlı n(%)	Toplam n(%)	p*
İlkokul	44(77.2)	10(17.5)	3(5.3)	57(100)	0.019*
Ortaokul	96(78.0)	25(20.3)	2(1.6)	123(100)	
Lise	87(69.6)	37(29.6)	1(0.8)	125(100)	
Lisans ve üstü	44(62.9)	26(37.1)	0	70(100)	

\* $p \leq 0,05$  Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Araştırmada yapılan One Way Anova analizi sonucuna göre katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin anne eğitim seviyesine göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılık gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır (Tablo 8).

**Tablo 9.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması -Tukey testi

	Ortalama Farkı	Standart Hata	Sig.	% 95 Güven Aralığı		
				Alt Sınır	Üst Sınır	
İlkokul	Ortaokul	-5,93448	4,25756	0,504	-16,9362	5,0672
	Lise	-4,49932	4,19775	0,707	-15,3465	6,3479
	Lisans ve Üstü	4,60550	4,69964	0,761	-7,5386	16,7496
Ortaokul	İlkokul	5,93448	4,25756	0,504	-5,0672	16,9362
	Lise	1,43517	3,31011	0,973	-7,1183	9,9886
	Lisans ve Üstü	10,53998*	3,92713	0,038	0,3921	20,6878
Lise	İlkokul	4,49932	4,19775	0,707	-6,3479	15,3465
	Ortaokul	-1,43517	3,31011	0,973	-9,9886	7,1183
	Lisans ve Üstü	9,10481	3,86221	0,088	-0,8753	19,0849

	İlkokul	-4,60550	4,69964	0,761	-16,7496	7,5386
Lisans ve üstü	Ortaokul	-10,53998*	3,92713	0,038	-20,6878	-0,3921
	Lise	-9,10481	3,86221	0,088	-19,0849	0,8753

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

İnternet bağımlılık düzeyinin anne eğitim durumuna göre gruplar arası karşılaştırması amacıyla yapılan Tukey testine göre anne eğitim düzeyi lisans ve üstü olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeyleri, anne eğitim düzeyi ortaokul olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeylerinden anlamlı olarak farklılaşmaktadır (Tablo 9). Annesinin eğitim düzeyi ortaokul olan katılımcılarda internet bağımlılığı belirti düzeyleri en yüksektir.

**Tablo 10.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması

	Risksiz	Riskli	Bağımlı	Toplam	p*
	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	
İlkokul	38(73.1)	13(25.0)	1(1.9)	52(100)	0.194
Ortaokul	81(73.0)	27(24.3)	3(2.7)	111(100)	
Lise	93(78.8)	24(20.3)	1(0.8)	118(100)	
Lisans ve üstü	59(62.8)	34(36.2)	1(1.1)	94(100)	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Yapılan One Way Anova analizi sonucuna göre katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin baba eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığı saptanmıştır (Tablo 10).

**Tablo 11.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin aile gelir durumuna göre karşılaştırılması

	Risksiz	Riskli	Bağımlı	Toplam	p*
	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	
3000 TL ve altı	62(78.5)	15(19.5)	2(2.5)	79(100)	0.402
3000-7000 TL	143(72.2)	53(26.8)	2(1.0)	198(100)	
7000 TL-10000	46(63.9)	24(33.3)	2(2.8)	72(100)	
10000 TL ve üstü	20(76.9)	6(23.1)	0	26(100)	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

One Way Anova analizi sonucuna göre katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin aile gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır (Tablo 11).

**Tablo 12.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin nerede yaşandığına göre karşılaştırılması

	Risksiz n(%)	Riskli n(%)	Bağımlı n(%)	Toplam n(%)	p*
Aile ile	124(75.2)	37(22.4)	4(2.4)	165(100)	0.010*
Yalnız	43(84.3)	8(15.7)	0	51(100)	
Ev arkadaşı	46(73.0)	15(23.8)	2(3.2)	63(100)	
Yurt	58(60.4)	38(39.6)	0	96(100)	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Araştırmada yapılan One Way Anova analizi sonucuna göre katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin nerede yaşadıkları ile bağlantılı olarak istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılık gösterdiği bulunmuştur (Tablo 12).

**Tablo 13.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin nerede yaşandığına göre karşılaştırılması-Tukey testi

		Ortalama Farkı	Standart Hata	Sig.	% 95 Güven Aralığı	
					Alt Sınır	Üst Sınır
Yalnız	Ev Arkadaşı İle	-2,14583	4,97254	0,973	-14,9951	10,7034
	Aile İle	-7,93380*	4,17777	0,023	-18,7294	2,8617
	Yurt	-3,68659	4,61580	0,855	-15,6140	8,2408
Ev Arkadaşı İle	Yalnız	2,14583	4,97254	0,973	-10,7034	14,9951
	Aile İle	-5,78799	3,89948	0,448	-15,8644	4,2884
	Yurt	-1,54076	4,36552	0,985	-12,8214	9,7399
Aile İle	Yalnız	7,9338*	4,17777	0,023	-2,8617	18,7294
	Ev Arkadaşı İle	5,78799	3,89948	0,448	-4,2884	15,8644
	Yurt	4,24723	3,43298	0,604	-4,6237	13,1182
Yurt	Yalnız	3,68659	4,61580	0,855	-8,2408	15,6140
	Ev Arkadaşı İle	1,54076	4,36552	0,985	-9,7399	12,8214

Aile İle -4,24723 3,43298 0,604 -13,1182 4,6237

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Katılımcıların internet bağımlılığı düzeylerinin nerede yaşadığına göre farklılaşmasında dair Tukey testi ile yapılan analizlere göre yalnız yaşayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeyleri, aileleri ile yaşayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeylerinden anlamlı olarak farklılaşmaktadır (Tablo 13). Ailesi ile yaşayan katılımcılarda internet bağımlılığı belirti düzeyleri en yüksek olarak tespit edilmiştir.

**Tablo 14.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin aile yanında veya yalnız, ev arkadaşı ile, yahut yurtda yaşama ile durumuna göre karşılaştırılması

	Risksiz	Riskli	Bağımlı	Toplam	p*
	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	
Aile ile	124(75.2)	37(22.4)	4(2.4)	165(100)	0.003*
Diğer (yalnız, ev arkadaşı ile, yurtda)	147(70)	61(29)	2(1)	210(100)	

Yapılan t testi analizi sonucuna göre katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin aile yanında veya yalnız, ev arkadaşı ile, yahut yurtda yaşama durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaştığı bulunmuştur. Ailesinden ayrı yaşayanlarda riskli kullanıcı olma oranı daha yüksektir (Tablo 14).

**Tablo 15.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin internete ulaşma aracına göre karşılaştırılması

	Risksiz	Riskli	Bağımlı	Toplam	p*
	n(%)	n(%)	n(%)	n(%)	
Telefon	250(73.5)	85(25.0)	5(1.5)	340(100)	0.226
Tablet/Bilgisayar	21(60.0)	13(37.1)	1(2.9)	35(100)	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Yapılan t testi analizi sonucuna göre katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin internete ulaşma aracına göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı saptanmıştır (Tablo 15).



**Tablo 16.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin internet erişimi türlerine göre karşılaştırılması

	Risksiz n(%)	Riskli n(%)	Bağımlı n(%)	Toplam n(%)	p*
Kotalı	103(80.5)	25(19.59)	0	128(100)	0.017*
Sınırsız	168(68.0)	73(29.6)	6(2.4)	247(100)	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Yapılan t testi analizi sonucuna göre katılımcıların riskli ve bağımlı kullanıcı olma oranlarının sınırsız internet erişimine sahip olanlarda daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 16).

**Tablo 17.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile günlük internet kullanım süresi arasındaki ilişki

		Günlük internet kullanım süresi
	r	.348**
İnternet Bağımlılığı Düzeyleri	p	0.000
	N	375

\*\*p≤0,001 Gruplar arasında korelasyon bulunmaktadır.

Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile günlük internet kullanım süresi arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda katılımcıların internet bağımlılığı düzeyleri ile günlük internet kullanım süresi arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişki varlığı saptanmıştır (r=0.348 p=0.000) (Tablo 17).

**Tablo 18.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin internete erişim amacına göre karşılaştırılması

	Risksiz n(%)	Riskli n(%)	Bağımlı n(%)	Toplam n(%)	p*
Haber okuma ve bilgi edinme	102(81.6)	20(16.0)	3(2.4)	125(100)	0.000*
Sosyal medya kullanımı	128(70.7)	51(28.2)	2(1.1)	181(100)	

Online oyun oynama	15(37.5)	24(60.0)	1(2.5)	40(100)
Dizi ve film izleme	16(88.9)	2(11.1)	0	18(100)
Youtuber takip etme	5(100)	0	0	5(100)
e-alışveriş	5(83.3)	1(16.7)	0	6(100)

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

One Way Anova analizi sonucuna göre katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin internete ulaşma amacına göre istatistiksel anlamda farklılık gösterdiği saptanmıştır (Tablo 18). İnterneti sosyal medya ve oyun oynama amacıyla kullananlarda internet bağımlılık belirti düzeyleri, interneti haber okuma ve bilgi edinme, dizi ve film izleme, e-alışveriş ve Youtuber takip etme amacıyla kullananlardan daha yüksek tespit edilmiştir.

### 3.3. Katılımcıların Yalnızlık Düzeylerine İlişkin Bulgular

**Tablo 19.** Katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden aldıkları puan ortalamaları

	ort±std	N	%
UCLA Yalnızlık Ölçeği	58.95±9.90	375	100

Katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması 58.95±9.90'dir (Tablo 19).

**Tablo 20.** Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması

	Yalnızlık Düzeyleri		p*
	N	ort±std	
Kız	224	59,09±10,18	0.728
Erkek	151	58,73±9,50	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Araştırmada yapılan t testi analizi sonucunda katılımcıların yalnızlık düzeylerinin kız ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılık göstermediği bulunmuştur (Tablo 20).

**Tablo 21.** Katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile yaş arasındaki ilişki

		Yaş
	r	0.034
Yalnızlık Düzeyleri	p	0.517
	N	375

\*\*p≤0,05 Gruplar arasında korelasyon bulunmaktadır.

Katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile yaş arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analize göre katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile yaş ortalamaları arasında ilişki varlığı saptanmamıştır (Tablo 21).

**Tablo 22.** Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması

	Yalnızlık Düzeyleri		p*
	N	ort±std	
İlkokul	57	60,50±9,28	0.551
Ortaokul	123	58,37±10,36	
Lise	125	59,13±9,68	
Lisans ve üstü	70	58,37±9,98	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

One Way Anova analizi sonucuna göre katılımcıların yalnızlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Tablo 22).

**Tablo 23.** Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması

	Yalnızlık Düzeyleri		p*
	N	ort±std	
İlkokul	52	58,96±9,23	0.899
Ortaokul	111	59,05±10,0	
Lise	118	59,35±10,38	
Lisans ve üstü	94	58,31±9,63	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

One Way Anova analizi sonucuna göre katılımcıların yalnızlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılık göstermediği bulunmuştur (Tablo 23).

**Tablo 24.** Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin aile gelir durumuna göre karşılaştırılması

	Yalnızlık Düzeyleri		p*
	N	ort±std	
3000 TL ve altı	79	59,94±10,23	0.329
3000-7000 TL	198	58,20±9,52	
7000 TL-10000	72	59,04±10,44	
10000 TL ve üstü	26	61,34±10,07	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Yapılan One Way Anova analizi sonucuna göre katılımcıların yalnızlık düzeylerinin aile gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılık göstermediği bulunmuştur (Tablo 24).

**Tablo 25.** Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin nerede yaşadıklarına göre karşılaştırılması

	Yalnızlık Düzeyleri		p*
	N	ort±std	
Aile ile	165	59,39±10,53	0.500
Yalnız	51	59,03±10,63	
Ev arkadaşı	63	59,71±9,04	
Yurt	96	57,64±8,88	

\*p≤0,05 Gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Yapılan t testi analizi sonucuna göre yalnızlık düzeylerinin öğrencilerin nerede yaşadıklarına göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılık göstermediği bulunmuştur (Tablo 25).

**Tablo 26.** Katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile günlük internet kullanım süresi arasındaki korelasyon

		Günlük internet kullanım süresi
	r	-.133**
Yalnızlık Düzeyleri	p	0.010
	N	375

\*\*p≤0,05 Gruplar arasında korelasyon bulunmaktadır.

Katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile günlük internet kullanım süresi arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Analize göre katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile günlük internet kullanım süre ortalamaları arasında negatif yönlü düşük düzeyde ilişki varlığı saptanmıştır ( $r=-0.133$   $p=0.010$ ) (Tablo 26).

### 3.4. Katılımcıların İnternet Bağımlılığı Belirti Düzeyleri ile Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişki

**Tablo 27.** Katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki korelasyon

		Yalnızlık Düzeyleri
	r	-,289**
İnternet Bağımlılığı Düzeyleri	P	0,000
	N	375

\*\* $p \leq 0,001$  Gruplar arasında korelasyon bulunmaktadır.

Yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır ( $r=-0.289$   $p=0.000$ ) (Tablo 27).

## TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada internet bağımlılığı belirti düzeyleri ve yalnızlık düzeyleri çeşitli demografik değişkenlere göre incelenmiştir.

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirti düzeylerinin katılımcıların %72.3'ünde risksiz kullanıcı, %26.1'inde riskli kullanıcı ve %1.6'sında bağımlı kullanıcı ile uyumlu olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Soydan (2015) tarafından yapılan ve üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada katılımcıların %26'sının riskli kullanıcı ve %5,3'ünün ise bağımlı kullanıcı olarak saptandığı bildirilmiştir. Ülkemizde üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada ise internet bağımlılığı oranı %2, riskli kullanıcı oranı ise %20,9 olarak saptanmıştır (Aslan ve Yazıcı, 2016). Karasu ve ark. (2017)'nin üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmalarında ise katılımcıların %5,7'sinin riskli kullanıcı ve %29,4'ünün ise risksiz kullanıcı olduğu bildirilmiştir. Özgen ve Bavlı (2017) tarafından üniversite öğrencilerine yönelik yapılan araştırmada bağımlı internet kullanıcısı oranı %0,8, riskli düzeyde kullanıcı oranı ise %5,2 olarak bildirilmiştir. Dinç ve Aşkın (2018)'in araştırmasında ise üniversite öğrencilerinin %42,1'inin riskli düzeyde kullanıcı olduğu, %3,4'ünün ise internet bağımlısı olduğu ifade edilmiştir. Pakistan'da üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada ise öğrencilerin %16,1 'inde orta ve %0,6 'sında ciddi düzeyde internet bağımlılığı olduğu bildirilmiştir (Khan ve ark., 2017). Çin'de yapılan bir araştırmada ise üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı prevalansı %7,7 olarak belirtilmiştir (Shen ve ark., 2020). Yukarıda sözü

geçen araştırmalar incelendiğinde üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığının % 0,8 ile %7,7 aralığında değiştiği görülmektedir. Araştırmalar arasında internet bağımlılığı sıklığının farklı düzeylerde saptanmış olmasının araştırma deseni, internet bağımlılığı belirti düzeylerini değerlendirmek üzere kullanılan araçlardaki farklılıklar ve kültürel farklılıklar ile ilişkili olabileceği düşünölmektedir (Aslan ve Yazıcı, 2016).

Araştırmamıza katılan üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirti düzeylerinin kız ve erkek öğrenciler arasında farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Yılmaz, Gökdere, Çınar ve Özyazıcıoğlu (2017), Anlayışlı ve Serin (2019), Ozan, Erol, Dönmez ve Kurt (2014), Balcı ve Gülnar (2009), Sağır ve Doğruluk (2018), Pektaş ve Mayda (2018), Taş, Eker ve Anlı (2014), Taş (2018) ve İyitoğlu ve Çeliköz (2017) tarafından yapılan çalışmalarda araştırmamıza benzer şekilde üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirtileri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Öte yandan Sevinç ve Taş (2020) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışma neticesinde cinsiyetin internet bağımlılığı üzerinde etkili olan faktörlerden biri olduğu görölmüştür. Çalışma neticesinde erkek öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada kızların internet bağımlılığı seviyelerinin daha düşük olmasının nedeni erkeklerle kıyaslandığında sosyalleşme ve yüz yüze iletişime daha fazla zaman ayırmaları olarak görölmektedir. Baysan-Arslan, Cebeci, Kaya ve Candal (2016), Yılmaz, Yılmaz, Sönmez ve Aşıkhasan (2019), Akdağ, şahan Yılmaz ve Özhan şan (2014), Karasu, Bayır ve Çam (2017) ve Anlı (2018) tarafından yapılan çalışmalarda da benzer bulgulara ulaşılmıştır. As (2015) yapmış olduğu çalışmada öğrenci yurdunda kalan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini incelemiştir. Çalışma neticesinde internet bağımlılığı sıklığının erkekler öğrencilerde %61,4, kız öğrencilerde ise %51,6 olduğu tespit edilmiştir. Canan, Ataoğlu, Özçetin ve İçmeli (2012) tarafından yapılmış olan çalışmada ise üniversite öğrencisi kızların internet bağımlılığı seviyelerinin üniversite öğrencisi erkeklerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Durmuş ve arkadaşları (2018) tarafından üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeylerinin üniversite hayatı boyunca değişiminin incelendiği çalışmada erkeklerin internet bağımlılığı düzeylerinin kızlardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular erkeklerin internet bağımlılığı riski ile daha fazla

karşı karşıya olduğunu desteklemektedir. Ancak bununla birlikte kız ve erkek öğrenciler arasındaki fark zamanla azalmış ve kız öğrenciler arasında internet bağımlılığı sıklığında anlamlı bir artış görülmüştür. Bu durumun internet erişiminin giderek kolaylaşması ve öğrencilerin mobil cihazlarla internet erişimi sağlamasından kaynaklandığı düşünülmüştür (Şıklar, Tunalı ve Gülcan, 2015). Araştırmamız Covid-19 pandemi sürecinde tamamlanmıştır; bu süreçte uzaktan eğitime devam eden kız ve erkek, her yaş ve cinsiyetten gencin en temel sosyalleşme aracı çevrimiçi uygulamalar haline gelmiştir. İnternet kullanım süresinin artışının bağımlılık riskini artırabileceği bilinmektedir (Chuang, 2006) Araştırmamız sonucunda cinsiyetler arasında internet bağımlılığı belirtileri açısından bir fark bulunmayışının bu faktörle de ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmamızda internet bağımlılığı düzeyleri ile yaş arasında arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Buna göre internet bağımlılığı belirtilerinin sıklığı artan yaşla birlikte azalmaktadır. Morrison ve arkadaşları (2010) tarafından 16-51 yaş aralığında bireylerin katılımı ile yapılan bir araştırmada ve Wu ve arkadaşları (2015) tarafından 20-40 yaş arası bireylerle yapılan araştırmada internet bağımlılığı sıklığının genç yaşlarda daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Aslan ve Yazıcı (2016) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada ise internet bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Araştırmamız 18-25 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirilmektedir; diğer bir ifadeyle ergenlik döneminden yetişkinliğe geçiş aşamasındaki bireyleri kapsamaktadır. Çalışmamızın sonuçları Morrison ve ark. (2010) ve Wu ve ark. (2015)'nin bulguları ile değerlendirildiğinde yaşla birlikte internet kullanımını denetleme becerisinin artıyor olabileceğine işaret etmektedir.

Araştırmamızda elde edilen bulgulara göre katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin anne eğitim seviyesine göre farklılık gösterdiği ancak baba eğitim durumuna göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Katılımcıların annelerinin eğitim seviyesinin artmasına bağlı olarak internet bağımlılığı sıklığının azaldığı saptanmıştır. Çevik ve Çelikkaleli (2010)'nin ergenler üzerindeki araştırmasında ergenlerin internet bağımlılığı riskinin annenin eğitim düzeyine göre farklılaştığı, annenin eğitim düzeyinin yükselmesinin azalmış internet bağımlılığı riski ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Günbatar ve Gökçearslan (2012)'in ortaöğretim öğrencilerinde yaptıkları araştırmada ise anne babanın eğitim düzeyinin internet bağımlılığı riski ile



ilişkili olmadığı belirtilmiştir. Araştırmamızda anne eğitim seviyesinin artmasına bağlı olarak internet bağımlılığı oranlarının azaldığı bulunmuştur. Annelerin eğitim durumunun artmasına bağlı olarak internet bağımlılığına ilişkin farkındalığın daha yüksek olması bireylerde bilinçli kullanım özelliklerini etkilemesi ile internet bağımlılığı oranlarını azalttığı düşünülmektedir (Çevik ve Çelikkaleli, 2010).

Araştırmamızın sonuçları katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin aile gelir durumuna göre farklılık göstermediğine işaret etmektedir. Literatürde yer alan pek çok araştırmada çalışmamızda elde edilen sonuçlarla uyumlu bir şekilde üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeylerinin aile gelir düzeyine göre değişkenlik göstermediği bildirilmiştir (Soydan, 2015; Aslan ve Yazıcı, 2016; Karasu ve ark., 2017; Erdemir ve Kutlu, 2018; Shen ve ark., 2020). Ancak literatür incelendiğinde araştırmamızda elde edilen bulgularla çelişen sonuçların olduğu da görülmektedir. Demir ve Buğa (2019) tarafından üniversite öğrencilerinde yapılan bir araştırmada gelir düzeyi düşük olan katılımcıların internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Üniversite öğrencilerinde yapılan bir diğer çalışmada ise ekonomik durumunu alt düzey ve üst düzey olarak algılayan katılımcılarda internet bağımlılığı puanı daha yüksek olarak saptanmış, kıyaslama yapıldığında ise alt düzey ekonomik durum algısı olanlarda, yüksek düzey ekonomik durum algısı olanlara göre internet bağımlılığının daha fazla görüldüğü belirtilmiştir (Ulutaşdemir ve ark., 2017). Üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir çalışmada ise sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan öğrencilerde internet bağımlılığının daha fazla görüldüğü saptanmıştır (Babacan Gümüş ve ark., 2015). Araştırmalar arasındaki farklı sonuçlar değerlendirildiğinde, çalışmalar arasındaki desen, ölçüm araçları farklılıklarının ve örneklemeler arası kültürel farklılıkların çelişen sonuçlar elde edilmesi ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte internet kullanımı günümüzde giderek yaygınlaşmakta ve internete erişim olanakları bakımından sosyoekonomik sınıflar arasında farklılıklar giderek azalmaktadır (TÜİK, 2020). Ayrıca araştırmamız Covid-19 pandemi döneminde gerçekleştirilmiş ve bu dönemde her sosyoekonomik düzeyden bireyin okul dışı spor ,sanat, hobi vb. faaliyetlere erişimi kısıtlanmış, internet, öğrencilerin boş vakitlerini değerlendirmeleri, sosyal ilişkilerini sürdürmeleri açısından çok önemli bir araç haline gelmiştir (Karataş, 2020). Bu etkenlerin de farklı gelir düzeylerine sahip

bireyler arasında internet bağımlılığı gelişme riskinin eşitlenmesine katkıda bulunması beklenebilir bir sonuçtur.

Çalışmamızın sonuçları katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin nerede yaşadıklarına göre farklılık gösterdiğine işaret etmektedir. Yalnız yaşayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeyleri, aileleri ile yaşayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmaktadır. Ailesi ile birlikte yaşayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeylerinin yalnız, ev arkadaşı ile yahut yurttan yaşayan öğrencilerle karşılaştırıldığında daha düşük seviyede olduğu saptanmıştır. Araştırmamızın sonuçları ile benzer biçimde Ganesh ve ark. (2017)'nin üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada aile ile birlikte yaşamayan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Gorgich ve ark. (2017) tarafından yapılan araştırmada da yurttan yaşayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu rapor edilmiştir. Bununla birlikte literatürde araştırmamızın sonuçları ile çelişen bulgular da mevcuttur. Aslan ve Yazıcı (2016) ile Akdağ ve ark. (2014)'nin üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve etkileyen değişkenleri inceledikleri araştırma sonuçları, öğrencilerin aileleri ile birlikte yahut ailelerinden ayrı yaşamlarının internet bağımlılığı belirti düzeyleri üzerinde etkili olmadığını göstermektedir. Ebeveynin duygusal olarak ulaşılabilir olmaması, sosyal desteğin azlığı ve ebeveyn denetiminin yetersizliği ergenlik döneminde artmış internet bağımlılığı riski ile ilişkili faktörlerdir (Karaev ve Akdemir, 2019). Henüz ergenlikten yetişkinliğe geçiş aşamasında olan üniversite öğrencilerinde aileden ayrı yaşıyor olmanın internet bağımlılığı geliştirme riskini artırması beklenebilir bir sonuçtur. Bu durum özellikle ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığından korunmasında sosyal destek ve rehberlik faktörünün önemini vurgulamaktadır (Aslan ve Yazıcı, 2016).

Araştırmamızda katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin internete erişim araçlarına göre (telefon/tablet-bilgisayar) farklılaşmadığı saptanmıştır. Önay (2014) tarafından yapılan ve ergenlerde internet bağımlılığı yordayıcılarının değerlendirildiği bir araştırmada internet erişimi için cep telefonu kullanan ergenlerin internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Benzer olarak Demirli ve Arslan(2018) tarafından yürütülen çalışmada

da internet erişimi için cep telefonu kullanan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Akıllı telefon kullanımı günümüzde giderek yaygınlaşmakta ve sundukları olanaklarla tablet ve bilgisayarların yerini almaya başlamaktadır. TÜİK tarafından yapılan Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması'na göre (2019) Türkiye'de akıllı telefon kullanım oranı yüzde 54 düzeyindedir. Araştırmamıza katılan üniversite öğrencilerinin çok büyük bir bölümü de (%90,6) internete telefonları aracılığıyla erişim sağladığını belirtmiştir. İnternet erişimi için telefon ve tablet/bilgisayar kullanan gruplar arasında internet bağımlılığı belirti düzeyleri açısından fark bulunmayışının bununla ilgili olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmamızda internet erişimleri sınırsız olan üniversite öğrencileri arasında riskli ve bağımlı internet kullanıcısı olanların internet erişimi kotalı olan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulgusuna erişilmiştir. Araştırmamızın sonuçları ile paralel biçimde Çakır, Ayas ve Horzum (2011) tarafından yayınlanan ve üniversite öğrencilerinde internet ve oyun bağımlılığının çeşitli değişkenlere göre incelendiği bir araştırmada sınırsız internet erişimine sahip öğrencilerde internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Çetinkaya (2013) tarafından yapılan bir diğer çalışmada da sınırsız internet erişimine sahip üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Araştırmamızın sonuçları ve literatürde yer alan bilgiler internet erişiminin sınırsız olmasının üniversite öğrencilerinin internet kullanımlarını kendi kendilerine denetlemelerini zorlaştırdığını (Doğan, Işıklar ve Eroğlu, 2008) ve bunun da internet bağımlılığına zemin hazırladığını düşündürmektedir.

Bu araştırmanın sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı belirti düzeyleri internete erişim amaçlarına göre farklılık göstermektedir. İnterneti sosyal medyaya erişim ve online oyun oynamak amacıyla kullanan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık belirti düzeyleri, interneti haber okuma ve bilgi edinme, dizi ve film izleme, Youtuber takip etme ve e-alışveriş amacıyla kullanan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık belirti düzeylerinden daha yüksek tespit edilmiştir. En yüksek internet bağımlılık belirti düzeyine sahip olan grup ise interneti online oyun oynama amacıyla kullanan üniversite öğrencileridir. Literatürdeki çalışmalar, ortaya çıkan sonuçlarla paralellik göstermektedir. Kaval (2018) tarafından lise öğrencilerine yönelik yapılan bir araştırmada interneti sosyal paylaşım

ile bahis ve kumar oynama amaçlı kullanan bireylerin internet bağımlılık düzeylerinin interneti iletişim, video izleme, müzik dinleme, alışveriş yapma vb. amaçlı kullanan bireylere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirtilmiştir. Ferlibaş (2019) tarafından yapılan bir araştırmanın sonuçlarına göre de internette sosyal paylaşım sitelerini tercih eden ergenlerin internet bağımlılık düzeyleri diğer siteleri tercih eden ergenlerden anlamlı düzeyde yüksektir. Araştırmamızın sonuçları ve literatürde yer alan araştırmaların sonuçları internet erişim amaçlarının internet bağımlılığı geliştirme riski ile ilişkili olabileceğine işaret etmektedir.

Katılımcıların internet bağımlılığı düzeyleri ile günlük ortalama internet kullanım süreleri arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Buna internet kullanım süresi arttıkça internet bağımlılığı düzeyi de artmaktadır. Literatür araştırmaları incelendiğinde araştırma sonucumuza uyumlu olarak internette geçirilen süre ile internet bağımlılığının arasında pozitif ilişki varlığı bildirilmiştir (Pontes ve ark., 2015; Günay ve ark., 2018; Dinç ve Aşkın, 2018; Gündüz ve ark., 2019; Moral ve Kumcağız, 2019; Chung ve ark., 2019; Odacı ve ark., 2020; İsmail ve ark., 2020). İnternet kullanım süresinin artışı ve internet kullanımının sınırlandırılmasının internet bağımlılığı kriterlerinden biri olması nedeniyle (Young, 1996) bu beklenebilir bir sonuçtur.

Katılımcılar UCLA yalnızlık ölçeğinden ortalama  $58.95 \pm 9.90$  puan almıştır. Gülaçtı (2020)'nin üniversite öğrencilerine yönelik çalışmasında katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması  $52.30 \pm 4.48$  olarak bildirilmiş ve katılımcıların yalnızlık düzeylerinin orta düzeyde olduğu belirtilmiştir. Sarıgül (2020)'ün psikoloji öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı düzeyleri ile beğenilme arzusu ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmasında katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması  $12.98 \pm 4.13$  olarak bulunmuş olup, yalnızlık seviyeleri düşük olarak bildirilmiştir. Çetin ve Anuk (2020) tarafından üniversite öğrencilerinde Covid-19 pandemi sürecinde yalnızlık ve psikolojik dayanıklılığın araştırıldığı çalışmada katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden ortalama  $12,42 \pm 4,10$  puan aldığı ve katılımcıların algıladıkları yalnızlık seviyesinin düşük düzeyde bulunduğu belirtilmiştir. Yüksel ve Demirkıran (2019) tarafından yürütülen ve üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve yalnızlığı etkileyen faktörlerin incelendiği bir araştırmada katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması

36.58±10.21 olarak belirtilmiştir. Elkin (2017) tarafından yapılan ve sağlık bilimleri yüksek okulu öğrencilerinde sosyal destek ve yalnızlık durumunun incelendiği bir çalışmada öğrencilerin UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması 36.51±8.22 olarak belirtilmiştir. Literatür incelendiğinde öğrencilerin algıladıkları yalnızlık düzeylerinin çalışmalar arasında farklılık gösterdiği izlenmektedir. Bu farklılığın nedeninin yalnızlığın birçok sosyal, kişisel ve kültürel faktörlerden etkilenmesi olabileceği düşünülmektedir (Michela, Peplau ve Weeks, 1982; Peplau ve Perlman, 1984; Hymel ve ark., 1999).

Araştırmamızda katılımcıların yalnızlık düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı bulgusu elde edilmiştir. Literatür incelendiğinde bireylerin yalnızlık düzeylerinin cinsiyetler arasında değişkenlik gösterip göstermediğine dair çelişkili bulguların yer aldığı görülmektedir. Bazı çalışmalarda üniversite öğrencisi erkeklerin yalnızlık düzeylerinin üniversite öğrencisi kızlardan daha yüksek olduğu belirtilirken (Bugay, 2007; Çeçen, 2008), bazı çalışmalarda ise üniversite öğrencisi kızların yalnızlık düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu bildirilmektedir (Güler, 2012; Karataş ve Karayel, 2011; Körler, 2011; Sarıçam, 2011). Ayrıca üniversite öğrencilerinde yalnızlık algısının cinsiyetler arasında değişkenlik göstermediğinin bildirildiği araştırmalar da mevcuttur (Oruç, 2013; Kılıç, 2014; Karakoç ve Taydaş, 2013, Sarıgül, 2020) Araştırmalar arasındaki farklı sonuçların olası nedenleri arasında çalışma desenleri arasındaki farklılıklar, araştırmaya dahil eden katılımcıların yaş ve kültürel özellikler bakımından gösterdikleri çeşitlilik yer almaktadır.

Bu çalışmada katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile yaş arasında ilişki istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Araştırmamız sonuçları ile uyumlu olarak Bayram ve ark. (2018)'nin üniversite öğrencilerinde sorunlu cep telefonu kullanımı ve yalnızlık düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yaptıkları araştırmalarında öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin yaşa göre değişkenlik göstermediği bildirilmiştir. Aktaş ve Yılmaz (2017) tarafından yapılan bir diğer çalışmada da üniversite öğrencilerinde yaş ile yalnızlık düzeyleri arasında ilişki bulunmamıştır. Bununla birlikte Karakoç ve Taydaş (2013)'in üniversite öğrencileri ile yaptıkları bir araştırmada öğrencilerin yalnızlık düzeyinin yaş ile birlikte arttığı gösterilmiştir. Araştırmamızın üniversite öğrencilerinin katılımı ile yapılmasının ve

bu nedenle örneklem grubunun yaş aralıklarının yakın olmasının yaş ile yalnızlık düzeyi arasında bir ilişki saptanmayışında etkili olabileceği düşünölmektedir.

Araştırmamızda üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin anne ve baba eğitim durumuna göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Araştırmamızda elde edilen bulgular literatür ile paralellik göstermektedir. Elkin(2017) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinde yalnızlık düzeylerinin anne ve baba eğitim durumuna göre farklılık göstermediği belirtilmiştir. Duyan(2010) tarafından lise öğrencileri ile yapılan bir diğer araştırmada ise annesi üniversite düzeyinde eğitim almış olan lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin diğerlerine oranla daha düşük olduğu fakat bireylerin yalnızlık düzeylerinin anne- baba eğitim durumuna göre farklılık göstermediği belirtilmiştir. Araştırmamızın sonuçları ve literatürde yer alan araştırmalar anne-baba eğitim seviyesinin üniversitede öğrenim gören gençlerin yalnızlık hissetmeleri açısından önde gelen bir etken olmadığına işaret etmektedir.

Araştırmamızda yapılan analizlerin sonuçlarına göre katılımcıların yalnızlık düzeylerinin aile gelir durumuna göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Araştırmamız sonuçları ile benzer şekilde Karakoç ve Taydaş (2013) tarafından yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin gelir düzeylerine göre farklılaşmadığı bildirilmiştir. Sevimoğlu (2019) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırmada ise gelir durumu düşük olan katılımcıların yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu ifade edilmiştir. Seçim ve ark (2014)'nın üniversite öğrencilerinin katılımı ile gerçekleştirdikleri yalnızlıkla ilgili bir araştırmanın sonuçlarına göre ise gelir düzeyi daha yüksek olan üniversite öğrencilerinin algıladıkları yalnızlık düzeyinin daha düşük olduğu belirtilmiştir. Duyan ve ark (2010) tarafından yapılan bir çalışmada ise lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin gelir düzeyi arttıkça azaldığı sonucu bulunmuştur. Literatürde yer alan araştırma sonuçları arasında farklılıklar olmakla birlikte düşük gelir düzeyinin artan yalnızlık algısı ile ilişkili olabileceğini düşöndüren bulguların varlığı öne çıkmaktadır. Araştırmaların örneklemleri arasındaki sosyoekonomik farklılıklar elde edilen sonuçların değişkenlik göstermesine neden olabilecek etkenler arasındadır. Çalışmamızın örnekleminin kısıtlılığı ve Covid-19 pandemi dönemi gibi özel koşullarda yürütölmüş olmasının da katılımcıların yalnızlık düzeyleri ve aile gelir durumu arasında bir ilişki saptanmayışında etkili olmuş olabileceği düşünölmektedir.

Katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile nerede yaşadıkları arasında herhangi bir istatistiksel ilişki tespit edilememiştir. Köse (2009) tarafından yapılan bir çalışmada araştırmamızda elde edilen bulgulara paralel bir şekilde yurtda yaşayan ve ailesiyle yaşayan lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri arasında fark tespit edilememiştir. Diğer yandan Çakır ve Palabıyıköğü (1997) tarafından yapılan bir çalışmada ise yurtda yaşayan üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin ailesiyle birlikte yaşayanlardan daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların yalnızlık düzeyleri ile günlük ortalama internet kullanım süreleri arasında negatif yönlü bir ilişki varlığı bulunmuştur. Araştırmamızın örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinde internet kullanım süresi arttıkça yalnızlık düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Araştırmamız sonuçları ile farklı şekilde Sevimoğlu (2019) tarafından yapılan ve üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, yalnızlık ve ilişkili faktörlerin incelediği bir araştırmada öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ile internet kullanım süresi arasında ilişki tespit edilememiştir. Karakoç ve Taydaş (2013) tarafından yapılan bir araştırmada da benzer biçimde üniversite öğrencilerinin internet kullanım süresi ile yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı bildirilmiştir. Araştırma bulguları literatür ile farklılık göstermektedir. Bu durumun çalışmalara dahil edilen katılımcıların internet kullanım süresi ve yalnızlık düzeyleri arasındaki farklılığın neden olduğu düşünülmektedir. Araştırmamızın sonuçlarının literatürde yer alan çalışmalar ile farklılık göstermesinin bu çalışmanın Covid-19 pandemi döneminde yapılmış olması ile ilgili olabileceği düşünülmektedir çünkü bu dönemde üniversite öğrencileri fiziksel olarak bir araya gelememektedir ve çevrimiçi uygulamalar bireylerin en önemli sosyalleşme aracı haline gelmiştir (Karataş, 2020). Bu nedenle internet kullanımının yalnızlık algısını azaltan bir etken haline gelmiş olabileceği düşünülmektedir.

Araştırmamızda katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yani bireylerin internet bağımlılığı belirti düzeyi arttıkça algıladıkları yalnızlık azalmaktadır. Aydoğdu (2020)'nun tıp fakültesi üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı, depresyon ve yalnızlık düzeylerini incelediği araştırmada internet bağımlılığı düzeylerinin yalnızlık düzeylerine bağlı olarak arttığı bildirilmiştir. Gülaçtı (2020) tarafından yapılan ve üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı düzeyleri ile yalnızlık düzeylerinin incelendiği bir araştırmada da öğrencilerin

internet bağımlılığı belirti düzeyi ile algıladıkları yalnızlık arasında düşük düzeyde ve pozitif bir ilişkinin varlığı bildirilmiştir. Morsümbül (2014) tarafından yapılan ve üniversite öğrencilerinin dahil edildiği bir araştırmada da yine internet bağımlılığı yüksek olan öğrencilerde yalnızlık düzeylerinin de yüksek olduğu belirtilmiştir. Ümmet ve Ekşi (2016) tarafından yapılan bir araştırmada da üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasında pozitif ilişki varlığı bildirilmiştir. Oktan (2015) tarafından yürütülen ve 463 üniversite öğrencisinin dahil edildiği bir çalışmada yalnızlık değişkeninin problemleri internet kullanımının anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Literatürde internet bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok çalışma bulunmakta ve bu çalışmalarda elde edilen sonuçlar yalnızlık düzeylerinin internet bağımlılığı belirtilerini yordayan bir etken olduğuna işaret etmektedir (Esen, 2010; Ayas ve Horzum, 2013; Demirel ve ark., 2013; Ezoe ve Toda, 2013; Halley ve ark., 2014; Demir ve ark., 2015). Literatürde yer alan çalışmalar incelendiğinde artan yalnızlık algısının internet bağımlılığı ile ilişkili bir etken olarak öne çıktığını göstermektedir. Ancak araştırmamızda elde edilen bulgular literatür ile çelişmektedir. Bununla birlikte çalışmamızın eğitimin çevrimiçi ortama taşındığı, öğrencilerin kampüste bir araya gelemediği, bireylerin sosyalleşme olanaklarının kısıtlandığı, öğrencilerin olağan koşullarda bir araya gelebildikleri neredeyse tüm etkinliklerin ertelendiği ya da sınırlamalara tabi olduğu Covid-19 pandemi döneminde yapıldığı göz önünde bulundurulmalıdır. Bu özel dönemde tüm gençler için internet ve çevrimiçi uygulamalar en temel sosyalleşme aracı haline gelmiştir. Bireyler ihtiyaç ve arzu ettiği ve doğuştan getirdiği, sosyal ihtiyaçlarını eksik hissettiğinde bunu doymak için sanal ortamlara başvurmakta ve bu sosyal ihtiyacı sanal ortamlarda sınırsız bir şekilde giderebilmektedir (Taş, 2018). Buna bağlı olarak araştırmaya dahil edilen katılımcıların yalnızlık durumlarını internet kullanım düzeylerini artırarak azalttıkları söylenebilir.

Bu araştırmanın sonuçları sınırlılıkları göz önünde bulundurularak değerlendirilmelidir. Öncelikle bu araştırmanı örneklemini İstanbul Gelişim Üniversitesi lisans programlarında eğitim gören 375 öğrenci ile sınırlı olup, daha geniş örneklemlerle çalışmalar sonuçların genellenebilirliğini artıracaktır. Araştırma ile elde edilen veriler Sosyodemografik Bilgi Formu, Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ), UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin ölçtüğü verilerle sınırlıdır. Araştırma çevrimiçi



ortamda yürütülmüş olup öğrenciler ile yüz yüze görüşme yapılmamış olmasının ve internet bağımlılığı belirtilerinin ölçek aracılığıyla değerlendirilmesinin ve klinik görüşme yapılmamış olmasının araştırma sonuçlarını etkileyen bir unsur olabileceği düşünülmektedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmamızda elde edilen sonuçları aşağıdaki şekilde özetlemek mümkündür:

- Araştırmamızda üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirtili düzeyleri katılımcıların % 72.3'ünde risksiz, % 26.1'inde riskli ve % 1.6'sında bağımlı kullanıcı ile uyumlu düzeyde tespit edilmiştir.
- Araştırmamızda internet bağımlılığı belirtili düzeylerinin cinsiyet, baba eğitim durumu, internete ulaşma aracı ve aile gelir durumuna göre farklılaşmadığı bulunmuştur.
- Katılımcıların internet bağımlılığı belirtili düzeylerinin yaşa, anne eğitim durumuna, yaşanan yere, internet erişimi türlerine ve internete erişim amacına göre değişiklik gösterdiği saptanmıştır.
- Yaşın artmasına bağlı olarak internet bağımlılığı belirtili düzeylerinin azaldığı bulunmuştur.
- İnternet bağımlılığı belirtili düzeyleri ile günlük internet kullanım süresi arasında pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır.

- Üniversite öğrencilerinin UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden ortalama  $58.95 \pm 9.90$  puan aldığı tespit edilmiştir.
- Katılımcıların yalnızlık düzeylerinin cinsiyete, yaşa, anne-baba eğitim durumuna, aile gelir durumuna ve yaşanılan yere göre farklılık göstermediği bulunmuştur.
- Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile günlük internet kullanım süreleri arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur.
- Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır.

Bu kapsamda yapılabilecek önerileri aşağıdaki şekilde özetlemek mümkündür:

- Araştırmamızın sonuçları ailesinden ayrı yaşayan üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı riskinin artmış olduğuna işaret etmektedir. Bu nedenle üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığından korunmasında öğrencilere yönelik akılcı internet kullanımı ile ilgili rehberlik çalışmalarının artırılmasının ve öğrencilerin müfredat dışı aktivitelere yönlendirilmesinin yararlı olabileceği düşünülmektedir.
- Üniversite öğrencileri yalnızlık duygusu ile başa çıkabilmek için sanal ortamlara başvurmakta ve sosyalleşme ihtiyaçlarını gidermeye çalışmaktadır. Ancak giderek artan internet kullanım süresinin zamanla internet bağımlılığı için zemin oluşturması olasıdır. Bu unsur göz önünde bulundurularak öğrencilerin yalnızlık algılarının değerlendirilmesi, yüz yüze bir araya gelme olanaklarının artırılması, öğrencilerin kampüs içinde ulaşabilecekleri spor, sanat vb. kültürel faaliyetlerin artırılması önemlidir.

Bu kapsamda ileride yapılacak çalışmalarla ilgili olarak öneriler aşağıdaki gibidir:

- Araştırmamızın örneklemini İstanbul Gelişim Üniversitesi lisans programlarında eğitim gören 375 öğrenci ile sınırlı olup, üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı belirti düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında ilişkiyi inceleyen geniş örneklemlilerde araştırmaların literatüre katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

- Araştırmada katılımcıların internet bağımlılığı belirti düzeylerinin klinik görüşme ile değerlendirilmemiş olması araştırmaya sınırlılık oluşturmaktadır. İleride yapılacak çalışmalara, klinik olarak internet bağımlılığı tanısı konulmuş bireylerin dahil edilmesi sonuçların geçerliliğini artıracaktır.



## KAYNAKÇA

- Acharya, A. (2012). Depression, Loneliness And Insecurity Feelings Among the Elderly Female Living in Old Age Homes of Agatala. *Indian J of Gerontology*, 26(4):524–36.
- Akdağ, M., Şahan Yılmaz, B., Özhan, U., & Şan, İ. (2014). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (İnönü Üniversitesi örneği). *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 73-96.
- Akgün, E. (2001). Huzurevlerinde Yaşayan Yaşlı Bireylerin Algıladıkları Yalnızlık Duyguları Ve Yaşam Kaliteleri Üzerine Etkileri. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). *İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü*, İstanbul.
- Akhun, İ. (1988). Yurtkur Yurtlarında Barınan Öğrencilerin Beklenti ve Problemleri, Ankara: Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu Yayınları.
- Aktaş, H., & Yılmaz, N. (2017). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 85-100.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). Ruhsal bozuklukların tanılmal ve sayımsal el kitabı (5. basım) (DSM-V) (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Anderson, E.L, Steen, E., ve Stavropoulos, V. (2017). Internet use and Problematic Internet Use: a systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(4): 430–454.
- Anlayışlı, C., & Serin, N. B. (2019). Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresyonun cinsiyet, akademik başarı ve internete giriş süreleri açısından incelenmesi. *Folklor/edebiyat*, 25(97), 730-743.
- Anlı, G. (2018). Kişilerarası Duyarlılık ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 103-118.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1: 55-67.
- Arkar, H., Sarı, H. (2004). Relationship Between Quality of Life, Perceived Social Support, Social Network and Loneliness in A Turkish Sample. Yeni Symposium: Psikiyatri, *Nöroloji ve Davranış Bilimleri Dergisi*, 42(1), 20-27.
- Armstrong, L.,Phillips, J.G., ve Saling, L.L. (2000). Potential determinants of heavier internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies*, 53: 537-550.

- As, M. (2015). Bir öğrenci yurdunda kalan üniversite öğrencilerindeki İnternet bağımlılığı ile Beck Depresyon Ölçeği arasındaki ilişki. *Konuralp Tıp Dergisi*, 7(1), 6-14.
- Aslan E. ve Yazıcı, A. (2016). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Sosyodemografik Faktörler. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 19, 109-117.
- Aslan, E., ve Yazıcı, A. (2016). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve ilgili sosyodemografik faktörler. *Türk Klinik Psikiyatri Dergisi*, 19 (3): 109-117.
- Ayazseven, Ö., ve Önder, FC. (2018). Ergenlerde internet bağımlılığı: depresyon ve yalnızlığın rolü. In 3rd Eurasian Conference on Language and Social Sciences Antalya, 31
- Aydoğdu, S. (2020). Tıp fakültesi öğrencileri arasında internet bağımlılığı sıklığı, yalnızlık ve depresyonla ilişkisinin incelenmesi, Uzmanlık Tezi, Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Zonguldak.
- Balcı, Ş., & Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk İletişim*, 6(1), 5-22.
- Balta, Ö. Ç. ve Horzum, M. B. (2008). Web tabanlı öğretim ortamındaki öğrencilerin internet bağımlılığını etkileyen faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(1); 185-203.
- Baykan, N. (2014). Anne Baba Tutumları İle İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi (Sultanbeyli İlçesi Örneği), Yeditepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bayraktar, F. (2001). İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü, Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Baysan-Arslan, S., Cebeci, S., Kaya, M., & Canbal, M. (2016). Relationship between internet addiction and alexithymia among university students. *Clinical and Investigative Medicine*, S111-S115.
- Beck, F., Richard, JB., Nguyen-Thanh, V., Montagni, I., Parizot, I., ve Renahy, E. (2014). Use of the internet as a health information resource among French young adults: results from a nationally representative survey. *J Med Internet Res*, 16(5):e128.
- Bernardi, S., ve Pallanti, S. (2009). Internet addiction: A descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. *Compr Psychiatry*, 50: 510–516.
- Booth, R. (2000). Loneliness as a component of psychiatric disorders. *MedGenMed*, 2(2).
- Buluş, M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. PAÜ. *Eğitim Fakültesi Dergisi*. Sayı:3, 82-90.

- Byun, S., Ruffini, C., Mills, JE., Douglas, AC., Niang, M., ve Stephenkova, S. (2009). Internet addiction: Metasynthesis of 1996–2006 quantitative research. *Cyberpsychology & Behavior*, 12: 203–207.
- Canan, F., Ataoglu, A., Ozcetin, A., & Icmeli, C. (2012). The association between Internet addiction and dissociation among Turkish college students. *Comprehensive psychiatry*, 53(5), 422-426.
- Carli, V., Durkee, T., Wasserman, D., Hadlaczky, G., Despalins, R., ve Kramarz, E.(2013). The association between pathological internet use and comorbid psychopathology: A systematic review. *Psychopathology*, 46(1): 1–13.
- Chuang, Y.C. (2006). Massively multiplayer online roleplaying game – induced seizures: a neglected health problem in internet addiction. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*, 9(4):451 - 6.
- Cooper, A., Delmonico, DL., ve Burg, R. (2010). Cybersex users, abusers, and compulsives: new findings and implications. *Sex Addict Compulsivity*, 7(1-2):5–29.
- Çağrı, R. (2010). Zorbalık yapan ve zorbalığa maruz kalan çocukların kişilik özelliklerinin karşılaştırılması (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Çakır, H. ve Topçu, H. (2005). Bir İletişim Dili Olarak İnternet. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19, 71-96.
- Çakır, Ö., Ayas, T., & Horzum, M. B. (2011). Üniversite Öğrencilerinin İnternet Ve Oyun Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Journal Of Faculty Of Educational Sciences*, 44(2).
- Çakır, Y., & Palabıyıkoglu, R. (1997). Gençlerde Sosyal Destek-Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Güvenirlik Ve Geçerlik Çalışması. *Kriz Dergisi*, 5(1), 15-24.
- Çelen, F.K., Çelik, A., ve Seferoğlu, S.S. (2011). Çocukların İnternet Kullanımları ve Onları Bekleyen Çevrim-İçi Riskler, Akademik Bilişim, 2-4 Şubat, İnönü Üniversitesi.
- Çetin, C., & Anuk, Ö. (2020). Covid-19 Pandemi Sürecinde Yalnızlık Ve Psikolojik Dayanıklılık: Bir Kamu Üniversitesi Öğrencileri Örnekleme. *Avrasya Sosyal Ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 170-189.
- Çevik, GB., ve Çelikkaleli, Ö. (2010). Ergenlerin Arkadaş Bağlılığı Ve İnternet Bağımlılığının Cinsiyet, Ebeveyn Tutumu Ve Anne Baba Eğitim Düzeylerine Göre İncelenmesi, *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(3), s. 225-240.
- Çoban, A., ve Gümüşel, O. (2008). Alkol ve Madde Bağımlılığı. İstanbul: NP Yayınları; 40- 5.
- Daniel, K. (2013). Loneliness and Depression among University Students in Kenya ? *Global Journal of Human Social Science*, 4(1.0).

- Davis, RA. (2001). Cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Comput human behav*, 17(2):187–95.
- De Jong-Gierveld, J., ve Raadschelders, J. (1982). Types of loneliness. Loneliness: A sourcebook of current theory, *Research and therapy*, 105-119.
- Delmonico, DL., ve Griffin, EJ. (2011). *Internet Addiction: A Handbook and guide to evaluation and treatment*. Hoboken: John Wiley & Sons.
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. [Validity and reliability of the UCLA loneliness scale]. *Türk Psikoloji Dergisi* , 7, 14–18
- Demir, S., Buğa, A. (2019). The relationship between loneliness and internet addiction in university students: The mediating role of cognitive distortions, *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 20(3): 859-875.
- Dinç, A., ve Aşkın, A. (2018). Internet addiction among vocational students in Çanakkale; Example of Biga Vocational School/ Çanakkale’de meslek yüksekokulu öğrencileri arasında internet bağımlılığı; Biga Meslek Yüksekokulu örneği. *Journal of Human Sciences*, 15(1): 112-122.
- Doğan, A. (2013). İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
- Doğan, H., Işıklar, A., & Eroğlu, S. E. (2008). Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (18), 106-124.
- DSM-5. (2008). Internet Addiction. *The American Journal of Psychiatry*, 165(3): 306-307
- Durmuş, H., Günay, O., Yıldız, S., Timur, A., Balcı, E., & Karaca, S. (2018). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve üniversite yaşamı boyunca değişimi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(4), 383-389.
- Duy, B. (2003). Bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı grupla psikolojik danışmanın yalnızlık ve fonksiyonel olmayan tutumlar üzerine etkisi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara.
- Duyan, V., Duyan, G. Ç., Çifti, E. G., Sevin, Ç., Erbay, E. ve İkizoğlu, M. (2010). Lisede Okuyan Öğrencilerin Yalnızlık Durumlarına Etki Eden Değişkenlerin İncelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(150): 28-41.
- Elkin, N. (2017). Sağlık Bilimleri Yüksekokulu Öğrencilerinin Sosyal Destek Ve Yalnızlık Durumlarının Değerlendirilmesi. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 89-96.
- Elkin, N. (2017). Sağlık bilimleri yüksekokulu öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık durumlarının değerlendirilmesi. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 89-96.

- Esen, E., ve Siyez, D. (2011). "Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psikososyal Değişkenlerin İncelenmesi", *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 127-138.
- Ferlibaş, S. (2019). Ergenlerde Görülen İnternet Bağımlılığının Ruminasyon Düzeyi, Problem Çözme Becerileri ve Bazı Psikolojik Problemler Açısından İncelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Filiz, O., Osman, E. R. O. L., Dönmez, F. İ., & Kurt, A. A. (2014). BÖTE bölümü öğrencilerinin sosyal ağ siteleri kullanım amaçları ile internet bağımlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Instructional Technologies & Teacher Education*, 3(2).
- Fioravanti, G., Dèttore, D., ve Casale, S. (2012). Adolescent Internet addiction: testing the association between self-esteem, the perception of Internet attributes, and preference for online social interactions. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(6), 318-323.
- Galanaki, E. (2004). Are children able to distinguish among the concepts of aloneness, loneliness, and solitude?. *International Journal of Behavioral Development*, 28(5), 435-443.
- Geçtan, E. (2005). İnsan Olmak. İstanbul: Metis Yayınları.
- Gerson, A. C., ve Perlman, D. (1979). Loneliness and expressive communication. *Journal of Abnormal Psychology*, 88(3), 258.
- Griffiths, M. (2003). Internet gambling: issues, concerns, and recommendations. *Cyberpsychol Behav*, 6(6):557-68.
- Griffiths, MD. (2012). Internet sex addiction: A review of empirical research. *Addiction Research & Theory*, 20(2): 111-124.
- Gülaçtı, F. İnternet Bağımlılığı İle Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkisi. *Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(2), 213-229.
- Günbatır, MS., ve Gökçearslan, Ş. (2012). Ortaöğrenim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama, 2 (2), s.10-24.
- Ha, JH., Kim, SY., Bae, SC., Bae, S., Kim, H., ve Sim, M. (2007). Depression and internet addiction in adolescents. *Psychopathology*, 40: 424-430.
- Hawi, NS. (2012). Internet addiction among adolescents in lebanon. *Computers in Human Behavior*, 28: 1044-1053.
- Hymel, S., Tarulli, D., Hayden Thomson, L., ve Terrell-Deutsch, B. (1999). Loneliness through the eyes of children. Teoksessa Rotenberg KJ & Hymell S.(toim.) Loneliness in childhood and adolescence.



- Işık, U. (2007). Medya Bağımlılığı Teorisi Doğrultusunda İnternet Kullanımının Etkileri ve İnternet Bağımlılığı. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Iyitoğlu, O., & Çeliköz, N. (2017). Exploring the impact of internet addiction on academic achievement. *European Journal of Education Studies*.3(5), 38-59.
- İçel, K. (1998) Kitle haberleşme hukuku. Basın radyo-televizyon sinema internet. İstanbul, Beta Yayınları.
- İşsever, N. K. (2016). İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencilerinde Yaygınlığının İncelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, İstanbul.
- Jeon, JH. (2005). The effect of extent of Internet use and social supports for adolescent depression and self-esteem. Unpublished master's thesis, Seoul: The Graduate School of Yonsei University.
- Jones, S., Johnson-Yale, C., Pérez, FS., ve Schuler, J. (2017). The internet landscape in college. Yearbook of the National Society for the Study of Education, 106(2): 39-51.
- Jones, W. H., ve Hebb, L. (2003). The experience of loneliness: Objective and subjective factors. *The International Scope Review*, 5(9), 41-68.
- 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, Bursa.
- Karaer, Y., & Akdemir, D. (2019). Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction. *Comprehensive psychiatry*, 92, 22-27.
- Karakoç, E., & Taydaş, O. (2013). Bir Serbest Zaman Etkinliği Olarak Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanımı İle Yalnızlık Arasındaki. *Selçuk İletişim*, 7(4), 33-45.
- Karakurt, P., Hacıhasanoğlu, R., ve Yildirim, A. (2012). Loneliness in elderly individuals, level of dependence in activities of daily living (ADL) and influential factors. *Archives of gerontology and geriatrics*, 54(1), 61-66.
- Karasu, F., Bayır, B., ve Çam, HH. (2017). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ve sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14): 375-388.
- Karataş, Z. (2020). Covid-19 Pandemisinin Toplumsal Etkileri, Değişim Ve Güçlenme. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 3-17.
- Kaval, A. (2018). Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yordayıcıları: Bir Yapısal Eşitlik Modellemesi. (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir

- Kaya, S. (2005). Öğrenilmiş Çaresizlik Düzeyleri Düşük ve Yüksek Olan İlköğretim Öğrencilerinin Öğrenme ve Öğretme Sürecine İlişkin Görüşleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Khan, MA., Shabbir, F., ve Rajput, TA. (2017). Effect of gender and physical activity on internet addiction in medical students. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 33(1): 191- 194.
- Kırağ, N., Güver, Y. (2019). Hemşirelik öğrencilerinin internet bağımlılığı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi – Journal of Dependence*, 20(4): 232-240.
- Kırmık, D., Susam, E., & Özbek, R. (2019). Öğretmen adaylarının internet bağımlılık düzeyi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 976-986.
- Ko, CH., Yen, JY., Chen, CC., Chen, SH., ve Yen, CF. (2015). proposed diagnostic criteria of Internet addiction for adolescents. *J of Nervous and Mental Disease*, 193(11) 728–733.
- Ko, CH., Yen, JY., Chen, CS., Chen, CC., ve Yen, CF. (2018). Psychiatric comorbidity of internet addiction in college students: An interview study. *CNS Spectrums Journal*, 13: 147-153.
- 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, Adana.
- Koçak, R. (2003). Üniversite öğrencilerinde aleksitimi ve yalnızlığın bazı değişkenler açısından karşılaştırılması ve aralarındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 19,3, 15-24.
- Köse, E. (2009). *Yurtta Kalan Ve Ailesiyle Birlikte Yaşayan Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Ve Sosyal Destek Düzeylerinin İncelenmesi* (Doctoral Dissertation, Deü Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Kuss, DJ., ve Griffiths, MD. (2011). Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *Int J Environ Res Public Health*, 8(9):3528–52.
- Leiner, B. M., Cerf, V. G., Clark, D. D., Kahn, R. E., Kleinrock, L., Lynch, D. C., ve Wolff, S.S. (1997). The Past and Future History of the Internet. *Communications of the ACM*, 40(2), 102-108.
- Martens, H.J. (2010). Schizoid personality disorder linked to unbearable and inescapable loneliness. *Eur. J. Psychiat*, 24(38-45):24.
- Meltzer, H., Bebbington, P., Dennis, M.S., Jenkins, R., McManus, S., ve Brugha, T.S. (2013). Feelings of loneliness among adults with mental disorder, *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, Vol. 28 No. 1, pp. 5-13.

- Michela, J. L., Peplau, L. A., ve Weeks, D. G. (1982). Perceived dimensions of attributions for loneliness. *Journal of personality and social psychology*, 43(5), 929.
- Mishra, SK., Behera, UK., ve Jena, SK. (2013). Assessment and Evaluation of Depression and Loneliness among People Living with HIV in Selected Places of Coastal Andhra Pradesh. *Indian J of Public Health Research and Development*, 4(3):261–66.
- Moral, R., ve Kumcağız, H. (2019). Internet addiction in adolescence: Evaluation from mother, father and peer relationship perspectives. *Sosyal Bilimler Arastirmalari Dergisi*, 9(2): 335-346.
- Morrison, C. M., & Gore, H. (2010). The relationship between excessive Internet use and depression: a questionnaire-based study of 1,319 young people and adults. *Psychopathology*, 43(2), 121-126.
- Morsünbül, Ü. (2014). İnternet bağımlılığının bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumu ile ilişkisi. *International Journal of Human Sciences*, 11(1), 357-372.
- Moustakas, C. (1961). The sense of self. *Journal of Humanistic Psychology*, 1(1), 20-34.
- Mushtaq, R., Shoib, S., Shah, T., ve Mushtaq, S. (2014). Relationship between loneliness, psychiatric disorders and physical health? A review on the psychological aspects of loneliness. *Journal of clinical and diagnostic research: JCDR*, 8(9), WE01.
- Odacı, H., Değerli, FI., Çıkırıkçı, N. (2020). Internet addiction in high school and university students: an evaluation in terms of various psychological, social and personal variables. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 1-12.
- Özatça, A. (2009). Ergenlerde Sosyal Ve Duygusal Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Aile İşlevleri. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Özen, Ü. (2010). Yalnızlık olgusu ve sanal sohbetin yalnızlığın paylaşımına etkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*.
- Özgen, F., ve Bavlı, Ö. (2017). Investigation of internet addiction and personality relationship among university students. *Uluslararası Spor Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 3(4): 129-141.
- Özodaşık, M. (1989), Yalnızlığın Çeşitli Değişkenlerle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Öztürk, H. (2006). Öğrencilerde Yalnızlık Ve Sosyal Destek İle Bunlara Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi, *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16 (1), 385-386.

- Park, SK., Kim, JY., ve Cho, CB. (2008). Prevalence of Internet and correlation with family factors among South Korea adolescents. *Adolescence*, 43(172): 895-900.
- Pektaş, İ., & Mayda, A. S. (2018). Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı düzeyi ve etkileyen etmenler. *Sakarya Tıp Dergisi*, 8(1), 52-62.
- Peplau, L. A., Miceli, M., ve Morasch, B. (1982). Loneliness and self-evaluation. Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy, 135-151.
- Peplau, L.A. ve Perlman, D. (1984). Loneliness research: A survey of empirical findings. L. A. Peplau ve S. E. Goldston (Ed.), Preventing the harmful consequences of severe and persistent loneliness in (s. 13-47). Rockville, MD: National Institute of Mental Health.
- Reichmann, F. F. (1959). Loneliness. *Psychiatry*, 22(1), 1-15.
- Rogers, C. (1994). Etkileşim grupları (Çev. H. Erbil). Ankara: Ekin Yayınları.
- Rosenberg, KP., ve Feder, LC. (2014). Behavioral addictions: criteria, evidence, and treatment. London: Elsevier academic press.
- Sağır, M., & Doğruluk, S. (2018). Öğretmen Adaylarının Sosyal Medyaya İlişkin Tutumları İle İnternet Bağımlılıkları Arasındaki İlişki. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 1041-1063.
- Saks, M. (1988). *Social Psychology and Its Applications*. New York Harper and Row Pub.
- Sarıgül, U. (2019). Psikoloji Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı Düzeyleri İle Beğenilme Arzusu Ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: İzmir Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Mersin.
- Sartre, J. (2015). *Varoluşçuluk* (Bezirci A, Çeviri Editörü), İstanbul: Say Yayınları
- Schneider, JP. (1994). Sex addiction: controversy within mainstream addiction medicine, diagnosis based on the DSM-III-R, and physician case histories. *Sex Addict Compulsivity*, 1:19– 44.
- Seçim, Ö. Y., Alpar, Ö., & Algür, S. (2014). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık: Akdeniz Üniversitesinde Yapılan Ampirik Bir Araştırma. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(48), 200-215.
- Seginer, R., ve Lilach, E. (2004) .How Adolescents Construct Their Future: The Effect of Loneliness on Their Orientation. *Journal of Adolescence*, 27 (6) 625-643.
- Sevinç, H., & Taş, İ. (2020). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Düşünme İhtiyacı ve Duyguları İfade Etme Arasındaki İlişki. *Yaşadıkça Eğitim*, 34(2), 523-541.

- Shaw, M., ve Black, DW. (2008). Internet addiction: definition, assessment, epidemiology and clinical management. *CNS Drugs*, 22(5):353–65.
- Shek, DT., Zhu, X., ve Ma, C. (2018). The influence of parental control and parent-child relational qualities on adolescent Internet addiction: A 3-year longitudinal study in Hong Kong. *Frontiers in psychology*, 9: 642.
- Shen, Y., Meng, F., Xu, H., Li, X., Zhang, Y., Huang, C., Luo, X., ve Zhang, XY. (2020). Internet addiction among college students in a Chinese population: Prevalence, correlates, and its relationship with suicide attempts. *Depression and Anxiety*, 1–10.
- Singh, B., ve Kiran, U V. (2013). Loneliness among elderly women. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 2(2):10–14
- Soydan, ZM. (2015). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişki, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, İstanbul.
- Stavropoulos, V., Alexandraki, K., ve Motti-Stefanidi, F. (2013). Recognizing internet addiction: Prevalence and relationship to academic achievement in adolescents enrolled in urban and rural Greek high schools. *Journal Of Adolescence*, 36 (3), 565-576.
- Subrahmanyam, K., ve Smahel, D. (2011). *Digital youth: The role of media in Development*. New York: Springer Science and Business Media.
- Suhail, K., ve Bargees, Z. (2006). Effects of excessive Internet use on undergraduate students in Pakistan. *CyberPsychology & Behavior*, 9(3): 297–307.
- Şahin, C., ve Yağcı, M. (2017). Sosyal medya bağımlılığı ölçeği-yetişkin formu: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. Ahi Evran Üniversitesi *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 18(1), 523-538.
- Şıklar, E., Tunalı, D., & GüLcan, A. G. B. (2015). Mobil İnternet Kullanımının Benimsenmesinde Yakınsama FaktörüYle Teknoloji Kabul Modeli. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(2), 99-110.
- Tao, R., Huang, X., Wang, J., Zhang, H., Zhang, Y., ve Li, M. (2010). Proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Addiction*, 105(3):556–64.
- Taş, İ. (2018). Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Psikolojik Belirtilerin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 31-41.
- Taş, İ., Eker, H.ve Anlı, G. (2014). Orta öğretim öğrencilerinin internet ve oyun bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 1(2), 37-57.
- Turel, O., Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *Eur J Inf Syst*, 21(5):512–28

- TÜİK (2020). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (Bt) Kullanım Araştırması. [https://Data.Tuik.Gov.Tr/Bulten/Index?P=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(Bt\)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679](https://Data.Tuik.Gov.Tr/Bulten/Index?P=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(Bt)-Kullanim-Arastirmasi-2020-33679) 02.05.2021 tarihinde erişilmiştir.
- Ulutaşdemir, N., Sergek, E., Bakır, E., & Deniz, E. (2017). Geleceğin Sağlık Profesyonellerinde İnternet Bağımlılığının Yaşam Kaliteleri Üzerine Etkisi. *Zeynep Kamil Tıp Bülteni*, 48(2), 44-48.
- Ümmet, D., & Ekşi, F. (2016). Türkiye’deki Genç Yetişkinlerde İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık Ve Sanal Ortam Yalnızlık Bağlamında Bir İnceleme. *Addicta: The Turkish Journal On Addictions*, 3(1), 29-53.
- Ünlü, F. (2015). Ebeveyni Boşanmış Bireylede Benlik Saygısı, Yalnızlık Ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vazquez, FL., ve Blanco, V. (2008). Prevalence of DSM–IV major depression among Spanish university students. *Journal of American College Health*, 57(2): 165– 171.
- Vitkus, J., L.M. Horavitz. (1987). Poor social performance of lonely people: lacing a skill or adapting a role? *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(6): 1266-1273.
- Wang, H., Zhou, X., Lu, C., Wu, J., Deng, X., ve Hong, L. (2011). Problematic internet use in high school students in Guangdong province, *China. PLoS One*, 6:e19660.
- Wang, L.S., Lee, S., ve Chang, G. (2003). Internet over - Users’ psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*, 6 (2):143 - 50.
- We Are Social (2019). The Global State of Digital in October 2019. Retrieved from <https://wearesocial.com/> 25.11.2020 tarihinde erişilmiştir.
- Weiss, R. S. (1987). Reflections on the present state of loneliness research. *Journal of social Behavior and Personality*, 2(2), 1.
- Wolak, J., ve Finkelhor, D. (2011). Sexting: a typology. Crimes against children research center, 1–11.
- Woodward, J. ve Frank, B. D. (1988). Rural adolescent loneliness and coping strategies. *Adolescence*, 23(91), 459-565.
- Wu CY, Lee MB ve Liao SC (2015). Risk factors of internet addiction among internet users: an online questionnaire survey. *PloS one*, 10, 1-10.
- Yalom, D. (2013). Varoluşçu Psikoterapi (Babayiğit İyidoğan Z, Çeviri Editörü), İstanbul: Kabalcı Yayıncılık.
- Yalom, I. (2001). Varoluşçu psikoterapi. (Z.İ. Babayiğit, Çev.). İstanbul: Kabalcı Yayınevi.

- Yavuz, O. (2018). Ergenlik döneminde internet bağımlılığının okul başarısı üzerinde etkileri. *OPUS –Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(15), 1056-1080.
- Yavuzarslan Gök, A. (2017). Ergenlerde problemlili internet kullanımı, kişilik özellikleri ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz Z. (2019). 18-25 Yaş Arası Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Depresyon ve Yalnızlık ile İlişkinin Değerlendirilmesi. İnönü Üniversitesi Tıp 61 Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı Tıpta Uzmanlık Tezi, Malatya.
- Yılmaz, D., Çınar, H. G., & Özyazıcıoğlu, N. (2017). Hemşirelik öğrencilerinde akıllı telefon ve internet bağımlılığı ile üst ekstremitte fonksiyonel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(3), 34-39.
- Yılmaz, M., Yılmaz, A., Sönmez, C. I., & Aşıkhasan, İ. (2019). Düzce İli Aile Sağlığı Merkezi Çalışanlarında İnternet, Sigara, Alkol, Madde Bağımlılığı İle Kişilik İlişkisi. *Assessment*, 62, 70.
- Young, J. E. (1982). Loneliness, Depression and Cognitive Therapy: Theory and Application. In L. A. Peplau, & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy* (pp. 1-18). New York: Wiley.
- Young, K., Pistner, M., O'Mara, J., ve Buchanan, J. (1999). Cyber disorders: the mental health concern for the new millenium. *Cyberpsychol Behav.* (5);475–9.
- Young, KS. (1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychol Behav*, 1(3):237–44.
- Young, KS. (2017). The evolution of internet addiction. *Addict Behav*, 64:229–30.
- Young, KS., ve Cristiano, NDA. (2017). Internet addiction in children and adolescents: risk factors, assessment, and treatment. New York: Springer Publishing Company.
- Yüksel, G. (2002). Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini etkileyen faktörler. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, (3), 37-57.
- Yüksel, R., & Demirkıran, F. (2019). Hemşirelik Öğrencilerinde Yalnızlık Ve Etkileyen Faktörler. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 2(2), 18-23.
- Yüksel, R., ve Demirkıran, F. (2019). Hemşirelik öğrencilerinde yalnızlık ve etkileyen faktörler. *Hemşirelik Bilimi Dergisi*, 2(2), 18-23.
- Zarbaksh Bahri, MR., Rashedi, V. ve Khademi, MJ. (2013). Öğrencilerde yalnızlık ve internet bağımlılığı. *Sağlığı Geliştirme Yönetimi Dergisi*, 2 (1), 32-38.
- Zilboorg, G. (1938). (1938) Loneliness. *Atlantic Monthly*, January, 45.

## EKLER

### EK-1: Sosyodemografik Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz:  Kız  Erkek

2. Yaşınız:

3. Annenizin eğitim durumu:  ilkokul  ortaokul  lise  lisans ve üstü

Babanızın eğitim durumu:  ilkokul  ortaokul  lise  lisans ve üstü

4. Ailenizin aylık geliri:  3000 TL ve altı  3000-7000 TL  7000 TL-10000  10000 TL ve üstü

5. Nerede yaşıyorsunuz?:  Aile ile  Yalnız  Ev arkadaşı ile  Yurt

6. İnternete en sık hangi araçla erişim sağlıyorsunuz?  Telefon  Tablet/Bilgisayar

7. İnternet erişiminiz  kotalı  sınırsız

8. Ortalama olarak günde kaç saatinizi internette geçirmektesiniz? .....

9. İnterneti hangi amaçlar için kullanmaktasınız? (Birden çok seçeneği işaretleyebilirsiniz.)

Haber okuma ve bilgi edinme  Sosyal medya kullanımı  Online oyun oynama  Dizi ve film izleme

Youtuber takip etme  e alışveriş  Diğer.....

10. Psikolojik, psikiyatrik destek alıyor musunuz?:  Evet  Hayır

Evet ise nedeni nedir ?.....



## EK-2: İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Aşağıdaki sorularda, size en uygun düşen şıkkı işaretleyiniz:

0: Hiçbir zaman 1: Nadiren 2: Ara sıra 3: Çoğunlukla 4: Çok Sık 5: Her zaman

1. Ne sıklıkla planladığınızdan daha fazla süre internette kalıyorsunuz?	1	2	3	4	5
2. Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?	1	2	3	4	5
3. Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?	1	2	3	4	5
4. Ne sıklıkla internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurarsınız?	1	2	3	4	5
5. Ne sıklıkla bir işe başlamadan önce e-postanızı (e-mail) denetlersiniz?	1	2	3	4	5
6. Ne sıklıkla okula devamanız internette dolaylı olumsuz etkilenir?	1	2	3	4	5
7. Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?	1	2	3	4	5
8. Çevrenizdekiler ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın fazlalığından şikayet eder ?	1	2	3	4	5
9. Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?	1	2	3	4	5
10. Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internette girersiniz?	1	2	3	4	5
11. Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?	1	2	3	4	5
12. Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağı düşünürsünüz?	1	2	3	4	5
13. Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kinci konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?	1	2	3	4	5
14. Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?	1	2	3	4	5
15. İnternette olmadığınız zamanlarda ne sıklıkla interneti düşünür veya internete girmeyi hayal edersiniz?	1	2	3	4	5
16. Kendinizi ne sıklıkla internetteyken "yalnızca birkaç dakika daha" derken bulursunuz?	1	2	3	4	5
17. Ne sıklıkla İnternette harcadığınız zamanın miktarını azaltmaya çalışır ve başarısız olursunuz?	1	2	3	4	5
18. İnternette kaldığınız süreyi ne sıklıkla saklamaya çalışırsınız?	1	2	3	4	5
19. Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?	1	2	3	4	5
20. Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlırsınız?	1	2	3	4	5

### EK-3: UCLA Yalnızlık Ölçeği

*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.*

\*1 puan (Hiç yaşamadım), 2 puan (Nadiren Yaşarım), 3 puan (Bazan Yaşarım), 4 puan (Sık sık Yaşarım)

1. Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum.	1	2	3	4
2. Arkadaşım yok.	1	2	3	4
3. Başvurabileceğim hiç kimse yok.	1	2	3	4
4. Kendimi tek başıyım gibi hissetmiyorum.	1	2	3	4
5. Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum.	1	2	3	4
6. Çevremdeki insanlarla bir ortak yönüm var.	1	2	3	4
7. Artık hiç kimseyle samimi değilim.	1	2	3	4
8. İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşılıyor.	1	2	3	4
9. Dışa dönük bir insanım.	1	2	3	4
10. Kendime yakın hissettiğim insanlar var.	1	2	3	4
11. Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum.	1	2	3	4
12. Sosyal ilişkilerim.	1	2	3	4
13. Hiç kimse beni gerçekten iyi tanımıyor.	1	2	3	4
14. Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum.	1	2	3	4
15. İstedğim zaman arkadaş bulabilirim.	1	2	3	4
16. Beni gerçekten anlayan insanlar var.	1	2	3	4
17. Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum.	1	2	3	4
18. Çevremde insanlar var ama benimle değiller.	1	2	3	4
19. Konuşabileceğim insanlar var.	1	2	3	4
20. Derdimi anlatabileceğim insanlar var.	1	2	3	4

## EK-4: Etik Kurul İzni



T.C.  
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ  
Etik Kurul Başkanlığı

### ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

TOPLANTI TARİHİ : 21.08.2020  
TOPLANTI SAYISI : 2020-22

**KARAR NO: 2020-22-02:** Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Programı 180624152 numaralı öğrencisi Kübra KERESTECİ'nin "Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Yalnızlık Duygusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu tezi hakkında yapacağı anket çalışmasının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, Etik Kurulumuzun 30.04.2020 tarih ve 2020-12 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy çokluğu ile karar verildi.