

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DİJİTAL BAĞIMLILIKLARININ SOSYAL KAYGI DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Aysel ARSLAN¹, Sait BARDAKÇI²

1 Dr. Öğretim Üyesi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri MYO, Çocuk Gelişimi Bölümü, arslanaysel.58@gmail.com, ORCID: 0000-0002-8775-1119.

2 Doç. Dr., Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, İİBF, İşletme Bölümü, sbardakci@cumhuriyet.edu.tr, ORCID: 0000-0003-3720-5029.

Geliş Tarihi: 28.03.2020 Kabul Tarihi: 17.03.2021 DOI: 10.37669/milliegitim.710703

Öz: Bu çalışmanın amacı; üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin ve sosyal kaygılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi ve dijital bağımlılık düzeyinin öğrencilerin sosyal üzerinde bir etkisinin olup olmadığını belirlemesidir. Araştırmanın örneklemi, 2019-2020 akademik yılı güz döneminde Sivas Cumhuriyet Üniversitesinde öğrenim gören 649 kadın 455 erkek olmak üzere 1104 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada tarama modelleri arasında bulunan seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Verilerin elde edilmesinde “*Dijital Bağımlılık Ölçeği*” ile “*Sosyal Kaygı Ölçeği*” kullanılmıştır. Verilerin normallik sınavında çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alınırken, analiz aşamasında ise bağımsız gruplar t testi, tek yönlü ANOVA ve Tukey testleri ile yapısal eşitlik modellemesi altında yol analizi yöntemleri kullanılmıştır. Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık alt faktörlerinde cinsiyet, sınıf düzeyi, ikamet yeri ve mezun olunan lise türü değişkenleri açısından anlamlı farklılıklar tespit edilirken, sosyal kaygı alt faktörlerinde ise hiçbir değişkene göre anlamlı farklılık gözlenmemiştir. Yol analizi neticesinde, modelin verilerle kabul edilebilir düzeyde uyumlu olduğu belirlenmiş, bununla birlikte öğrencilerin dijital bağımlılık düzeylerinin sosyal kaygı düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, Dijital Bağımlılık, Sosyal Kaygı

INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF UNIVERSITY STUDENTS' DIGITAL ADDICTIONS ON SOCIAL ANXIETY LEVELS

Abstract:

The aim of this study is to examine the digital dependence levels and social anxiety of university students in terms of various variables and to determine whether students' digital dependence level has an effect on their social anxiety levels. The sample of the study consists of 1104 students, 649 women and 455 men, studying at Sivas Cumhuriyet University in the fall semester of 2019-2020 academic year. Random sampling method, which is among the screening models, was used in the research. The "Digital Dependence Scale" and the "Social Anxiety Scale" were used to obtain the data. While the skewness and kurtosis values were taken into consideration in the normality test of the data, in the analysis phase, independent samples t test, one-way ANOVA, Tukey tests and path analysis methods under structural equation modeling were used. As a result of the research, while significant differences were found in digital dependence sub-factors of university students in terms of gender, class level, place of residence and high school type graduated, no significant difference was observed in sub-factors of social anxiety. As a result of the path analysis, it was determined that the model had a good fit with the data at an acceptable level, however, it was concluded that students' digital dependence levels did not have a significant effect on their social anxiety levels.

Keywords: Dependence, Digital Dependence, Social Anxiety

Giriş

Bağımlılık; bireyin herhangi bir nesneye, davranışa veya kişiye yönelik hissettiği, önlenmesi ve baskılanması oldukça zor olan istek, arzu şeklinde ifade edilmektedir. Oldukça geniş bir kavram olan bağımlılığın içinde pek çok farklı ögeyi barındırdığı belirtilmektedir (Uğurlu, Şengül ve Şengül, 2012). Bireyin kullandığı bir maddenin veya sergilediği bir davranışın onda bağımlılık oluşturduğunun söylenebilmesi için bireyin kendini kontrol edememesi, yaşadığı hazzı tekrar yaşayabilmek için gittikçe artan miktar ve sürelerle bağımlılık yaratan nesneyi ya da eylemi gerçekleştirmek istemesi gibi durumların ortaya çıkması gerekmektedir. Bağımlılık vakalarında bireyin zamanını, maddi veya manevi birikimlerini bağımlı olduğu şey için kolaylıkla harcadığı; okul, iş, aile, arkadaş ortamlarından uzaklaştığı gözlenmektedir (Cengizhan, 2005). Birey; psikolojik, fiziksel, sosyal hayatında farklı şekillerde zarar görmesine,

yaşam dengesi ve düzeninin bozulmasına rağmen bağımlı olduğu nesne veya davranıştan vazgeçememektedir (Uğurlu vd., 2012). Bağımlılık temelde madde ve davranış bağımlılığı altında iki temel kategoride ele alınmaktadır (Başköy, 2013). Madde bağımlılığında bireyin bağımlısı olduğu maddeyi belirli bir süre kullanması sonucunda bedeninin bu maddeye alışması ve sürekli olarak maddenin oluşturduğu etkiyi istemesi görülmektedir (Henderson, 2001). Birey bağımlısı olduğu maddeye erişemediğinde ya da yetersiz bir şekilde kullandığında bedeninde ve davranışlarında kendisine ve çevresine zarar veren olumsuz sonuçlar ortaya çıkmaktadır (Bektaş, 1999). Madde bağımlılığı yaratan nesnelere arasında sigara, kafein, uyuşturucu, alkol, çay vb. sayılmaktadır (Erdamar ve Kurupınar, 2014).

Davranış bağımlılığında madde bağımlılığındaki gibi herhangi bir madde kullanılmamasına karşın madde bağımlılığı sonucunda ortaya çıkan olumsuz sonuçlar gözlenmektedir. Davranışsal bağımlılığın da kendi içinde araçsal ve eylemsel olmak üzere iki başlıkta toplandığı belirtilmektedir. Araçsal bağımlılık kullanılan araç veya bulunulan ortamla ilişkili iken eylemsel bağımlılık bir davranışı gerçekleştirmekle ilgili olmaktadır (Tutgun-Ünal, 2015). Bireyin yemek, oyun, bilgisayar, televizyon, alışveriş, internet (Kim ve Kim, 2002), kumar, seks, porno, teşhircilik, dijital araç-gereçleri kullanma, sanal ortamlarda bulunma vb. eylemleri davranışsal bağımlılık olarak tanımlanmaktadır (Griffiths, 1999). Davranışsal bağımlılık yaşayan bireyin zihninin sürekli olarak bağımlısı olduğu davranışla meşgul olması sonucunda takıntılı davranışlar (*Obsesif Kompulsif Bozukluk*) ortaya çıkabilmektedir (Marks, 1990). Birey bağımlısı olduğu davranışa ilişkin kontrolünü kaybetmektedir (Egger ve Rauterberg, 1996). Temelde davranışsal bağımlılığın madde bağımlılığına nispetle daha kolay tedavi edilebildiği belirtilmektedir (Marks, 1990).

Davranışsal bağımlılık türleri içinde yer alan dijital bağımlılık kavramı başlangıçta internet bağımlılığı olarak adlandırılrsa da süreç içerisinde hem farklı dijital araç ve ortamların ortaya çıkması hem de bireylerin teknolojiye yönelik farklı bağımlılık türlerini yaşadığının belirlenmesi neticesinde bilgisayar, tablet, telefon, internet, facebook, televizyon, sosyal medya, sanal alışveriş vb. farklı alt kategorilere ayrılmıştır (Shaw ve Black, 2008; Young, 2009). Dijital bağımlılık bireyi hem fiziksel hem de davranışsal olarak olumsuz etkilediği için dürtü bozuklukları içinde ele alınmaktadır (Greenfield, 1999). Dijital araçların sahip oldukları ses, görüntü, erişilebilirlik, etkileşimlilik gibi etmenlerin bireyin bağımlılık eğilimi üzerinde etkili olduğu belirtilmektedir (Cengizhan, 2005; Griffiths, 1996). Dijital bağımlılık yaşayan birey, dijital araç-gereç veya ortamlara erişemediğinde yoksunluk yaşamakta, kendine ve çevresine yönelik olumsuz tutum ve davranışlar sergilemektedir (Arslan, 2020). Erişimi sağladığında ise süre ve ilgi konusunda sınırlama yapamamaktadır (Griffiths, 1995). Birey bazı durumlarda 40-50 saate yakın dijital araç ve ortamlarda bulunmakta ve bunun sonucunda da başta uykusuzluk olmak üzere pek çok farklı sorun yaşamaktadır. Ailesi ve sosyal çevresinden kopmakta, iş hayatında verimliliğini kaybetmekte ve sosyal ortamlardan

uzaklaşmaktadır (Young, 1999). Birey sanal ortamları gerçekliğe tercih ettiği için yalnız kalmak istemekte ve bu da çevresiyle iletişim problemleri yaşamasına neden olmaktadır (Şata, Çelik, Ertürk ve Taş, 2016). Sosyal ortamlardan uzaklaşan bireyin sosyal becerileri zamanla azalmakta hatta bazı durumlarda asosyalleşmeye kadar gitmektedir. Bağımlılık yaşayan bireyde kişilik bozuklukları (Shine ve Beak, 2013), iletişimsizlik, sosyal ortamlarda uyumsuzluk, kaygılı olma ve davranma, yalnızlığı tercih etme, obezite gibi pek çok olumsuz durumun ortaya çıktığı *görülmektedir* (Şahin ve Tuğrul, 2012). Bütün bunların yanı sıra dijital bağımlılığın oldukça yeni bir kavram olduğu ve gün geçtikçe bu konuda yapılan çalışmaların sayısının da arttığı dikkate alınırsa şu an tam olarak tanısı konulamayan ancak ilerleyen süreçte tespit edilebilecek farklı zararlarının da olabileceği belirtilmektedir (Vural ve Bat, 2010).

Dijital araç-gereç ve ortamların bireyi sosyal ortamlardan uzaklaştırması bir süre sonra bireyde sosyal kaygı ortaya çıkarabilmektedir. Kaygı; bireyin nedenini tam olarak anlayamamasına karşın kendini sürekli huzursuz, tedirgin, endişeli, sıkıntılı hissetmesi ve her an kötü bir şey olacağına ilişkin bir düşüncenin zihninde var olması şeklinde tanımlanmaktadır (Anthony ve Swinson, 2000). Aslında düşük düzede kaygının olması bireyin sosyal hayatında doğal olarak yer almaktadır (Baumeister ve Tice, 1990). Birey bu sayede olası olumsuzluklara ilişkin tedbir almakta ve kendini geliştirerek daha başarılı olmaktadır (Işık, 1996). Kaygı kavramı kendi içinde farklı başlıklar altında ele alınmaktadır. Alan yazında okuma kaygısı (Arslan, 2017a), konuşma kaygısı (Arslan, 2018a; Arslan, İlman, Aslan, 2019), yazma kaygısı (Arslan, 2018b; İlman, Arslan, Aslan, 2019), dinleme kaygısı (Arslan, 2017b), sosyal kaygı (Arslan, 2019a; Dunlop, Papp, Garlow, Weiss, Knight ve Ninan, 2007) gibi çalışmaların bulunduğu görülmektedir.

Sosyal kaygı; bireyin toplum içinde olduğu zaman kendini sürekli huzursuz hissetmesi, yaptığı her türlü davranışın birilerince izlendiğine inanması, her an birisi tarafından küçük düşürüleceği korkusunu yaşaması, konuştuklarının alaya alınacağına inandığı için konuşmak istememesi gibi davranışlarla ortaya çıkmaktadır (Leahy ve Holland, 2009). Birey bu tarz duyguları ağırlıklı olarak yabancı olduğu ortamlarda yaşamasına karşın tanıdığı ortamlarda da aynı kaygıyı yaşayabilmektedir. Sosyal kaygıyı Davison ve Neale (2004); diğer insanlarla birlikte olduğu ortamlarda hissedilen ve mantıklı bir gerekçeye dayandırılmayan korku, Beck (2005); bireyin kendine odaklanarak diğer herkesin kendini izlediği düşüncesine sahip olması, hata yapacağı ve hatalarının olumsuz bir şekilde değerlendirileceğine ilişkin inancı olarak tanımlanmaktadır. Sosyal kaygı yaşayan birey, yaşadığı yüksek düzeydeki kaygı ve endişe yüzünden toplum içinde rahatlıkla yemek yeme, yazı yazma, konuşma, alışveriş yapma, eğlenme, okuma vb. pek çok davranışı gerçekleştirememektedir (Davison ve Neale, 2004). Bireyin özellikle sosyal hayatında yaşadığı bu sınırlandırmalar süreç içerisinde onun diğer bireylerden uzaklaşmasına ve yalnızlaşmasına neden olmaktadır. Bireyin bu tutum ve davranışları gittikçe ilerlemekte ve ciddi anlamda davranış bozuklukları sergileyebilmektedir (Erözkan, 2004).

Bireyde sosyal kaygının ilk ortaya çıkması genel olarak ergenlik döneminde olmakla birlikte daha geç yaşlarda da görülebilmektedir (Leahy ve Holland, 2009). Hamarta (2009), ergenlerin hem bedenen hem de ruhen yaşadığı değişimlerle baş etmekte zorlanmalarının onların çevrelerine karşı hassasiyetlerini artırdığını, sosyal ortamlardaki olumsuz deneyimlerinin kalıcı etkiler ortaya koyduğunu, ailesiyle yaşadığı problemlerin sosyal özgüvenlerini geliştirmelerini engellediğini ve tüm bunların sonucunda da sosyal kaygı yaşadıklarını ifade etmektedir. Sosyal kaygı yaşayan birey çevresinden olumlu yaklaşım göremediği durumlarda kendini gittikçe daha yalnız hissetmekte, yetersiz olduğuna inanmakta, asosyal bir kimlik edinmektedir (Arslan, 2019a). Ergenlik döneminde yaşanan sosyal kaygının ileri yaşlara taşınmaması için bireyin aile ve çevresi tarafından olumlu kabul görmesi, kendi haline bırakılmaması, anlaşıldığının hissettirilmesi, gerektiğinde psikolojik destek almasına yardımcı olunması gerekmektedir. Ayrıca bireyin kendisiyle ilgili olumlu algı ve tutum oluşturması (Temel ve Aksoy, 2001), yeterlik ve yeteneklerinin öne çıkarılması, geliştirilmesi için uygun ortamların oluşturulması önemli olmaktadır (Arslan, 2019a).

Alan yazın incelendiğinde sosyal kaygı ile farklı farklı kavramlar arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar olduğu görülmektedir. Aydın (2018) sosyal kaygı ile duygu durumu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkiyi; Arslan (2019a) sosyal kaygı ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi; Şirin Eren (2018) sosyal kaygı ile sahip olunan değerler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla araştırma yapmışlardır. Alan yazında dijital bağımlılık kavramına ilişkin araştırmaların ağırlıklı olarak 2000 yılından sonra başladığı ve arttığı görülmektedir. Chebbi, Koong, Liu, ve Rottman (2020) dijital bağımlılıkla ilgili son 25 yılda yapılan çalışmaları incelemiş ve ilk çalışmanın 2000 yılında olduğunu ifade etmişlerdir. Günümüzde bu alanda yapılan çalışmalar hızla artmakta, dijital bağımlılıkla farklı kavramlar arasında ilişkinin incelendiği çalışmaların bulunduğu görülmektedir. Arslan (2020b) dijital bağımlılık ile şiddet eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve gençlerin bağımlılık düzeyleri arttıkça şiddet eğilimlerinin de arttığı yönünde bulgulara ulaşılmıştır. Arslan ve Bardakçı (2020) dijital bağımlılık ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve dijital bağımlılığın iletişim becerilerini olumsuz etkilediği sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca alan yazında; Chi, Hong ve Chen (2020), Jin Jeong, Suh, ve Gweon (2020), Savcı, M. ve Aysan (2017), Starcevic ve Aboujaoude (2017) tarafından dijital bağımlılıkla ilgili çalışmalar yapıldığı belirlenmiştir.

Dijital bağımlılık günümüzde oldukça önemli bir sorun olarak karşımıza çıkmakta ve bireyleri pek çok alanda olumsuz etkilemektedir. Dijital bağımlılıkla diğer kavramların ilişkisinin araştırılmasının alan yazını bu anlamda destekleyeceği düşünülmektedir. Bu bağlamda araştırmacılar tarafından dijital bağımlılığın sosyal kaygı üzerindeki etkisinin incelenmesine karar verilmiştir. Dijital bağımlılığın özellikle gençlerde sosyal kaygı oluşumuna zemin hazırladığı düşünülmektedir. Bugünkü üniversite düzeyinde eğitim alan gençlerin dijital araç gereçlerle çok erken yaşta tanışma fırsatlarının olmuş olması onlardaki etki düzeyinin belirlenmesi açısından önemli bir gerçekç oluşturmaktadır. Bu doğrultuda yapılan bu çalışmada üniversite öğrencilerinin dijital ba-

ğımlılık düzeylerinin sosyal kaygıları üzerindeki etkisinin belirlenmesi planlanmıştır. Belirlenen bu plan çerçevesinde aşağıda yer alan soruların yanıtı aranmaktadır:

- Üniversite düzeyinde eğitim alan öğrencilerin dijital bağımlılık ve sosyal kaygı düzeyleri cinsiyet, sınıf düzeyi, ailenin ikamet ettiği yer ve mezun olunan lise türü değişkenleri açısından anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Üniversite düzeyinde eğitim alan öğrencilerin dijital bağımlılık düzeylerinin sosyal kaygıları üzerinde etkisi bulunmakta mıdır?

Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde; araştırmanın evren/örneklem grubu, kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizine ilişkin bilgiler bulunmaktadır.

Çalışma Grubu

Araştırmada genel tarama modelleri içinde yer alan seçkisiz örneklem yöntemi kullanılmıştır. Uygulamanın yapıldığı örneklem grubunu, 2019-2020 akademik yılı güz döneminde Sivas Cumhuriyet Üniversitesi'nde farklı fakültelerde öğrenim görmekte olan 649 kadın, 455 erkek olmak üzere 1104 öğrenci oluşturmaktadır. Tablo 1'de örneklem grubunun demografik bilgilerine ilişkin betimsel istatistiklere yer verilmiştir.

Tablo 1. Örneklem İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişkenler		(f)	(%)
Cinsiyet	Kadın	649	58.8
	Erkek	455	41.2
Sınıf	1. Sınıf	563	51.0
	4. Sınıf	541	49.0
Ekonomik Düzey	Çok İyi	43	3.9
	İyi	450	40.8
	Orta	564	51.1
	Düşük	47	4.3
İkamet yeri	Köy	214	19.4
	İlçe	259	23.5
	Şehir	375	34.0
	Büyükşehir	256	23.2
Mezun Olunan Lise Türü	Genel	183	16.6
	Fen	106	9.6
	Meslek	146	13.2
	İmam Hatip	178	16.1
	Anadolu	491	44.5
Fakülte	İletişim	132	12.0
	İİBF	154	13.9
	İlahiyat	132	12.0
	Tıp	153	13.9
	Edebiyat	184	16.7
	Eğitim	146	13.2
	Sağlık Bilimleri	106	9.6
	Mühendislik	97	8.7
Veri Toplama Araçları			

Araştırmanın verileri Kesici ve Tunç (2018) tarafından geliştirilen “*Dijital Bağımlılık Ölçeği*” ile Özbay ve Palancı (2001) tarafından geliştirilen “*Sosyal Kaygı Ölçeği*” kullanılarak elde edilmiştir.

Dijital bağımlılık ölçeği: Kesici ve Tunç (2018) tarafından geliştirilen ölçek; aşırı kullanma (5 madde), nüksetme (3 madde), hayatın akışını engelleme (4 madde), duygu durumu (4 madde) ve bırakamama (3 madde) olmak üzere beş faktör ve toplamda 19 maddeden oluşmaktadır. Ölçek geliştirme çalışmasında ölçeğin güvenilirliği .87 bu çalışmada ise .88 olarak belirlenmiştir. Beşli likert olarak hazırlanan ölçek maddeleri “*Kesinlikle Katılmıyorum=1*” ile “*Tamamen Katılıyorum=5*” arasında derecelendirilmiştir. Ölçeğin tamamından alınabilecek en yüksek puan 95, en düşük puan ise 19’dur.

Sosyal kaygı ölçeği: Özbay ve Palancı (2001) tarafından geliştirilen ölçek; sosyal kaçınma (12 madde), kritize edilme kaygısı (10 madde) ve değersizlik duygusu (8 madde) olmak üzere üç faktör ve toplamda 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçek geliştirme çalışmasında ölçeğin güvenilirliği .89 bu çalışmada ise .93 olarak belirlenmiştir. Beşli likert olarak hazırlanan ölçek maddeleri “*Hiçbir zaman=0*”, “*Her zaman=4*” şeklinde derecelendirilmiştir. Ölçeğin tamamından alınabilecek en yüksek puan 120, en düşük puan ise 0’dır.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırmanın öğrencilere uygulanması için öncelikle ölçeklerin kullanılmasına ilişkin yazarlardan gerekli uygulama izinleri alınmıştır. Sonrasında uygulama için kurumsal izin alınmış ve etik izin için başvurulmuştur. Etik iznine yapılan başvuru ile uygulama süreci paralel olarak yürütülmüştür. Uygulama sürecinde gönüllü katılım ilkesine uyulmuştur. Araştırma verileri; 2019-2020 akademik yılı bahar döneminde Sivas Cumhuriyet Üniversitesi’nde farklı fakültelerde öğrenimlerini sürdürmekte olan 1157 öğrenciye dijital bağımlılık ölçeğinin, sosyal kaygı ölçeğinin ve araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik bilgi formunun uygulanmasıyla elde edilmiştir. 53 tane anket formuna verilen cevaplar hatalı veya eksik olduğu için bu veriler araştırmanın veri setinden çıkarılmıştır. Böylece verilerin analizi sürecinde 1104 anket verisi dikkate alınmıştır.

Ölçeklerin alt boyut toplam puanlarının normallik sınaması için çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alınmış ve tüm değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayılarının normal sınırlar (± 1) içinde olduğu görülmüştür. Buna göre değişkenlerin tamamının normal dağıldığı kabul edilerek parametrik istatistiksel yöntemlerin kullanılması uygun görülmüştür. Farklı grup ortalamalarının karşılaştırılmasında ise bağımsız gruplar t testi ve tek yönlü ANOVA testleri uygulanmıştır. ANOVA sonucunda ikili karşılaştırma testinin gerekli olduğu durumlarda Tukey testi kullanılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olup olmadığı Yapısal Eşitlik Modellemesi

(YEM) yöntemlerinden yol analizi yöntemi kullanılarak test edilmiştir. Yapısal eşitlik modellemesi, birçok bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki ilişkinin tek bir analiz sürecinde, sistematik ve kapsamlı bir şekilde ele alınmasına olanak sağlayan ikinci nesil bir veri analiz tekniğidir (Bagozzi ve Fornell, 1982; Anderson ve Gerbing, 1988). Yol analizinde Anderson ve Gerbing'in (1988) iki aşamalı yaklaşımı dikkate alınarak yol diyagramında yer alacak faktör yapıları Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile test edilmiştir. Araştırma verilerinin analizinde SPSS 23 ve AMOS 23 istatistiksel paket programları kullanılmıştır.

Bulgular

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık ile sosyal kaygı ölçeklerinden ve alt boyutlarından aldıkları toplam puanların farklı değişkenlere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğine ve öğrencilerin dijital bağımlılık düzeylerinin sosyal kaygı düzeyleri üzerinde etkisi olup olmadığını belirlemeye yönelik yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular bu bölümde sunulmaktadır.

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık ve sosyal kaygı düzeylerinde cinsiyet değişkeninin anlamlı farklılık oluşturup oluşturmadığının belirlenmesi için uygulanan bağımsız gruplar t testi analizi Tablo 2'de sunulmaktadır.

Tablo 2. Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız Gruplar t Testi Sonuçları

	Alt Faktörler	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	t	sd	p
Dijital Bağımlılık	Aşırı Kullanma	Kadın	649	13.49	4.05	-2.067	1102	0.039*
		Erkek	455	14.02	4.35			
	Nüksetme	Kadın	649	7.88	2.83	-1.621	1102	0.105
		Erkek	455	8.16	2.76			
	Hayatın Akışını Engelleme	Kadın	649	10.28	3.33	-2.969	1102	0.003*
		Erkek	455	10.90	3.54			
	Duygu Durumu	Kadın	649	10.18	3.28	-2.817	1102	0.005*
		Erkek	455	10.77	3.54			
Sosyal Kaygı	Bırakamama	Kadın	649	10.52	2.92	2.777	1102	0.006*
		Erkek	455	10.02	2.99			
	Sosyal Kaçınma	Kadın	649	18.62	9.11	1.837	1102	0.066
		Erkek	455	17.62	8.75			
	Kritize Edilme Kaygısı	Kadın	649	17.01	7.13	1.046	1102	0.296
		Erkek	455	16.56	6.55			
	Değersizlik Duygusu	Kadın	649	10.90	6.18	1.576	1102	0.115
		Erkek	455	10.31	6.15			

p<.05*

Tablo 2'deki bulgulara göre, dijital bağımlılık alt faktörlerinden aşırı kullanma, hayatın akışını engelleme, duygu durumu ve bırakamama alt faktör toplam puanlarında

öğrencilerin cinsiyetine göre anlamlı farklılık bulunduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Aşırı kullanma, hayatın akışını engelleme ve duygu durumu alt faktörlerinde erkek öğrencilerin toplam puanlarının anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülürken bırakamama alt boyutunda ise kadın öğrencilerin toplam puanlarının anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir. Öğrencilerin sosyal kaygı alt faktörleri dikkate alındığında ise her üç faktör toplam puanının da öğrencilerin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0.05$).

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık ve sosyal kaygı düzeylerinde sınıf düzeyi değişkeninin anlamlı farklılık oluşturup oluşturmadığının belirlenmesi için uygulanan bağımsız gruplar t testi analizi Tablo 3'te sunulmaktadır.

Tablo 3. Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Bağımsız Gruplar t Testi Sonuçları

Alt Faktörler	Sınıf	N	\bar{x}	ss	t	sd	p	
Dijital Bağımlılık	Aşırı	1. Sınıf	563	13.52	4.12	-1.517	1102	0.130
	Kullanma	4. Sınıf	541	13.90	4.24			
	Nüksetme	1. Sınıf	563	8.08	2.71	0,978	1102	0.328
		4. Sınıf	541	7.91	2.90			
	Hayatın Ak.	1. Sınıf	563	10.74	3.47	2.058	1102	0.040*
		4. Sınıf	541	10.32	3.38			
	Engel.	1. Sınıf	563	10.48	3.44	0.501	1102	0.616
		4. Sınıf	541	10.37	3.37			
	Duygu Durumu	1. Sınıf	563	10.25	2.94	-0.741	1102	0.459
		4. Sınıf	541	10.38	2.97			
Sosyal Kaygı	Sosyal	1. Sınıf	563	18.04	9.01	-0.615	1102	0.538
	Kaçınma	4. Sınıf	541	18.38	8.94			
	Kritize	1. Sınıf	563	16.56	6.92	-1.275	1102	0.203
	Edilme Kay.	4. Sınıf	541	17.09	6.88			
	Değersizlik	1. Sınıf	563	10.47	6.13	-1.041	1102	0.298
		Duygusu	4. Sınıf	541	10.85			

$p<.05^*$

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık alt faktörlerinden hayatın akışını engelleme alt faktör toplam puanında öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($t=2.058$; $p<0.05$). Birinci sınıfta öğrenim gören öğrenciler, dördüncü sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre dijital bağımlılığın hayatlarının akışını daha çok engellediğini düşünmektedirler (Tablo 3). Sınıf düzeyi değişkenine göre öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinde anlamlı farklılık tespit edilmemekle ($p>.05$) birlikte dördüncü sınıf öğrencilerinin daha yüksek kaygı taşıdıkları görülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık ve sosyal kaygı düzeylerinde ikamet edilen yer değişkeninin anlamlı farklılık oluşturup oluşturmadığının belirlenmesi için uygulanan tek yönlü ANOVA analizi Tablo 4'te sunulmaktadır.

Tablo 4. İkamet Edilen Yer Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Alt Faktörler	İkamet	N	\bar{x}	ss	F	p	
Dijital Bağımlılık	Aşırı Kullanma	Köy	214	13.59	3.78	3.071	0.027*
		İlçe	259	13.57	4.17		
		Şehir	375	13.41	4.30		
		B.Şehir	256	14.39	4.29		
	Nüksetme	Köy	214	8.20	2.77	1.031	0.378
		İlçe	259	7.87	2.76		
		Şehir	375	7.87	2.87		
		B.Şehir	256	8.14	2.77		
	Hayatın Akışını Engelleme	Köy	214	10.92	3.26	3.022	0.029*
		İlçe	259	10.81	3.60		
		Şehir	375	10.15	3.46		
		B.Şehir	256	10.50	3.31		
Duygu Durumu	Köy	214	10.86	3.59	1.806	0.144	
	İlçe	259	10.39	3.37			
	Şehir	375	10.18	3.46			
	B.Şehir	256	10.46	3.15			
Bırakamama	Köy	214	9.99	2.83	3.016	0.029*	
	İlçe	259	10.48	2.85			
	Şehir	375	10.12	3.02			
	B.Şehir	256	10.68	3.05			
Sosyal Kaygı	Sosyal Kaçınma	Köy	214	18.37	8.75	0.073	0.974
		İlçe	259	18.34	9.15		
		Şehir	375	18.11	8.77		
		B.Şehir	256	18.08	9.32		
	Kritize Edilme Kaygısı	Köy	214	16.56	6.39	0.191	0.902
		İlçe	259	17.03	6.44		
		Şehir	375	16.79	7.15		
		B.Şehir	256	16.89	7.40		
	Değersizlik Duygusu	Köy	214	10.75	6.00	0.066	0.978
		İlçe	259	10.61	5.92		
		Şehir	375	10.57	6.09		
		B.Şehir	256	10.75	6.70		

p<.05*

Tablo 4'teki ANOVA bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin aşırı kullanma, hayatın akışını engelleme ve bırakamama toplam puanlarında öğrencilerin ailesinin ikamet ettiği yere göre anlamlı farklılıklar belirlenmiştir (p<0.05). Bununla birlikte öğrencilerin sosyal kaygı alt faktörlerinin üçünde de anlamlı bir farklılık görülmemiştir (p>0.05). Bu aşamada yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre, büyükşehirde ikamet eden öğrencilerin şehirde ikamet eden öğrencilere göre aşırı kullanma eğilimlerinin daha yüksek olduğu, şehirde ikamet eden öğrencilerin hayatın akışını engelleme puanlarının köyde ikamet eden öğrencilere göre daha yüksek olduğu ve büyükşehirde ikamet eden öğrencilerin köyde ve şehirde ikamet eden öğrencilere göre bırakamama puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin sosyal kay-

gı düzeylerinin ikamet yeri değişkeni açısından anlamlı farklılık göstermediği ($p>.05$) tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık ve sosyal kaygı düzeylerinde mezun olunan lise türü değişkeninin anlamlı farklılık oluşturup oluşturmadığının belirlenmesi için uygulanan tek yönlü ANOVA analizi Tablo 5'te sunulmaktadır.

Tablo 5. Mezun Olunan Lise Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları

Alt Faktörler	İkamet	N	\bar{x}	ss	F	p	
Dijital Bağımlılık	Aşırı Kullanma	Köy	214	13.59	3.78	3.071	0.027*
		İlçe	259	13.57	4.17		
		Şehir	375	13.41	4.30		
		B.Şehir	256	14.39	4.29		
	Nüksetme	Köy	214	8.20	2.77	1.031	0.378
		İlçe	259	7.87	2.76		
		Şehir	375	7.87	2.87		
		B.Şehir	256	8.14	2.77		
	Hayatın Akışını Engelleme	Köy	214	10.92	3.26	3.022	0.029*
		İlçe	259	10.81	3.60		
		Şehir	375	10.15	3.46		
		B.Şehir	256	10.50	3.31		
Duygu Durumu	Köy	214	10.86	3.59	1.806	0.144	
	İlçe	259	10.39	3.37			
	Şehir	375	10.18	3.46			
	B.Şehir	256	10.46	3.15			
Bırakamama	Köy	214	9.99	2.83	3.016	0.029*	
	İlçe	259	10.48	2.85			
	Şehir	375	10.12	3.02			
	B.Şehir	256	10.68	3.05			
Sosyal Kaygı	Sosyal Kaçınma	Köy	214	18.37	8.75	0.073	0.974
		İlçe	259	18.34	9.15		
		Şehir	375	18.11	8.77		
		B.Şehir	256	18.08	9.32		
	Kritize Edilme Kaygısı	Köy	214	16.56	6.39	0.191	0.902
		İlçe	259	17.03	6.44		
		Şehir	375	16.79	7.15		
		B.Şehir	256	16.89	7.40		
	Değersizlik Duygusu	Köy	214	10.75	6.00	0.066	0.978
		İlçe	259	10.61	5.92		
		Şehir	375	10.57	6.09		
		B.Şehir	256	10.75	6.70		

$p<.05^*$

Üniversite öğrencilerinin aşırı kullanma, nüksetme ve duygu durumu düzeylerinin öğrencilerin mezun oldukları lise türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p<0,05$). Sosyal kaygı alt boyutlarının tamamında ise öğrencilerin mezun oldukları lise türüne göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir ($p>0,05$) (Tablo 5).

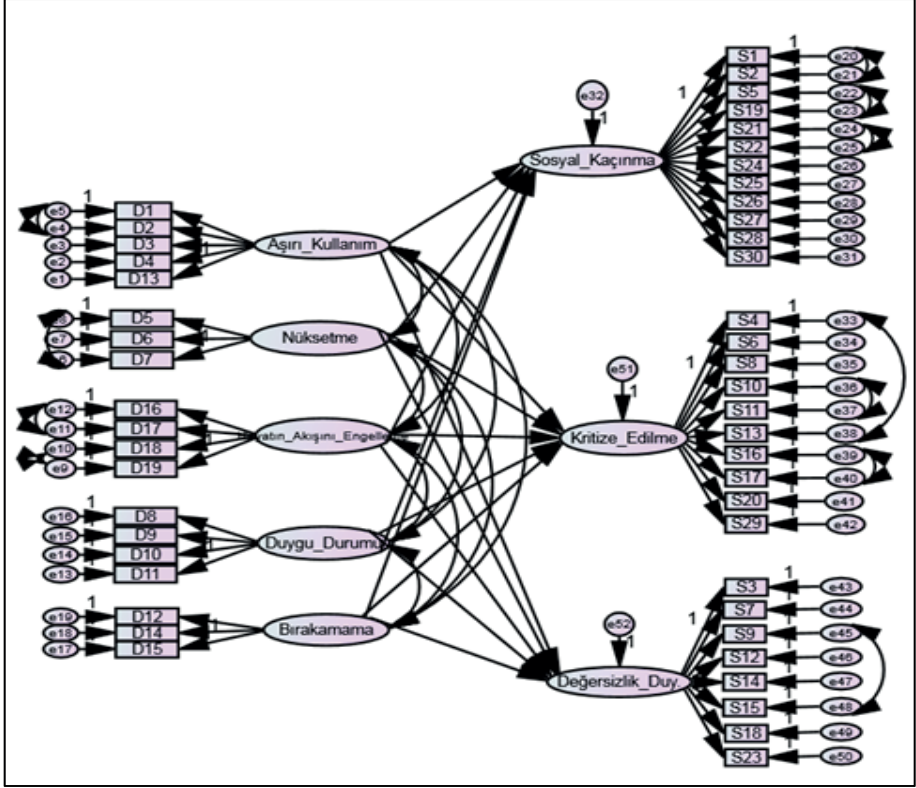
Yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre, fen ve Anadolu liselerinden mezun olan öğrencilerin imam hatip lisesi mezunu olan öğrencilere göre aşırı kullanma puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Nüksetme faktörü için Anadolu liselerinden mezun olan öğrencilerin toplam puanlarının imam hatip lisesi mezunu öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Son olarak genel lise mezunu olan öğrencilerin duygu durumu alt faktör puanlarının imam hatip lisesi mezunu öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Yol analizi modelinde yer verilen dijital bağımlılık ölçeği ve sosyal kaygı alt faktörleri, ayrı ayrı doğrulayıcı faktör analizine tabi tutulmuş ve analiz sonucunda uyum indeksi değerleri Tablo 6'daki gibi elde edilmiştir.

Tablo 6. Faktör Yapılarına Ait DFA Uyum İndeksi Değerleri

Uyum Ölçütleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Dijital Bağımlılık Ölçeği	Sosyal Kaçınma Boyutu	Kritize Edilme Boyutu	Değersizlik Duygusu Boyutu
			Değerler	Değerler	Değerler	Değerler
χ^2/sd	≤ 3	≤ 5	4.730	4.686	4.939	4.335
GFI	≥ 0.95	≥ 0.90	0.940	0.963	0.972	0.982
IFI	≥ 0.95	≥ 0.90	0.924	0.958	0.952	0.969
CFI	≥ 0.97	≥ 0.95	0.923	0.958	0.951	0.969
RMSEA	≤ 0.05	≤ 0.08	0.058	0.058	0.060	0.055

Tablo 6'daki uyum indeksi değerleri, söz konusu faktör yapılarının verilerle kabul edilebilir derecede uyumlu olduğunu göstermektedir. Son olarak, üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri üzerinde bir etkisinin olup olmadığı Şekil 1'deki yol analizi modeli kurularak test edilmiştir.



Şekil 1. Yol Analizi Diyagramı

Şekil 1'deki yol analizi modelinde dijital bağımlılığın alt faktörlerinin her birinden sosyal kaygı alt faktörlerinin her birine doğru yollar çizilmiştir. Modelde ayrıca modifikasyon işlemleri yapılmıştır. Aynı faktör yapısı altında yer alan maddelere ait bazı hata terimleri arasında kovaryans ilişkileri kurulmuştur. Bu işlemler modelin uyum iyiliğini artırmak amacıyla yapılan ve yol analizinin daha sağlıklı yapılmasına imkân tanıyacak işlemlerdir. Yapılan yol analizi sonucunda modelin uyum indeksi değerleri $\chi^2/sd=3.566$; GFI=0.915; IFI=0.860; CFI=0.859; RMSEA=0.048 şeklinde hesaplanmıştır. Geliştirilen modelin verilere χ^2/sd , ve GFI uyum indekslerine göre kabul edilebilir düzeyde, RMSEA uyum indeksine göre iyi düzeyde uyum gösterdiği söylenebilir. Yol analizi sonucunda elde edilen regresyon katsayıları ise Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. Yol Analizi Modeline İlişkin Regresyon Katsayıları

İlişkiler	Estimate	S.E	C.R	p
Sosyal Kaçınma ← Aşırı Kullanım	-30.476	31.625	-0.964	0.335
Sosyal Kaçınma ← Nüksetme	13.926	14.535	0.958	0.338
Sosyal Kaçınma ← Hayatın Akışını Engelleme	0.862	1.510	0.571	0.568
Sosyal Kaçınma ← Duygu Durumu	6.817	7.103	0.960	0.337
Sosyal Kaçınma ← Bırakamama	12.325	12.869	0.958	0.338
Kritize Edilme Kaygısı ← Aşırı Kullanım	-12.749	13.363	-0.954	0.340
Kritize Edilme Kaygısı ← Nüksetme	5.815	6.140	0.947	0.344
Kritize Edilme Kaygısı ← Hayatın Akışını Engelleme	0.370	0.634	0.584	0.559
Kritize Edilme Kaygısı ← Duygu Durumu	2.851	3.001	0.950	0.342
Kritize Edilme Kaygısı ← Bırakamama	5.147	5.437	0.947	0.344
Değersizlik Duygusu ← Aşırı Kullanım	-34.301	35.579	-0.964	0.335
Değersizlik Duygusu ← Nüksetme	15.607	16.352	0.954	0.340
Değersizlik Duygusu ← Hayatın Akışını Engelleme	0.972	1.699	0.572	0.567
Değersizlik Duygusu ← Duygu Durumu	7.720	7.992	0.966	0.334
Değersizlik Duygusu ← Bırakamama	13.866	14.479	0.958	0.338

Yol analizi bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık alt faktörlerinin öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla incelenen regresyon katsayılarının tamamı anlamsızdır ($p>0,05$). Buna göre, üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin sosyal kaygı düzeyleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır (Tablo 7).

Sonuç Tartışma ve Öneriler

Araştırmanın bu bölümünde üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık ve sosyal kaygı düzeylerine ilişkin elde edilen bulgular alan yazında yapılan diğer çalışmalarla birlikte değerlendirilmiş ve bu konuda daha sonra yapılacak çalışmalar için önerilere yer verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık alt faktörlerinden aşırı kullanma, hayatın akışını engelleme, duygu durumu ve bırakamama alt faktör toplam puanlarında öğrencilerin cinsiyetine göre anlamlı farklılık bulunduğu tespit edilmiştir. Aşırı kullanma, hayatın akışını engelleme ve duygu durumu alt faktörlerinde erkek öğrencilerin toplam puanlarının anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülürken bırakamama alt boyutunda ise kadın öğrencilerin toplam puanlarının anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir. Genel olarak bakıldığında erkek öğrencilerin kadın öğrencilere oranla daha yüksek dijital bağımlılık puanlarına sahip oldukları görülmektedir. Yılmaz (2013) tarafından lise öğrencileri düzeyinde yapılan çalışmada da bu çalışmayla uyumlu olarak erkek öğrencilerin dijital bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Gençler (2011) tarafından öğrencilerin internet

bağımlılıklarını belirlemek amacıyla lise düzeyinde yapılan çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiştir. Çam (2012) tarafından öğrencilerin facebook bağımlılıklarını belirlemek amacıyla yapılan çalışmada; Gönüç (2009) tarafından internet bağımlılığına yönelik ölçek geliştirme çalışmada; Gökçearslan ve Horzum (2014) tarafından ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılıklarını belirlemek için yapılan çalışmada; Dilci, Arslan ve Ersoy (2019), Arslan (2019b), Arslan (2020a) tarafından yapılan çalışmalarda da erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha yüksek bağımlılık düzeylerine sahip oldukları belirlenmiştir. Arslan, Kırık, Karaman ve Çetinkaya (2015) tarafından yapılan çalışma sonuçlarında ise kadın öğrencilerin bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Alanyazında dijital bağımlılıkla ilgili çalışmalar birlikte değerlendirildiğinde genel olarak erkek öğrencilerin bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durumun tartışılacak pek çok nedeni olduğu belirtilmektedir. Özellikle toplumumuzda erkek çocukların daha erken yaşlarda telefon, bilgisayar, tablet vb. dijital araçlara sahip olmaları, ailelerin sanal ortamlardaki iletişimlerini kızlara göre daha az kontrol etmeleri ve müsaade edici bir tavra sahip olmaları, bilgisayar başında daha fazla vakit geçirmeleri, dış ortamlarda daha geç saatlere kadar kalabilmelerine ailelerin tolerans göstermesi, daha fazla günlük harçlık almaları gibi nedenlerin etkili olduğu düşünülmektedir. Balcı ve Gülnar'ın (2009) yaptıkları çalışmada internette uzun süre vakit geçiren bireylerin bağımlılık oranlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayhan ve Çavuş'un (2015) yaptıkları çalışmada da öğrencilerin ellerine geçen para miktarıyla dijital bağımlılık düzeyleri arasında pozitif yönde güçlü bir korelasyonun olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerin dijital bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olmasının nedenleri arasında farklı sosyal ortamlarda daha az vakit geçirmeleri ve dolayısıyla çevrelerindeki bireyler yerine sanal ortamlardaki bireylerle iletişim kurmayı tercih etmeleri, arkadaşlık ilişkilerine daha az zaman ayırmaları vb. de gösterilmektedir. Ergenlik dönemini erkek çocuklarının daha yoğun yaşamaları ve duygularını kontrol etmekte zorlanması sonucunda çevresinden aldıkları olumsuz eleştirilerden kurtulmak için sosyal ortamlara girmek yerine sanal ortamları tercih etmelerinin de önemli olduğu düşünülmektedir.

Öğrencilerin sosyal kaygı alt faktörleri dikkate alındığında ise her üç faktör toplam puanının da öğrencilerin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir. Ancak anlamlı farklılık görülmemekle birlikte kadın katılımcıların daha yüksek sosyal kaygı taşıdıkları saptanmıştır. Alemdağ ve Öncü (2015) tarafından üniversite öğrencilerine yönelik yaptıkları çalışma sonuçlarında da cinsiyete göre farklılık belirlenmemiştir. Arslan (2019a) tarafından üniversite düzeyinde yapılan çalışma sonuçlarında da cinsiyet değişkeninin sosyal kaygı düzeyi üzerinde belirleyici bir etkisinin olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Alanyazında bu sonuçlardan farklı bulgulara da rastlanılmıştır. İzgiç, Akyüz, Doğan ve Kuğu (2000) tarafından üniversite öğrencilerine yönelik çalışmada sosyal kaygının kadın öğrencilerde erkek öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir. Villiers'in (2009) yaptığı çalışmada da kadınların erkeklere oranla daha yüksek sosyal kaygıya sahip oldukları tespit edilmiştir.

Dilbaz'ın (1997), Doğan'ın (2009) çalışmalarında ise erkeklerin kadınlara göre daha fazla sosyal kaygı taşıdıkları tespit edilmiştir. Yapılan çalışmalara genel olarak bakıldığında kadınların nispeten daha fazla sosyal kaygıya sahip oldukları görülmektedir. Özellikle toplumumuzda kadınların davranışlarının, konuşmalarının erkeklere nazaran daha fazla eleştiriye maruz kalması onların sosyal ortamlarda kendilerini kaygılı hissetmelerine neden olmaktadır. Alemdağ ve Öncü (2015) üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyleri arasında cinsiyet değişkeninin farklılık oluşturmasının nedeni olarak araştırmaya katılan öğrencilerin aynı üniversite eğitim almaları ve dolayısıyla da benzer sosyal aktivitelere, sosyal alanlara dâhil olmaları, okudukları şehrin birey üzerindeki ortak etkilerini yaşamaları olduğu savunulmuştur.

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık alt faktörlerinden hayatın akışını engelleme alt faktör toplam puanında öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Birinci sınıfta öğrenim gören öğrenciler, dördüncü sınıfta öğrenim gören öğrencilere göre dijital bağımlılığın hayatlarının akışını daha çok engellediğini düşünmektedirler. Gönüç (2009) yaptığı çalışmanın bulgularında bu çalışmayla uyumlu olarak alt sınıfta öğrenim görmekte olan öğrencilerin dijital bağımlılık düzeylerinin üst sınıftakilere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yine Çam (2012) tarafından yapılan sonuçlarda da benzer bulgular elde edilmiştir. Arslan'ın (2019a) ortaöğretim, Arslan'ın (2020) üniversite düzeyinde yaptıkları çalışmalarda alt sınıflar aleyhine sonuçlar elde edilmiştir. Alanyazın incelendiğinde farklı bulgulara ulaşılan çalışmaların da bulunduğu belirlenmiştir. Eryılmaz ve Çukurluoğuz'un (2018) yaptıkları araştırmanın bulgularında sınıf düzeyinin dijital bağımlılık üzerinde belirleyici bir etkisinin olmadığı saptanmıştır. Yapılan çalışmalar birlikte değerlendirildiğinde genel olarak alt sınıfta öğrenimlerine devam eden öğrencilerin üst sınıftaki öğrencilere nispeten daha yüksek dijital bağımlılık puan ortalamalarına sahip oldukları görülmektedir. Öğrencilerin sınıf düzeyleri yükseldikçe dijital bağımlılıklarının düşmesinin nedenleri arasında özellikle ergenlikte yoğun olarak kendini gösteren her türlü bağımlılık eğilimlerinin yaş ilerledikçe etkisinin azalması ve bireylerin gerçek hayattan kaçarak sanal âleme sığınmak yerine hayatla yüzleşmeye başlamaları, kendi içlerinde çözümleyemedikleri sorunları daha reel olarak ele alıp çözümleme becerisine sahip olmaları, sosyal hayatın ve karşı cinsle olan etkileşimlerinin ve iletişimlerinin daha öne çıkması gösterilebilir.

Sınıf düzeyi değişkenine göre öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinde anlamlı farklılık tespit edilmemekle birlikte dördüncü sınıf öğrencilerinin daha yüksek kaygı taşıdıkları görülmektedir. Alemdağ ve Öncü (2015) tarafından üniversite düzeyinde yapılan araştırmada üst sınıflarda öğrenim gören öğrencilerin alt sınıftakilere göre daha yüksek sosyal kaygı puan ortalamasına sahip olduğu belirlenmiştir. Baltacı (2010), Witchen ve Fehm (2003) tarafından yapılan araştırmalarda ise alt düzeyde öğrenim gören öğrencilerin daha yüksek sosyal kaygı taşıdıkları görülmektedir. Görüldüğü gibi alanyazında farklı sonuçların elde edildiği çalışmalar bulunmaktadır. Burada ka-

tılımcıların özelliklerinin ve onları etkileyen dış etmenlerin önemli olduğu düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık ölçeğinin aşırı kullanma, hayatın akışını engelleme ve bırakamama toplam puanlarında öğrencilerin ailesinin ikamet ettiği yere göre anlamlı farklılıklar belirlenmiştir. Bununla birlikte öğrencilerin sosyal kaygı alt faktörlerinin üçünde de anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bu aşamada yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre, büyükşehirde ikamet eden öğrencilerin şehirde ikamet eden öğrencilere göre aşırı kullanma eğilimlerinin daha yüksek olduğu, şehirde ikamet eden öğrencilerin hayatın akışını engelleme puanlarının köyde ikamet eden öğrencilere göre daha yüksek olduğu ve büyükşehirde ikamet eden öğrencilerin köyde ve şehirde ikamet eden öğrencilere göre bırakamama puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer bir sonuç da Arslan (2020a) tarafından üniversite düzeyinde yapılan çalışmada elde edilmiştir. Elde edilen veriler doğrultusunda anlamlı farklılıkların kalabalık yerleşim alanları aleyhine olduğu saptanmıştır. Yerleşim alanları kalabalıklaştıkça internet erişiminin ve teknolojik araç gerece erişimin daha kolay olmasının, insanların daha bireysel hayat tarzına sahip olmalarının bu durumda etkisi olduğu düşünülmektedir.

Öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin ikamet yeri değişkeni açısından anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Arslan (2019a) tarafından Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu öğrencilerine yönelik yapılan çalışma sonuçlarında da bu araştırma ile uyumlu olarak öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin ikamet yeri değişkeni açısından anlamlı farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Benzer bir sonuç da İkiz ve Yörük'ün (2013) üniversite düzeyinde yaptıkları çalışmada elde edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin ölçeğin aşırı kullanma, nüksetme ve duygu durumu düzeylerinin öğrencilerin mezun oldukları lise türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Arslan'ın (2020) yaptığı çalışmada bu çalışmayla uyumlu olarak üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin mezun oldukları lise türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır. Gençer (2011) tarafından yapılan çalışmada ise öğrenim görülen lise türünün öğrencilerin dijital bağımlılık düzeyini etkilemediği belirlenmiştir. Sosyal kaygı alt boyutlarının tamamında ise öğrencilerin mezun oldukları lise türüne göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. İkiz ve Yörük (2013) tarafından yapılan çalışmada bu çalışmayla uyumlu bulgular elde edilmiştir. Arslan (2019a) tarafından yapılan çalışmada ise öğrencilerin eğitim gördükleri lise türünün sosyal kaygıları üzerinde etkili olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan analizlerde uyum indeksi değerleri, söz konusu faktör yapılarının verilerle kabul edilebilir derecede uyumlu olduğunu göstermektedir. Yol analizi bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık alt faktörlerinin öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla incelenen regresyon katsayılarının tamamı anlamsızdır. Buna göre, üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık dü-

zeylerinin sosyal kaygı düzeyleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır. Bu sonuç dijital bağımlılığın diğer kavramlarla ilişkisinin incelendiği pek çok çalışma ile uyumsuzluk göstermektedir. Bu çalışmada bu sonucun elde edilmesinin nedeni olarak üniversite öğrencilerinin daha önceki yaş gruplarına nispetle daha fazla sosyal ortam olanaklarının olması düşünülebilir. Ayrıca Arslan (2019b), Arslan (2020b) tarafından yapılan çalışmalarda dijital bağımlılığın özellikle ergenlik döneminde daha yoğun bir etkisinin olduğu ve yaş ilerledikçe etkisinin azaldığı yönünde bulgulara ulaşılmıştır. Bu doğrultuda üniversite düzeyindeki gençlerde dijital bağımlılığın etkisinin göreceli olarak azaldığı yorumunda bulunulabilir. Alan yazın incelendiğinde dijital bağımlılıkla farklı değişkenler arasındaki etkileşimin araştırıldığı görülmektedir. Çam ve Nur (2015) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin dijital bağımlılık düzeyleri ile depresyon, anksiyete ve obezite durumları arasında olumsuz yönde bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Hazar ve Tekkurşun Demir, Namı ve Türkeli (2017) tarafından yapılan çalışmada ise öğrencilerin dijital bağımlılıklarının fiziksel aktiviteleri üzerinde olumsuz etkiye sahip olduğu saptanmıştır. Bülbül, Tunç ve Aydil'in (2018) üniversite düzeyinde yaptıkları çalışmada öğrencilerin akademik başarı düzeyleri ve ders çalışma süreleri üzerinde dijital bağımlılık düzeylerinin olumsuz bir etkisi olduğu belirlenmiştir.

Günümüz teknoloji çağı olarak nitelendirilmekte ve bu alandaki gelişmeler hız kesmeksizin devam etmektedir. Teknolojinin insan hayatını oldukça büyük oranda kolaylaştırdığı ve tüm dünyayı neredeyse bir bütün halinde birbirine bağladığı bu süreçte bireylerin teknolojiden daha önce beklenilmeyen birtakım olumsuz etkilenmelerinin olduğu belirlenmiştir. Bu anlamda her türlü dijital araç, gereç ve sosyal ağ ortamlarının öncelikle çocuk ve gençler olmak üzere her yaşta bireyde bağımlılık yarattığı yapılan çalışmalarla belirlenmiştir (Shaw ve Black, 2008; Young, 2009). Dijital bağımlılık yaşı gittikçe daha da düşmekte neredeyse çocuklar doğdukları andan itibaren bu etkileşime maruz kalmaktadır. Bu durumda ailelerin bilinçsiz olmasının etkisi yadsınmamakla birlikte yapılan bazı çalışmalarda anne ve babası eğitimli, çalışan çocukların diğerlerine göre daha yüksek bağımlılık puan ortalamasına sahip oldukları belirlenmiştir (Arslan, 2019b). Bu durumda özellikle çalışan annelerin çocuklarına yeterince zaman ayıramamasının ve onların istedikleri dijital araç-gereçleri çok da üzerinde düşünmeden temin etmelerinin önemli olduğu düşünülmektedir. Dijital bağımlılık bugün sadece bir kesimin değil herkesin etkilendiği oldukça önemli bir problem olup öncelikle ailelerin bu konuda gerek okullarda gerek okul dışında verilen konferans, seminer vb. eğitimlerle gerekse kitle iletişim araçları vasıtasıyla bilgilendirilmesi oldukça önemlidir. Dijital ortamlardaki yayın, site, oyun vb. içeriklerinin tam olarak zararlı unsurlara karşı denetlenmesi ve caydırıcı nitelikte yaptırımların devreye sokulması gerekmektedir. Dijital bağımlılık yaşayan bireylerin bununla bağlantılı olarak yaşadığı obezite, kas rahatsızlıkları, takıntılı davranışlar vb. pek çok konuyla ilgili gerekli müdahalelerin yapılacağı uzman kuruluşların yaygınlaşması zorunluluktur. Her ne kadar bilgilendirici hizmetlerin verilerek bağımlılık durumlarının

yaşanılması öncelikli ise de oluşan bağımlılık durumlarında erken müdahale edilecek ve sürecin nasıl yönetilmesi gerektiğini bilecek bu konuda yetmişmiş uzmanlara ihtiyaç bulunmaktadır. Ailelerin ve okullardaki eğitimcilerin belirledikleri bağımlı gençleri yönlendirebilecekleri sağlık kuruluşlarının bulunması gerekmektedir. Yapılan çalışmalar dijital bağımlılığın bireylere sosyal, akademik, psikolojik alanlarda zarar verdiğini göstermekle birlikte gelecekte bugün beklenilmeyen problem durumlarının da ortaya çıkması olası bulunmaktadır. Bu doğrultuda araştırmacıların çalışmalarını gelecek temelli olarak planlanması yapılabilir. Çocuk ve gençlerin boş zamanlarını yalnız ve dijital ortamlarda geçirmelerini önlemek için sanat, spor, müzik vb. uğraşlarına yönlendirilmesi gerekmektedir. Sosyal becerilerinin gelişmesini sağlamak için grup içinde yapabilecekleri sorumluluklar verilmeli ve çevreleriyle iletişim halinde olmalarına destek verilmelidir (Avcı ve Yıldırım, 2014). Ergenlik dönemini problemler geçiren çocuklara karşı nasıl davranmaları gerektiğine ilişkin olarak eğitimciler kullanabilecekleri çözüm stratejileri hakkında bilgilendirme yapılmalıdır (Arslan, 2018c). Tüm bunların yanında belki en önemli şey çocuk ve gençlere değer verildiğinin ve çevresindekilerce önemsendiklerinin farkında olmalarının sağlanması ve yeterince zaman ayırarak onlarla ilgilenilmesidir.

Kaynakça

- ALEMDAĞ, S., & Öncü, E. (2015). Öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal görünüş kaygılarının incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(3), 287-300.
- ANDERSON, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: a review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103, 411-423.
- ANTHONY, M. M., & Swinson, R. P. (2000). *The shyness and social anxiety workbook*. Oakland: New Harbinger.
- ARSLAN, A. (2017a). Ortaokul öğrencilerinin okuma kaygıları ve akademik özyeterlik inançlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *e-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(3), 30-44.
- ARSLAN, A. (2017b). Ortaokul öğrencilerinin dinleme kaygıları ve akademik özyeterlik inançlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *International e-Journal of Educational Studies (IEJES)*, 1(1), 12-31.
- ARSLAN, A. (2018a). Ortaokul öğrencilerinin konuşma kaygıları ve akademik öz-yeterlik inançlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *International e-Journal of Educational Studies (IEJES)*, 2(1), 26-43. DOI: 10.31458/iejes.399014
- ARSLAN, A. (2018b). Ortaokul öğrencilerinin yazma kaygıları ve akademik özyeterlik inançlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(3), 1286-1312.

Üniversite Öğrencilerinin Dijital Bağımlılıklarının Sosyal Kaygı Düzeyleri Üzerindeki Etkisini...

- ARSLAN, A. (2018c). Ortaokul öğretmenlerinin öğrencilerin ergenlik problemlerine ilişkin kullandıkları çözüm stratejileri. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 37, 57-84.
- ARSLAN, A. (2019a). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin sosyal kaygıları ve genel öz-yeterlik algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *International e-Journal of Educational Studies*, 3(6), 78-96.
- ARSLAN, A. (2019b). Ortaöğretim öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: Sivas ili örneği. *Gazi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(2), 63-80.
- ARSLAN, A. (2020a). Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *International e-Journal of Educational Studies*, 4(7), 27-41.
- ARSLAN, A. (2020b). Ortaöğretim Öğrencilerinin Dijital Bağımlılık Düzeyleri ve Şiddet Eğilimlerinin Belirlenmesi. *Journal of Computer and Education Research*, 8(15), 86-113.
- ARSLAN, A., & Bardakçı, S. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Dijital Bağımlılık Düzeylerinin İletişim Becerileri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 8(20), 36-70.
- ARSLAN, A., İlman, E., & Aslan, R. (2019). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin konuşma kaygıları ve öz-yeterlik algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası İnsan Çalışmaları Dergisi*, 2(4), 124-147.
- ARSLAN, A., Kırık, A. M., Karaman, M., & Çetinkaya, A. (2015). Lise ve üniversite öğrencilerinde dijital bağımlılık. *İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 8, 34-58.
- AVCI, Ö. H., & Yıldırım, İ. (2014). Ergenlerde şiddet eğilimi, yalnızlık ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-1), 157-168.
- AYDIN, M. (2018). *Üniversite öğrencilerinde duygu düzenleme güçlüğü ve sosyal kaygı arasındaki ilişkinin araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- AYHAN, B., & Çavuş, S. (2015). Online game addiction among high school students. Daba-Buzoianu. C., Arslan, H. ve İcbay, M. A. (Ed.). *Contextual Approaches in Communication* içinde (s. 85-93). Frankfurt, Almanya: Peterlang Academic Research.
- BAGOZZI, R. P., & Fornell, C. (1982). Theoretical concepts, measurement, and meaning. Vol. 2, C. Fornell (Ed.) In *a second generation of multivariate analysis*, (pp. 5-23). Chicago: American Marketing Association.
- BALCI, Ş., & Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 6(1), 5-22.
- BALTACI, Ö. (2010). *Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, sosyal destek ve problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- BAŞKÖY, N. (2013). *Ortaöğretim öğrencilerinin internet bağımlılık, siber zorbalık ve bilgisayara karşı tutumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ahi Evran Ü.

- BAUMEISTER, R. F., & Tice, D.M. (1990). Anxiety and social exclusion. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 165-195.
- BECK, A. T. (2005). *Bilişsel terapi ve duygusal bozukluklar*. A. Türkcan (Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- BEKTAŞ, H. (1999). *Uyuşturucu batağı*. İstanbul: Milliyet Yayınları.
- BÜLBÜL, H., Tunç, T., & Aydı, F. (2018). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığı: kişisel özellikler ve başarı ile ilişkisi. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(3), 97-111.
- CENGİZHAN, C. (2005). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: "İnternet bağımlılığı". *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(22), 83-98.
- CHEBBİ, P., Koong, K. S., Liu, L., & Rottman, R. (2020). Some observations on internet addiction disorder research. *Journal of Information Systems Education*, 11(3), 3.
- CHİ, X., Hong, X., & Chen, X. (2020). Profiles and sociodemographic correlates of Internet addiction in early adolescents in southern China. *Addictive Behaviors*, 106385.
- ÇAM, E. (2012). *Öğretmen adaylarının eğitsel ve genel amaçlı facebook kullanımları ve facebook bağımlılıkları (SAÜ Eğitim Fakültesi örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- ÇAM, H. H., & Nur, N. (2015). Adölesanlarda internet bağımlılığı prevalansı ile psikopatolojik semptomlar ve obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi. *TAF Prev Med Bull*, 14(3), 181-188.
- DAVİSON, C. G., & Neale, J. M. (2004). *Anormal psikoloji*. İ. Dağ (Çev.) Ankara: Türk Psikoloji Derneği Yayınları.
- DİLCİ, T., Arslan, A., & Ersoy, M. (2019). 0-12 yaş aralığındaki çocukların dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre belirlenmesi: Sivas ili örnekleme. *Tarih Okulu Dergisi (TOD) / Journal of History School (JOHS)*, 12(38), 122-142. DOI No: <http://dx.doi.org/10.14225/Joh1514>
- DOĞAN, T. (2009). *Bilişsel ve kendini değerlendirme süreçlerinin sosyal anksiyete açısından incelenmesi*. Doktora Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- DUNLOP, B. W., Papp, L., Garlow, S. J., Weiss, P. S., Knight, B. T., & Ninan, P. T. (2007). Tiagabine for social anxiety disorder. *Human Psychopharmacology: Clinical and Experimental*, 22(4), 241-244.
- EGGER, O., & Rauterberg, M. (1996). *Internet behaviour and addiction*. Work and Organisational pUnit(IfAP), Swis Federal Institu of Technology (ETH), Zurich. 20 **Şubat** 2020 tarihinde <http://www.idemployee.id.tue.nl/g.w.m.rauterberg/ibq/report.pdf> adresinden alınmıştır.
- ERDAMAR, G., & Kurupınar, A. (2014). Ortaöğretim öğrencilerinde görülen madde bağımlılığı alışkanlığı ve yaygınlığı: Bartın ili örneği. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 65-84.

Üniversite Öğrencilerinin Dijital Bağımlılıklarının Sosyal Kaygı Düzeyleri Üzerindeki Etkisini...

- ERÖZKAN A. (2004). Üniversite öğrencilerinin sınav kaygısı ve başa çıkma davranışları. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13-38.
- ERYILMAZ, S. & Çukurluoğ, Ö. (2018). Lise öğrencilerinin dijital bağımlılıklarının incelenmesi: Ankara ili, Çankaya ilçesi örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67), 889-912.
- GENÇER, S. L. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinin internet bağımlılık durumlarının internet kullanım profilleri ve demografik özelliklere göre farklılıklarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Süleyman Demirel Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Isparta.
- GÖKÇEARSLAN, Ş., & Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(14), 419-435.
- GÖNÜÇ, S. (2009). *İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van.
- GREENFIELD, D. N. (1999). Psychological characteristics of compulsive internet use: a preliminary analysis. *Cyber Psychology and Behavior*, 2(5), 403-412.
- GRIFFITHS, M. D. (1995). Technological addictions. *Clinical Psychology Forum*, 76, 14-19.
- GRIFFITHS, M. D. (1996). Internet addiction: An issue for clinical psychology? *Clinical Psychology Forum*, 97, 32-36.
- GRIFFITHS, M. D. (1999). Internet addiction: Fact or fiction? *The Psychologist: Bulletin of the British Psychological Society*, 12, 246-250.
- HAMARTA, E. (2009). Ergenlerin sosyal kaygılarının kişilerarası problem çözme ve mükemmeliyetçilik açısından incelenmesi. *İlköğretim Online* (3), 729-740.
- HAZAR, Z., Demir, G. T., Namlı, S., & Türkeli, A. (2017). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 320-332.
- HENDERSON, E. C. (2001). Understanding addiction. *University Pres of Mississippi*. 4-153.
- ILIMAN, E., Arslan, A., & Aslan, R. (2019). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin yazma kaygıları ve öz-yeterlik algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2019(12), 108-127.
- IŞIK, E. (1996). *Somatoform bozukluklar, yapay bozukluklar, anksiyete bozuklukları*. Ankara: Baskı Kent Matbaa.
- İKİZ, F. E., & Yörük, C. (2013). Öğretmen adaylarının öz-yeterlik düzeyleri ile aile işlevlerinin incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 228-248.
- İZGİÇ, F., Akyüz, G., Doğan, O., & Kuğu, N. (2000). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobi yaygınlığı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1(4), 207-214.

- JIN JEONG, Y., Suh, B., & Gweon, G. (2020). Is smartphone addiction different from Internet addiction? comparison of addiction-risk factors among adolescents. *Behaviour & Information Technology*, 39(5), 578-593.
- KESİCİ, A., & Tunç, N. F. (2018). The development of the digital addiction scale for the university students: Reliability and validity study. *Universal Journal of Educational Research*, 6(1), 91-98.
- KIM, S., & Kim, R. (2002). A study of internet addiction: status, causes, and remedies. *Journal of Korean Home Economics Association English Edition*, 3(1), 1-19.
- LEAHY, R., & Holland, S. (2009). *Depresyon ve kaygı bozukluğu tedavi planları ve girişimleri*. S. Alsan, E. Köroğlu, H. Türkçapar (Çev.). (1. Baskı). Ankara: HYB Yayınları.
- MARKS, I. (1990). Behavioural (non-chemical) addictions. *British Journal of Addiction*, 85, 1389-1394.
- ÖZBAY, Y., & Palancı, M. (2001). *Sosyal kaygı ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. VI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 5-7.
- SAVCI, M., & Aysan, F. (2017). Technological Addictions and Social Connectedness: Predictor Effect of Internet Addiction, Social Media Addiction, Digital Game Addiction and Smartphone Addiction on Social Connectedness. *Dusunen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences*, 30(3), 51-61.
- SHAW, M., & Black, D. W. (2008). Internet addiction: Definition, assessment, epidemiology, and clinical management. *CNS Drugs*, 22(5), 353-365.
- SHINE, O., & Beak, S. (2013). The influence of adolescents smart phone addiction on aggression. *Korean Review of Crisis and Emergency Management*, 9(11), 345-362.
- STARCEVIC, V., & Aboujaoude, E. (2017). Internet addiction: Reappraisal of an increasingly inadequate concept. *CNS spectrums*, 22(1), 7-13.
- ŞAHİN, C., & Tuğrul, V. M. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Journal of World of Turks*, 4(3)115-130.
- ŞATA, M., Çelik, İ., Ertürk, Z., & Taş, U. E. (2016). Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinin (ATBÖ) Türk lise öğrencileri için uyarlama çalışması. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 7(1), 156-169. <https://doi.org/10.21031/epod.95432>
- ŞİRİN Eren, E. (2018). *Öğretmen adaylarının sahip olduğu değerler, sosyal kaygı ve yalnızlık düzeyleri arasındaki yordayıcı ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.
- TEMEL, F., & Aksoy, A. (2001). *Ergen ve gelişimi yetişkinliğe ilk adım*. (1. Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.
- TUTGUN Ünal, A. (2015). *Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. Doktora Tezi. Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Üniversite Öğrencilerinin Dijital Bağımlılıklarının Sosyal Kaygı Düzeyleri Üzerindeki Etkisini...

- UĞURLU, T. T., Şengül, C. B., & Şengül, C. (2012). Bağımlılık psikofarmakolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1), 37-50.
- VILLIERS, D. P. (2009). *Perfectionism and social anxiety among college students*. Counseling Psychology Dissertations, 4.
- VURAL, Z., & Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: Ege Üniversitesi iletişim fakültesine yönelik bir araştırma. *Journal of Yasar University*, 5(20), 3348-3382.
- WITTCHEN, H. U., & Fehm, L. (2003). Epidemiology and natural course of social fears and social phobia. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 108, 4-18.
- YILMAZ, E. (2013). *Lise 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- YOUNG, K. S. (1999). *Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment*. *Innovations in Clinical Practice: A source book*, 17, 19-31. 20 Ocak 2020 tarihinde <http://v2.netaddiction.com/articles/symptoms.pdf> web adresinden alınmıştır.
- YOUNG K. S. (2009) Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *Am J Fam Ther*, 37, 355-372.