



Haziran 2021

Yıl: 5 Sayı: 1 ss. 40-52

Makale Türü: Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi: 30.04.2020

Kabul Tarihi: 18.02.2021

ISSN: 2619-9408

June 2021

Volume: 5 Issue: 1 pp. 40-52

Article Type: Research Article

Submitted: 30.04.2020

Accepted: 18.02.2021

ERGENLERİN TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARI İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Gökcan Sever*

Öz

Araştırmada, ergenlerin temel ihtiyaçlarının (ait olma, güç, özgürlük, eğlence) karşılanma düzeyi ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca temel ihtiyaçların internet bağımlılığını yordama düzeyi ele alınmıştır. Tarama modeliyle yapılan bu araştırma, Gaziantep ili Şehitkâmil İlçesinde öğrenim görmekte olan ve tesadüfi olarak seçilen 206'sı kız ve 159'u erkek olmak üzere toplam 365 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmada ergenlerin temel ihtiyaçlarının karşılanma düzeyini belirleyen "Temel İhtiyaçlar Ölçeği", İnternet bağımlılığı düzeyini ölçmek amacıyla "İnternet Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada verilerin analizi, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi ve Çoklu Doğrusal Regresyon analizi istatistiksel teknikleri ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda ait olma ve güç ile internet bağımlılığı arasında düşük düzeyde pozitif yönde; özgürlük ile internet bağımlılığı arasında düşük düzeyde negatif yönde bir ilişki olduğu bulgulanmıştır. Yine, araştırmanın regresyon analizi sonuçları, ait olma, güç ve özgürlük düşük düzeyde yordayıcılar olduğunu ve bu değişkenlerin birlikte toplam varyansın %16'sını açıkladığını ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Seçim teorisi, temel ihtiyaçlar, internet bağımlılığı.

Adolescents Relationship Between the Basic Psychological Needs of And Internet Addiction

ABSTRACT

In the study, the relationship between the level of meeting the basic needs of adolescents (belonging, power, freedom, entertainment) and internet addiction was examined. In addition, the level of predicting internet addiction of basic needs is discussed. This research was carried out with a screening model, and was conducted on a total of 365 students, 206 of whom were female and 159 male, who were studying in the district of Gaziantep, Şehitkâmil. In the research, "Basic Needs Scale", which determines the level of meeting adolescents' basic needs, and "Internet Addiction Scale", was used to measure the level of internet addiction. In the research, data analysis, Pearson Moments Product Correlation analysis and Multiple Linear Regression analysis were performed with statistical techniques. As a result of the research, there is a low positive level between belonging and power and internet addiction; It was found that there is a low negative relationship between freedom and internet addiction. Again, the results of the regression analysis of the research revealed that there were low predictors of belonging, power and freedom, and these variables together explained 16% of the total variance.

Keywords: Choice theory, basic needs, internet addiction.

Giriş

Ergenlik, fizyolojik gelişimin yanı sıra bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimin yaşandığı özel ve önemli bir dönemdir (Yörükoğlu, 2004). Bu dönemde bireyin, aileden kopup yeni yaşantılara yelken açtığı, kendisini aramaya başladığı, sevme/sevilme, ait olma duyguları ile birlikte güç, özgürlük ve

* Uzman Psikolojik Danışman, Milli Eğitim Bakanlığı, gsever25@gmail.com ORCID: 0000-0002-7405-4728.

eğlence ihtiyaçlarını da karşılamaya çalıştığı hassas bir dönemdir. Ergenler yakın arkadaşlık ilişkileri geliştirerek bir gruba ait olma ihtiyacını, aileden uzaklaşarak özgürlük ve güç ihtiyacını, arkadaşlarla eğlenceli vakit geçirerek eğlence ihtiyacını karşılamayı amaçlarlar (Yavuzer, 2004).

Psikolojik ihtiyaçlar kavramı, insanları harekete geçirme konusunda motive edici bir güç olup birçok kuramcı tarafından açıklanmaya çalışılmıştır. Temel psikolojik ihtiyaçlarla ilgilenen en önemli kuramlardan biri Glasser'in Seçim Teorisi ve Gerçeklik Kuramıdır. Seçim teorisi, insanları güdüleyen ve genlerine yerleşmiş sevme/sevilme ve ait olma, özgürlük, güç ve eğlence olmak üzere 4 temel psikolojik ihtiyacın olduğunu belirtir (Glasser, 1997). Glasser'e (1997) göre, insan doğumundan itibaren temel ihtiyaçlarını en iyi şekilde nasıl karşılayacağına ilişkin bilgileri hafızasının kalite dünyalarıyla ilgili bir bölümüne yerleştirir. Yerleştirilen bu bilgileri yaşamı boyunca inşa etmeye devam eder ve bu bilgilere uyum sağlar. Eğer insan ihtiyaçlarına doyum bulamıyorsa, ihtiyaçlarını karşılayamıyorsa o zaman acı hisseder. Glasser (1999), psikolojik ihtiyaçları karşılanmayan öğrencilerin duygusal ve davranışsal problemler yaşadığını, temel ihtiyaçları yeterli düzeyde karşılanmayan, ilişki kurma veya ilişkileri yönetme ile ilgili yeterli becerilere sahip olmayan öğrencilerin disiplin olayları yaşadığını söylemektedir.

Glasser, temel psikolojik ihtiyaçlardan en önemlisinin sevme/sevilme ve ait olma ihtiyacının olduğunu, çünkü diğer ihtiyaçları gidermek için başkalarına ihtiyaç duyduğumuzu söyler. Örneğin; güç ihtiyacını gidermek için başkasının bizi dinlemesi ve bize saygı duyması gerekir. Yalnız olmak istediğimizde bunu gerçekleştirebilmek, özgürlük ihtiyacımızı gidermek açısından önemlidir. Aynı şekilde eğlence ihtiyacının karşılanması için başkalarının varlığı gereklidir. Ve tabii ki, eğer hayatımızda bizi destekleyen insanlar varsa hayatta kalma adına çok daha büyük şansa sahip oluruz. Eğer kalite dünyasında iyi anlaştığınız kişiler fazla ise sevme/sevilme ve ait olma ihtiyacınız güçlüdür ve bu da mutlu olduğunuz anlamına gelir demektir. Sevme/sevilme ve ait olma ihtiyaçları karşılanmayan kişilerin nitelik dünyalarında kişi sayısı azdır ve bu kişilerin onlarla kurduğu ilişkileri de güçlü değildir (Glasser, 1998).

Psikolojik ihtiyaçlar, romantik ilişki kalitesini pozitif yordamakta (Eşici, 2014) aynı zamanda öznel iyi oluş, yaşam doyumu, öğrenmeye katılım ve motivasyonu da olumlu anlamda etkilemektedir (Demirbaş-Çelik, 2018; Guo, 2018; Yarkın, 2014; Durmaz, 2012). Ayrıca psikolojik ihtiyaçlardan özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının doyumu, güvenli bağlanma ile pozitif (Cihangir-Çankaya ve Denizli, 2019), internet bağımlılığı ile negatif ilişkili olduğu bulgulanmıştır (Can ve Zeren, 2019; Eyyüpoğlu ve Özbay, 2018; Canoğulları ve Güçray, 2017). Psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi ile saldırganlık (Şahin ve Korkut-Owen, 2009), sınav kaygısı (Maralani, Lavasani ve Hejazi, 2016) ve ilişki ihtiyacı ile boyun eğme davranışı (Hamurcu ve Sargın, 2011) arasında negatif ilişki olduğu görülmüştür.

Wubbolding'e (2015) göre, uyuşturucu, alkol ve diğer maddelerin yanı sıra kumar, iş, seks, yemek, pornografi ve internet gibi etkinliklere olan olumsuz bağımlılık, ihtiyaçları karşılamak için sarf edilen etkisiz davranış çabalarının gerileyici son aşamasını temsil etmektedir.

Gerçeklik teorisi ve Seçim kuramına göre bireyin olumsuz duyguları, psikolojik ihtiyaçlardan biri veya birkaçının tam olarak karşılanmamasından kaynaklanır. Yaşanan bu olumsuz duygu, insanları bir arayışa ve çözüm bulma düşüncesine zorlar (Corey, 2008). Ergenlik çağındaki gençler, bu arayışlarını, gerçek yaşamda olduğu kadar internet aracılığı ile sanal ortamda da devam ettirebilmektedir. Ergen bir gruba veya topluluğa ait olamadığı ya da sosyalleşme ihtiyacını tam olarak karşılayamadığı zaman bu ihtiyacını sanal ortamda gidermeye çalışabilmekte, gerçek yaşamı ihmal edip büyük ölçüde psikolojik ihtiyaçlarını giderme çabalarını sanal ortama taşıyarak interneti sağlıksız bir şekilde kullanmaya doğru gidebilmektedir.

İnternetin tarihi çok uzun yıllara dayanmasa da internet bağımlılığının hızlı bir şekilde yayıldığı görülmektedir. Bunda bireyin sosyal, psikolojik ve biyolojik özelliklerinin yanı sıra internetin sahip olduğu özellikler ve bireye sunduğu imkanların da önemli rolü bulunmaktadır (Dinç, 2014). İnternet kullanımının sunduğu olanaklar, son on yılda daha yaygın hale gelen mobil cihazların ve yeni medyanın artan kullanılabilirliği ve sorunun daha da kötüleşmesi ile dikkat çeken internet bağımlılığı sorununu giderek daha fazla yoğunlaştırmaktadır. Yirminci yüzyılın sonunda Kimberly Young tarafından başlatılan internet bağımlılığı üzerine yapılan araştırmalar, literatürde genellikle en savunmasız olduğu tespit edilen psikolojik, duygusal, sosyal, biyolojik ve bilişsel gelişim ve değişimlerin yaşandığı ergenlik dönemi bağlamında ortaya çıkmaktadır. Bu fenomen, Ergen İnternet Bağımlılığı olarak bilinir (Slawomir ve Ilona, 2016; Taş, 2019a).

İnternet bağımlılığı, internetin aşırı kullanılması ve bu kullanma isteğinin önüne geçilememesi, internet dışında geçirilen zamanın önemsiz ve değersiz görülmesi, internette ayrı kalındığında aşırı sinirlilik ve saldırganlık hallerinin olması, bireyin aile hayatının yanı sıra iş ve sosyal hayatının giderek bozulması olarak tanımlanmıştır (Griffiths, 1996; Young, 2004).

İnternet bağımlıları için internet, sorun ve sıkıntılardan kaçış için bir yolu olarak görülebilmektedir (Young vd., 2000). Genç, anlaşıldığını hissettiği, duygu ve düşüncelerinin önemsendiği, kendisini değerli gördüğü ve aynı zamanda eğlendiği bir yer olarak interneti gördüğünde burada daha çok zaman geçirebilmektedir (Günüç, 2009). Ögel'e (2012) göre, ergenlik dönemine ait problemlerin yanı sıra kuşak çatışması gibi nedenlerle aile ile paylaşımların azalması, arkadaşlık ilişkilerinde sıkıntı yaşama ve içe kapanıklık gibi sebeplerle kendilerini yalnız hisseden ve bu yalnızlıklarını sosyal hayat içerisinde gidermekte zorluk yaşayan gençler kolayca internete bağımlı hale gelebilirler.

İnternetin çoğu zaman ücretsiz, limitsiz ve kolay erişilebilir olması, başka sosyal aktiviteler yerine sürekli interneti düşünme, aile tarafından herhangi bir kısıtlama veya kontrolün olmaması, internet ortamındaki aktivitelerin kolaylıkla gizlenebilmesi, gerçek hayatta yaşanan korku, kaygı, takıntı ve eksikliklerin internetteki hayatta gizlenip farklı bir kimlik oluşturulabilmesi, gerçek kimliklerini gizleyerek kendilerini olduklarından daha farklı ve abartılı bir şekilde göstermeleri, tanınmamanın verdiği rahatlıkla düşüncelerini diledikleri gibi paylaşabilmeleri, yüz yüze iletişim kurmak yerine internet kanalı ile iletişim kurmayı daha kolay bulmaları gibi faktörler internet bağımlılığına yol açabilir (Young, 2004; Cengizhan, 2005).

İnternet bağımlılığı ile ilgili ilk çalışmaları yapanlardan biri olan Young, İnternet bağımlılığı için tanı ölçütlerini şu şekilde sıralamıştır:

1. İnternet konusunda aşırı zihinsel meşguliyet (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılması planlanan bir sonraki etkinliği düşünme, vb.),
2. İnternette daha çok keyif alma adına giderek daha fazla oranda internet kullanma ihtiyacı hissetme,
3. İnterneti kontrol etme, azaltma veya tamamen bırakmaya dönük çabalarda başarısız olma,
4. İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen bırakılması durumunda huzursuzluk, çökkünlük ya da kızgınlık gibi yoksunluk belirtileri gösterme,
5. İnternette ne kadar kalacağına ilişkin yapılan plandan daha uzun süre internette kalma,
6. Aşırı internet kullanımından dolayı aile, okul ve arkadaş gibi sosyal çevrede sorunlar yaşamamanın yanı sıra iş, eğitim veya kariyer ile ilgili fırsatları tehlikeye atma ya da kaçırma,
7. Başkalarına (aile, arkadaşlar, terapist, vb) internette kalma süresi ile ilgili yalan söyleme,

8. İnternet kullanımını problemlerden kaçış veya olumsuz duygulardan (örn: çaresizlik, suçluluk, çökkünlük, kaygı) uzaklaşmak için kullanma (Young, 1996).

Alanyazında internet bağımlılığının fiziksel, psikolojik, sosyal ve akademik alanlarda yer alan birçok faktörle ilişkisi araştırılmıştır. Örneğin, İnternet bağımlılığının, sosyal öz yeterlik (Gazo vd., 2020; Kanat, 2020; Tan, 2019; Telef, 2016; Karimzadeh, 2015; Tuna, 2015; Eroğlu, 2014), benlik saygısı (Tohumcu vd., 2019; Çınar ve Mutlu, 2019; Turnalar-Kurtaran, 2008), kendini ifade etme (Sevinç, 2019; Arslan ve Kiper, 2018), mutluluk, özdenetim (Babakr vd., 2019; Durak-Batıgün ve Kılıç, 2011), (Totan, Ercan ve Öztürk, 2019), yaşam doyumu (Çınar ve Mutlu, 2019), sosyal destek ve yılmazlık (Fariz ve Sarıcı-Bulut, 2019; Taş, 2019) ve akademik başarı ve okula bağlanma (Çubuk, 2019; Taş, 2017) ile negatif ilişkili olduğu fakat uyku problemi (Bener vd., 2019; Jahan vd., 2019), yalnızlık (Gazo vd., 2020; Tohumcu vd., 2019; Tan, 2019; Traş, 2019; Eroğlu, 2014; Durak-Batıgün ve Hasta, 2010), depresyon (Anlayışlı ve Bulut-Serin, 2019; Hekim vd., 2019; Koç, 2011; Turnalar-Kurtaran, 2008) ve bilişsel çarpıtma (Demir ve Buğa, 2019) ile pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmaması birçok olumsuz faktörün ortaya çıkmasına yol açabilmektedir. Alanyazın incelendiğinde; temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmaması, okul tükenmişliği (Skaalvik ve Skaalvik, 2011; Virtanen vd., 2016; Şahan ve Duy, 2017); sınav kaygısı (Maralani, Lavasani ve Hejazi, 2016) ve saldırganlık (Şahin ve Korkut Owen, 2009) gibi istenmeyen durumların artmasına neden olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının, mutluluk (Demirbaş Çelik, 2018); yaşam doyumu ve akademik motivasyon (Guo, 2018); okula bağlanma (Bellici, 2012) ve yılmazlık düzeylerinde (Ünüvar, 2012) olumlu etkilerinin olduğu tespit edilmiştir.

Yukarıdaki bilgiler ışığında bakıldığında temel psikolojik ihtiyaçlarını tam anlamıyla karşılayamayan bireyler çeşitli sorunlarla karşı karşıya kalabilmekte ve bu sorunlardan internet bağımlılığı bireylerin hayatlarını ciddi anlamda olumsuz yönde etkilemektedir. Bu nedenle araştırmanın sonuçları konu ile ilgili yapılacak bu türden çalışmalara kaynak oluşturması açısından önemli olacaktır. Araştırmanın temel amacı, ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılama düzeylerinin internet bağımlılığı ile arasındaki ilişkiyi incelemektir. Ayrıca temel psikolojik ihtiyaçların internet bağımlılığını yordama düzeyini belirlemektir.

Bu amaçlara ilişkin olarak aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1- Ergenlerin Temel Psikolojik ihtiyaçları (ait olma, özgürlük, güç, eğlence) ile İnternet bağımlılığı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki var mıdır?

2- Ergenlerin Temel Psikolojik ihtiyaçları (ait olma, özgürlük, güç, eğlence), İnternet bağımlılığını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma deseni, çalışma grubu, veri toplama araçları ve veri analizine yer verilmiştir.

Araştırmanın Deseni

Araştırma, ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılama düzeylerinin internet bağımlılığı ile arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçladığından çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, birden daha fazla değişkenin kendi arasındaki değişimin varlığını, derecesini ve yönünü ortaya koymayı amaçlar (Büyüköztürk vd., 2013).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma grubu, Gaziantep İli, Şehitkâmil İlçesindeki bir lisede öğrenime devam etmekte olan ve basit tesadüfi örnekleme yoluyla seçilen 365 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Basit tesadüfi örnekleme, evrendeki her bireyin örnekleme birimine seçilme olasılığının eşit ve birbirinden bağımsız olduğu yöntemdir (Büyüköztürk vd., 2013). Veriler, sınıf ortamında gönüllü öğrencilerin katılımı ile toplanmış ve araştırmacı tarafından yaklaşık 20 dakikada gerçekleştirilmiştir.

Araştırma grubunda bulunan öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımı Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırma grubunda bulunan öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımı

DEĞİŞKEN	FAKTÖR	F	%
CİNSİYET	Kız	206	56.4
	Erkek	159	43.6
YAŞ	14 Yaş	55	15.1
	15 Yaş	88	24.1
	16 Yaş	99	27.1
	17 Yaş	105	28.8
	18 Yaş	18	4.9
	SINIF	9.Sınıf	96
	10.Sınıf	85	23.3
	11.Sınıf	94	25.8
	12.Sınıf	90	24.7

Veri Toplama Aracı

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmada araştırmacı tarafından hazırlanan ve çalışma grubunu ayrıntılı tanımak amacıyla cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi gibi değişkenler Kişisel Bilgi Formuna eklenmiştir.

Temel İhtiyaçlar Ölçeği (TİÖ): Ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarını ne düzeyde karşıladığını ölçmek amacıyla İkinci (2003) tarafından Glasser’ın Seçim Teorisine dayalı olarak geliştirilmiştir. Ölçek, 26 maddeden oluşup, 1-5 arasında derecelendirilen Likert tipindedir. Ölçekten elde edilecek puanlar 26 ile 130 arasında değişmektedir. Ölçekten elde edilecek puanların yüksek olması, psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının da yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir (İkinci, 2003). Ölçekte yapılan faktör analizinde dört faktörlü yapının olduğu bunlar: “Sevme/sevilme”, “Güç”, “Özgürlük”, “Eğlence” şeklinde adlandırılmıştır. Ölçeğin genel güvenilirlik katsayısı (α) 0.83 olarak hesaplanırken, “Sevme-sevilme” 0.76, “Güç” 0.64, “Eğlence” 0.67, “Özgürlük” 0.66 olarak bulunmuştur (İkinci, 2003). Bu araştırmada ölçeğin genel güvenilirlik katsayısı (α) 0.81, “Sevme-sevilme” 0.75, “Güç” 0.68, “Eğlence” 0.65, “Özgürlük” 0.64 olarak hesaplanmıştır.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ): İnternet bağımlılığı düzeyini ölçmek amacıyla Günüş (2009) tarafından geliştirilen bir ölçektir ve 35 maddeden oluşmaktadır. Ölçek Türkiye’de geliştirilmiş ve hedef kitle olarak ortaöğretim öğrencileri alınmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları için örneklem belirlenirken İstanbul, Ankara, İzmir, Diyarbakır, Samsun, Mersin ve Van gibi her bölgeden kozmopolit özellik gösteren birer il ve her ilden ikişer okul seçilmiş ve bu okullardaki seçkisiz olarak belirlenen 754 ortaöğretim öğrencisine ölçek uygulanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa (α) iç tutarlık katsayısı .944 olarak bulunmuştur. Ölçeğe açıcı faktör analizi uygulanmış ve örneklem büyüklüğünün uygunluğu KMO ve Barlett istatistiği ile onaylanmıştır (KMO = .963; = 10474.835, p 0.000). Yapılan açıcı faktör analizi sonucunda, ölçek ile ilgili olarak "Yoksunluk", "Kontrol Güçlüğü", "İşlevsellikte Bozulma" ve "Sosyal İzolasyon" dört alt faktöre ulaşılmıştır. Dört alt faktöre ilişkin Cronbach alfa (α) güvenilirlik katsayıları; birinci alt faktör için .877, ikinci alt faktör için .855,

üçüncü alt faktör için .827 ve dördüncü alt faktör için .791 olarak bulunmuştur. (Günüç, 2009). Bu araştırmada ölçeğin genel güvenilirlik katsayısı (α) .95 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında veri toplama araçları olarak kullanılan ölçekler aracılığı ile elde edilen veriler, kodlanarak elektronik ortama aktarılmıştır. İstatistiksel analizler bilgisayar ortamında ve SPSS 24.0 (Statistical Packet for The Social Science 24.0) programında yapılmıştır. Veri setindeki kayıp verilerin olup olmadığı incelenmiş, kayıp veri olmadığı tespit edilmiştir. Verilerin uç değer içerme durumu, standart z değerleriyle incelenmiş z değerlerinin -3 ile +3 aralığında olup olmadığı kontrol edilmiş (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016) ve 15 uç değere rastlanmış olup bu uç değerler analize dahil edilmemiştir. Verilerin analizi yapılmadan önce veri girişinin doğruluğu ve değişkenlerin dağılımının tek ve çok değişkenli normalliğe, doğrusallığa uygunluğu test edilmiştir. Bu amaçla Kolmogrov-Smirnov testi uygulanmış ve $p < .05$ olmasına karşın çarpıklık (.077-.724) ve basıklık (.050-.445) değerlerinin -1 ile +1 arasında değiştiği ve bu yüzden normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği ifade edilebilir (Büyüköztürk, 2015). Çok değişkenli normallik için Saçılma Diyagramı Matrisi incelenmiş ve matriste yer alan dağılımın elips şeklinde olduğu bu da çok değişkenli normalliğin sağlandığını göstermektedir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016). Araştırmada istatistiksel teknik olarak, ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçları ile internet bağımlılığı arasında ilişkinin olup olmadığını belirlemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu analizi yapılmıştır. Daha sonra değişkenler arasında çoklu doğrusal bağlantılılık (multicollinearity) probleminin olup olmadığını tespit etmek amacıyla, varyans büyütme (VIF) ve tolerans değerleri incelenmiştir. Varyans büyütme (VIF) < 10 (1.30-142) ve tolerans değeri $> .10$ (.70-.81) aralığında olduğu ve çoklu doğrusal bağlantılılık problemi olmadığı tespit edilmiştir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2016). Sonuç olarak veri setinin regresyon analizine ilişkin tüm varsayımları karşıladığı görülmüştür.

Bulgular

Araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılan Temel İhtiyaçlar Ölçeği ve İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden elde edilen sonuçlar üzerinde yapılan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgular aşağıda verilmiştir. Araştırma grubundaki ergenlerin temel ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi (ait olma, güç, özgürlük, eğlence) ile internet bağımlılığı puanlarına ilişkin ortalama, standart sapma ve n değerleri ile ilgili betimsel istatistikler Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Ergenlerin temel ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi ile internet bağımlılığı puanlarına ilişkin betimsel verileri

Değişken	n	\bar{x}	SS
Ait olma	365	27.287	5.346
Güç	365	28.033	4.198
Özgürlük	365	15.992	4.482
Eğlence	365	19.731	4.458
İnternet bağımlılığı	365	136.794	26.277

Tablo 2 incelendiğinde araştırma grubundaki ergenlerin; ait olma puanlarının ortalaması (\bar{x}) 27.287 (ss=5.346), güç puanlarının ortalaması (\bar{x}) 28.033 (ss=4.198), özgürlük puanlarının ortalaması

(\bar{x}) 15.992 (ss=4.482), eğlence puanlarının ortalaması (\bar{x}) 19.6731 (s=4.458) ve internet bağımlılığının toplam puanlarının ortalaması (\bar{x}) 136.794 (ss=26.277) olduğu saptanmıştır.

Ergenlerin Temel İhtiyaçlarının karşılanma düzeyi (ait olma, güç, özgürlük, eğlence) puanları ile İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin toplamından aldıkları puanlara ait ortalamaları arasında ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyon testi uygulanmış elde edilen veriler tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Ergenlerin temel ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi ile internet bağımlılığı puanları arasındaki ilişkiyle ilgili Pearson momentler çarpımı korelasyon değerleri

	1	2	3	4
Ait olma (1)				
Güç (2)	.421**			
Özgürlük (3)	.225**	.238**		
Eğlence (4)	.380**	.364**	.426**	
İnternet bağımlılığı (5)	.171**	.290**	-.150**	-.075

** p< .001.

Tablo 3'e göre ait olma ($r=.171$, $p<.001$) ve güç ($r=.290$, $p<.001$) ile internet bağımlılığı düşük düzeyde pozitif anlamlı korelasyon gösterirken; özgürlük ($r=-.150$, $p<.001$) ile internet bağımlılığı düşük düzeyde negatif anlamlı korelasyon göstermektedir. Ayrıca eğlence ihtiyacı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı korelasyon olmadığı görülmektedir. Temel psikolojik ihtiyaçların alt boyutları olan ait olma ve güç puanları artış gösterdikçe internet bağımlılığına ait puanlar da artmakta;

Değişken	B	Standart Hata B	β	T	P	kili r	Kısmi R
Sabit	96.46	9.47	-	0.19	.00	-	-
Ait olma	.66	.27	.14	2.45	.00	.17	.13
Güç	2.13	.34	.34	5.19	.00	.29	.31
Özgürlük	-1.11	.31	-.19	3.53	.00	-.15	.18
R=	.40	R ² =	.16	F(4,64)=	17.52	P=	.00

özgürlük puanları artış gösterdikçe internet bağımlılığına ait puanlar azalmaktadır.

Ait olma, güç ve özgürlük değişkenlerine göre internet bağımlılığı düzeylerinin yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. İnternet bağımlılığının yordanmasına ilişkin standart çoklu regresyon analizi sonuçları

Ait olma, güç ve özgürlük değişkenleri birlikte öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ile düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermektedir, $R=.40$, $R^2=.16$, $P<.01$. Adı geçen üç değişken birlikte internet bağımlılık düzeyindeki toplam varyansın yaklaşık %16'sını açıklamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin internet bağımlılığı üzerindeki görece önem sırası; güç, özgürlük ve ait olma'dır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, her üç değişkenin internet bağımlılığı üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Regresyon analizi sonuçlarına göre internet bağımlılığı düzeyinin yordanmasına ilişkin regresyon eşitliği (matematiksel model) aşağıda verilmiştir.

$$\text{İnternet bağımlılığı} = 96.46 + .66 \text{ ait olma} + 2.13 \text{ güç} - 1.11 \text{ özgürlük.}$$

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgulara ilişkin olarak literatürdeki araştırma sonuçlarından da yararlanılıp tartışma ve yorum yapılmıştır. En sonunda da öneriler sunulmuştur.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre, ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarından ait olma, güç ve özgürlük ile internet bağımlılığı arasında düşük düzeyde anlamlı ilişkiye rastlanırken eğlence

ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Ayrıca ait olma, güç ve özgürlük değişkenleri birlikte internet bağımlılık düzeyindeki toplam varyansın yaklaşık %16'sını açıklamakta olduğu görülmüştür.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre, ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarından ait olma ve güç ihtiyacı ile internet bağımlılığı arasında düşük düzeyde pozitif anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Bunda ergenlik dönemindeki bireyin kendine odaklanma ve yalnız kalma isteğinin sık görülmesi (Yavuzer, 2002) etkili olabileceği düşünülebilir. Durak-Batıgün ve Hasta (2010) tarafından yapılan araştırmada benzer bir sonucun çıktığı yani internet bağımlılığı arttıkça yalnızlığın da arttığı bulgulanmıştır. Can ve Zeren'in (2019) yapmış oldukları çalışmada internet bağımlılığı arttıkça ait olma ve güce karşılık gelen ilişki ve yeterlik doyumlarının azaldığı bulgulanmıştır. Balkaya-Çetin ve Ceyhan'ın (2014) problemlili internet kullanım davranışı ile ilgili yaptıkları bir çalışmada ait olma ve güç ihtiyacı karşılanmadıkça problemlili internet kullanımının artmakta olduğu bulgulanmıştır. Aslan'ın (2019) ergenlerde internet bağımlılığı ile ilgili yaptığı bir araştırmada, internet bağımlılığının aile ve arkadaş ilişkilerini azalttığı yani aidiyet duygularına zarar verdiği anlaşılmıştır. Gazo vd. (2020), Demir ve Buğa (2019) ve Traş (2019) tarafından yapılan çalışmalarda internet bağımlılığı arttıkça bir yere ait olmama veya yalnız olmanın da arttığı görülmüştür. Eroğlu (2014)'nin internet bağımlılığı ile ilgili değişkenleri incelediği bir araştırmada, yalnızlık arttıkça internet bağımlılığının da arttığı bulgulanmıştır. Ayrıca Taş (2017) tarafından yapılan çalışmada okula bağlanma ile internet bağımlılığı arasında negatif ilişki olduğu yani aidiyet arttıkça internet bağımlılığı azaldığı bulgulanmıştır. Partala'nın (2011) yapmış olduğu bir çalışmada da yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının, sanal dünyadan ziyade gerçek sosyal hayatta daha fazla karşılandığı sonucuna ulaşmıştır. İnternette çok fazla zaman harcayan ergenin, aile ve arkadaşlarıyla sosyal ilişkilerini geri plana koyması (Horzum, Ayas ve Balta, 2008) ait olma ihtiyacının azalmasında önemli bir etken olabileceği düşünülebilir. Ergenlik çağı kimlik gelişiminin hızlandığı, sevme/sevilme ve ait olma, sürekli haz ve mutluluk arayışlarının olduğu bir dönemdir (Huang ve Shen, 2010). İnternet kullanımı da bir iletişim aracı olduğu için benzer ihtiyaçların karşılanması için kullanılabilir (Balkaya-Çetin ve Ceyhan, 2014). Ergenler interneti etkileşim aracı ve haz alma duygularını yaşama olarak kullanıp (Durak-Batıgün ve Kılıç, 2011) ait olma ve güçlü özelliklerini gösterme ihtiyacını karşılayabilir. Bu sonuçla öğrenci, internet yolu ile ait olma ve güç ihtiyacını karşılayabiliyor olabilir. Bu da gerçek hayatta karşılanamayan ait olma ve güç ihtiyacının ergenin sanal âlemde karşılamaya çalıştığını gösterebilir. Gerçek hayatta güç ihtiyacını karşılayamayan ergen, bu süreçte kendi güçlü yönlerini göstermek, kendine ait özelliklerini diğer bireylerle paylaşmak adına internete yönelebilir. Sanal âlemde kurduğu ilişki ile ait olma ve güç ihtiyaçlarını gidermeye çalışabilir.

Araştırmada elde edilen diğer bulguda ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarından özgürlük ihtiyacı ile internet bağımlılığı arasında düşük düzeyde negatif ilişki olduğu görülmüştür. Yani ergen özgürlük ihtiyacını karşıladıkça internet bağımlılık oranı düşmekte olduğu söylenebilir. Ayrıca ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarından eğlence ihtiyacı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Literatüre bakıldığında benzer sonuçların olduğu görülmektedir. Eyyüpoğlu ve Özbay (2018), Canoğulları ve Güçray (2017), Shen vd. (2013) ve Şahin ve Kesici (2009) tarafından yapılan araştırmalarda temel ihtiyaçların karşılama düzeyi arttıkça internet bağımlılık düzeyinin azaldığı görülmüştür. Dursun ve Eraslan-Çapan (2018) tarafından yapılan bir çalışmada özgürlük ihtiyacı ile dijital oyun bağımlılığı arasında negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Başka bir çalışmada ergenlerin özgürlük ihtiyacı karşılandıkça internet bağımlılığı düzeyinin düştüğü bulgulanmıştır (Canoğulları, 2014). Arpacı, Kesici ve Baloğlu (2018) tarafından yapılan bir çalışmada öğrencilerin özerk olma veya özgürlük ihtiyaçları karşılandıkça internet bağımlılık düzeyinin azaldığı bulgulanmıştır. Ayrıca Anne-babaya güvenli bağlanma arttıkça internet bağımlılığının düştüğü (Tuna,

2015), internet bağımlılığı arttıkça sosyal güçlendirme becerilerinin azaldığı (Karimzadeh, 2015) bulgulanmıştır.

Ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarının (ait olma, güç, özgürlük, eğlence) internet bağımlılığını yordaması ile ilgili bulguda ise, temel psikolojik ihtiyaçlardan ait olma, güç ve özgürlük ihtiyaçlarının internet bağımlılığının anlamlı yordayıcıları olduğu fakat eğlence ihtiyacının yordayıcı özellikte olmadığı tespit edilmiştir. Turnalar-Kurtalan (2008) tarafından yapılan çalışmada yalnızlık veya ait olmamanın internet bağımlılığını yordadığı tespit edilmiştir. Taçyıldız (2010) tarafından yapılan çalışmada ise, sosyal destek ve iletişim becerisinin lise öğrencilerinde internet bağımlılığının önemli bir yordayıcısı olduğu bulgulanmıştır. Aynı şekilde Durak-Batıgün ve Hasta (2010) tarafından yapılan çalışmada etkileşim amaçlı internet kullanımı ve ketleyici tarzı iletişim biçiminin internet bağımlılığını yordadığı bulgulanmıştır. Ayten ve Acat (2019) tarafından yapılan çalışmada, İnternet bağımlılığının, yaşam doyumunun önemli yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Aynı şekilde Durak-Batıgün ve Kılıç (2011) tarafından yapılan çalışmada yaşam doyumu ve özdenetim düşüklüğü, internet bağımlılığını yordayan değişkenler olduğu bulgulanmıştır. Genel olarak günlük yaşamlarında karşılanmamış psikolojik ihtiyaçlar ergenleri, internete yönlendirebileceği ve bu nedenle de bu durumun bağımlılık düzeyini arttırabileceği söylenebilir.

Okulda ve evde ergenlerin sağlıklı bir ilişki geliştirmesi, özgürlük veya özerklik ihtiyaçlarının karşılanması noktasında desteklenmesi ve bu konuda fırsatlar oluşturulması, akran iletişimi ve interneti doğru ve yerinde kullanma konularında ergenlere yardımcı olunması önemli olacaktır. Özgürlük ihtiyacını karşılayan ergen, davranışını kontrol edebilir ve gerektiğinde sınır koyabilir. Bu çerçevede, aile, okul ve ergenlerin sağlıklı bir iletişim kurmaları ve işbirliği içinde hareket etmeleri önemlidir. Alanda çalışan uzmanların, ergenlerin ihtiyaçlarını saptaması, aile, okul ve arkadaşları ile sağlıklı iletişim geliştirmeleri konusunda önleyici rehberlik faaliyetlerinin yarar sağlayacağı düşünülmektedir. Son olarak temel ihtiyaçların karşılanmasının ne kadar önemli olduğu konusunda yetişkinlerin bilgilendirilmesi yararlı olacaktır. Araştırma, ortaöğretim öğrencileri ile sınırlıdır. Sonuçlarının genellenebilirliğine katkı için, farklı örneklem grupları üzerinde çalışılabilir.

Kaynakça

- Anlayışlı, C. ve Bulut-Serin, N. (2019). Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresyonun cinsiyet, akademik başarı ve internete giriş süreleri açısından incelenmesi. *Folklor/edebiyat*, 25 (1), 753-767.
- Arpacı, I., Kesici, Ş. and Baloğlu, M. (2018). Individualism and internet addiction: the mediating role of psychological needs. *Internet Research*, 28 (2), 293-314. <https://doi.org/10.1108/IntR-11-2016-0353>.
- Arslan, N. ve Kiper, A. (2018). Self-disclosure and internet addiction. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 6 (1), 56-63.
- Aslan, N. (2019). Ergenlerde internet bağımlılığı, yaygınlığı, nedenleri ve sonuçları üzerine bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12 (65), 945-957.
- Ayten A., & Acat, B. (2019). Internet addiction, values, and religiosity as predictors of life satisfaction among adolescents: A quantitative study on high school students. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 847-870. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2019.6.3.0091>.
- Babakr, Z.H., Majeed, K., Mohamedamin, P. & Kakamad, K. (2019). Internet addiction in Kurdistan University Students: prevalence and association with self-control. *European Journal of Educational Research*, 8 (3), 867 - 873.
- Balkaya-Çetin, A. Ceyhan, A.A. (2014). Ergenlerin internette kimlik denemeleri ve problemleri internet kullanım davranışları. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 1(2), 5-46.

- Bellici, N. (2012). *Gerçeklik Terapisiyle yapılandırılmış eğitim programının ortaokul öğrencilerinin okula bağlanma, okullarına devamlarının sağlanması, sosyal duygusal öğrenme beceri düzeylerine etkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Samsun: On dokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bener, A., Yıldırım, E., Torun, P., Çatan, F., Bolat, E., Alici, S., Akyel, S. & Griffiths, M.D. (2019). Internet addiction, fatigue and sleep problems among adolescent students: a large scale study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 959-969.
- Bozkurt, İ. ve Koç, M. (2015). Psikiyatri Kliniğine Başvuran Hastaların Temel Psikolojik İhtiyaçlara Göre Profili ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. IV. Sakarya'da Eğitim Araştırmaları Kongresi (185-190).
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş. (2015). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. 21.Baskı. Ankara : Pegem Akademi.
- Can, S. ve Zeren, Ş.G. (2019). Ergenlerin akademik erteleme davranışlarını açıklamada internet bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçların rolü. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 48 (2), 2019, 1012-1040.
- Canoğulları, Ö. (2014). *İnternet bağımlılık düzeyleri farklı ergenlerin cinsiyetlerine göre psikolojik ihtiyaçları, sosyal kaygıları ve anne baba tutum algılarının incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Canoğulları, Ö. ve Güçray, S. (2017). İnternet Bağımlılık Düzeyleri Farklı Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Psikolojik İhtiyaçları, Sosyal Kaygıları ve Anne Baba Tutum Algılarının İncelenmesi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26 (1), 42-57.
- Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanımında Yeni Bir Boyut:İnternet Bağımlılığı. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22, 83-98.
- Cihangir-Çankaya, Z. & Denizli, S. (2019). An explanation of happiness with secure attachment, basic psychological needs and hope: the case of Turkish University Students. *European Journal of Educational Research*, 9 (1), 433-444.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma, psikoterapi kuram ve uygulamaları*. Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Çınar, Ç.Y. ve Mutlu, E. (2019). İnternet bağımlılığının benlik saygısı, dikkat, gelişmeleri kaçırma korkusu, yaşam doyumu ve kişilik özellikleri ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 20 (3),133-142.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal bilimler için çok değişkenli spss ve lisrel uygulamaları*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Çubuk, A. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarı durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Demir, S. ve Buğa, A. (2019). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişki: bilişsel çarpıtmaların aracı rolü. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20 (3), 859-875
- Demirbaş-Çelik, N. (2018). Happiness in high school students: autonomy, relatedness, competence and meaning in life. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 13 (3), 422-430.
- Dinç, M. (2014). *İnternet bağımlılığı*(1.Baskı). İstanbul:Türkiye Yeşilay Cemiyeti Yayınları.
- Durak-Batıgün, A. ve Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11 (3), 213-219.
- Durak-Batıgün, A. ve Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografi k değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26 (67), 1-10.
- Durmaz, M. (2012). *Ortaöğretim öğrencilerinin (10. sınıf) temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmışlık düzeyleri, motivasyon ve matematik kaygısı arasındaki ilişkilerin belirlenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Dursun, A. Eraslan-Çapan, B. (2018). Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Psikolojik İhtiyaçlar. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 128-140. DOI: 10.17679/inuefd.336272.
- Erdem, M. ve Akman, Y. (1995). *Eğitim psikolojisi: gelişim-öğrenme-öğretme*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.

- Eroğlu, A. (2014). *İnternet Bağımlılığı İle İlgili Değişkenlerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eşici, H. (2014). *Romantik ilişki kalitesinin erken dönem uyumsuz şemalar, bağlanma ve psikolojik ihtiyaçlar açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eyyüpoğlu, E. ve zbay, Y. (2018). Üniversite ğrencilerinin internet bağımlılığı belirtilerinin psikolojik ihtiyaçlar açısından incelenmesi. *Education Sciences (NWSAES)*, 13 (4), 121-131.
- Fariz, S. ve Sarıcı-Bulut, S. (2019). Lise ğrencilerinde internet bağımlılığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27 (5), 1977-1990.
- Gazo, A.M., Mahasneh, A.M., Abood, M.H. & Muhediat, F.A. (2020). Social self-efficacy and its relationship to loneliness and internet addiction among Hashemite University Students. *International Journal of Higher Education*, 9 (2), 144-155.
- Guo, Y. (2018). The influence of academic autonomous motivation on learning engagement and life satisfaction in adolescents: the mediating role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Education and Learning*, 7 (4), 254-261.
- Gnc, S. (2009). *İnternet bağımlılık lçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Van: Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Glasser, W. (1999). *Okulda Kaliteli Eğitim : Öğrencileri Baskısız Yönetmek = The quality school*. (ev. Ulaş Kaplan). İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Glasser, W.(1998). *Kişisel zgrlğn Psikolojisi, Seim Teorisi*. (ev: Mge İzmirlil). İstanbul: Hayat Yayınları. Choice Theory/a New Psychology of Personal Freedom.
- Glasser, W.(1997). Choice Theory and Student Success. *Education Digest*. 63 (3):16-21.
- Greenfield D.N.(1999). Psychological characters of compulsive internet use: a preliminary analysis. *Cyberpsychol Behav*. 2, 403-412.
- Griffiths M. D. (1996) İnternet addiction: An issue for psychopathology? *Clinical Psychology Forum*. S: 97, 32-36.
- Guo, Y. (2018). The influence of academic autonomous motivation on learning engagement and life satisfaction in adolescents: the mediating role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Education and Learning*, 7 (4), 254-261.
- Hamurcu, H. ve Sargın, N. (2011). Lise ğrencilerinin boyun eğme davranışları ile psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 31(2), 171-187.
- Hekim, ., Göker, Z., Aydemir, H., p, E., Din, G. ve öneri, . (2019). Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikopatoloji ile ilişkisi: Kesitsel bir alışma. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 22, 329-337.
- Horzum, M.B., Ayas, T. ve Balta, .. (2008). Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı leği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 76-88.
- Huang, S. & Shen, F. (2010). Influencing factors of adolescent internet addiction. *In Web Society (SWS), 2010 IEEE 2nd Symposium on Web Society (SWS)* (pp. 507-512). Beijing.
- İkinci, M. (2003). *Ergenlerde temel ihtiyaçların karşılanma düzeyi ile başa çıkma davranışları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Jahan, M.S., Hossain, S.R., Urme Binta Sayeed, U. B., Wahab, A. Rahman,T. & Hossain, A.(2019). Association between internet addiction and sleep quality among students: a cross-sectional study in Bangladesh. *Sleep and Biological Rhythms*, 17, 323-329.
- Kanat, H. (2020). *niversite ğrencilerinde internet bağımlılığı ile duyguları ifade etme ve dşnme ihtiyaı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Karabk: Karabk Üniversitesi, Lisansst Eğitim Enstitüsü.
- Karimzadeh, N. (2015). Investigating the relationship between internet addiction and strengthening students' social skills. *Educational Research and Reviews*, 10 (15), 2146-2152.
- Ko, M. (2011). Internet addiction and psychopatology. *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10 (1), 143-148.
- Maralani, F.M., Lavasani, M.G. & Hejazi, E. (2016). Structural modeling on the relationship between basic psychological needs, academic engagement, and test anxiety. *Journal of Education and Learning*, 5 (4), 44-52.

- Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı* (1.Basım). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Partala, T. (2011). Psychological needs and virtual worlds: Case Second Life. *International Journal of Human-Computer Studies*, 69 (12), 787-800.
- Sevinç, H. (2019). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile duyguları ifade etme ve düşünme ihtiyacı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Shen, C. X., Liu, R.D. & Wang, D.(2013). Why are children attracted to the internet? The role of need satisfaction perceived online and perceived in daily real life. *Computers in Human Behavior*, 29, 185–192.
- Skaalvik, E.M. & Skaalvik, S. (2011). Teacher job satisfaction and motivation to leave the teaching profession: Relations with school context, feeling of belonging, and emotional exhaustion. *Teaching and Teacher Education*, 27, 1029-1038.
- Slawomir, R. & Ilona, S. (2016). Internet addiction in adolescents. *Practice and Theory in Systems of Education*, 11 (3), 194-204.
- Şahan, B. Ve Duy, B. (2017). Okul Tükenmişliği: Öz-yeterlik, okula bağlanma ve sosyal desteğin yordayıcı rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*,13(3),1249-1270.
- Şahin, İ. ve Kesici, Ş. (2009). Üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ve internet kullanım fonksiyonlarının problematik internet kullanımlarını yordaması. XVIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı.
- Şahin, S. ve Korkut-Owen, F. (2009). Psikolojik ihtiyaçları farklı lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (32), 64-74.
- Taçyıldız, Ö. (2010). *Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin bazı değişkenlere göre yordanması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tan, K. A. (2019). The Effects of personal susceptibility and social support on internet addiction: an application of Adler's theory of individual psychology. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 806–816.
- Taş, İ. (2017). Relationship between internet addiction, gaming addiction and school engagement among adolescents. *Universal Journal of Educational Research*, 5 (12), 2304-2311.
- Taş, İ. (2019a). Ergenler için internet bağımlılığı ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20 (2), 875- 905.
- Taş, İ. (2019). Association between depression, anxiety, stress, social support, resilience and internet addiction: a structural equation modelling. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 7 (3), 1-10.
- Taş, Z. (2019). Internet addiction and loneliness as predictors of internet gaming disorder in adolescents. *Educational Research and Reviews*, 14 (13), 465-473.
- Telef, B.B. (2016). Investigating the relationship among internet addiction, positive and negative affects, and life satisfaction in Turkish adolescents. *International Journal of Progressive Education*, 12 (1), 128-135.
- Tohumcu, M. U., Karşlı, T.A., Bahadır, E. ve Kalender, B. (2019). Akıllı telefon bağımlılığı ve internet bağımlılığı ile benlik saygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21 (2), 773-787.
- Totan, T., Ercan, B. ve Öztürk, E. (2019). Mutluluk ve benlik saygısının yalnızlıkla internet bağımlılığına etkilerinin incelenmesi. *Yeditepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8 (10), 20-35.
- Tuna, C. (2015). *Ortaokul öğrencilerinin ebeveynleriyle olan bağlanma ilişkisinin internet bağımlılığına etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Turnalar-Kurtaran, G. (2008). *İnternet bağımlılığını yordayan değişkenlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Ünüvar, A. (2012). *Gerçeklik kuramına dayalı psiko-egitim programının lise öğrencilerinin denetim odağı ve yılmazlık düzeyi üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

-
- Virtanen, T., Kiuru, N., Lerkkanen, M.-K., Poikkeus, A.-M., & Kuorelahti, M. (2016). Assessment of student engagement among junior high school students and associations with self-esteem, burnout, and academic achievement. *Journal for Educational Research Online*, 8 (2), 136-157.
- Wubbolding, R.E. (2015). *Gerçeklik Terapisi. Psikoterapi Kuramları Dizisi-7.*(E.E.Öksüz, Çev.) İstanbul: Okuyan Yayinevi.
- Yarkın, E. (2014). *Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin ilişki doyumu ve yaşam doyumu düzeyine katkısının incelenmesi.* Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yavuzer, H. (2002). *Çocuk psikolojisi.* (22.Baskı) İstanbul: Remzi Kitabevi..
- Yavuzer, H. (2004). *Ana-Baba Okulu.* (11.Baskı) İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 3, 237-244.
- Young, K.S. (2004). Internet Addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402-415.
- Young, K. S., Pistner, M., O'mara, J. ve Buchanan, J. (2000). Cyber-disorders: the mental health concern for the new millennium. *Cyberpsychology & Behavior*, 3(5), 475-479.
- Yörükoğlu, A. (2004). *Gençlik çağı ruh sağlığı ve ruhsal sorunlar.* (12.Baskı) İstanbul: Özgür yayınlar.