

Türk ve Yabancı Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıklarının Karşılaştırmalı Olarak Değerlendirilmesi ve Sosyal Görünüş Kaygısı ile İlişkinin İncelenmesi

Orçun Muhammet ŞİMŞEK^a

Orhan KOÇAK^b

Özet

Bu çalışmanın amacı, Türk ve yabancı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerini değerlendirmek ve aynı zamanda internet bağımlılığı ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. Araştırmanın örneklemini, İstanbul il sınırları içinde bulunan çeşitli devlet ve vakıf üniversitelerinde öğrenim gören 53 hazırlık, 264 lisans ve 105 lisansüstü olmak üzere 258 Türk ve 164 yabancı toplam 422 öğrenci oluşturmaktadır. Karşılaştırma yoluyla ilişkisel tarama modeli kullanılan bu çalışmada, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği kullanılarak demografik sorularla birlikte İstanbul ilinde öğrenim gören Türk ve yabancı öğrenciler değerlendirilmiştir. İlk olarak, Türk ve yabancı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri Bağımsız Örneklem T-Testi ile incelenmiştir. İkinci olarak, internet bağımlılığı ve sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişki regresyon analizi ile araştırılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler incelendiğinde, Türk ve yabancı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıkları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Yabancı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı Türk üniversite öğrencilerinden daha yüksek çıkmıştır. Regresyon analizinin sonucunda, sosyal görünüş kaygısı arttıkça, internet bağımlılığının azaldığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler:

İnternet Bağımlılığı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Problemlı İnternet Kullanımı, Anksiyete, Yabancı Öğrenciler

^aOrçun Muhammet Şimşek, Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sosyal Hizmet Yüksek Lisans Programı, o.simsek@ogr.iu.edu.tr, ORCID ID: 0000-0001-8028-3394

^bOrhan Koçak, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, orhan.kocak@istanbul.edu.tr, ORCID ID: 0000-0002-0281-8805

Comparative Evaluation of Internet Addiction of Turkish and Foreign University Students and Investigation of Its Relationship with Social Appearance Anxiety

Orçun Muhammet ŞİMŞEK^a

Orhan KOÇAK^b

Abstract

The aim of this study is to evaluate the internet addiction of Turkish and foreign university students and also is to investigate the relationship between internet addiction and social appearance anxiety. The sample of the study consists of 422 students, 258 Turkish and 164 foreigners, 53 prep school, 264 undergraduate and 105 graduate students studying at various state and foundation universities located in Istanbul. In this study, which uses a relational survey model by comparison, the Internet Addiction Scale and Social Appearance Anxiety Scale was applied to Turkish and foreign students studying in Istanbul province together with demographic questions. Firstly, the internet addiction levels of Turkish and foreign university students have been assessed by Independent Sample T- Test. Secondly the relationship between internet addiction and social appearance anxiety has been examined by using regression analysis. As a result of this study, it has been found that there is statistically a meaningful difference between Turks and foreign university students' internet addiction. The internet addiction of foreign university students is more than Turkish university students. As a result of regression analysis, as social appearance anxiety increase has been identified that internet addiction decrease.

Keywords

Internet Addiction, Social Appearance Anxiety, Problematic Internet Use, Anxiety, Foreign Students

^a Orçun Muhammet Şimşek, Cerrahpaşa Postgraduate Education Institute, Social Service Master Programme, o.simsek@ogr.iu.edu.tr, ORCID ID: 0000-0001-8028-3394

^b Orhan Koçak, Istanbul University Cerrahpaşa, Faculty of Health Sciences, Department of Social Service, orhan.kocak@istanbul.edu.tr, ORCID ID: 0000-0002-0281-8805

GİRİŞ

Yirminci yüzyılın son çeyreğinden beri, internet ve paydaşı alanların hızlı bir gelişim geçirdiği görülmektedir. İnternetin insan yaşamı içerisine giderek nüfuz etmesi, internetin insan hayatı ile bütünleşik bir hal almasına neden olmuştur. Bilgiye ulaşmanın kolaylığı, ihtiyaçların giderilmesinde yardımcı rolü ve eğlendirici içerikler için araç olması gibi birçok faktörün internet kullanımını çekici hale getirdiği düşünülmektedir. Diğer bir yandan, internetin aşırı kullanımı, insanların hayatlarını etkileyen karmaşık bir problemi de karakterize etmektedir. İnternet kullanımı sırasında bu problemlerin fark edilememesi, internet bağımlılığını araştırma konusu haline getirmiştir. İnternetin aşırı kullanımıyla birtakım sosyal ve psikolojik sorunların meydana geldiği görülmektedir. Meydana gelebilecek birtakım psiko-sosyal sorunların önlenmesi, toplum sağlığı açısından önemlidir. Birey ve toplum, sürekli dinamik bir yapı içerisinde birbirini etkilemektedir ve değişen koşullarda meydana gelen sorunların tanımlanması, bu doğrultu da gereklidir.

Meydana gelen psiko-sosyal sorunlar içerisinde anksiyete, depresyon ve yalnızlık gibi çeşitli sorunlar, araştırmalarda ortaya konulmuştur. İnternetin aşırı kullanımından dolayı da birtakım sorunların ortaya çıktığı ve giderek sosyal sorun halini aldığı görülmektedir. İnternet içerik bakımından zengindir ve internet vasıtasıyla bireyler iletişim ve etkileşim kurabilmektedir. İnternet, kullanıcılarına kolektif bir ortamı sağladığı için bu durum bireylere, dünyanın farklı bölgelerinde yaşayan insanların neler yaptıklarını öğrenme fırsatı vermektedir. Gençler, kimlik edinim sürecinde çevresindekilerinden yararlanmakta ve aile bu süreçte en belirgin çevreyi oluşturmaktadır. İnternet, teknolojik aletlerin gelişmesiyle evlere kadar girmiştir. Bu durumdan dolayı, gençlerin kimlikleri üzerinde birtakım etkiler oluşturabilmektedir. Aile, çocuk üzerindeki model rolünü kaybetmeye ve internetin ailenin rolünü almaya başladığı söylenebilir. Bu bağlamda, genç nüfusun interneti aşırı kullanımı önüne geçilmesi gereken bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bu bakış açısıyla hareketle internet bağımlılığının İstanbul ilinde öğrenim gören Türk ve Yabancı üniversite öğrencileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği ve araştırmaya katılan bütün öğrencilerin interneti aşırı kullanmasıyla sosyal görünüş kaygısı yaşadığı hipotezi ortaya konulmuştur. Bu çalışma konusu tercih edilirken, toplum içerisinde etkileşim halinde olan ve internetin içinde büyüyen kesimin öğrenciler olduğu düşünülerek yapılmıştır. Bu sebeple çalışmada, internet bağımlılığı ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişki açıklanmıştır. Bu çalışma kapsamında, 258 Türk ve 164 yabancı üniversite öğrencisine internet bağımlılık düzeylerini ve sosyal görünüş kaygı düzeylerini değerlendirmek için anket formu uygulanarak, SPSS 22 programı yardımıyla İstanbul ilinde öğrenim gören Türk ve yabancı öğrencilerin internet bağımlılığı tespit edilmiş ve internet bağımlılığının sosyal görünüş kaygısı ile ilişkisi incelenmiştir.

İnternet Bağımlılığı Nedir?

Amerika Birleşik Devletleri'nde psikiyatrist olan Ivan Goldberg, 1995'de ilk defa bozukluk olarak "İnternet Bağımlılığı" terimini ortaya çıkarmıştır (Young ve Abreu, 2010). İnternet kullanımıyla ilişkili davranışsal problemlerin özellikleri, "internet bağımlılığı bozukluğu", "patolojik internet kullanımı" ve "problemlili internet kullanımı" gibi birçok farklı isimle tanımlanmaktadır (Shapira vd., 2000; Bai vd., 2001; Young, 1998). İnternet bağımlılığının, henüz kesin bir tanımı veya kriteri konulmamıştır. Fakat araştırmacılar, internet bağımlılığının varlığı konusunda hemfikirdir. Yediden yetmişe her yaş grubu adına bir içeriğe sahip olan internet ortamı insanlara çekici gelebilmektedir. İnternet ortamının daha fazla tercih edilmesinin bazı nedenleri vardır. Bu nedenler, internetin doğasının daha az kısıtlayıcı ve anonim olmasını içermektedir (Griffiths, 2001). İnternet, gündelik yaşamımızla bütünlüktür ve internetin hızlı gelişimi; iletişim, bilgi değişimi ve sosyal kaynaşma konularında birçok fırsat sağlamaktadır (Haque vd., 2016).

Bilgisayar başında internete bağlı bir şekilde hesaplandığından fazla zaman geçirme problemi veya dürtü kontrol bozukluğu, internet bağımlılığı olarak tanımlanmaktadır (Young, 1998). Sorunlu internet kullanımı ya da bağımlılığı, sorunlara ya da sıkıntıya sebep olan internet kullanımıyla ilişkili aşırı bir şekilde kontrol edilemeyen kaygı, dürtü ya da davranışlar olarak tasvir edilmiştir (Weinstein ve Lejoyeux, 2010). İnternetin aşırı kullanımı, internete psikolojik bir bağımlılık olarak tanımlanır ve (a) internet ile ilgili aktivelere daha fazla yatırım yapma, (b) internete girmediğinde istenmeyen hisler (kaygı, depresyon, boşluk vb.), (c) internete girmenin etkilerine daha fazla tolerans gösterme ve (d) sorunlu davranışların inkâr edilmesi şeklinde nitelendirilmektedir (Kandell, 1998).

İnternet bağımlılığı, insan yaşamında psikolojik, sosyal, akademik, mesleki bakımdan zorluklar oluşturan (Beard ve Wolf, 2001) ve internet kullanım süresinin artmasıyla depresyon, agresif ruh hali, sosyal izolasyon gibi bazı olumsuz ruhsal ve fiziksel tepkilerin ortaya çıktığı internet kullanımı olarak tasvir edilmektedir (Anderson ve Bushman, 2001; Kerber, 2005; Yang vd., 2005). Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması sonuçlarına göre, 16-24 yaş aralığındaki gençler için 2017'de yüzde 90 internet kullanımı varken 2018 yılında yüzde 93'e yükselmiştir. 2018'de genç erkeklerde önceki yıla göre internet kullanımı 3,6'lık bir artış göstererek yüzde 96,9'a, genç kadınlarda ise 2,3'lük bir artış göstererek yüzde 89'a yükselmiştir (BİK, 2019). Bilişim teknolojilerinin gelişmesinin bir sonucu olarak internet, cep telefonlarımız aracılığıyla her an ulaşılabilir olmaktadır. 2015 TUİK Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'na göre, internet kullanımı %2 artış göstererek %55,9 oranına yükselmiştir. Cep telefon veya akıllı telefona hanelerin %96'sının, masaüstü bilgisayara %25'inin, taşınabilir bilgisayara %43'ünün ve internete bağlanabilen televizyona ise %20'sinin sahip olduğu bulunmuştur (Adanır vd., 2016). Veriler, genç nüfusun her geçen gün internete daha fazla dahil olduğunu göstermektedir.

Sosyal Görünüş Kaygısı

Sosyal anksiyete bozukluğunun bir çeşidi olarak ifade edilen sosyal görünüş kaygısı, insanların dış görünüşlerinin diğer insanlar tarafından değerlendirmeye alınması ile insanlar üzerinde ortaya çıkan kaygı, gerginlik ve içsel tepkiler olarak tanımlanmaktadır (Çınar ve Keskin, 2015; Özcan vd., 2013). İnsanın kurduğu ilişkiler ve iletişimlerden belli değer ve yargılar üretmek bulunduğu sistemler içerisinde kendisine yer edinme gayreti, insanın çok boyutlu ve bilinmek isteyen bir varlık olduğunun göstergesidir. İnsanların kendi görüntülerinin diğer insanlar üzerinde ne kadar etki bıraktığı önemli olmaktadır (Seki ve Dilmaç, 2015). Sosyal görünüş kaygısı, alanyazında tanımlanırken genellikle beden imajı bozukluğu ile birlikte verilmekte ve görüntünün değerlendirilmesinde göz, saç, ten rengi gibi fiziksel özelliklerin önemli olduğu vurgulanmaktadır (Cunningham, 1986). Fakat sosyal görünüş kaygısı sadece insanın bedeni üzerinden duyduğu endişe ile ilişkili bir durum değildir, insanın görüntüsü ile ilişkilendirilebilecek bütün değerlendirmeler ile ilişkili bir durumdur (White, 2008). İnsanlar, bu değerlendirmeyi yaparken kültürel ve toplumsal öğelerden, demografik özelliklerden, medyadan, kitle iletişim araçlarından ve modadan önemli ölçüde etkilenmektedir (Şimşir vd., 2019). Benlik saygısının azalması (Ağırnaslıgil ve Amuk, 2017), negatif değerlendirmelerin artması (Levinson vd., 2013), öz yeterliliğin düşük olması (Şahin vd., 2014) ve sosyal desteğin az olması (Atik vd., 2015) sosyal görünüş kaygısının artmasına neden olan faktörlerdir.

Amerikan Psikiyatri Birliği (2000)'ne göre, sosyal fobi olarak da bilinen sosyal kaygı bozukluğu, toplum içinde utanma, çekinme, gerginlik şekilleriyle meydana gelen ciddi ve devamlı korkular olarak ifade edilmektedir (Hart vd., 2008). İyi görünümlü insanların yaşamları içerisinde daha iyi koşullara sahip olduğu ve iş, insan ve sosyal ilişkilerinde daha fazla avantaj sağladığı (Heilman ve Stopeck, 1985) çeşitli araştırmalar tarafından saptanmıştır. Bu insanlar çekici görüntüleri sayesinde, diğerlerine göre üstünlük sağlamakta (Hamermesh ve Biddle, 1993), çekici bireylerin kişilik özellikleri, çekici olmayan bireylere göre daha sosyal açıdan arzulanabilmekte (Dion vd., 1972) ve bu bireyler toplumda daha iyi muamele görmektedir (Langlois vd., 2010). Toplum içerisinde var olma mücadelesi, insanlar üzerinde eksiklik hissinin belirgin bir hal almasına ve kişisel dürtülerin bilişsel kaygılara dönüşmesine neden olabilmektedir. Bu nedenle insanların görüntüleri hakkındaki endişeleri veya kendini beğenmeme davranışları, insanların gündelik yaşamlarını olumsuz etkilemektedir.

Genel olarak sosyal görünüş kaygısı, ciddi stres ve bozukluk belirtileriyle ortaya konulmasına rağmen, insanların yaşam kalitelerini azaltması yönünde çok az şey bilinmektedir (Safren vd., 1996). İnsanların görünüşleri üzerinde duydukları kaygı, öz saygının yitimine neden olabilmekte ve öz saygının yitirilmesi yaşam tatmininde bir azalmaya sebep olabilmektedir. Sosyal görünüş kaygısının artması, mutluluk üzerinde büyük oranda etkilidir (İsmail, 2018). Sosyal görünüş kaygısı, insanların günlük yaşamlarındaki akademik,

mesleki ve sosyal verimliliklerinde bir azalmaya sebep olmakta (Dindar ve Akbulut, 2015) ve insanların sosyal izolasyonunu arttırmaktadır. Çeşitli sebeplerden dolayı sosyal görünüş kaygısı yaşayan insanlar, toplum içinde olumsuz değerlendirmelerden kendini korumak için farklı davranış kalıpları geliştirirler (Carleton vd., 2007) ve bu davranış kalıpları ile kaygının ortaya çıkmaması arasında bir bağ kurarlar (Well vd., 1995).

İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişki

İnternet bağımlılığı; sorunlu internet kullanımı, aşırı internet kullanımı ya da internet bağımlılığı gibi birçok isimle anılsa da sonuç itibarıyla gündelik yaşamın aksamasına sebep olan bir sorun olarak çoğunluk tarafından kabul görmüştür. İnternet insan yaşamını kolaylaştırmak gibi olumlu getirilere sahip olmasına rağmen, internetin aşırı kullanılması ile birçok sorunda devamında ortaya çıkmıştır. Aşırı internet kullanımı depresyon, yalnızlık, anksiyete, karamsarlık, içe kapanma, utangaçlık, sosyal kaygı, sosyal becerilerde eksiklik, sinirlilik, tükenmişlik, yaşam doyumunda zayıflama, takıntılı bir şekilde mesajlaşma, sıcak ve hassas evlilikten soğuk ve kaçınılmalı bir evliliğe dönüşme gibi negatif yönlü birçok psikososyal değişime neden olmaktadır (Young, 2004; Ceyhan ve Ceyhan, 2008; Tezer ve Arkar, 2013). Görüldüğü üzere internet, insan yaşamını kolaylaştıran yararlarının yanısıra, insan yaşamını olumsuz etkileyen zararlara da sahiptir (Yücelten, 2016). Korkulara ve kaygılara sahip insanlar için internet ortamı, bu korku ve kaygılardan sıyrılmak olarak nitelendirilebilirken, internetin aşırı kullanımı, sağlık problemlerine sebep olabilmekte ve kullanıcıların diğer günlük aktivitelerinin aksamasına ya da çevresindeki insanlarla çatışmalar yaşanmasına sebep olabilmektedir (Chao ve Hsiao, 2000). Ayrıca internet bağımlılığı, sosyal izolasyona, depresyona, aile içi tartışmalara, boşanmaya, akademik başarısızlığa, finansal borca ve iş kaybına doğrudan neden olmaktadır (Young vd., 1999).

İnternet, insanlar tarafından iletişimin bir amacı olmaktan çıkmış ve modern dünya düzeninde bir eğlence aracı haline gelmiştir. İnternetin bir eğlence aracı halini alması, insanları yalnız kaldıklarında internet kullanımına itebilmektedir. Gençlik, kimlik arayışında olunan bir süreçtir. İnternet, bireye yeni bir ifade olanağı sağlaması ve kendisine sosyal ilişkiler kurması için uygun bir mekân oluşturmasından dolayı yeni kimliklerin inşa edildiği bir alanı oluşturmaktadır (Güzel, 2006). Bu sayede internet, boş zamanın değerlendirmesi adına etkili bir teselli mekanizması oluşturmaktadır. Boş zaman ve yalnızlık, özellikle üniversite öğrencilerinin eğitim sürecinde karşılaşılabilecekleri bir durumdur. İnternetin kapsayıcı rolü ve boş zamanın değerlendirilmesi nedeniyle üniversiteli gençler çevresinde, internetin aşırı kullanımı ortaya çıkabilmektedir. Buna en büyük etkenler arasında gelişen teknoloji gösterilebilir. Boş zamanın değerlendirilmesi üzerine yapılan bir araştırmada, internet, telefon vb. iletişim araçları ile vakit geçirme sorusuna verilen cevaplar incelendiğinde, 20-

22 yaş grubunun en yüksek ortalamaya sahip olduğu saptanmıştır (Arslan, 2014). Yapılan bu çalışmada, internet ve paydaşı alanlar vasıtasıyla boş zaman değerlendirme, üniversite çağı öğrenci gruplarında daha fazla görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirmede interneti kullanması, internetin eğlendirici doğasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Diğer bir yandan içe kapanık, sosyal açıdan kendini eksik hisseden insanlar da internetin anonimliğinden yararlanarak, internette daha fazla vakit geçirmeyi tercih edebilmektedir. Bu sayede gençler, çevrimiçi ortamlarda özgüvenlerini yükseltebilmekte ve düşüncelerini daha rahat dile getirebilmektedir. Bu yüzden, internet kullanımı hızlı bir şekilde toplumlara nüfuz etmektedir. Toplumsal, kültürel ve sosyal farklılıklara bakmaksızın gençler arasında internet kullanım oranları gün geçtikçe artmaktadır. Bu durum internetin bilinçsiz kullanımını ve beraberinde kişilerde sosyal kaygı, depresyon ve yalnızlık gibi psikolojik olumsuzluklarla karşı karşıya kalabilecekleri fikrini ortaya çıkarmıştır (DeRushia, 2010).

Araştırmanın Amacı

Bu çalışma, İstanbul ilinde öğrenim gören Türk ve yabancı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini değerlendirmek ve sosyal görünüş kaygısı ile ilişkisini incelemek için yapılmıştır. Ek olarak bu alanda yapılacak olan diğer araştırmalara kaynak oluşturmak amacıyla sosyal bilimler alanyazımına katkı sağlanması hedeflenmiştir. Araştırmacı araştırma hedefini gerçekleştirirken, İstanbul ilinde öğrenim gören Türk ve yabancı üniversite öğrenci grupları üzerinde veri toplamıştır. İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden çıkan sonuçlar doğrultusunda Türk ve yabancı üniversite öğrenci grupları arasındaki anlamlılık düzeyi ve internet bağımlılığı ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırmanın Önemi

Bu çalışma, İstanbul ilinde öğrenim gören Türk ve yabancı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ve sosyal görünüş kaygısı düzeylerini tespit ederek ve internet bağımlılığının sosyal görünüş kaygısı ile ilişkisini ortaya çıkartarak alandaki boşluğu doldurması açısından önemlidir. Hedeflenen amaç doğrultusunda, İstanbul ilinde öğrenim gören Türk ve yabancı öğrenciler şeklinde iki farklı grubun internet bağımlılığı ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasındaki farkı inceleyerek internet bağımlılığı üzerine etkisini ortaya koyması ve internet bağımlılığı ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiyi değerlendirmesi açısından önemlidir.

Araştırmanın Hipotezleri

H1: İstanbul ilinde öğrenim gören Türk ve yabancı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır.

H2: İnternet bağımlılığının artması, sosyal görünüş kaygısını da arttırmaktadır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışma;

1- İstanbul ilindeki devlet ve vakıf üniversitelerinde öğrenim gören lisans ve lisansüstü öğrencilerle,

2- Bu çalışma, 2020-2021 eğitim-öğretim yılı ile,

3- Kullanılan ölçme araçlarından elde edilen verilerle,

4- Hipotezleri test etmek için kullanılan istatistiksel çözümleme teknikleri ile sınırlıdır.

Araştırmanın Sayıltıları

1- Ölçekte geçen soruların katılımcılar tarafından doğru algılandığı ve gerçek durum ve düşüncelerini belirtecek şekilde cevaplandıkları varsayılmıştır.

Tanımlar

Sosyal Görünüş Kaygısı: Sosyal görünüş kaygısı, diğer insanlar tarafından sosyal görünüşünün değerlendirilmesi ile birlikte ortaya çıkan aşırı kaygılar olarak tanımlanmaktadır (Hart vd., 1989; Mülazımoğlu vd., 2014).

İnternet Bağımlılığı: İnternet bağımlılığı, genel bakış açısıyla internet kullanımında farkında olunamayan aşırılık ya da patolojik bir şekilde sorun haline alan internet kullanımı şeklinde tanımlanmaktadır (Soltanifar vd., 2019).

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Bu araştırma, İstanbul ilinde öğrenim gören Türk ve yabancı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarını tespit etmeyi ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan betimleyici bir çalışmadır. Bu çalışmada, Türk ve yabancı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarını değerlendirmek ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ile ilişkinin incelenmesi amacıyla nicel araştırma yöntemi olan anket seçilmiştir. Birden fazla değişken arasındaki ilişkinin incelenmesi, ilişkisel tarama modeli olarak tanımlanmaktadır. Genel tarama modeli türlerinden ilişkisel tarama modeli; birden fazla değişken arasında, birlikte değişim şiddetini belirlemek için geliştirilmiş bir araştırma modelidir (Keskin vd. 2013).

Evren ve Örneklem

Örneklem belirlenme aşamasında rastlantısal örneklem alma teknikleri içerisindeki basit rastlantısal örneklem alma tekniği kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemini İstanbul'da öğrenim gören 258 Türk ve 164 yabancı toplam 422 öğrenci oluşturmaktadır. Sekeran ve Bougie (2016)' e göre, %95 güven aralığı için 384 örneklem büyüklüğü, bir milyon ve üstü evren büyüklüğü için yeterli büyüklüğe sahiptir. Bu araştırmanın örneklemini olması gereken örneklem büyüklüğünün üzerindedir.

Ölçme Aracı

Kişisel Bilgi Formu: Bu form, katılımcıların uyruğu, cinsiyeti, yaşı, sınıfı, üniversiteye gelene kadar yaşadığı çevresi, akademik ortalaması ve geliri hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği: Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ) yardımıyla Türk ve yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygı düzeyleri değerlendirilmiştir. Ölçek, Kesinlikle Katılmıyorum' dan Kesinlikle Katılıyorum' a kadar uzanan 5'li likert tip cevaba sahip 16 sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin ilk sorusu tersten, diğer 15 soru ise düz kodlanmıştır. Puanlar minimum 16 ile maksimum 80 puan aralığında alınabilmektedir. SGKÖ' deki puanlarda bir artış yaşanması Türk ve yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısında bir artışı temsil etmektedir. Ölçeğin Türkçe 'ye uyarlama, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması 340 üniversite öğrencisi üzerinde uygulanarak ilk kez Doğan (2010) tarafından yapılmıştır. Bu çalışma için hesaplanan Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)'nin Cronbach's Alpha değerinin .931 olduğu saptanmıştır. Görüldüğü üzere ölçeğin içsel tutarlılık düzeyi, içsel tutarlılık kabul sınırının (0.70) üstünde yer almaktadır (Kılıç, 2016; Uzunsakal ve Yıldız, 2018). SGKÖ için yapılan normallik testinde Çarpıklık değeri -.238 ve Basıklık değeri -.803 olarak çıkmıştır. Pallant' a (2010) göre, Çarpıklık ve Basıklık değerleri -1 ile +1 arasında çıkıyorsa bu verilerin normal dağıldığını karakterize etmektedir.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği: Hahn ve Jerusalem (2001) tarafından geliştirilen İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ) yardımıyla Türk ve yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri değerlendirilmiştir. Ölçek, Kesinlikle Katılmıyorum' dan Kesinlikle Katılıyorum' a kadar uzanan 5'li likert tip cevaba sahip 19 sorudan oluşmaktadır. Ölçek içerisinde, kontrol kaybı, daha fazla e-kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk şeklinde 3 ayrı faktör bulunmaktadır. Ölçeğin Türkçe 'ye uyarlama, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Şahin ve Korkmaz (2011) tarafından yapılmıştır. Bu çalışma için İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ)'nin tümü için hesaplanan Cronbach's Alpha değerinin .893 olduğu saptanmıştır. Her alt boyutu için ayrı ayrı incelendiğinde kontrol kaybı alt boyutu için Cronbach's Alpha

değerinin .761 olduğu, daha fazla e-kalma isteği alt boyutu için Cronbach's Alpha değerinin .763 olduğu ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutu için Cronbach's Alpha değerinin .855 olduğu saptanmıştır. Görüldüğü üzere ölçeğin içsel tutarlılık düzeyi, içsel tutarlılık kabul sınırının (0.70) üstünde yer almaktadır (Kılıç, 2016; Uzunsakal ve Yıldız, 2018). İBÖ' nin kontrol kaybı alt boyutu için yapılan normallik testinde Çarpıklık değeri -.095 ve Basıklık değeri -.357 olarak çıkmıştır. İBÖ' nin daha fazla e-kalma isteği alt boyutu için yapılan normallik testinde Çarpıklık değeri .475 ve Basıklık değeri -.443 olarak çıkmıştır. İBÖ' nin sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutu için yapılan normallik testinde Çarpıklık değeri .436 ve Basıklık değeri -.468 olarak çıkmıştır. Pallant' a (2010) göre, Çarpıklık ve Basıklık değerleri -1 ile +1 arasında çıkıyorsa bu verilerin normal dağıldığını karakterize etmektedir. Faktör analizi sonucu, soru 4, 5, 6, 7, 11, 14 ve 16 analizden çıkarılmıştır. Bu çalışma çerçevesinde ölçek, ortalaması alınarak analize sokulmuştur. Ölçek sahibiyle iletişime geçilerek ölçeğin kullanımı hakkında bilgi verilmiştir.

Veri Analizi

Bu çalışmanın tüm veri analizleri SPSS 22 yazılımı yardımıyla yapılmıştır. Araştırmada kullanılan verilerin normal dağıldığı görülmüş ve bu sebeple parametrik testler uygulanmıştır. Parametrik test olarak ise Türk ve yabancı öğrenciler arasında sosyal görünüş kaygısının anlamlı bir farkının olup olmadığını değerlendirmek için Bağımsız Örneklem T-Testi uygulanmıştır. Ayrıca internet bağımlılığı ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla regresyon analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo1. Katılımcıların Demografik Özellikleri		
	Frekans	Yüzdeler
Türk/Yabancı		
Türk	258	%61.1
Yabancı	164	%38.9
Cinsiyet		
Kadın	217	%51.4
Erkek	205	%48.6
Yaş		
17-19	82	%19.4
20-22	175	%41.5
23 ≥	165	%39.1
Sınıf		
Hazırlık	53	%12.6
1. Sınıf	78	%18.5
2. Sınıf	49	%11.6
3. Sınıf	68	%16.1
4. Sınıf	69	%16.4
Yüksek Lisans/ Doktora	105	%24.9
Hayatın Büyük Bir Bölümünün Geçirildiği Yer		
Köy	30	%7.1
Kasaba	66	%15.6
Kent Merkezi	201	%47.6
Büyükşehir	125	%29.6
Akademik Ortalama		
≤ 1.80	64	%15.2
1.81-2.39	35	%8.3
2.40-2.99	57	%13.5
3.00-3.59	113	%26.8
3.60 ≥	102	%24.2
İlk dönem ve hazırlık (puana sahip değil)	51	%12.1
Aylık Gelir		
≤ 1000 TL	225	%53.3
1000 TL-2000 TL	105	%24.9
2000 TL ≥	92	%21.8

Tablo 3. Türk ve yabancı öğrencilerinin İnternet Bağımlılıkları Bağımsız Örneklem T-Testi

Ölçek	Öğrenci	N	\bar{x}	ss	t	sd	p
İBÖ	Türk	258	47.9	12.3	3.303	420	.001
	Yabancı	164	51.9	11.5			

Araştırmaya katılan Türk ve yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ilişkin tablo sonuçları incelendiğinde Türk ve yabancı uyruklu üniversite öğrencileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır ($p=.001<0,05$). Yabancı uyruklu öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri, Türkiye vatandaşı öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerine göre daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 4. Sosyal Görünüş Kaygısı ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkiyi Açıklamak İçin Regresyon Analizi (N=422)

	B	SH	Beta	t	Sig	R2	F	Sig
SGKÖ	-.210	039	-.255	5.414	.000	.065	29.316	.000
Bağımlı Değişken: İnternet Bağımlılığı								

Tablo 4'teki basit regresyon analizi sonuçlarına bakıldığında, sosyal görünüş kaygısının internet bağımlılığını istatistiksel olarak anlamlı ve negatif bir şekilde açıkladığı görülmektedir [$N=422$, $R=.255$, $R^2=.063$, $F=29.316$, $p<.01$]. Sosyal görünüş kaygısının artması, internet bağımlılığını azaltmaktadır.

Tablo 5. Hipotez analizi

Hipotezler	Sonuçlar
H1: Türk ve yabancı üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır.	Desteklendi
H2: İnternet bağımlılığının artması, sosyal görünüş kaygısının azalmasına neden olmaktadır.	Desteklenmedi

TARTIŞMA

Bu çalışmada birinci hipotez genelindeki verilerin analizi sonucunda internet bağımlılığının, İstanbul ilinde öğrenim gören Türk ve yabancı üniversite öğrencileri arasında anlamlı bir şekilde farklılaştığı saptanmıştır. Yabancı öğrencilerde internet bağımlılığı

skorunun Türk öğrencilere göre yüksek çıkması yabancı öğrencilerin internette daha fazla vakit geçirdiğini ortaya çıkarmıştır. Araştırma çerçevesinde internet bağımlılığı ile ilgili alanyazın taraması yapıldığında; adolesanlar, üniversite öğrencileri, ilköğretim öğrencileri ve ortaöğretim öğrencileri hakkında yapılmış çalışmalar bulunmaktadır (Balcı ve Gülnar, 2009; Gökçearslan ve Günbatır, 2012; Ha vd., 2007; Lam vd., 2009). Fakat alanyazındaki mevcut çalışmalarda Türk ve yabancı öğrenciler arasında internet bağımlılığını araştıran bir çalışma bulunmamaktadır. Bu bağlamda, çalışmanın özgünlüğünü ortaya koyan faktör, daha önce Türk ve yabancı öğrenciler arasında internet bağımlılığını inceleyen çalışmanın olmaması ve bu anlamda bu çalışmanın bir ilk olma özelliği taşımasıdır. Bu çalışmadaki bulguların, alanyazına kayda değer bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Diğer bir yandan, internet bağımlılığı ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiyi incelemek için regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizi sonucunda, sosyal görünüş kaygısının internet bağımlılığını anlamlı ve negatif bir şekilde açıkladığı görülmektedir. Sosyal görünüş kaygısının artması, internet bağımlılığını azaltmaktadır. Alanyazın taraması yapıldığı zaman bu alanda sosyal medya ve sosyal görünüm anksiyetesi üzerine yapılan bir araştırmada medya kullanımının artması sosyal görünüm anksiyetesini arttırmıştır (Altındış vd., 2017). Diğer bir çalışma ise internet bağımlılığı ve anksiyete arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerinedir. Bu yapılan çalışmada internet kullanmayan, normal seviyede kullanan, tehlikeli seviyede kullanan ve internet bağımlılığı seviyesinde kullanan kullanıcı grupları arasında anksiyete seviyeleri bakımından anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Anksiyete seviyesi yüksek kişilerin interneti anksiyeteye başa çıkmak için kullandıkları ortaya koyulmuştur (Razieh vd., 2012). İnternet bağımlılığı ile sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi incelemek için 186 kişi üzerinde yapılan bir araştırmada sosyal görünüş kaygısı ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Dikmen, 2019). Bu sonuçlar incelendiğinde bizim çalışmamızdan çıkan sonuçlarla ters düşmektedir. Fakat örneklem miktarının farklı olmasının ve bizim çalışmamızın hem Türk hem de yabancı öğrencilerden oluşmasının çıkan sonuçların farklılaşmasına neden olabileceği düşünülmektedir.

SONUÇ

Sonuç olarak çalışmanın çıktıları göz önünde bulundurulduğunda, İstanbul ilinde öğrenim gören yabancı öğrencilerin internet bağımlılıkları Türk öğrencilere göre daha fazla çıkmıştır. Yabancı öğrencilerin ait oldukları ülkelerden farklı bir ülkede olmaları, bu öğrencilerin internete daha fazla girmelerine neden olabileceği düşünülmektedir. Bunun sebebi, ait oldukları sosyal çevreden farklı bir çevreye gelen yabancı öğrencilerin kendi sosyal çevrelerinden haber alabilmek amacıyla ve yeni bir sosyal ortama uyum aşamasında karşılaşılan zorluklar

nedeniyle internette daha fazla vakit geçirmesi şeklinde açıklanabilmektedir. Bu çalışma konusu belirlenme aşamasında, interneti aşırı kullanmanın günümüzde karşılaşılan bir durum olması ve interneti aşırı kullanım oranlarının Türk ve yabancı üniversite öğrencileri arasında bir farklılık ortaya koyabileceği düşünülerek çalışmanın teması belirlenmiştir. Bu çalışmada öne sürülen diğer hipotezden elde edilen sonuçta, sosyal görünüş kaygısı arttıkça kişinin hem sosyal hem de internet ortamına katılımının az olduğu tespit edilmiştir. İnternete girmek, sosyal görünüş kaygısı arttıkça daha az tercih edilmektedir. Bu araştırmada sunulan hipotez çıkan sonuçlarla desteklenmemiş olsa bile, çalışmada ortaya çıkan sonuçlar bilimsel açıdan yararlı görülmektedir. Bu sebeple daha tutarlı sonuçlara ulaşabilmek için ileriki süreçlerde daha fazla örneklem ile çalışılmalıdır.

Bu çalışma kapsamında incelendiğinde internete aşırı bağlanma, iki şekilde etki göstermektedir. Bunlardan birincisi, alanyazında da karşılaştığımız anksiyete seviyesinde meydana gelen artış şeklindedir (Korkmaz, 2014). İkincisi ise bu araştırmada ortaya koyulduğu üzere, sosyal görünüş kaygısının artması ile kişinin kendisini internet ortamında da göstermek istememesidir. Onaylanma isteği, insanların tutum ve davranışlarını etkileyebilmektedir. Yetersiz onay, kişinin kendini değersiz görmesine neden olabilmektedir. Kendini yetersiz bir değer de gören bireylerin sosyal açıdan fobilerinin olduğu bilinmektedir (Yao vd., 1998). Bireylerin belirli kriterlere göre tercih edilip edilmediği internet ortamı, insanların değerlerini belirleyen ve bireyleri etkileyen bir mecraı oluşturabilmektedir. İnternet bağımlılığı ile onaylanma isteği arasında anlamlı bir ilişki vardır (Aydın, 2017). Özellikle etkileşim ortamının daha kolay gerçekleşebildiği üniversitelerde onaylanma dürtüsünün, üniversiteli gençler arasında daha sık görülebileceği düşünüldüğü için bu çalışma bu fikir çerçevesinde gerçekleştirilmiştir.

Birey ve toplum tarafından üretilen belirli kalıp yargılar, yaşamın içerisinde sürekli karşımıza çıkmaktadır. Bu kalıp yargılar ortadan kaldırılarak, bireylerin değerini belirleyen şeyin toplum bakış açısı değil insanın kendisinin olduğu fikri topluma aşılmalıdır. Üniversiteli öğrencilerin de parçası olduğu bilgi toplumu içerisinde var olma mücadelesi, kişileri internet ortamında sınırlandırabilmektedir. İnternetin içerik bakımından zengin olması, gençler üzerinde özendirici bir etkiye sahip olabilmektedir. Bu internet ortamında oluşan sanal dünya, insan davranışı ve sosyal çevresinin şekillenmesine doğrudan etkiye sahip olabilmektedir. Taklit davranışının gelişimi, içinde bulunduğumuz dönem içerisinde internet vasıtasıyla gerçekleşebilmektedir. Bireylerin internet ortamında kendine rol model seçmesi, sosyal açıdan kısır ve kendine güvenmeyen kimliklerin oluşmasına neden olabilmekte ve bu durum ise üretim mekanizması olan insan aklını engelleyebilmektedir. Öte yandan, farklı bir ülkede öğrenim görmek sosyalleşme sürecinde belirli dezavantajlara neden olabilmektedir. Yeni bir kültür ortamına alışmak ve arkadaş edinmek herkes için kolay gerçekleşmediği için yabancı öğrencilerin internette daha fazla vakit geçirmeleri uyum sürecinin bir getirisi olarak anlam kazanmaktadır.

ARAŞTIRMAYA İLİŞKİN ETİK BİLGİLER

Araştırmanın etik açıdan uygunluğuna yönelik, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu (2020-165 sayılı) onayı alınmıştır. Araştırmaya katılan katılımcılardan kimliklerini açığa çıkartacak herhangi bir kimlik bilgisi alınmamıştır. Araştırma süresince katılımcıların haklarına, etik ilke ve değerlerine bağlı kalınarak gizlilik esasları çerçevesinde bir çalışma yürütülmüştür.

KAYNAKÇA

Adanır, S. A., Doğru, H., Özatalay, E. (2016). Oyuna Adanmış Yaşam: Bir Olgu Sunumu Üzerinden İnternet Oyun Oynama Bozukluğuna Kısa Bir Bakış. *Türk Aile Hekimliği Dergisi*, 20(2), 85-90.

Altındış, A., Altındış, S., Aslan, F. G., Aşıcı, N., İnci, M. B., Ekerbiçer, H. Ç., Tokaç, M. (2017). Sosyal Medya Ağları ve Sosyal Görünüm Anksiyetesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 64, 227-235.

Anderson, C. A., Bushman, B. J. (2001). Effects of Violent Video Games on Aggressive Behavior, Aggressive Cognition, Aggressive Affect, Physiological Arousal, And Prosocial Behavior: A Meta-Analytic Review of The Scientific Literature. *Psychological science*, 12(5), 353-359.

Arslan, H. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Değerlendirme Tercihleri: Çankırı Karatekin Üniversitesi Örneği. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 40, 193-208.

Ayas, T, Horzum, B. M. (2013). İnternet Addiction and İnternet Parental Style of Primary School Students. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 46-57.

Aydın, M. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımları ile Akılcı Olmayan İnançları ve Yetersizlik Duygusu Arasındaki İlişkiler (Yüksek Lisans Tezi). *Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı*.

Balcı, Ş., Gülnar, B. (2009). Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılarının Profili. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 6(1), 5-22.

Bai, Y. M., Lin, C. C., Chen, J. Y. (2001). İnternet addiction disorder among clients of a virtual clinic. *Psychiatr Serv.* 52(10), 1397-1397.

Basın İlan Kurumu. (2019). TÜİK'in İstatistiklerle Gençlik 2018 Raporu Açıklandı. Erişim Adresi: <https://www.bik.gov.tr/tuikin-istatistiklerle-genclik-2018-raporu-aciklandi/>

Beard, K. W., Wolf, E. M. (2001). Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 377–383.

Carleton, R. N., Collimore, K. C., Asmundson, G. J. (2007). Social Anxiety and Fear of Negative Evaluation: Construct Validity of the BFNE-II. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 131-141.

Ceyhan, A. A., Ceyhan, E. (2008). Loneliness, Depression, and Computer Self-Efficacy as Predictors of Problematic Internet Use. *CyberPsychology & Behavior*, 11(6), 699–701.

Chou, C., Hsiao, M. (2000). Internet Addiction, Usage, Gratification, And Pleasure Experience: The Taiwan College Students' Case. *Computers and Education*, 35, 65- 80.

Cunningham, M. R. (1986). Measuring the Physical in Physical Attractiveness: Quasi-Experiments on The Sociobiology of Female Facial Beauty. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 925.

Çınar, H., Keskin, N. (2015). Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygısının Öğrenim Yeri Tercihlerine Etkisi. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 14, 457-464.

Çimen K, L. (2018). Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Sanal Ortam Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(68), 1431-1452.

DeRushia, K. D. (2010). İnternet Usage Among College Students and Its Impact on Depression, Social Anxiety, And Social Engagement. (Doctoral Dissertation). Indiana University, Pennsylvania.

Dikmen, O. (2019). Genç Erişkinlerde İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ile Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı.

Dindar, M., Akbulut, Y. (2015). Role of Self- Efficacy and Social Appearance Anxiety on Gaming Motivations of MMOFPS Players. *Computers & Education*, 81, 26–34.

Dion, K., Berscheid, E., Walster, E. (1972). What Is Beautiful Is Good. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24(3), 285-290.

Doğan, T. (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği' nin (SGKÖ) Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39 (39), 151-159.

Gökçearsan, Ş., Günbatar, M. S. (2012). Ortaöğrenim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2), 10-24.

Griffiths, M. D. (2001). 'Sex on The Internet: Observations and Implications for Internet

Sex Addiction', *Journal of Sex Research*, 38(4), 333-342.

Güzel, M. (2006). Küreselleşme, İnternet ve Gençlik Kültürü. *Küresel İletişim Dergisi*, 1(1), 1-16.

Ha, J. H., Kim, S. Y., Bae, S. C., Bae, S., Kim, H., Sim, M., Cho, S. C. (2007). Depression and Internet addiction in Adolescents. *Psychopathology*, 40(6), 424-430.

Hamermesh, D. S., Biddle, J. E. (1993). Beauty and The Labor Market (No. w4518). National Bureau of Economic Research, 84, 1174-1194.

Hahn, A., Jerusalem, M. (2001). Internetsucht: Reliabilität und Validität in der Online-Forschung.

https://www.andre-hahn.de/downloads/pub/2001/2001b_Internetsucht-Reliabilitaet_und_Validitaet_in_der_Online-Forschung.pdf.

Hart, E. A., Leary, M. R., Rejeski, W. J. (1989). The Measurement of Social Physique Anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 94-104.

Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C., Heimberg, R. G. (2008). Development and Examination of The Social Appearance Anxiety Scale. *Assessment*, 15(1), 48-59.

Haque, M., Rahman, N. A., Maiumder, M. A., Haque, S. Z., Kamal, Z. M., Islam, Z. (2016). Internet use and addiction among medical students of university Sultan Zainal Abiding, Malaysia. *Psychol Res Behav Manag*, 14(9), 297-307.

Heilman, M. E., Stopeck, M. H. (1985). Being Attractive, Advantage or Disadvantage? Performance-Based Evaluations and Recommended Personnel Actions as A Function of Appearance, Sex, And Job Type. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 35 (2), 202-215.

Kandell, J. J. (1998). Internet Addiction on Campus: The Vulnerability of College Students. *CyberPsychology & Behavior*, 1(1), 11-17.

Kerber, C. S. (2005). Problem and Pathological Gambling Among College Athletes. *Annals of Clinical Psychiatry*, 17(4), 243-247.

Keskin, H., Baştuğ, M., Akyol, H. (2013). Sesli Okuma ve Konuşma Prozdisi: İlişkisel Bir Çalışma. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 168-180.

Kılıç, S. (2016). Cronbach's Alpha Reliability Coefficient. *Journal of Mood Disorders*, 6(1), 47-48.

Korkmaz, Y. (2014). Lise Öğrencilerinin Depresyon, Anksiyete, Stres ve İnternet Bağımlılığı İlişkinin Bazı Değişkenlere Göre Yordanması (Yüksek Lisans Tezi). Hasan

Kalyoncu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı.

Lam, L. T., Peng, Z. W., Mai, J. C., Jing, J. (2009). Factors Associated with Internet Addiction Among Adolescents. *Cyberpsychology & behavior*, 12(5), 551-555.

Langlois, J. H., Kalakanis, L., Rubenstein, A. J., Larson, A., Hallam, M., Smoot, M. (2000). Maxims or Myths of Beauty? A Meta-Analytic and Theoretical Review. *Psychological Bulletin*, 126 (3), 390-423.

Mülazımoğlu B. Ö., Erturan İ. G., Arslan, Y. (2014). Achievement Goals in Turkish High School PE Setting: The Predicting Role of Social Physique Anxiety. *International Journal of Educational Research*, 67, 30–39.

Özcan, H, Subaşı, B, Budak, B, Çelik, M, Gürel, Ş, Yıldız, M. (2013). Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Dönemindeki Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Depresyon ve Anksiyete İlişkisi. *Journal Of Mood Disorders*, 3(3), 107-113.

Pallant, J. (2011). *SPSS Survival Manual: A Step by Step Guide to Data Analysis Using the SPSS Program*. Sydney: Allen & Unwin.

Razieh, J., Ghasempoor, A., Ajdari, Z., Sadeghigooghari, N. (2012). The Relationship Between Internet Addiction and Anxiety in The Universities Students. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*, 4(1), 942-949.

Safren, S. A., Heimberg, R. G., Brown, E. J., Holle, C. (1996). Quality of Life in Social Phobia. *Depression and Anxiety*, 4(3), 126–133.

Shapira N. A., Goldsmith T. D., Keck P. E Jr., Khosla U. M., McElroy S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *J Affect Disord*. 57, 267–272.

Sekaran, U., & Bougie, R. (2016). *Research methods for business: A skill building approach*. 7. Edition. John Wiley & Sons.

Seki, T., Dilmaç, B. (2015). Ergenlerin Sahip Oldukları Değerler ile Öznel İyi Oluş ve Sosyal Görünüş Kaygı Düzeyleri Arasındaki Yordayıcı İlişkiler: Bir Model Önerisi. *Eğitim ve Bilim*, 40(179).

Soltanifar, A., Salimi, Z., Mashhadi, A., Teymouri, S., Ghaffari, Z. (2019). Evaluating the Role of Sensation Seeking and Brain-Behavioral Systems in İnternet Addiction Among College Students. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 21(2), 108-115.

Şahin, C., Korkmaz, Ö. (2011). İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçe ‘ye Uyarlanması. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*. 32, 101-115.

Tezer, N., Arkar, H. (2013). Does Personality Affect Social Relationships? Assessing

Mediator Role of Social Network, Loneliness, And Perceived Social Support. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 41,46- 52.

Torlak, Ö., Doğan, V., Özkara, Y. B. (2014). Marka Farkındalığı, Marka İmajı, Markadan Etkilenme ve Markaya Güvenin Marka Bağlılığı Üzerindeki Görece Etkilerinin İncelenmesi: Turkcell Örneği. *Bilgi Ekonomisi ve Yönetimi Dergisi*, 9(1), 147-161.

Uzunsakal, E., Yıldız, D. (2018). Alan Araştırmalarında Güvenilirlik Testlerinin Karşılaştırılması ve Tarımsal Veriler Üzerine Bir Uygulama. *Uygulamalı Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 14-28.

Weinstein, A., Lejoyeux, M. (2010). Internet Addiction or Excessive Internet Use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 277–283.

Wells, A., Clark, D. M., Salkovskis, P., Ludgate, J., Hackmann, A., Gelder, M. (1995). Social Phobia: The Role of Insituation Safety Behaviors in Maintaining Anxiety and Negative Beliefs. *Behavior Therapy*, 26(1), 153-161.

White, E. K. (2008). “The Role of Social Physique Anxiety and Social Appearance Anxiety in The Body Checking Behaviors of Male and Female College Students.” Unpublished Master Thesis. University of Nevada, Department of Psychology.

Yao, S. N., Cottraux, J., Martin, R., Mollard, E., Buovard, M., Guerin, J., Hanaur, M. T. (1998). Inferiority in Social Phobics, Obsessive-Compulsives, And Non-Clinical Controls: A Controlled Study with The Inferiority Scale. *Behavior and Cognitive Therapy Today*, 1,305-318.

Yang, C. K, Choe, B. M., Baity, M., Lee, J. H., Cho, J. S. (2005). SCL 90-R and 16PF Profiles of Senior High School Students with Excessive Internet Use. *Canadian Journal of Psychiatry*, 50(7), 407-414.

Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *Cyber Psychology & Behavior*, 1(3), 237-244.

Young, K. S. (2004). Internet Addiction. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402–415.

Young, K., Pistner, M., O’mara, J., Buchanan, J. (1999). Cyber Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium. *CyberPsychology & Behavior*, 2(5), 475–479.

Young, K. S., & Abreu, C. N. (2010). *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

Yücelten, E. (2016). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ile İlişkinin İncelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı.