



<http://kefad.ahievran.edu.tr>

# Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi

ISSN: 2147 - 1037

## Investigation of Psychological Counselor Candidates' Sensitivity to Problematic Internet Use and Intervention Approaches

Ömer Faruk Akbulut  
Erdal Hamarta

### Article Information



CrossMark

DOI: 10.29299/kefad.1133070

Received: 20.06.2022

Revised: 31.07.2022

Accepted: 30.11.2022

### Keywords:

Problematic Internet Use,  
Intervention Approaches,  
Sensitivity

### Abstract

In recent years, the rate of internet use among children and adolescents has increased. Problematic internet use, which is a problem that arises as a result of uncontrolled and excessive use of the internet, negatively affects the development of children and adolescents. Studies to be carried out in schools on problematic internet use are necessary to prevent and solve the problem. In this context, it is essential to examine the sensitivities and approaches of psychological counselor candidates who will conduct studies on the subject in schools. This study examines the pre-service psychological counselor's sensitivities and intervention approaches regarding problematic internet use. The case study model, one of the qualitative research methods, was used in the research. The participants of the study consisted of 60 psychological counselor candidates. In the examination, we obtained the data through semi-structured interviews. In the data analysis, we used descriptive and content analysis techniques. Participants showed sensitivity to the dimensions of problematic internet use at different frequencies. In addition, the intervention approaches of the participants were discussed in two main themes: "effort to understand the causes of the problem" and "effort to realize the solution of the problem." The results obtained from the research were discussed in light of the literature, and various suggestions were made.

## Psikolojik Danışman Adaylarının Problemlı İnternet Kullanımına İlişkin Duyarlılıklarının ve Müdahale Yaklaşımlarının İncelenmesi

### Makale Bilgileri



CrossMark

DOI: 10.29299/kefad.1133070

Yükleme: 20.06.2022

Düzeltilme: 31.07.2022

Kabul: 30.11.2022

### Anahtar Kelimeler:

Problemli İnternet  
Kullanımı,  
Müdahale Yaklaşımları,  
Duyarlılık

### Öz

Son yıllarda çocuk ve ergenler arasında internet kullanım oranı artış göstermiştir. İnternetin kontrolsüz ve aşırı kullanımı sonucu ortaya çıkan bir sorun olan problemli internet kullanımı çocuk ve ergenlerin gelişimlerini olumsuz olarak etkilemektedir. Problemli internet kullanımına ilişkin okullarda yürütülecek çalışmalar sorunun önlenmesi ve çözümü açısından gereklidir. Bu kapsamda okullarda konuyla ilgili çalışmalar yürütecek olan psikolojik danışman adaylarının duyarlılıkları ve yaklaşımlarının incelenmesi önemlidir. Bu araştırmanın amacı, psikolojik danışman adaylarının problemli internet kullanımına ilişkin duyarlılıklarını ve müdahale yaklaşımlarını incelemektir. Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması modeli kullanılmıştır. Araştırmanın katılımcılarını 60 psikolojik danışman adayı oluşturmuştur. Araştırmada veriler yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla elde edilmiştir. Verilerin analizinde betimsel analiz ve içerik analizi tekniklerinden yararlanılmıştır. Katılımcılar, problemli internet kullanımının boyutlarına farklı sıklıklarda duyarlılık göstermişlerdir. Ayrıca katılımcıların müdahale yaklaşımları "sorunun nedenlerini anlamaya yönelik çaba" ve "sorunun çözümünü gerçekleştirmeye yönelik çaba" olmak üzere iki ana temada ele alınmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar alanyazın ışığında tartışılmış ve çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

**Sorumlu Yazar:** Ömer Faruk Akbulut, Öğr. Gör., Afyonkarahisar Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Türkiye, omerfaruk2540@gmail.com, ORCID ID: 0000-0001-5152-8102

**Yazar 2:** Erdal Hamarta, Prof. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Türkiye, erdalhamarta@gmail.com, ORCID ID: 0000-0003-0925-3824

Alt Bilgi: Bu çalışma, ikinci yazar danışmanlığında birinci yazar tarafından hazırlanan yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

**Atıf için:** Akbulut, Ö. F., & Hamarta, E. (2022). Psikolojik danışman adaylarının problemli internet kullanımına ilişkin duyarlılıklarının ve müdahale yaklaşımlarının incelenmesi. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(3), 2869-2910.

## Giriş

Son yıllarda teknoloji alanındaki hızlı gelişmeler bireylerin yaşamlarında birçok değişikliğe yol açmıştır. Günümüzde bireyler eğlenceli içeriklere ulaşma, başkalarıyla iletişim kurma, alışveriş yapma, eğitim faaliyetlerine katılma ve oyun oynama gibi birçok farklı aktiviteyi teknolojik araçlar üzerinden gerçekleştirebilmektedir (Ögel, 2017). Bu aktivitelerin teknolojik araçlar ile hızlı ve düşük maliyet ile gerçekleştirilmesi bireylerin yaşamlarını kolaylaştırabilmektedir. Ancak son yıllarda teknolojik araçların kullanım yaşının düşmesi (TUİK, 2021; We Are Social, 2020) ve kullanım süresinin artması özellikle çocuk ve ergenlerde çeşitli problemlerin ortaya çıkmasına yol açmıştır (Avşaroğlu ve Akbulut, 2020; Livingstone ve Smith, 2014). TUİK (2021) tarafından Türkiye’de yapılan araştırmada, çocuklarda internet kullanım oranı 2013 yılında %50,8 iken bu oranın 2021 yılında %82,7 olduğu görülmüştür. Amerika Birleşik Devletleri’nde 3-18 yaş aralığındaki çocukların internet kullanım oranlarının incelendiği bir araştırmada, 2010 ile 2017 yılları arasında internet kullanım oranlarının hızlı bir şekilde arttığı görülmüştür (National Center for Education Statistics, 2019). COVID-19 pandemisiyle birlikte Dünya’nın birçok ülkesinde çocuk ve ergenlerin eğitimlerini teknolojik araçlar ile sürdürmeleri ve teknolojik araçlar ile geçirdikleri sürelerin artması beraberinde internet kullanım oranlarının da artmasına neden olmuştur (Baltacı, Akbulut ve Yılmaz 2021; Baltacı, Akbulut ve Zafer, 2020; Duan ve diğerleri, 2020; Statista, 2021). Çocuk ve ergenlerin internet kullanım oranlarında yaşanan bu artış fiziksel, psikolojik ve sosyal yaşamda bir risk oluşturmaktadır (Rideout, Saphir, Tsang ve Bozdech 2011). Bu durum “problemlili internet kullanımı” olarak adlandırılmaktadır (Fernandes, Maia ve Pontes, 2019).

Problemlili internet kullanımı, internet kullanım süresinin fazla ve kontrolsüz olması sonucunda yaşam alanlarının işlevsizleşmesi durumudur (Young ve De Abreu, 2011). Problemlili internet kullanımı, çocuk ve ergenlerin sahip olduğu bazı psikolojik ve sosyal özellikler ile birlikte internet yaşamının sahip olduğu özelliklerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkabilmektedir (Asıcı, 2019). İnternete erişimin kolay olması, psikolojik problemler, akademik başarısızlık, kişilik özellikleri, aile ve akran ilişkileri faktörleri çocuk ve ergenlerde problemlili internet kullanımına neden olabilmektedir (Akın ve Iskender, 2011; Chi, Hong ve Chen, 2020; Przepiorka, Blachnio ve Cudo, 2019; Li ve diğerleri, 2019; Ögel, 2017). Problemlili internet kullanımı sonucunda çocuk ve ergenlerin yaşamları olumsuz etkilenmektedir.

Araştırmalar, problemlili internet kullanımının fiziksel ağrı (Xu ve diğerleri, 2020), obezite (Durmus, Ortabag ve Ozdemir, 2021), uyku problemleri (Do ve Lee, 2018), depresyon (Park, Hong, Park, Ha ve Yoo, 2013), kaygı (Mamun ve diğerleri, 2019), yalnızlık (Moretta ve Buodo, 2020), akademik problemler (Tomaszek ve Muchacka-Cymerman, 2020), olumsuz aile ve akran ilişkileri (Nielsen, Favez ve Rigter, 2020; Reiner ve diğerleri, 2017) değişkenleri ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Problemlili internet kullanımının çocuk ve ergenlerdeki bu olumsuz etkileri önleyici

temelli çalışmalarının önemini göstermektedir. Okullardaki psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri problemleri internet kullanımını önleme ve müdahale konusunda önemli bir role sahiptir (Asıcı, 2018). Çünkü bu hizmetler ile öğrencilerin psikolojik iyi oluşları güçlendirilmekte, yaşam becerileri ve sağlıklı internet kullanım alışkanlıkları kazandırılmaktadır (Milli Eğitim Bakanlığı, 2020). Bu kapsamda, psikolojik danışmanların okullarda problemleri internet kullanımına yönelik yürütecekleri önleyici psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin büyük önem taşıdığı söylenebilir.

Okullarda problemleri internet kullanımını önlemek için yürütülecek çalışmaların etkili olabilmesi için psikolojik danışmanların ve öğrencilerin bu soruna karşı duyarlılıklarının önemli bir faktör olabileceği düşünülmektedir. Duyarlılık kavramı, bireyin tehdit edici durumlara karşı hassasiyet göstermesi, bu durumları anlamaya çalışarak çevresini kontrol etmesi ve bu olumsuz durumlara karşı zarar görmemek için önlemler almasını içeren bir kavram olarak tanımlanabilmektedir (Bayezid, 2000). Problemleri internet kullanımına yönelik duyarlılık gösteren psikolojik danışman adaylarının meslek yaşamlarında karşılaşılabilecekleri problemleri internet kullanımı sorununu fark etmelerine ve bu duruma yönelik müdahale çalışmaları planlayabilmelerine imkân sağlayabileceği söylenebilir. Ayrıca psikolojik danışman adaylarının problemleri internet kullanımına yönelik müdahale yaklaşımlarına ilişkin sahip oldukları bilgi ve beceriler meslek yaşamlarında bu sorunu önlemeye yönelik yürütecekleri psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerini de doğrudan etkileyebileceği düşünülmektedir.

Tüm bunlar değerlendirildiğinde, son yıllarda çocuk ve ergenlerde sıklıkla karşılaşılan problemleri internet kullanımına ilişkin okullarda yürütülecek çalışmaların sorunun önlenmesi ve çözümü açısından önemli bir yere sahip olabileceği söylenebilir (Abou El Wafa, Ashry, Mekky ve Elweshahi, 2021; Cheng ve Li, 2014). Bu kapsamda, meslek yaşamlarında bu sorunun önlenmesine ve çözümüne yönelik çalışmalar yürütecek psikolojik danışman adaylarının duyarlılıklarının ve müdahale yaklaşımlarının incelenmesi psikolojik danışman eğitimi sürecine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Ayrıca ülkemizde problemleri internet kullanımı üzerine yürütülen araştırmaların çoğunlukla nicel araştırma yöntemleri ile gerçekleştirdiği ve bu araştırmaların bireylerin problemleri internet kullanımı düzeyleri ile farklı psiko-sosyal değişkenler arasındaki ilişkiye odaklandığı görülmüştür (Baltacı ve Akbulut, 2021; Boyacı, 2019). Bu araştırmada, problemleri internet kullanımına yönelik duyarlılık ve müdahale yaklaşımları gibi farklı ve özgün noktalara odaklanması ve nitel araştırma yöntemiyle gerçekleştirilerek duruma derinlemesine yaklaşması açısından alanyazına ve araştırmacılara katkılar sunabileceği düşünülmektedir.

### **Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, psikolojik danışman adaylarının çocuk ve ergenlerde problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılıklarını ve müdahale yaklaşımlarını incelemektir. Araştırmada, bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki alt amaçlara cevap aranmıştır:

- Psikolojik danışman adayları, problemleri internet kullanımının boyutlarına (aşırı kullanım, yoksunluk, tolerans, olumsuz etkiler, işlevsel olmayan bilişler ve duygudurum değişikliği) duyarlılık göstermekte midir?
- Psikolojik danışman adaylarının problemleri internet kullanımına ilişkin müdahale yaklaşımları nelerdir?

## Yöntem

### Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada nitel araştırma yaklaşımlarından durum çalışması (örnek olay) modeli kullanılmıştır. Yin (2017) durum çalışması modelini gerçek yaşamın, güncel bağlam veya ortamın içerisinde bir veya birkaç durumun derinlemesine araştırılması ve araştırılan durumun anlaşılır bir şekilde değerlendirmesine odaklanan bir nitel araştırma yaklaşımı olarak tanımlamıştır.

### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık anabilim dalında öğrenim gören üçüncü ve dördüncü sınıf 60 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu maksimum çeşitlilik örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir (Büyüköztürk ve diğerleri, 2018). Katılımcıların 53'ü (%88.3) kadın, 7'si (%11.7) erkektir. Bu katılımcıların 31'i (%51.7) 3. sınıf, 29'u (%48.3) 4.sınıf öğrencisidir. Ayrıca katılımcılardan 21'i (%35.0) daha önce problemleri internet kullanımıyla ilgili bir eğitim yaşantısı olduğunu ifade ederken 39'u (%65.0) herhangi bir eğitim yaşantısının olmadığını ifade etmiştir.

### Araştırmanın Etik İzinleri

Araştırmada, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulundan araştırma için etik kurul izni alınmıştır.

**Etik kurul izin bilgileri:** Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı = Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu

Etik değerlendirme kararının tarihi= 13/11/2020

Etik değerlendirme belgesi sayı numarası= 2020/64

### Veri Toplama Araçları

**Çocuk ve ergenlerde internet kullanımı örnek olay görüşme formu:** Katılımcıların çocuk ve ergenlerde problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılıklarını ve müdahale yaklaşımlarını belirlemek için araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. Bu formda, psikolojik danışman adaylarının meslek yaşamlarında okullarda karşılaşılabilecekleri problemleri ve sağlıklı internet kullanımı ile ilişkili yedi örnek olay yer almaktadır. Örnek olaylar oluşturulurken problemleri internet kullanımı ile ilgili araştırmalar, olgu sunumları ve vaka çalışmaları incelenmiştir. Örnek olaylar problemleri internet

kullanımının boyutlarını oluşturan aşırı kullanım, yoksunluk, tolerans, olumsuz etkiler, işlevsiz bilişler ve duygudurum değişikliği faktörlerini içerecek biçimde hazırlanmıştır. Ayrıca görüşme formunda yer alan bir örnek olay da sağlıklı internet kullanımını içeren bir örnek olay olarak belirlenmiştir. Buradaki amaç, araştırmaya katılan psikolojik danışman adaylarının sosyal kabul ve yanılma hatalarına karşı bir önlem almaktır. Her örnek olay psikolojik danışman adaylarına okunduktan sonra meslek yaşamlarında örnek olayda verilen duruma benzer bir durum yaşadıklarındaki verebilecekleri tepkileri ve sergileyebilecekleri yaklaşımları ifade etmeleri istenmiştir. Bu görüşme formunda yer alan örnek olayların kapsam geçerliliğini, anlaşılabilirliğini ve amacına uygunluğunu belirleyebilmek için problemlerli internet kullanımı/internet bağımlılığı konularında araştırmalar yapmış olan Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanından beş uzmandan görüş alınmıştır. Taslak görüşme formunda uzmanların çoğunluğu tarafından görüş birliği olan örnek olaylar aynen alınmış, düzeltilmesi gereken örnek olaylar uzmanların dönütleri ve önerileri doğrultusunda amaca hizmet eder şekilde yeniden düzenlenmiştir. Daha sonra görüşme formunun uygulamadaki işlevselliğini belirleyebilmek için iki psikolojik danışman adayı ile pilot görüşme gerçekleştirilmiştir. Bu görüşmeler sonucunda, görüşme formunda yer alan örnek olayların anlaşılabilirliği konusu gözden geçirilmiş ve bazı düzeltmeler yapılarak son hali verilmiştir. Buna ek olarak görüşme formunun dil bilgisel açıdan uygunluğunu belirleyebilmek ve gerekli düzenlemeler yapabilmek için Türkçe Eğitimi alanında tezli yüksek lisans yapan iki uzmandan görüş alınmıştır. Tüm bunlardan sonra yedi sorudan oluşan görüşme formu veri toplamaya hazır hale getirilmiştir.

**Kişisel bilgi formu:** Katılımcıların demografik bilgilerini belirlemek için araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur. Formda katılımcıların cinsiyeti, sınıf düzeyi, öğrenim gördüğü üniversite ve problemlerli internet kullanımı/internet bağımlılığı üzerine eğitim yaşantısı olma durumu gibi çeşitli bilgileri belirlemek için sorular yer almaktadır.

### **Verilerin Toplanması**

İlk olarak katılımcılara araştırmanın amacı ile ilgili bilgiler hem yazılı hem de sözlü olarak aktarılmıştır. Çalışmaya katılımın tamamen gönüllülük esasında olduğu ve istedikleri zaman çalışmadan ayrılacakları vurgulanmıştır. Ayrıca görüşmelerin video kaydına alınacağı dile getirilmiştir. Kayıtların hangi amaçla kullanılacağı belirtilmiştir. Daha sonrasında katılımcıların müsaitlik durumlarına göre bir görüşme planı hazırlanmıştır. Görüşmeler pandemi nedeniyle çevrimiçi olarak gerçekleştirilmiştir. Görüşmelerin tamamı araştırmacılarından birisi tarafından gerçekleştirilmiştir. Her bir görüşme ortalama olarak 20 dakika sürmüştür. Ayrıca verilerin toplanma süreci yaklaşık iki ay devam etmiştir.

### **Verilerin Analizi**

Araştırmanın verileri, görüşme video kayıtlardan ve görüşme esnasında kaydedilen notlardan oluşmaktadır. Tüm veriler görüşmelerden sonra bilgisayar ortamına aktarılarak yazılı materyal haline

dönüştürülmüştür. Katılımcılara sırasıyla “PDR-1, PDR-2, PDR-3, ..., PDR-60” şeklinde kodlar verilmiştir. Nitel verilerin analizi, metin ve imge verilerinden bir anlam çıkarma süreci olarak tanımlanmaktadır (Çelik, Başer Baykal ve Kılıç Memur, 2020). Bu sürecin yapılandırılmış bir şekilde gerçekleştirilmesi büyük önem taşımaktadır (Dede, 2017). Araştırmada Tablo 1’de gösterilen akış şeması içerisinde verilerin analizi gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1. *Araştırmanın verilerinin analiz süreci*

1-) Ham veriler (Çözümlenmeler, görüşme kayıtları, alan notları vb.)
2-) Verilerin analiz için hazırlanması ve düzenlenmesi
3-) Verilerin tamamını okuma
4-) Temalar ve betimlemeler oluşturma
5-) Temalar/Betimlemelerin bağlantılarını oluşturma
6-) Temaların/Betimlemelerin anlamının yorumlanması

Veriler MAXQDA 2020 programı kullanılarak betimsel analiz ve içerik analizi teknikleri ile analiz edilmiştir. Katılımcıların problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılık durumlarını belirlemek için betimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Betimsel analiz tekniği, çeşitli veri toplama araçları ile elde edilen verilerin daha önceden belirlenmiş çeşitli kriterler veya temalar çerçevesinde özetlenmesi veya yorumlanmasını içeren bir yöntemdir (Özdemir, 2010). Katılımcıların problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılık durumlarını belirlemek amacıyla öncelikle problemleri internet kullanımı ve duyarlılık kavramlarına ilişkin kuramsal çerçeve detaylı bir şekilde tanımlanmış ve duyarlı bireyler ile duyarlı olmayan bireyler arasındaki davranışsal farklılıklar ortaya koyulmaya çalışılmıştır. Daha sonrasında problemleri internet kullanımına duyarlılık gösterebilecek bireyler ile duyarlı olmayan bireylerin olası davranış göstergeleri yazılarak veri analizi sürecinde bir rehber olarak kullanılmıştır. Oluşturulan bu göstergeler Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2. *Problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılıkların belirlenmesindeki ölçütler*

Duyarlılık Durumu	Göstergeler
Duyarlılık	Sorunu fark etme, sorunun nedenlerini anlamaya çalışma ve sorunun çözümü için çeşitli hizmetler planlayıp yürütme
Duyarlı olmayanlık	Sorunu görmezden gelme, fark etmeme, ciddiye almama, önemsiz görme veya sorunu fark edip herhangi bir tepkide bulunmama.

Katılımcıların problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılık durumları bu göstergeler çerçevesinde anlamlı bir bütün içerisinde incelenmiştir. Daha sonrasında ise katılımcıların bu sorunun çözümüne ilişkin müdahale yaklaşımlarını derinlemesine incelemek için içerik analizi tekniği kullanılmıştır. İçerik analizi tekniğinde elde edilen veriler detaylı olarak incelenerek bu verileri açıklayan kavram, kategori veya temalara ulaşılır (Bengtsson, 2016). Bu araştırmada katılımcıların çocuk ve ergenlerde problemleri internet kullanımına ilişkin müdahale yaklaşımları belirlenirken ilk olarak elde edilen veriler baştan sona okunarak notlar alınmıştır. Daha sonrasında sıklıkla tekrarlanan ve vurgulanan durumlardan kodlar oluşturulmuştur. Bu kodlardan ana ve alt temalar ortaya çıkmıştır. Verilerin analizi sonrasında 2 ana tema ve 15 alt tema ortaya çıkmıştır.

## Araştırmacıların Rolü

Nitel araştırmalardaki araştırmacıların rolü nicel araştırmalara göre farklılık göstermektedir. Nitel araştırmalarda araştırmacılar, araştırmanın tasarlanma aşamasından raporlaştırma aşamasına kadarki bütün süreçlerde aktif olarak sürecin içerisinde yer almaktadırlar. Bu kapsamda araştırmacılar alanda zaman harcayan, kişilerle doğrudan görüşen, alanda kazandığı deneyimleri ve bakış açısını verilerin analizi sürecinde kullanan bireylerdir. Nitel araştırmalarda araştırmacıların özellikle verilerin toplanması ve analizi süreçlerinde aktif bir şekilde yer almaları araştırmaların nesnelliği konusunda bazı kaygılar oluşturmaktadır. Bu bağlamda araştırmacıların araştırmaya ilişkin rollerini fark etmeleri ve bu rolleri açıkça belirtmeleri önemli bir durum olarak ele alınabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2016). Araştırmacılar akademik ve meslek yaşamlarında problemlerle internet kullanımıyla ilgili bilgi ve becerilerini geliştirmek için çeşitli sempozyumlara ve eğitimlere katılmışlardır. Ayrıca araştırmacılar bu sorunun günümüzde çocuk ve ergenler arasında sıklıkla karşılan bir problem olduğunun farkında olup bu sorunun önlenmesinde psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerin önemli bir yere sahip olduğu konusunda hem fikirlerdir. Bu durum araştırmacıların araştırmayı gerçekleştirmelerinde bir motivasyon sağlamıştır. Araştırmanın bütün aşamalarında araştırmacılar etik ilkelere bağlı kalmış ve objektif bir tutum içerisinde olmaya büyük çaba göstermişlerdir. Araştırmada veri toplama sürecinde gerçekleştirilen görüşmeler esnasında araştırmacı lisans eğitiminin kendisine kazandırdığı mesleki becerileri de kullanarak görüşülen kişiler için rahat ve samimi bir ortam oluşturmak için çaba göstermiştir. Araştırmacılar araştırmaya başlamadan önce nitel araştırma yöntemi ile ilgili bilgi ve becerilerini arttırmak için bir eğitim programına katılmış ve bunlar haricinde detaylı okumalar yaparak araştırmayı planlamıştır.

## Geçerlik ve Güvenirlik

Nitel araştırmalarda geçerlik, belirli süreçler aracılığıyla bulguların doğruluğu için araştırmacı kontrolünü içerirken güvenirlilik, farklı projeler veya araştırmacıların açısından araştırmacının yaklaşımının tutarlılığını ifade etmektedir (Dede, 2017). Araştırmada inandırıcılığı sağlamak için çeşitli teknikler kullanılmıştır (Arastaman, Öztürk Fidan ve Fidan, 2018; Shenton, 2004). Araştırmanın geçerliğini sağlamak için “iyi bilinen bir araştırma yöntemi kullanmak” tekniği ile araştırmanın amacı doğrultusunda en uygun araştırma modeli kullanılmıştır. Ayrıca “katılımcı dürüstlüğüne destekleyen taktikleri kullanmak” tekniği ile katılımcıların gönüllü olarak araştırmaya katılmaları teşvik edilmiş ve araştırma sürecinde istedikleri zaman araştırmadan ayrılacakları vurgulanmıştır. Bunlara ek olarak “dış denetleyici değerlendirmesi” ile araştırmanın inandırıcılığı arttırılmaya çalışılmıştır. Bu kapsamda doktora tezi araştırmasını nitel araştırma yöntemi ile problemlerle teknoloji kullanımı üzerine gerçekleştiren bir uzmandan araştırmanın konusu, tercih edilen model, görüşme formunun hazırlanması, verilerin analiz süreci ve raporlaştırma aşamalarında eleştirel bir gözle çalışmayı incelemesi istenmiş ve yaptığı değerlendirmeler ile araştırmacılara birçok açıdan yardımcı olmuştur.

Ayrıca görüşme formlarının oluşturulması sürecinde Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanından beş uzmandan örnek olayların problemleri internet kullanımını yansıtmadığı konusunda uzman görüşü alınmıştır. Görüşme formlarının Türkçe dili açısından uygunluğunu belirleyebilmek için ise Türkçe Eğitimi alanında tezli yüksek lisans yapan iki uzmandan uzman görüşü alınmıştır. Bunlara ek olarak “araştırmacının rolünün açıkça belirtilmesi” ve “zengin ve yoğun betimleme” teknikleri kullanılarak araştırmanın inandırıcılığı sağlanmak istenmiştir. Araştırmanın inandırıcılığı için “katılımcı kontrolü” tekniği de kullanılarak katılımcıların elde edilen bulguların veya ifadelerin, kendilerini doğru bir şekilde yansıtmadığı sorulmuştur. Bu araştırmanın gelecekte farklı araştırmacılar tarafından tekrarlanabilmesine imkân sağlayabilmek için süreçle ilgili bilgiler detaylı bir şekilde raporlanmıştır. Araştırmada güvenilirliği sağlamak için nitel araştırmalarda sıklıkla kullanılan “kodlayıcılar arası uyum” tekniği kullanılmıştır. Bu kapsamda, araştırmadaki verilerin bir kısmı başka kodlayıcı tarafından kodlanmıştır. Daha sonra iki farklı kodlayıcı tarafından kodlanan metinler için (Görüş Birliği/Görüş Birliği+Görüş Ayrılığı) x100 formülü kullanılarak kodlayıcılar arası tutarlılık hesaplanmıştır. Araştırmada, kodlayıcılar arası tutarlılık .88 olarak bulunmuştur. Miles ve Huberman (1994), iyi bir nitel güvenilirlik için kodlamanın güvenilirliğinin en az %80 uyum düzeyinde olması gerektiğini ifade etmiştir. Dolayısıyla araştırmadaki kodlayıcılar arası tutarlılık katsayılarının yeterli düzeyde olduğu söylenebilir.

### Bulgular

Bu bölümde, araştırmanın genel ve alt amaçları çerçevesinde yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Bu kapsamda ilk olarak psikolojik danışman adaylarının problemleri internet kullanımının aşırı kullanım, yoksunluk, tolerans, olumsuz etkiler, işlevsel olmayan bilişler ve duygudurum değişikliği boyutlarına ilişkin duyarlılık durumları ele alınmıştır. Daha sonrasında ise psikolojik danışman adaylarının örnek olaylarda yer alan problemleri internet kullanımı sorununun çözümüne ilişkin müdahale yaklaşımları incelenmiştir.

#### Problemleri İnternet Kullanımının Boyutlarına İlişkin Duyarlılık

Araştırmaya katılan psikolojik danışman adayları problemleri internet kullanımının altı farklı boyutuna ilişkin duyarlılık sıklıkları birbirinden farklılık göstermektedir. Tablo 3'te psikolojik danışman adaylarının problemleri internet kullanımının boyutlarına ilişkin duyarlılık durumlarının frekansları gösterilmiştir.

Tablo 3. Psikolojik danışman adaylarının problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılık durumları

Boyut	Duyarlılık	Duyarsızlık
Aşırı Kullanım	57	3
İşlevsel Olmayan Bilişler	56	4
Yoksunluk	53	7
Olumsuz Etkiler	53	7
Tolerans	50	10
Duygudurum Değişikliği	49	11



Katılımcıların 57'si aşırı kullanım, 56'sı işlevsel olmayan bilişler, 53'ü yoksunluk ve olumsuz etkiler, 50'si tolerans ve 49'u duygudurum değişikliği boyutlarına duyarlılık göstermişlerdir. Problemlili internet kullanımının bu altı farklı boyutuna yönelik duyarlılık gösteren katılımcılar örnek olaylarda yer alan problemlili internet kullanımı durumunu fark etmişler, durumun nedenlerini anlamaya ve çözümünü gerçekleştirmeye yönelik çalışmalar yapabileceklerini vurgulamışlardır. Buna ek olarak araştırmaya katılan psikolojik danışman adaylarından 3'ü aşırı kullanım, 4'ü işlevsel olmayan bilişler, 7'si yoksunluk ve olumsuz etkiler, 10'u tolerans ve 11'i duygudurum değişikliği boyutlarına duyarsız kalmışlardır. Problemlili internet kullanımının bu altı farklı boyutuna yönelik duyarsız kalan psikolojik danışman adayları örnek olaylarda yer alan problemlili internet kullanımı durumunu ya hiç fark etmemişler, fark etseler dahi sorunun nedenlerini anlayabilmek ve çözümünü gerçekleştirebilmek için herhangi bir çaba içerisine girmemişlerdir. Aşağıda problemlili internet kullanımının farklı boyutlarına duyarlılık gösteren ve duyarsız kalan katılımcıların ifadelerine yer verilmiştir.

Tablo 4. *Duyarlı ve duyarsız katılımcıların ifadeleri*

Boyut	Duyarlılık Durumu	
	Duyarlı	Duyarsız
<b>Aşırı Kullanım</b>	Süreler bana çok fazla geldi. Gerçekten bu süreler çok fazla. Çocuğun bu kadar internette kalmasının sebebinin ailenin tutumu ve aile ilişkileri olabilir. Arkadaş ilişkilerinden kaynaklanıyor olabilir. Çocuğun neden bu kadar internette kaldığını öğrenmeye çalıştım. Daha sonrasında sınırlandırıcı bir tutum içerisinde olarak internet kullanım süresini sınırlandırmaya yönelik bir süreç yürüttüm. (PDR-3)	Öğrencinin sorumluluklarını yerine getirdiğini biliyorsam biraz daha süreyi kısıtlamasını ve dikkat etmesini önerebilirim. Ama sorumluluklarını yerine getirebiliyorsa herhangi bir sorun olmadığını düşünüyorum. (PDR-28)
<b>Yoksunluk</b>	Hazal'ın internet kullanımının bağımlılık seviyesinde olduğunu düşünüyorum. Bu süreçte bir danışma yaptım. İnternette neler onu çektiğini öğrenmeye çalıştım. İnternetin onun yaşamında neden bu kadar önemli olduğunu empati kurarak öğrenmeye çalıştım. Bu kapsamda arkadaşlık ilişkilerini güçlendirmeye yönelik bir plan yaptım. Bu süreçte arkadaşlarıyla da işbirliği içerisinde olarak akran danışmanlığı yapabilirdim. Temel anlamda akran ilişkilerini güçlendirmeye yönelik bir süreç yürüttüm. (PDR-4)	Telefona çok bağlanmış ki kötü hissediyor ulaşamadığında. Arkadaşlarıyla çatışma yaşıyor. En azından telefondan uzaklaştığında arkadaşlarıyla birlikte olsa. Belki sanallıktan uzaklaştığında arkadaşlarıyla zaman geçirebilir. Ama bilemedim tam olarak ne yapacağımı. (PDR-34)
<b>Tolerans</b>	Burada da ilk olarak sebepleri bulmaya çalıştım. Çünkü insan internete girdikten sonra kendisini kaptırabiliyor. Ailenin bu konuda bir denetim sağlaması konusunda bir görüşme yaparım. Çocukta bir doyumsuzluk başladığını gözlemliyorum. Bu konuda o	Öncelikle Burak bence yeni bir telefon aldığı için hevesli davranış. Çok sorunlu bir durum yok. Sürenin artması gayet normal. Daha üst bir model istemesi de o yaşlardaki

durumla alakalı çözümler yapabiliyim. Çocuğun bir gün içerisinde evde neler yaptığını anlatmasını isterdim. İnternet kullanımı haricinde neleri sevdiğini öğrenmeye çalışarak bunlara yönlendirmeye çalışırım. (PDR-15)

çocuklar için gayet normal olduğunu düşünüyorum. Ailenin de bu süreçte sakin kalmasını isterdim. (PDR-10)

#### **Olumsuz Etkiler**

Burada ilk başlarda normal kullanım varken sonralarında sorunlar ortaya çıkmış. Ders çalışmasını engelleyen şeyin internet olup olmadığını öğrenmeye çalışırdım. Başka engelleyen faktörlerin olup olmadığını öğrenirdim. Sonrasında internet kullanımı hakkında konuşurdum. Ders çalışabilmesi için daha farklı programlar hazırlanabileceği konusunda destek sunardım. Belki de ders çalışmaktan kaçınmak için bu platforma yöneliyor. Bu yüzden ders çalışması sürecini daha etkili hale getirebilmek için bir planlama yapardım. Süreçten aileyi de haberdar ederdim. (PDR-27)

Üniversite sınavının önemli bir sınav olduğunu, sınavda başarılı olamazsa hedeflerine ulaşamayacağına yönelik bir konuşma gerçekleştirdim. Sınavına daha çok önem vermesini sınavdan sonra dizileri izlemesine yönelik tavsiyede bulunurdum. (PDR-11)

#### **İşlevsel Olmayan Bilişler**

İnterneti sorunlu bir şekilde kullanan birçok bireyin bu tür düşüncelere sahip olduğunu düşünüyorum. Büyük ihtimal Mehmet gerçek yaşamında sevgi ihtiyacını karşılayamadığı için bunu internet ortamında karşılamak istiyor. Burada sahip olduğu yanlış düşüncelerin nasıl sağlıklı hale gelebileceğine yönelik bir bireysel psikolojik danışma süreci yürüttümdüm. Bence Mehmet kabul edilmek ve güvende hissetmek istiyor gerçek yaşamda. Sosyal ilişkilerini ve becerilerini geliştirici planlamalar yapabiliyim. Örneğin; ilgi duyduğu bir kursa yönlendirebilirim. Burada hem ilgisini gerçekleştirebilir hem de diğer kişilerle iletişim kurabilir. Ama öncelikle neden böyle düşündüğünü anlamaya çalışırım. (PDR-22)

Mehmet'le bu süreçte bireysel danışma yürütürüm. Çünkü internette kabul edildiği ve sevildiği tek yer olduğunu düşünüyor. Bunun bir sorun olduğunu düşünüyorum. Çünkü internet dışındaki yerlerde kendini güvende ve mutlu hissetmiyor. Bu akılcı olmayan düşüncelerini değiştirmeye yönelik bir süreç yürüttümdüm. Ancak süreç konusunda kendimi yeterli hissetmiyorum. Bu düşünceleri nasıl değiştirebileceğime yönelik süreci planlamakta güçlükler yaşadım. (PDR-1)

#### **Duygudurum Değişikliği**

Sosyal medya bazı durumlarda insanın kafasını dağıtması ve mutlu olabilmesi için yararlı olabiliyor. Ancak bunu yapmanın farklı yolları da bulunmaktadır. Örneğin; sorunlar ile karşılaşıldığında aileyle vakit geçirerek onlardan bu konuda destek isteyerek planlamalar yapmak da mutlu edebiliyor insanı. Çünkü burada öğrenci kendisini mutlu etmek için sürekli internete yönelmesi bir bağımlılık riski oluşturabiliyor. Bu konuda sosyal yaşamda mutlu olabileceği alternatifler konusunda farkındalık oluşturdum. (PDR-44)

Normal bir durum gibi geldi bana. Eğer tehlikeli bir hale gelmezse. Çünkü herkesin kendisini rahatlatabileceği alanlar vardır. Bu örnek olayda da öğrenci internet üzerinde kendisini rahatlatılmaktadır. (PDR-3)

## Problemlili İnternet Kullanımına Yönelik Müdahale Yaklaşımları

Katılımcıların problemlili internet kullanımını içeren altı farklı örnek olaya ilişkin çözüm önerileri “sorunun nedenlerini anlamaya yönelik çaba” ve “sorunun çözümünü gerçekleştirmeye yönelik çaba” olmak üzere iki ana temada ele alınmıştır. Bu ana temalara ve kendi içerisinde oluşan alt temalara ilişkin özet bilgi Tablo 5 ve Tablo 6’da gösterilmiştir.

Tablo 5. Sorunun nedenlerini anlamaya yönelik çaba teması

Alt Tema	Görüşler
Öğrenci ile görüşmeler yapma	<p>*“...Bu durumun ne zamandan beri devam ettiğini, bu kadar internette gezinmesinin sebebi nedir bunları öğrenmeye çalışırım. Ailesi bu durumda ona nasıl yaklaşıyor onu öğrenirim. Kendisi bu konuda farkındalık oluşturmuş mu, derslerine nasıl bir etkide bulunuyor bunları öğrenmeye çalışırım.” (PDR-15)</p> <p>*“...Öncelikle Ahmet ile konuşarak bu kadar fazla süre geçirmesinin altında olan nedeni anlamaya çalışırım...” (PDR-6)</p>
Sosyal ilişkileri inceleme	<p>*“...Arkadaşları ile olan ilişkilerini incelemeye çalışırdım. Acaba arkadaşlarıyla sorunlar yaşadığı için mi internete yönelmiş yoksa internet kullanımını yüzünden mi arkadaşlarıyla iletişimi zayıf. Bunları anlamaya çalışırdım.” (PDR-2)</p> <p>*“...İlk aklıma gelen şey Hazal’ın kendisini arkadaşları arasında nasıl bir konumda bulundurduğu olurdu galiba. Arkadaşlarıyla vakit geçirmek yerine neden internette bu kadar fazla vakit geçiriyor? Akranlarıyla ilgili yaşadığı sorunlar mı var? İlk olarak Hazal’ın kendi benliğini nasıl tanımladığı, akran ilişkilerinin nasıl olduğunu öğrenirdim. Onu sosyal yaşamdan sanal yaşama getiren şeylerin neler olduğunu öğrenmeye çalışırdım...” (PDR-14)</p>
Aile ilişkilerini inceleme	<p>*“...Sosyal yaşamındaki nelerin eksikliği onu internete yönlendiriyor, aile yaşamında sorunlar mı var, kendisini yalnız mı hissediyor?” (PDR-18)</p> <p>*“Şöyle baktığımızda günün dörtte birini internette geçirdiği için bir sorun olduğunu düşünüyorum. Acaba ailesi onunla ilgilenmediği için mi bu kadar internette zaman geçiriyor?” (PDR-31)</p>
Aile ile görüşmeler yapma	<p>*“...Önce ailesiyle görüşürdüm. Ailenin nasıl bir tutum içerisinde olduğunu öğrenirdim...” (PDR-9)</p> <p>*“...Daha sonrasında ailesi ile konuşurdum. İnternet üzerinden neler yaptığını takip etmelerini isterdim...” (PDR-4)</p>
İnternet kullanım profilini belirleme	<p>*“Burak’ın akıllı telefona olan düşkünlüğü için bir test uygulanabilir. Başlarda azken sonra bu süre artmış. Bu konuda akıllı telefon bağımlılığı ölçeği uygulanabilir...” (PDR-42)</p> <p>*“...İnternette vakit geçirme amaçlarını öğrenirdim. Acaba internette neler yapıyor, bunu öğrenmeyi amaçlarım...” (PDR-35)</p>
Akademik yaşamını inceleme	<p>*“Ahmet’in sıklıkla internette vakit geçirdiğini görüyorum. Ödevlerine zaman ayırabiliyor mu, derslerine odaklanabiliyor mu? Bunları öğrenmeye çalışırdım...” (PDR-25)</p> <p>*“...Belki ders çalışma süreci konusunda sıkıldığı için böyle bir durum olmuş olabilir...” (PDR-1)</p>

Tablo 5’te sorunun nedenlerini anlamaya yönelik çaba ana temasında öğrenci ile görüşmeler yapma, sosyal ilişkileri inceleme, aile ile görüşmeler yapma, internet kullanım profilini belirleme ve akademik yaşamını inceleme alt temalarının oluştuğu görülmektedir.

Tablo 6. Sorunun çözümünü gerçekleştirilmeye yönelik çaba teması

Alt Tema	Görüşler
İnternet kullanımıyla ilgili hedefler oluşturma	<p>“...Hafta içi geçirdiği 6 saati nasıl daha aşağı çekebiliriz bunu davranışçı teknikler kullanarak gerçekleştirmeyi planladım. Yine hafta sonundaki süreyi de benzer şekilde...” (PDR-7)</p> <p>“...Öğrenciyle görüşmemde Cansu'nun gününü planlayıp ders çalışmasına zarar vermeyecek şekilde dizi-film izleyebileceğine ilişkin bir plan hazırlayabilirdik. Örneğin; şunları şunları yaptım daha sonra 1 tane dizi-film izleyeceğim gibi. Belki dizi-film izlemesine aile de katılabilir. Bu birlikteliği güçlendirebilir. Çocukla zıtlasmadan süreci planlamanın gerekli olduğunu düşünüyorum.” (PDR-22)</p>
Aile ile işbirliği yapma	<p>“...Aileyle de görüşür ve ev içerisine süreyi nasıl aşağı indirip alternatifler oluşturabilecekleri konusunda yardımcı olurum.” (PDR-7)</p> <p>“...Daha sonrasında aileye çocuklarıyla birlikte ev içerisinde yapabilecekleri ortak etkinliklerden bahsedirim. Süreçte ebeveynlerle daha fazla işbirliği kurar ve aile içerisindeki iletişimi güçlendirecek tavsiyelerde bulunurum.” (PDR-14)</p>
Farkındalık oluşturma	<p>“İlk olarak öğrencinin bu olayın farkında olmasına yönelik bir çalışma yürüttüm. Yani ilk olarak günde 6-7 saatini internette vakit geçirdiğinin farkındalığını oluşturmaya çalışırdım...” (PDR-41)</p> <p>“...Ahmet bu durumu problem olarak görmüyor olabilir. Bu nedenle öncelikle farkındalık kazandırma adına çalışmalar yapıp sorunu netleştirip bunun üzerine uygun teknik ve yöntemler kullanarak bir sonraki seansları planlarım...” (PDR-54)</p>
Sosyal ilişkileri güçlendirme	<p>“...Hafta sonu internet kullanım süresini aşağıya indirip aileyle vakit geçirmesi konusunda planlama yapardım...” (PDR-11)</p> <p>“...Veya çocukların gerçek yaşamlarında arkadaşlarıyla ve aileleriyle birlikte vakit geçirecekleri etkinlikler yapılabilir...” (PDR-43)</p>
Sosyal yaşamda alternatifler oluşturma	<p>“...Benim öğrenciye karşı yaklaşımım öncelikle onun ilgi alanlarını belirlemeye çalışırım. Doğrudan internetin zararlarını anlatarak onun kullanımını sınırlandırmak yerine onun dikkatini çekecek şeylere yönlendirmeye çalışırım. Öncelikle gözlemler, ilgilerini belirlerim...” (PDR-1)</p> <p>“...Zamanını daha verimli bir şekilde geçirebilmesi için sosyal yaşamdaki bazı alternatifler oluşturabileceğine yönelik bir planlama yapabiliyordum...” (PDR-27)</p>
Psikolojik danışma gerçekleştirme	<p>“...Bu sebeplerden dolayı bağımlılığın oluşmaması için önleme çalışmalarına dâhil etmek gerekmektedir. Burak ve Burak gibi risk grubundaki öğrencileri bir araya getirerek internet bağımlılığını önlemeye yönelik bir programa dâhil edebilirim.” (PDR-58)</p> <p>“...Ahmet'le bağımlılık ve benlik üzerine tasarlanmış bireyle psikolojik danışma oturumları hazırlanabilir.” (PDR-51)</p>
Temel yaşam becerileri kazandırma	<p>“...Bunları anladıktan sonra kişilerarası ilişkilerini güçlendirecek becerileri kazandırmaya çalışırdım. Çünkü bence kişilerarası ilişkiler güçlendikten ve kendine olan saygısı arttıktan sonra internet kullanımı konusunda daha sağlıklı bir sürecin ilerleyebileceğini düşünüyorum...” (PDR-14)</p> <p>“...Çünkü internette çok fazla vakit geçiren öğrenciler yalnızlaşabiliyorlar. Bu kapsamda öğrenciye yönelik sosyal beceriler kazandırmaya yönelik bir planlama yapardım.” (PDR-44)</p>
PİK hakkında bilgi verme	<p>“...Öğrenciyle de görüşürdüm ona da internetin fazla kullanımı sonucunda internet bağımlılığı gibi sorunların ortaya çıkabileceğini ifade ederdim.” (PDR-19)</p> <p>“...Öğrenciyle görüşerek internet bağımlılığı hakkında bilgi veririm...” (PDR-24)</p>
Akran temelli uygulamalar gerçekleştirme	<p>“...Öğrenci ile de benzer sorunları yaşayan akranları ile akran danışmanlığı yaparım. Bu sorunu daha önce çözmüş öğrenciler var ise nasıl çözdüklerini akran danışmanlığı ile süreci öğrenmesini sağlarım. Çünkü bu kullanım sürelerini ve amaçlarını gördüğümde sorunlu bir kullanım olduğunu görüyorum.” (PDR-12)</p> <p>“...Bu süreçte arkadaşlarıyla da işbirliği içerisinde olarak akran danışmanlığı yapabiliyordum...” (PDR-4)</p>

Tablo 6'da sorunun çözümüne gerçekleştirmeye yönelik çaba ana temasında internet kullanımıyla ilgili hedefler oluşturma, aile ile işbirliği yapma, farkındalık oluşturma, sosyal ilişkileri güçlendirme, sosyal yaşamda alternatifler oluşturma, psikolojik danışma gerçekleştirme, temel yaşam becerileri kazandırma, PİK hakkında bilgi verme ve akran temelli uygulamalar gerçekleştirme alt temalarının olduğu görülmektedir.

### Tartışma

Bu araştırmada, psikolojik danışman adaylarının çocuk ve ergenlerde problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılıkları ve müdahale yaklaşımları incelenmiştir. Bu bölümde, araştırmadan elde edilen bulgular alanyazın ışığında tartışılmıştır. Daha sonrasında araştırmanın sonuçları ve sınırlılıkları çerçevesinde çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Araştırmaya katılan psikolojik danışman adayları örnek olaylarda yer alan problemleri internet kullanımının boyutlarına farklı sıklıkta duyarlılık göstermişlerdir. Katılımcılardan 57'si problemleri internet kullanımının "aşırı kullanım" boyutuna duyarlılık gösterirken, 56'sı "işlevsel olmayan bilişler" boyutuna, 53'ü "yoksunluk" ve "olumsuz etkiler" boyutlarına, 50'si "tolerans" boyutuna ve 49'u "duygudurum değişikliği" boyutuna duyarlılık göstermiştir. Araştırmada, katılımcılar en fazla "aşırı kullanım" boyutuna duyarlılık gösterirken en az "duygudurum değişikliği" boyutuna duyarlılık göstermişlerdir. Bu bulgu, problemleri internet kullanımı boyutlarının kuramsal altyapısı çerçevesinde ve katılımcıların kendi internet kullanımı deneyimleri çerçevesinde açıklanabilir. Günümüzde internetin problemleri bir şekilde kullanılması sıklıkla süre ile ilişkilendirilmekte ve internette geçirilen sürenin fazla olması problemleri internet kullanımına işaret etmektedir (Feindel, 2019). Bu durum katılımcıların aşırı kullanım boyutuna diğer boyutlara göre daha fazla duyarlı olmalarına neden olduğu söylenebilir. Günümüzde internet ve sosyal medya bireylerin mutluluğunu arttıran, eğlendiren ve rahatlatan bir araç olarak görülebilmektedir (Pénard, Poussing ve Suire, 2013). Katılımcıların günümüzdeki bu kanının farkında olmaları örnek olaylarda yer alan problemleri internet kullanımı durumunu fark etmelerini engellediği söylenebilir. Ayrıca bazı katılımcılar, kendi yaşamlarında interneti mutluluk veren ve rahatlatan bir araç olarak kullandıklarını ve dolayısıyla örnek olayda yer alan durumda herhangi bir sorun olmadığını vurgulamışlardır. Bu katılımcılar örnek olaydaki problemleri internet kullanımı bileşenlerini fark edemeyip durumu öznel internet deneyimlerinden yola çıkarak değerlendirmişlerdir.

Araştırmada, katılımcıların önemli bir kısmı problemleri internet kullanımının boyutlarına duyarlılık göstermişlerdir. Günümüzde problemleri internet kullanımı sorununa karşı dikkat çekmek için yürütülen projelerin, eğitimlerin (Türkiye Yeşilay Cemiyeti, 2017) ve Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık lisans programında yer alan derslerin (Yükseköğretim Kurulu, 2018) bu konuda bir duyarlılık oluşmasına katkı sağladığı söylenebilir. Dolayısıyla bu yaşantılar katılımcıların problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılık göstermelerine imkân sağlayabilmektedir. Katılımcıların

problemlerle internet kullanımının boyutlarına genel olarak duyarlılık göstermeleri, meslek yaşamlarında problemlerle internet kullanımı sorunu yaşayan öğrencileri fark etmeleri ve bu öğrencilere yönelik psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri planlayabilmelerine imkân sağlayabilmesi açısından önemli bir sonuç olarak görülebilmektedir (Baltacı, 2019). Bununla birlikte katılımcıların bu soruna karşı duyarlı olmaları, sorunun önlenmesi konusunda kendilerini yetersiz hissettikleri zamanlarda konu ile ilgili araştırmalar yapmaya ilişkin motivasyon sağlayabileceği düşünülmektedir (Keskin ve Öğretici, 2013; Tanrikulu, Kınay ve Arıcak, 2013).

Çocuk ve ergenlerin yaşadıkları sorunlarda yapılacak bireysel görüşmeler yaşanan sorunun danışan gözünden ifade edilmesine imkân sağlayabilmektedir. Öğrenci ile yapılan görüşmede, yardım sürecine katkıda bulunacak önemli bilgiler (soruna eşlik eden duygu-düşünce-davranış üçlüsünün keşfedilmesi, sorunun öğrencinin yaşamındaki yeri, önemi ve sıklığı) elde edilmektedir (Cormier ve Hackney, 2016; Gladding, 2015). Katılımcıların önemli bir kısmı, problemlerle internet kullanımının nedenlerini anlamak için öğrenci ile bireysel görüşmeler yapacaklarını ifade etmişlerdir. Bireysel görüşmeler esnasında çocuk ve ergenlerin sosyal etkileşimlerinin değerlendirilmesi önemlidir. Çünkü çocuk ve ergenlerin sosyal yaşamlarındaki ilişkileri problemlerle internet kullanımını açıklamada (Milani, Osualdella ve Di Blasio, 2009) ve bu sorunla başa çıkmaya yönelik gerçekleştirilecek çalışmalarda önemli bir role sahiptir (Yang ve Kim, 2018). Gerçek yaşamdaki etkileşimlerinden uzaklaşarak sanal yaşama yönelen çocuk ve ergenler zamanla internet üzerindeki kontrol duygularını kaybedilmekte ve bu durum beraberinde problemlerle internet kullanımı sorununu ortaya çıkarabilmektedir (Baltacı ve diğerleri, 2021). Araştırmadaki katılımcıların bir kısmı alanyazındaki bu bulguları destekleyecek nitelikte olarak süreçte öğrencilerin sosyal ilişkilerini inceleyerek buradaki ilişkilerin problemlerle internet kullanımı sorununa yol açıp açmadığını ele alacaklarını vurgulamışlardır. Bununla birlikte katılımcılar problemlerle internet kullanımının sosyal ilişkilerde yaşanan sorunlardan kaynaklanabileceğini düşünerek sorunun çözümü aşamasında öğrencilerin sosyal ilişkilerini güçlendirmeye yönelik çalışmalar yapabileceklerini dile getirmişlerdir.

Araştırmada katılımcılar, problemlerle internet kullanımı ile başa çıkma sürecinde “aile” faktörüne vurgu yaptıkları görülmüştür. Bu kapsamda öğrencilerin aile ilişkilerini inceleyeceklerini, aile ile görüşmeler gerçekleştireceklerini ve aile ile işbirliği içerisinde çalışarak çocuk ve ergenlerin yaşadıkları problemlerle internet kullanımı sorununu çözümüne yönelik çalışmalar yapabileceklerini ifade etmişlerdir. Çocuk ve ergenlerin yaşadıkları problemlerin etkili bir şekilde çözülebilmesinde ruh sağlığı çalışanlarının aileler ile işbirliği içerisinde olması büyük önem taşımaktadır (Uusitalo-Malmivaara, 2012). Süreçte ailenin yer alması, sorunun ev ortamındaki durumunu anlayabilmek ve aile-çocuk arasındaki ilişkiyi keşfedebilmek açısından gerekli olabilmektedir (Erden ve Hatun, 2015). Aile ilişkilerinden doyum almayan ve bu ilişkilerde sorunlar yaşayan çocuk ve ergenler daha fazla internette vakit geçirebilmekte ve bu durum beraberinde internetin problemlerle kullanımına yol açabilmektedir (Snyder, Li, O'Brien ve Howard, 2015). Dolayısıyla araştırmadaki psikolojik danışman

adaylarının problemleri internet kullanımının nedenlerini anlayabilmek ve çözümünü gerçekleştirebilmek için sürece aileyi dâhil etmeyi dile getirmeleri önemli bir sonuç olarak ele alınabilir. Çünkü çocuk ve ergenlerin yaşadıkları sorunlar karşısında sadece öğrenci ile yürütülecek çalışmalar eksik kalabilmektedir (Canoğulları Ayazseven, 2019). Bu süreçte ailenin, öğrencinin ve ruh sağlığı çalışanın planlı bir şekilde çalışması sorunların daha etkili bir şekilde çözülebilmesine imkân sunabilmektedir (Bağatarhan, 2020; Lo, Yu, Cho ve Chan, 2021).

Problemleri internet kullanımı sorununu ele alırken bireylerin internet kullanım süreleri, amaçları ve aktivitelerini içeren değişkenleri ele almak müdahale yaklaşımlarını planlarken ruh sağlığı çalışanlarına önemli bilgiler sunabilmektedir (Asıcı, 2019). Bu kapsamda çocuk ve ergenin internet kullanım profilinin belirlenmesi ile birlikte riskli kullanım içeren süre, aktivite ve amaçların sağlıklı hale getirilmesi için planlamaların yapılması gerekmektedir. Çünkü araştırmalar internetin daha çok eğlence (Vadher ve diğerleri, 2019), sosyalleşme (Derin ve Bilge, 2016), cinsel haz alma (Kormas, Critselis, Janikian, Kafetzis ve Tsitsika, 2011) ve oyun oynama (ElSalhy ve diğerleri 2019; Tsumura, Kanda, Sugaya, Tsuboi ve Takahashi, 2018) amaçlı kullanımının problemleri internet kullanımı açısından risk oluşturduğunu göstermektedir. Dolayısıyla ruh sağlığı çalışanlarının çocuk ve ergenlerin internet kullanım profillerini belirlemeleri problemleri internet kullanımı sorununun dinamiklerini anlayabilmelerine imkân sağlayabilecektir. Bu araştırmada katılımcılar meslek yaşamlarında karşılaşılabilecekleri problemleri internet kullanımı sorunu karşısında öğrencilerin internet kullanım profillerini incelemeye önem vereceklerini dile getirmişlerdir. Ayrıca bazı katılımcılar süreçte geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmış ölçme araçları kullanarak değerlendirmeler yapabileceklerini ifade etmişlerdir. Çocuk ve ergenlerin internet kullanım profillerini belirledikten sonra yapılacak planlamalar ile sağlıklı internet kullanımının zemini hazırlanabilir. Araştırmada katılımcılar, sorunun nedenlerini anlamak için öğrencilerin internet kullanım profillerini belirlemekle birlikte elde edilen sonuçlar çerçevesinde öğrencilerin internet kullanımlarını sağlıklı hale getirmek için internet kullanım süresi ve aktiviteleri üzerine hedefler oluşturmaya yönelik çalışmalar yapabileceklerini ifade etmişlerdir. Bu kapsamda süreçte öğrenci ve aile işbirliği içerisinde internet kullanımını tam zıt saatlere kaydırmak, dış durdurucuları kullanmak ve internet kullanımıyla ilgili gerçekçi süre hedefleri belirlemek gibi teknikleri kullanmak problemleri internet kullanımı sorunuyla başa çıkabilmek adına gerekli olabilmektedir (Asıcı, 2019).

Araştırmada katılımcılar, örnek olaylardaki problemleri internet kullanımı sorununun nedenlerini anlamak için öğrencilerin akademik yaşamlarını inceleyebileceklerini dile getirmişlerdir. Problemleri internet kullanımını açıklamada öğrencilerin okula ilişkin algıları ve beklentileri, akademik başarıları ve akademik motivasyonları önemli bir faktördür (Berber Çelik, 2016). Okula karşı bağlılığı düşük veya akademik anlamda sorunlar yaşayan bir öğrenci kaçış mekanizması olarak internete yönelebilir (Çevik, Ata ve Çevik, 2021; Tomaszek ve Muchacka-Cymerman, 2020). Problemleri internet kullanımı sorunu yaşayan çocuk ve ergenlerin akademik yaşamlarının incelenmesi ve yaşam alanında

herhangi bir sorun olup olmadığının incelenmesi sorunun dinamiklerini anlamak için önemlidir (Kee, Byun, Jung ve Choi, 2016; Peng ve diğerleri, 2019). Bu kapsamda, katılımcıların problemleri internet kullanımının akademik yaşam ile ilişkisinin farkında olmaları ve bu kapsamda örnek olaylardaki öğrencilerin akademik yaşamlarını incelemek için çalışmalar yapabileceklerini vurgulamaları önemli bir sonuç olarak ele alınabilir.

Katılımcılar, meslek yaşamlarında problemleri internet kullanımı sorunuyla başa çıkabilmek için öğrencilerin problemleri internet kullanımı durumlarıyla ilgili farkındalık kazanmaları için çalışmalar yapabileceklerini ifade etmişlerdir. Çocuk ve ergenlerin problemleri internet kullanımlarıyla ilgili farkındalık kazanmaları beraberinde değişim sürecinin etkili bir şekilde yürütülmesine imkân sağlayabilecektir (Lan ve diğerleri, 2018). Süreçte kazandırılacak farkındalık ile öğrencilerin ilgi alanlarının belirlenmesi ve sosyal yaşamda teknolojik araçlara alternatif oluşturmaya yönelik çalışmalar önemli bir yere sahiptir. Çünkü interneti sorunlu ve kontrolsüz bir şekilde kullanan çocuk ve ergenler çoğu zaman sosyal aktiviteleri ihmal etmektedirler (Savcı ve Aysan, 2016). Dolayısıyla araştırmadaki katılımcıların problemleri internet kullanımı sorunuyla başa çıkabilmek için çocuk ve ergenlerin sosyal yaşamdaki aktivite ağını genişletmek istemeleri önemli bir adım olarak ele alınabilir. Bunlarla birlikte bireysel veya grupla psikolojik danışma süreçleri problemleri internet kullanımı sorununun önlenmesinde ve çözümünde önemli bir yere sahiptir (Canoğulları Ayazseven, 2019; Young, 2011). Farklı kuramsal yaklaşımlarla hazırlanmış bireysel psikolojik danışma süreçleri ile birlikte problemleri internet kullanımı sorununun dinamikleri anlaşılabilen ve sorunun çözümü için sistemli çalışmalar yürütülebilmektedir (Huang, Li ve Tao, 2010). Ayrıca grupla psikolojik danışma temeli içerisinde yürütülen psiko-eğitim programları ile problemleri internet kullanımı sorunu yaşayan bireylere problemleri internet kullanımıyla sağlıklı bir şekilde başa çıkabilmek için çeşitli bilgi ve beceriler kazandırılmaktadır (Andrisano Ruggieri ve diğerleri, 2016; Neverkovich ve diğerleri, 2018). Bu programların etkili olması ve birden fazla kişiye aynı anda hizmet sunma gibi imkânlarının bulunması açısından özellikle okul ortamları gibi kalabalık gruplara hizmet verilen alanlarda kullanışlı olabilmektedir. Bu bağlamda araştırmaya katılan psikolojik danışman adaylarının örnek olaylarda yer alan problemleri internet kullanımı sorununun çözümü aşamasında bireysel veya grupla psikolojik danışma süreci yürütebileceklerini ifade etmeleri alanyazında problemleri internet kullanımına müdahale yaklaşımları ile uyum gösterdiği söylenebilir.

Araştırmada katılımcılar, problemleri internet kullanımı sorunu yaşayan öğrencilere yönelik zaman yönetimi, stresle başa çıkma, hayır diyebilme ve problem çözme becerileri gibi temel yaşam becerilerini kazandırmaya yönelik çalışmalar yapabileceklerini ifade etmişlerdir. Alanyazında yer alan farklı araştırmalarda, temel yaşam becerileri zayıf olan çocuk ve ergenlerin problemleri internet kullanımı açısından riskli bir konumda yer aldıklarını görülmüştür (Brand, Laier ve Young, 2014). Dolayısıyla problemleri internet kullanımı sorunu yaşayan çocuk ve ergenlerle yürütülecek psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri kapsamında temel yaşam becerilerini kazandırmaya yönelik



çalışmalara yer verilmesinin önemli olduğu söylenebilir. Araştırmaya katılan psikolojik danışman adaylarından bazıları ise problemlerini internet kullanımı sorunu yaşayan öğrencilerle yürütecekleri çalışmalarda öğrencilere bilgi temelli çalışmalar yapabileceklerini ifade etmişlerdir. Bu kapsamda katılımcılar öğrencilere internetin problemlerini kullanmanın ne olduğunu, bu kullanım sonucunda ne gibi etkilerin ortaya çıktığını ve bu sorunla mücadele edebilmek için neler yapılması gerektiğini dile getireceklerini vurgulamışlardır. Çocuk ve ergenlerin yaşadıkları sorunlarla başa çıkmada bilgilendirme çalışmaları tek başına sorunun çözümünde etkili olmasa da diğer çalışmalar ile birlikte sunulduğunda önemli kazanımlar sunduğu söylenebilir (Türkiye Yeşilay Cemiyeti, 2017).

Araştırmada son olarak, katılımcılar problemlerini internet kullanımı sorunuyla başa çıkabilmek için akran temelli müdahalelere başvurabileceklerini ifade etmişlerdir. Okul çağındaki çocuk ve ergenler için akranların önemli bir yere sahip olması, akran temelli müdahale yaklaşımlarının son yıllarda sorunların çözümünde kullanılmasını yaygınlaştırmıştır (Taylı, 2010). Bu kapsamda interneti problemlerini bir şekilde kullanan ve bu sorunla etkili bir şekilde başa çıkan bir öğrencinin bu süreçte sorun yaşayan öğrenciyle etkileşim kurması ve akran danışmanlığı sürecinin yürütülmesi bu sorunun çözümü açısından etkili olabileceği söylenebilir. Nitekim bu araştırmada, çok sınırlı da olsa araştırmaya katılan psikolojik danışman adaylarının bazıları örnek olaylarda yer alan problemlerini internet kullanımı sorunuyla başa çıkmak için akran temelli uygulamalara başvurabileceklerini vurgulamışlardır. Psikolojik danışman adaylarının bu uygulamaya ilişkin farkındalıklarının olması ve meslek yaşamlarında böyle bir yaklaşıma kullanmaya istekli olmaları önemli bir sonuç olarak ele alınabilir.

### **Sonuç**

Bu araştırmada, psikolojik danışman adaylarının problemlerini internet kullanımına ilişkin duyarlılık durumları ve müdahale yaklaşımları nitel araştırma yöntemi ile incelenmiştir. Araştırmada, katılımcıların problemlerini internet kullanımının boyutlarına genel anlamda duyarlı oldukları görülmüştür. Katılımcıların problemlerini internet kullanımının boyutlarına ilişkin duyarlılık sıklığındaki farklılıklar katılımcıların kendi internet deneyimlerinden ve internet ile ilgili olan algılardan etkilendiği söylenebilir. Dolayısıyla psikolojik danışman eğitimi kapsamında problemlerini internet kullanımının kuramsal çerçevesi kapsamında eğitimlerin sunulmasının önemli olduğu söylenebilir. Problemlerini internet kullanımının boyutlarına duyarlılık gösteren katılımcıların örnek olaylarda yer alan problemlerini internet kullanımı sorununun çözümüne yönelik müdahale yaklaşımlarının büyük oranda alanyazınla uyumluluk gösterdiği görülmüştür. Bu durum, meslek yaşamlarında okullarda çocuk ve ergenlerin yaşayabilecekleri problemlerini internet kullanımına yönelik önleyici ve müdahale temelli psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri yürütecek psikolojik danışman adaylarının süreçle ilgili bilgi ve becerilere genel anlamda sahip olduğunu göstermektedir. Ancak problemlerini internet kullanımına duyarlılık gösteren bu katılımcılardan bazıları yapılan görüşmelerde alanyazın ile

uyumlu müdahale yaklaşımlarını ifade etseler de bu konuda kendilerini geliştirmeleri gerektiğini vurgulamışlardır. Bu durum katılımcıların problemleri internet kullanımına yönelik müdahale yaklaşımlarına ilişkin derinlemesine ve uygulamaya dönük bilgi ve becerilerinin geliştirilmeye açık olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada, alanyazına yeni bir kavram kazandırılarak meslek yaşamlarında psikolojik danışman olarak görev yapacak olan ruh sağlığı çalışanı adaylarının problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılıkları incelenmiştir. Bu kavramın ilk olarak bu araştırmada kullanılması, ilerleyen zamanlarda bu konu ile ilgili araştırmaların yapılmasına imkân sağlayabileceği düşünülmektedir. Ayrıca araştırmada elde edilen sonuçlar, psikolojik danışman eğitimcilerine, alan çalışanlarına ve problemleri internet kullanımı üzerine çalışmalar yürüten araştırmacılara katkı sunabilecektir.

### **Sınırlılıklar ve Öneriler**

Bu araştırmanın sonuçları, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 60 psikolojik danışman adayının görüşleri ve görüşme formunun ölçtüğü nitelikler ile sınırlılık göstermektedir. Araştırmada veri toplama aracı olarak yalnızca görüşme yöntemi kullanılması bir başka sınırlılık olarak gösterilebilir. Problemleri internet kullanımına duyarlılık ve çözüm önerilerine ilişkin müdahale yaklaşımları; psikolojik danışman adaylarının internet kullanım yaşantılarına, problemleri internet kullanımıyla ilgili deneyimlerine ve eğitim yaşantılarına göre farklılık gösterebilmektedir. Bu araştırma sadece katılımcıların özellikleri ölçüsünde problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılık durumuna ve müdahale yaklaşımlarına ışık tutabilir niteliktedir. Araştırmanın sınırlılıklarından bir başkası ise katılımcılardan geleceğe yönelik bilgi alınmasıyla ilgilidir. Nitekim psikolojik danışman adayları bugünkü algılarıyla geleceği değerlendirip yansıtacaklardır. Bu sebepten dolayı, söz konusu ifadelerin ve algıların gelecekte farklı olabileceği düşünülebilir. Araştırmanın sonuçları ve sınırlılıkları çerçevesinde araştırmacılara ve psikolojik danışman eğitimcilerine çeşitli önerilerde bulunulabilir.

Araştırmada, katılımcıların problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılık durumları problemleri internet kullanımıyla ilgili örnek olaylar üzerinden betimsel analiz yöntemi ile belirlenmiştir. Problemleri internet kullanımına ilişkin duyarlılığı ölçmek için geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış ölçme araçlarının geliştirilmesi problemleri internet kullanımına duyarlılık kavramının hem düzey boyutunda hem de farklı değişkenlerle ilişkileri boyutunda araştırmacılar tarafından çalışmasına imkân sağlayabileceği düşünülmektedir. Çünkü nitel araştırmaların sahip olduğu güçlü yönler gibi nicel araştırmaların da kendi içerisinde güçlü yönleri bulunmaktadır. Dolayısıyla bu konu ile ilgili yapılacak nicel araştırmalar, bu kavrama ilişkin alanyazına katkı sunabileceği düşünülmektedir. Araştırmada, katılımcıların problemleri internet kullanımının boyutlarına farklı sıklıklarda duyarlılık gösterdikleri görülmüştür. Bu kapsamda problemleri internet kullanımının farklı bileşenlerinin içerisine alındığı eğitimlerin planlanması ve yürütülmesi psikolojik

danışman adaylarının bu konu ile ilgili bilgi ve becerilerini arttırmakla birlikte duyarlılık kazanmalarını da sağlayabileceği düşünülmektedir. Psikolojik danışman adaylarının çocuk ve ergenlerde problemlili internet kullanımına ilişkin müdahale yaklaşımları alanyazınla uyumlu olmakla birlikte bu konudaki içeriklerin zayıf kaldığı söylenebilir. Bu bağlamda psikolojik danışmanların lisans eğitimleri sürecinde problemlili internet kullanımı sorununa yönelik etkili müdahale yaklaşımlarına ilişkin bilgi ve becerilerini arttıracak çalışmaların yürütülmesine ihtiyaç olduğu söylenebilir. Bu araştırma sadece katılımcıların özellikleri ölçüsünde problemlili internet kullanımına ilişkin duyarlılık durumuna ve müdahale yaklaşımlarına ışık tutabilir niteliktedir. Dolayısıyla ilerleyen zamanlarda yapılacak araştırmalarda farklı değişkenler göz önünde bulundurularak problemlili internet kullanımına ilişkin duyarlılık ile çözüm önerileri incelenebilir. Son olarak bu araştırma yalnızca psikolojik danışman adayları ile gerçekleştirilmiştir. Yapılacak duyarlılık araştırmalarında farklı ruh sağlığı çalışanlarının, ebeveynlerin, öğretmenlerin veya üniversite öğrencilerinin duyarlılık durumlarının incelenmesi bu konu ile ilgili alanyazına katkı sağlayabilecektir.



<http://kefad.ahievran.edu.tr>

## Ahi Evran University Journal of Kırşehir Education Faculty

ISSN: 2147 - 1037

### ENGLISH VERSION

#### Introduction

In recent years, rapid developments in the field of technology have led to many changes in the lives of individuals. Individuals perform many activities, such as having fun, communicating, shopping, benefiting from educational services, and playing games with technological tools (Ogel, 2017). Performing these activities with technological tools quickly and at a low cost can make the lives of individuals easier. However, in recent years, the decrease in the age of use of technological tools (TUIK, 2021; We Are Social, 2020) and the increase in the duration of use have led to the emergence of various problems, especially in children and adolescents (Livingstone & Smith, 2014). A study conducted by TUIK (2021) found that while the rate of internet use among children was 50.8% in 2013, it was 82.7% in 2021. A study examining the internet usage rates of children aged 3-18 in the United States showed that internet usage rates increased rapidly between 2010 and 2017 (National Center for Education Statistics, 2019). With the COVID-19 pandemic, children and adolescents in many countries continue their education with technological tools, and the time they spend with them has increased, increasing internet usage rates (Baltacı, Akbulut & Yılmaz 2021; Baltacı, Akbulut & Zafer, 2020; Duan et al., 2020; Statista, 2021). This increase in the internet usage rates of children and adolescents poses a risk to physical, psychological, and social life (Rideout, Saphir, Tsang, & Bozdech 2011). This is called “problematic internet use” (Fernandes, Maia, & Pontes, 2019).

Problematic internet use is the dysfunction of living spaces due to excessive and uncontrolled internet use (Young & De Abreu, 2011). Problematic internet use can occur due to the interaction of some psychological and social characteristics of children and adolescents with the attributes of internet life (Asici, 2019). Easy access to the Internet, psychological problems, academic failure, personality traits, and family and peer relations factors can cause problematic internet use in children and adolescents (Akin & Iskender, 2011; Chi, Hong & Chen, 2020; Przepiorka, Blachnio & Cudo, 2019; Li et al., 2019; Ogel, 2017). As a result of problematic internet use, the lives of children and young people are negatively affected.

Studies have shown that problematic internet use causes physical pain (Xu et al., 2020), obesity (Durmus, Ortabag, & Ozdemir, 2021), sleep problems (Do & Lee, 2018), depression (Park, Hong, Park, Ha & Yoo, 2013), anxiety (Mamun et al., 2019), loneliness (Moretta & Buodo, 2020), academic problems (Tomaszek & Muchacka-Cymerman, 2020), negative family and peer relationships (Nielsen, Favez & Rigter, 2020; Reiner et al., 2017) shows that it is related to the variables. These adverse effects of problematic internet use in children and adolescents show the importance of preventive-based studies. Schools' psychological counseling and guidance services are essential in preventing and intervening in problematic internet use (Asıcı, 2018). Because with these services strengthen students' psychological well-being, and life skills and healthy internet usage habits are gained (Ministry of National Education, 2020). In this context, it can be said that preventive psychological counseling and guidance services to be carried out by psychological counselors for problematic internet use in schools are of great importance.

It is thought that the sensitivity of psychological counselors and students to this problem may be an essential factor for the studies to be carried out to prevent problematic internet use in schools to be effective. Sensitivity is defined as individuals showing sensitivity to threatening situations, controlling their environment by trying to understand these situations, and taking measures to avoid being harmed by adverse conditions (Bayezid, 2000). It can be said that psychological counselor candidates who are sensitive to problematic internet use can realize the problem of problematic internet use that they may encounter in their professional life and plan intervention studies for this situation. In addition, it is thought that the knowledge and skills of psychological counselor candidates regarding intervention approaches for problematic internet use may directly affect the psychological counseling and guidance services they will carry out to prevent this problem in their professional lives.

When all these are evaluated, it can say that the studies to be carried out in schools regarding the problematic internet use frequently encountered in children and adolescents in recent years may have an important place in terms of preventing and solving the problem (Abou El Wafa, Ashry, Mekky, & Elweshahi, 2021; Cheng & Li, 2014). In this context, it is thought that examining the sensitivities and intervention approaches of counselor candidates who will carry out studies to prevent and solve this problem in their professional lives can contribute to the process of counselor education. In addition, it has been observed that the studies on problematic internet use in our country are mostly carried out with quantitative research methods, and these studies focus on the relationship between individuals' levels of problematic internet use and different psycho-social variables (Baltacı & Akbulut, 2021; Boyacı, 2019). It is thought that this research can contribute to the literature and researchers by focusing on different and original points, such as sensitivity and intervention approaches towards problematic internet use, and approaching the situation in depth by using qualitative research methods.

### **Purpose of the Research**

This study examines psychological counselor candidates' sensitivity and intervention approaches regarding problematic internet use in children and adolescents. In the study, we sought the answer for the following sub-objectives in line with this general purpose:

- Do counselor candidates show sensitivity to the dimensions of problematic internet use (overuse, withdrawal, tolerance, adverse effects, dysfunctional cognitions, and mood changes)?
- What are the intervention approaches of psychological counselor candidates regarding problematic internet use?

### **Method**

#### **Research Model**

The case study model, one of the qualitative research approaches, was used in this study. Yin (2017) defined the case study model as a qualitative research approach that focuses on the in-depth investigation of one or several real-life situations, the current context or setting, and the understandable evaluation of the researched situation.

#### **Study Group**

The study group the research consists of 60 third and fourth-year students studying in the Department of Guidance and Psychological Counseling. The study group of the research was determined by the maximum diversity sampling method (Buyukozturk et al, 2018). Of the participants, 53 (88.3%) were female, and 7 (11.7%) were male. Thirty-one (51.7%) of these participants are 3rd-grade students, and 29 (48.3%) are 4th-grade students. In addition, 21 (35.0%) of the participants stated that they had a previous education experience related to problematic internet use, while 39 (65.0%) stated that they did not have any educational background.

#### **Ethical Statements**

Ethics committee approval was obtained for the research from Necmettin Erbakan University Social and Human Sciences Scientific Research Ethics Committee.

**Ethics committee permission information:** Name of the committee that made the ethical evaluation = Necmettin Erbakan University Social and Human Sciences Scientific Research Ethics Committee

Date of ethical evaluation decision = 13/11/2020

Ethics assessment document issue number = 2020/64

## Data Collection Tools

**Internet use in children and adolescents case study interview form:** It was developed by researchers to determine participants' sensitivities and intervention approaches regarding problematic internet use in children and adolescents. In this form, there are seven case studies related to the problematic and healthy internet use that counselor candidates may encounter in their professional lives at schools. While creating the case studies, research, case reports, and case studies related to problematic internet use were examined. Case studies were prepared to include excessive use, withdrawal, tolerance, adverse effects, dysfunctional cognitions, and mood changes, which constitute problematic internet use. In addition, a case study in the interview form was determined as a case study involving healthy internet use. The aim is to take a precaution against the social acceptance and misconceptions of the counselor candidates participating in the research. After each case study was read to the counselor candidates, they were asked to express their reactions and the approaches they could take when they experienced a situation similar to the case given in the case study in their professional life. To determine the content validity, comprehensibility, and suitability of the case studies in this interview form, the opinions of five experts from the field of Psychological Counseling and Guidance who have researched problematic internet use/internet addiction were taken. In the draft interview form, the case studies that were agreed upon by the majority of the experts were taken exactly, and the case studies that needed to be corrected were rearranged in line with the feedback and suggestions of the experts. Then, a pilot interview was conducted with two counselor candidates to determine the functionality of the interview form in practice. As a result of these interviews, the subject of clarity of the case studies in the interview form was reviewed and finalized by making some corrections. In addition, to determine the grammatical suitability of the interview form and to make the necessary arrangements, opinions were received from two experts who have master's degrees in the field of Turkish Education. After all, the interview form consisting of seven questions was prepared for data collection.

**Personal information form:** It was created by the researchers to determine the participants' demographic information. In the form, there are questions to determine various details such as the gender of the participants, class level, university, and problematic internet use / educational experience on internet addiction.

## Data Collection

First of all, information about the purpose of the research was conveyed to the participants both in writing and orally. It was emphasized that participation in the study was completely voluntary and they could leave it whenever they wanted. In addition, it was stated that the interviews would be video-recorded. The purpose for which the records will be used is specified. Afterward, an

interview plan was prepared according to the availability of the participants. Interviews were conducted online due to the pandemic. All of the interviews were conducted by one of the researchers. Each interview lasted an average of 20 minutes. In addition, the data collection process continued for about two months.

### Data Analysis

The research data consists of interview video recordings and notes recorded during the interview. After the interviews, all data were transferred to the computer environment and converted into written material. The participants were given codes as “PDR-1, PDR-2, PDR-3, ..., PDR-60”, respectively. Qualitative data analysis is defined as a process of making meaning from text and image data (Celik, Baser Baykal, & Kilic Memur, 2020). This process must be carried out in a structured way (Dede, 2017). In the study, data analysis was carried out within the flow chart shown in Table 1.

Table 1. *Data analysis process*

1-) Raw data (analysis, interview recordings, field notes, etc.)
2-) Preparing and organizing data for analysis
3-) Reading all data
4-) Creating themes and descriptions
5-) Linking Themes/Descriptions
6-) Interpreting the meaning of Themes/Descriptions

The data were analyzed with descriptive and content analysis techniques using the MAXQDA 2020 program. The descriptive analysis method was used to determine the participants' sensitivity to problematic internet use. The descriptive analysis technique is a method that includes summarizing or interpreting the data obtained with various data collection tools within the framework of different predetermined criteria or themes (Ozdemir, 2010). To determine the sensitivity of the participants regarding problematic internet use, first of all, the theoretical framework regarding the concepts of problematic internet use and sensitivity was scanned in detail, and behavioral differences between sensitive individuals and insensitive individuals were tried to be revealed. Then, possible behavioral indicators of individuals who may be sensitive to problematic internet use and individuals who may be insensitive were written and used as a guide in the data analysis process. These indicators are shown in Table 2.

Table 2. *Criteria for determining susceptibility to problematic internet use*

<b>Sensitivity Status</b>	<b>Indicators</b>
Sensitivity	Recognizing the problem, trying to understand the causes of the problem, and planning and executing various services to solve the problem.
Insensitivity	Ignoring, not noticing, not taking seriously, downplaying the problem, or not recognizing the problem and not reacting.

The participants' sensitivity to problematic internet use was analyzed within the framework of these indicators in a meaningful whole. Afterward, the content analysis technique was used to examine the intervention approaches of the participants regarding the solution to this problem in depth. The data obtained in the content analysis technique are discussed in detail, and the concepts,



categories, or themes that explain these data are reached (Bengtsson, 2016). In this study, while determining the intervention approaches of the participants regarding problematic internet use in children and adolescents, firstly, the data obtained were read from beginning to end, and notes were taken. Then, codes were created from frequently repeated and emphasized situations. Main and sub-themes emerged from these codes. After the data analysis, two main themes and 15 sub-themes emerged.

### **The Role of Researchers**

The role of researchers in qualitative research differs compared to quantitative analysis. In qualitative research, researchers are actively involved in all processes, from the design stage of the study to the reporting stage. In this context, researchers are individuals who spend time in the field, meet directly with people, and use their experiences and perspectives to analyze data. In qualitative research, researchers' active involvement in data collection and analysis creates some concerns about the objectivity of research. In this context, it can be considered essential for researchers to realize their roles in research and state them clearly (Yildirim & Simsek, 2016). Researchers have attended various symposiums and training to improve their knowledge and skills about problematic internet use in their academic and professional lives. In addition, researchers are aware that this problem is a frequently encountered problem among children and adolescents today, and they agree that psychological counseling and guidance services have an important place in preventing this problem. This provided motivation for researchers to carry out the research. At all stages of the study, the researchers adhered to ethical principles and made great efforts to have an objective attitude. During the interviews conducted during the data collection process, the researcher made an effort to create a comfortable and friendly environment for the interviewees by using the professional skills gained from undergraduate education. Before starting the research, the researchers participated in a training program to increase their knowledge and skills about the qualitative research method, and apart from these, they planned to research by doing detailed readings.

### **Validity and Reliability**

In qualitative research, validity includes researcher control for the accuracy of findings through specific processes, while reliability refers to the consistency of the researcher's approach regarding different projects or researchers (Dede, 2017). Various techniques were used to ensure credibility in the research (Arastaman, Öztürk Fidan, & Fidan, 2018; Shenton, 2004). To ensure the validity of the research, the most appropriate research model was used in line with the purpose of the study with the technique of "using a well-known research method." In addition, participants were encouraged to participate in the research voluntarily with the method of "using tactics that support participant honesty," and it was emphasized that they could leave the study at any time during the research process. In addition, an attempt was made to increase the credibility of the research with the

"external supervisory evaluation." In this context, an expert who carried out his doctoral thesis research on the use of problematic technology with the qualitative research method was asked to examine the study with a critical eye during the research subject, the preferred model, the preparation of the interview form, the analysis process of the data and the reporting stages, and he helped the researchers in many ways with his evaluations. In addition, in creating the interview forms, expert opinion was obtained from five experts from the field of Psychological Counseling and Guidance on whether the case studies reflect problematic internet use. To determine the suitability of the interview forms in terms of the Turkish language, expert opinion was taken from two experts who have master's degrees in the field of Turkish Education. In addition, it was aimed to ensure the credibility of the research by using "clearly stating the role of the researcher" and "detailed and dense description" techniques.

For the credibility of the research, the "participant control" technique was also used, and the participants were asked whether the findings or statements they obtained reflected themselves accurately. To enable this study to be repeated by different researchers in the future, information about the process has been reported in detail. To ensure reliability in the research, the "concordance between coders" technique, which is frequently used in qualitative research, was used. In this context, some of the data in the study were coded by another coder. Then, consistency between coders was calculated for the texts coded by two different coders (Agreement/Agreement+Disagreement) x100 formula. In the study, the inter-coder consistency was found to be .88. Miles and Huberman (1994) stated that for good qualitative reliability, the reliability of the coding should be at least 80% agreement level. Therefore, it can be said that the consistency coefficients between the coders in the study are at a sufficient level.

## **Results**

In this section, the findings obtained as a result of the analyzes made within the framework of the general and sub-objectives of the research are given. In this context, firstly, the psychological counselor candidates' sensitivity to the dimensions of problematic internet use, excessive use, withdrawal, tolerance, negative effects, dysfunctional cognitions, and mood changes were discussed. Afterward, the intervention approaches of the psychological counselor candidates to solve the problem of problematic internet use in the case studies were examined.

### **Sensitivity to Dimensions of Problematic Internet Use**

The sensitivity frequencies of the psychological counselor candidates participating in the study on six dimensions of problematic internet use differ. Table 3 shows the frequencies of the psychological counselor candidates' sensitivity to the dimensions of problematic internet use.

Table 3. *The sensitivity of the participants regarding problematic internet use*

Dimension	Sensitivity	Insensitivity
Overuse	57	3
Dysfunctional Cognitions	56	4
Deprivation	53	7
Adverse Effects	53	7
Tolerance	50	10
Mood Change	49	11

Of the participants, 57 showed sensitivity to overuse, 56 to dysfunctional cognitions, 53 to withdrawal and adverse effects, 50 to tolerance, and 49 to mood changes. The participants, who were sensitive to these six different dimensions of problematic internet use, noticed the problematic internet use situation in the case studies and emphasized that they could do studies to understand the causes of the problem and to realize the solution. In addition, 3 of the counselor candidates participating in the study were insensitive to the dimensions of excessive use, 4 of them had dysfunctional cognitions, 7 of their deprivation and adverse effects, 10 of their tolerance, and 11 of them had mood change. Psychological counselor candidates, who were insensitive to these six different dimensions of problematic internet use, either never noticed the problematic internet use in the case studies, and even if they did, they did not make any effort to understand the causes of the problem and to realize its solution. Below are the statements of the participants who are sensitive to different dimensions of problematic internet use and remain insensitive.

Table 4. *Statements of sensitive and insensitive participants*

Dimension	Sensitivity Status	
	Sensitive	Insensitive
<b>Overuse</b>	The times seem too much to me. These are too long. The reason the child stays on the internet for so long may be the attitude of the family and family relations. It may be due to friendships. I would try to find out why the kid stays on the internet so much. Afterward, I would carry out a process to limit internet usage time in a restrictive manner. (PDR-3)	If I know that the student fulfills his responsibilities, I can suggest that he limit the time and pay attention. But if he can fulfill his responsibilities, I think there is no problem. (PDR-28)
<b>Deprivation</b>	I think that Hazal's internet use is at the level of addiction. I would do a consultation during this process. I would try to find out what attracts him on the internet. I would try to empathize and learn why the internet was so important in his life. In this context, I would make a plan to strengthen friendly relations. I could also do peer counseling in cooperation with his friends during this process. I would carry out a process to strengthen peer relations. (PDR-4)	She is so attached to the phone that she feels bad when she cannot reach it. She conflicts with her friends. At least when she's away from the phone with her friends. Maybe she can spend time with her friends when she moves away from virtuality. But I didn't know what to do exactly. (PDR-34)
<b>Tolerance</b>	Here, too, I would first try to find the causes. Because people can get carried away after	First of all, I think Burak is enthusiastic because he bought a

entering the internet. I'll have a conversation about having the family control over this. I observe that dissatisfaction begins in the child. I can find solutions for that situation. I want the child to describe what he does at home in a day. I try to guide them by finding out what they like other than using the Internet. (PDR-15)

new phone. There is nothing too problematic. Increasing time is normal. I think it is normal for children of that age to want a higher model. I want the family to remain calm during this process. (PDR-10)

**Adverse Effects**

While there was normal use here at first, problems arose later. I would try to find out if the internet prevented him from studying. I would find out if there are other hindering factors. Then I would talk about internet usage. I would offer support to prepare different programs for studying. Maybe he will turn to this platform to avoid studying. So I would make a plan to make the study process more effective. I would also inform the family of the process. (PDR-27)

I would make a speech about the fact that the university exam is important and that he will not reach his goals if he does not succeed in the exam. I would advise him to give more importance to his exam and watch TV series after the exam. (PDR-11)

**Dysfunctional Cognitions**

Many individuals who use the Internet in a problematic way have such thoughts. Most likely, Mehmet wants to meet his need for love in real life, so he wants to meet it on the internet. I would conduct individual psychological counseling on how his wrong thoughts could become healthy. I think Mehmet wants to be accepted and feel safe in real life. I can make plans to improve social relations and skills. For example, I can direct you to a course you are interested in. Here he can both realize his interest and communicate with other people. But first, I'll try to understand why you think that way. (PDR-22)

I conduct individual counseling with Mehmet during this process. Because she thinks it's the only place on the internet where she's accepted and loved. I think this is a problem. Because he does not feel safe and happy in places other than the internet. I would run a process of changing these irrational thoughts. However, I do not feel competent in the process. I would have difficulties planning the process for how I could change these thoughts. (PDR-1)

**Mood Change**

Social media can be useful in some cases to distract people and be happy. However, there are other ways to do this. For example, When faced with problems, spending time with the family, asking them for support, and making plans can also make people happy when faced with problems. Because here, students constantly turning to the internet to make themselves happy can pose a risk of addiction. In this regard, I would raise awareness about alternatives that can be happy in social life. (PDR-44)

Seems like a normal situation to me. Suppose it doesn't become dangerous. Because everyone has spaces where they can relax. In this case, the student can relax on the internet. (PDR-3)

---

**Intervention Approaches to Problematic Internet Use**

The solution suggestions of the participants for six different case studies involving problematic internet use were discussed in two main themes: "*effort to understand the causes of the*

problem" and "effort to realize the solution of the problem." Summary information about these main themes and the sub-themes that occur within themselves is shown in Table 5 and Table 6.

Table 5. *The theme of effort to understand the causes of the problem*

Sub-Themes	Opinions
Conversation with the student	*"...I try to find out how long this situation has been going on and what is the reason why he is surfing the internet so much. I'll find out how his family treats him in this situation. I try to find out if he/she has raised awareness on this issue and how it affects their lessons." (PDR-15) *"...First of all, I try to understand the reason why he spent so much time talking to Ahmet..." (PDR-6)
Examining social relationships	* "... I would try to examine her relationships with her friends. I wonder if she has turned to the internet because she has problems with her friends or because she has poor communication. I would try to understand them." (PDR-2) *"...The first thing that came to my mind was probably what kind of position Hazal had among her friends. Why does he spend so much time online instead of with his friends? Does he have problems with his peers? First of all, I would learn how Hazal defines herself and what her peer relations are. I would try to find out what brought him from social to virtual life..." (PDR-14)
Examining family relationships	*"...What is lacking in his social life leads him to the internet, are there problems in his family life, does he feel lonely?" (PDR-18) *"...Looking at it this way, I think it's a problem because he spends a quarter of the day on the internet. I wonder if he spends so much time online because his family doesn't care about him?" (PDR-31)
Making conversations with family	*"...I would talk to his family first. I would learn how the family behaves..." (PDR-9) *"...I would talk to his family later on. I would like them to follow what they are doing on the internet..." (PDR-4)
Determine the internet usage profile	*"A test can be applied for Burak's fondness for smartphones. While it was short at first, this period increased later. Smartphone addiction scale can be applied in this regard..." (PDR-42) *"...I would learn the purposes of spending time on the Internet. I wonder what he is doing on the internet, I aim to learn about it..." (PDR-35)
Examining academic life	* "I see that Ahmet often spends time on the internet. Can he spare time for his homework and focus on his studies? I would try to learn these..." (PDR-25) *"...Maybe this may have happened because he was bored with the study process..." (PDR-1)

In Table 5, it is seen that the main theme of the effort to understand the causes of the problem consists of the sub-themes of interviewing the student, examining social relations, interviewing the family, determining the profile of internet use, and examining their academic life.

Table 6. *The theme of effort to realize the solution to the problem*

Sub-Themes	Opinions
Setting goals for internet use	* "... How can we reduce the 6 hours she spends on a weekday? I would plan to do this by using behavioral techniques. Similarly, the duration at the weekend..." (PDR-7) * "...In my meeting with the student, we could have prepared a plan for Cansu to plan her day and watch TV series and movies in a way that would not harm her study. For example, I did the following I'm going to watch 1 TV series-movie later. Maybe the family can join in watching TV series and movies. This can strengthen unity. I think it is necessary to plan the process without conflicting with the child." (PDR-22)
Collaborating with the family	* "...I also meet with the family and help them inside the house on how they can reduce the time and create alternatives." (PDR-7)

	*" ...Then I tell the family about the common activities they can do at home with their children. In the process, I establish more cooperation with parents and make recommendations to strengthen communication within the family." (PDR-14)
Awareness raising	*"First of all, I would conduct a study to make the student aware of this event. In other words, I would first try to create awareness that you spend 6-7 hours a day on the internet..." (PDR-41) *" ...Ahmet may not see this as a problem. For this reason, I first work to raise awareness, clarify the problem and then plan the next sessions by using appropriate techniques and methods..." (PDR-54)
Strengthening social relationships	*" ...I would plan to reduce the internet usage time on the weekend and spend time with the family..." (PDR-11) *" ...Or there can be activities where children can spend time with their friends and families in their real lives..." (PDR-43)
Creating alternatives in the social life	*" ...My approach to the student is primarily to determine their interests. Instead of limiting its use by directly explaining the harms of the internet, I try to direct it to things that will attract its attention. First of all, I observe and determine their interests..." (PDR-1) *" ...I could make a plan that he could create some alternatives in social life so that he could spend his time more efficiently..." (PDR-27)
Psychological counseling	*" ...For these reasons, it is necessary to include it in prevention studies so that addiction does not occur. By bringing together students in risk groups like Burak and Burak, I can include them in a program to prevent internet addiction." (PDR-58) *" ... Psychological counseling sessions with the individual designed on addiction and self can be prepared with Ahmet." (PDR-51)
Basic life skills	*" ...After understanding these, I would try to gain skills that would strengthen interpersonal relationships. Because I think a healthier process can progress in internet use after interpersonal relations are strengthened and self-esteem increases..." (PDR-14) *" ...Because students who spend a lot of time on the internet can get lonely. In this context, I would make a plan to gain social skills for the student." (PDR-44)
Giving information about PIU	*" ...I would also talk to the student and tell him/her that problems such as internet addiction may arise as a result of excessive use of the internet." (PDR-19) *" ...I give information about internet addiction by meeting with the student..." (PDR-24)
Implementing peer-to-peer applications	*" ...I do peer counseling with students who have similar problems with their peers. If there are students who have solved this problem before, I let them learn how they solved it with peer counseling. Because when I see these usage periods and purposes, I see that it is problematic." (PDR-12) *" ...I could have done peer counseling in cooperation with his friends during this process..." (PDR-4)

In Table 6, the main theme of the effort to solve the problem is setting goals for internet use, cooperating with family, raising awareness, strengthening social relations, creating alternatives in social life, performing psychological counseling, gaining basic life skills, providing information about PIU, and peer-based. It is seen that the sub-themes of performing applications are formed.

### Discussion

This study examined the sensitivity and intervention approaches of counselor candidates regarding problematic internet use in children and adolescents. This section discusses the findings obtained from the research in light of the literature. Afterward, various suggestions were made within the framework of the results and limitations of the research.

The psychological counselor candidates who participated in the study showed different sensitivity to the dimensions of problematic internet use in the case studies. While 57 of the participants were sensitive to the "overuse" dimension of problematic internet use, 56 were to the "dysfunctional cognitions" dimension, 53 to the "withdrawal" and "negative effects" dimensions, 50 to the "tolerance" dimension, and 49 to the "tolerance" dimension. Showed sensitivity to the dimension of "mood change". In the study, the participants showed the highest sensitivity to the "overuse" dimension, while they were least sensitive to the "mood change" dimension. This finding can be explained within the framework of the theoretical background of problematic internet use dimensions and the participants' own internet use experiences. Today, using the internet in a problematic way is often associated with time, and excessive time spent on the internet indicates problematic internet use (Feindel, 2019). It can be said that this situation causes the participants to be more sensitive to the overuse dimension compared to the other dimensions. Today, the internet and social media can be seen as a tool that increases the happiness of individuals, entertains, and relaxes (Pénard, Poussing, & Suire, 2013). It can be said that the participants' awareness of this current opinion prevents them from noticing the problematic internet use situation in the case studies. In addition, some participants emphasized that they use the internet as a tool that gives happiness and comfort in their own lives, and therefore, there is no problem in the situation in the example case. These participants could not recognize the problematic internet use components in the case study and evaluated the situation based on their subjective internet experiences.

In the study, many participants showed sensitivity to the dimensions of problematic internet use. It can be said that the projects carried out to draw attention to the problem of problematic internet use today, the training (Turkish Green Crescent Society, 2017) and the courses in the Guidance and Psychological Counseling undergraduate program (Higher Education Council, 2018) contribute to the formation of sensitivity on this issue. Therefore, these experiences can enable participants to show sensitivity towards problematic internet use. It can be seen as an important result in that the participants show general sensitivity to the dimensions of problematic internet use, recognize students who have problematic internet use problems in their professional lives, and enable them to plan psychological counseling and guidance services for these students (Baltacı, 2019). However, it is thought that the participants' being sensitive to this problem can motivate them to research the subject when they feel inadequate to prevent the problem (Keskin & İlkici, 2013; Tanrıku, Kınay & Arıcak, 2013).

Individual interviews about the problems experienced by children and adolescents can provide the opportunity to express the problem from the client's perspective. In the interview with the student, important information that will contribute to the help process (discovery of the emotion-thought-behavior trio accompanying the problem, the place, importance, and frequency of the situation in the student's life) is obtained (Cormier & Hackney, 2016; Gladding, 2015). A significant

part of the participants stated that they would conduct individual interviews with the student to understand the reasons for problematic internet use. During individual interviews, it is essential to evaluate the social interactions of children and adolescents. Because the relationships in the social lives of children and adolescents have an essential role in explaining problematic internet use (Milani, Osualdella, & Di Blasio, 2009) and in studies to deal with this problem (Yang & Kim, 2018). Children and adolescents, who move away from their interactions in real life and turn to virtual life, lose their sense of control over the internet over time, which may lead to problematic internet use (Baltaci et al., 2021). Some of the participants in the research emphasized that they would examine the students' social relations in the process, which would support these findings in the literature, and whether the links there would cause the problem of problematic internet use. In addition, the participants stated that difficulties in social relations might cause problematic internet use, and they could do studies to strengthen students' social relations at the stage of solving the problem.

In the study, it was seen that the participants emphasized the "family" factor in the process of coping with problematic internet use. In this context, they stated that they would examine the family relations of the students, conduct interviews with the family, and work in cooperation with the family to solve the problematic internet use problem experienced by children and adolescents. It is of great importance that mental health professionals cooperate with families to effectively solve the problems experienced by children and adolescents (Uusitalo-Malmivaara, 2012). The family's involvement in the process may be necessary to understand the situation of the problem in the home environment and to explore the relationship between the family and the child (Erden & Hatun, 2015). Children and adolescents who are unsatisfied with their family relationships and have problems in these relationships can spend more time on the Internet, leading to problematic internet use (Snyder, Li, O'Brien, & Howard, 2015). Therefore, it can be considered an actual result that the psychological counselor candidates in the study express to include the family in the process to understand the causes of problematic internet use and to realize the solution. Because in the face of the problems experienced by children and adolescents, studies to be conducted only with students may be missing (Canoğulları Ayazseven, 2019). In this process, the planned work of the family, student, and mental health worker can solve problems more effectively (Bağatarhan, 2020; Lo, Yu, Cho, & Chan, 2021).

While addressing the problem of problematic internet use, the variables, including individuals' internet usage times, purposes, and activities, can provide important information to mental health professionals when planning intervention approaches (Asıcı, 2019). In this context, it is necessary to make plans to determine the internet usage profile of children and adolescents and to make the time, activities, and purposes that involve risky use healthy. Because researches show that the internet is mainly used for entertainment (Vadher et al., 2019), socialization (Derin & Bilge, 2016), sexual pleasure (Kormas, Critselis, Janikian, Kafetzis, & Tsitsika, 2011), and playing games (ElSalhy et al. 2019; Tsumura, Kanda, Sugaya, Tsuboi, & Takahashi, 2018) show that purposeful use poses a risk



in terms of problematic internet use. Therefore, determining the internet usage profiles of children and adolescents by mental health professionals will enable them to understand the dynamics of problematic internet use. In this study, the participants stated that they would give importance to examining the internet usage profiles of the students in the face of the problem of problematic internet use that they may encounter in their professional lives. In addition, some participants stated that they could make evaluations using measurement tools whose validity and reliability studies were conducted in the process. After determining the internet usage profiles of children and adolescents, the basis for healthy internet use can be prepared with the plans to be made. In the study, the participants stated that to understand the causes of the problem, they determined the internet usage profiles of the students, and within the framework of the results obtained, they could make studies to establish goals on the internet usage time and activities to make the internet use of the students healthy. In this context, it may be necessary to use techniques such as shifting internet use to opposite hours, using external stoppers, and setting realistic time targets for internet use in cooperation with students and families to cope with the problem of problematic internet use (Asıcı, 2019).

In the study, the participants stated that they could examine the students' academic lives to understand the reasons for the problematic internet use problem in the case studies. Students' perceptions and expectations about school, academic success, and motivation are essential factors in explaining problematic internet use (Berber Çelik, 2016). A student with low commitment to school or academic problems may turn to the internet as an escape mechanism (Çevik, Ata, & Çevik, 2021; Tomaszek & Muchacka-Cymerman, 2020). Examining the academic lives of children and adolescents with problematic internet use and examining whether there are any problems in their life is essential to understand the situation's dynamics (Kee, Byun, Jung, & Choi, 2016; Peng et al., 2019). In this context, it can be considered an essential result that the participants are aware of the relationship between problematic internet use and academic life and that they can carry out studies to examine the student's academic life in the case studies.

The participants stated that they could do studies to raise awareness of students' problematic internet use situations to cope with the problem of problematic internet use in their professional lives. Awareness of children and adolescents about problematic internet use will enable the change process to be carried out effectively (Lan et al., 2018). With the awareness to be gained in the process, studies to determine the students' interests and to create an alternative to technological tools in social life have an important place. Because children and adolescents who use the internet in a problematic and uncontrolled way often neglect social activities (Savcı & Aysan, 2016). Therefore, it can be considered an important step that the participants in the research want to expand the activity network of children and adolescents in social life to cope with the problem of problematic internet use. In addition, individual or group counseling processes have an essential place in preventing and solving problematic internet use (Canoğulları Ayazseven, 2019; Young, 2011). Together with individual

psychological counseling processes prepared with different theoretical approaches, the dynamics of the problem of problematic internet use can be understood and systematic studies can be carried out to solve the problem (Huang, Li, & Tao, 2010). In addition, with psycho-educational programs based on group counseling, individuals with problematic internet use can be provided with various knowledge and skills to cope with problematic internet use healthily (Andrisano Ruggieri et al., 2016; Neverkovich et al., 2018). In terms of the effectiveness of these programs and the possibility of providing services to more than one person simultaneously, they can be useful, especially in crowded groups, such as school environments. In this context, it can be said that the psychological counselor candidates who participated in the research stated that they could conduct individual or group counseling on the solution of the problematic internet use problem in the case studies, which is compatible with the intervention approaches to problematic internet use in the literature.

In the study, the participants stated that they could do studies to provide students with problematic internet use problems such as time management, coping with stress, saying no, and problem-solving skills. In different studies in the literature, it has been observed that children and adolescents with weak basic life skills are in a risky position in terms of problematic internet use (Brand, Laier, & Young, 2014). Therefore, it can be said that it is essential to include studies aimed at gaining basic life skills within the scope of psychological counseling and guidance services to be carried out with children and adolescents who have problems with problematic internet use. Some of the psychological counselor candidates who participated in the research stated that they would be able to conduct knowledge-based studies with students who have problems with problematic internet use. In this context, the participants emphasized to the students the problematic use of the internet, what kind of effects occur as a result of this use, and what should be done to combat this problem. Although information studies alone are not effective in solving the problems experienced by children and adolescents, it can be said that they offer essential gains when presented together with other studies (Turkish Green Crescent Society, 2017).

Finally, the participants stated that they could use peer-based interventions to cope with the problem of problematic internet use. The fact that peers have an essential place for school-age children and adolescents has made peer-based intervention approaches widespread in solving problems in recent years (Taylı, 2010). In this context, it can be said that a student who uses the internet problematically and copes with this problem effectively interacts with the student who has issues in this process and conducts the peer counseling process can be effective in solving this problem. In this study, although very limited, some of the psychological counselor candidates who participated in the research emphasized that they could apply peer-based practices to cope with the problem of problematic internet use in the case studies. It can be considered an essential result that psychological counselor candidates are aware of this practice and are willing to use such an approach in their professional life.

## **Conclusion**

In this study, the sensitivity and intervention approaches of psychological counselor candidates regarding problematic internet use were examined by qualitative research methods. The study observed that the participants were generally sensitive to the dimensions of problematic internet use. It can be said that the differences in the frequency of sensitivity of the participants regarding the dimensions of problematic internet use are affected by the participants' own internet experiences and perceptions about the internet. Therefore, it can be said that it is essential to present training within the scope of the theoretical framework of problematic internet use within the scope of psychological counselor education. It has been observed that the intervention approaches of the participants, who are sensitive to the dimensions of problematic internet use, to solve the problem of problematic internet use in the case studies are primarily compatible with the literature. This situation shows that the psychological counselor candidates who will provide preventive and intervention-based psychological counseling and guidance services for the problematic internet use that children and adolescents may experience at schools in their professional lives have the knowledge and skills related to the process in general. However, some of these participants, who were sensitive to problematic internet use, emphasized that they needed to improve themselves, even though they expressed intervention approaches compatible with the literature in the interviews. This shows that the participants' in-depth and practical knowledge and skills in intervention approaches for problematic internet use are open to development. In this study, the sensitivities of mental health worker candidates who will work as psychological counselors regarding problematic internet use were examined by introducing a new concept to the literature. It is thought that using this concept in this research for the first time will enable further research on this subject. In addition, the results obtained in the study will contribute to psychological counselor educators, field workers, and researchers working on problematic internet use.

## **Limitations and Recommendations**

The results of this research are limited to the opinions of 60 counselor candidates who voluntarily agreed to participate in the research and the qualifications measured by the interview form. The use of only the interview method as a data collection tool in the study can be shown as another limitation. Sensitivity to problematic internet use and intervention approaches for solutions; may differ according to the internet usage experiences of the psychological counselor candidates, their experiences with problematic internet use, and their educational experiences. This research can only shed light on the sensitivity of the problematic internet use and intervention approaches within the scope of the characteristics of the participants. Another limitation of the study is obtaining future information from the participants. Psychological counselor candidates will evaluate and reflect on the future with their current perceptions. For this reason, it can be thought that the expressions and

perceptions in question may differ in the future. Various suggestions can be made to researchers and psychological counselor educators within the framework of the results and limitations of the study.

In the study, the participants' sensitivity regarding problematic internet use was determined by descriptive analysis through case studies related to problematic internet use. It is thought that the development of measurement tools whose validity and reliability studies have been carried out to measure sensitivity towards problematic internet use will enable researchers to study the concept of sensitivity to problematic internet use both in terms of level and about different variables. Because like the strengths of qualitative research, quantitative research also has strengths within itself. Therefore, it is thought that quantitative analysis on this subject can contribute to the literature on this concept. The study observed that the participants showed sensitivity to the dimensions of problematic internet use at different frequencies. In this context, it is thought that planning and conducting training in which other components of problematic internet use are included can increase the knowledge and skills of counselor candidates, as well as increase their sensitivity. Although the intervention approaches of psychological counselor candidates regarding problematic internet use in children and adolescents are compatible with the literature, it can be said that the content on this subject is weak. In this context, it can be said that there is a need to carry out studies that will increase the knowledge and skills of psychological counselors on effective intervention approaches for problematic internet use during their undergraduate education. This research can only shed light on the sensitivity of the problematic internet use and intervention approaches within the scope of the characteristics of the participants. Therefore, in future studies, considering different variables, sensitivity to problematic internet use and solution proposals can be examined. Finally, this research was carried out only with psychological counselor candidates. Exploring the sensitivity of different mental health professionals, parents, teachers, or university students in sensitivity studies will contribute to the literature on this subject.

#### Kaynakça

- Abou El Wafa, H. E., Ashry, M. H., Mekky, J. F. & Elweshahi, H. M. (2021). Internet abuse in children and adolescents during COVID-19 pandemic in Egypt. *Egyptian Journal of Psychiatry*, 42(1), 36–42. [https://new.ejpsy.eg.net/temp/EgyptJPsychiatr42136-2410714\\_064147.pdf](https://new.ejpsy.eg.net/temp/EgyptJPsychiatr42136-2410714_064147.pdf)
- Akın, A. & Iskender, M. (2011). Internet addiction and depression, anxiety and stress. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(1), 138–148. <https://www.ajindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423904412.pdf>
- Andrisano Ruggieri, R., Santoro, E., De Caro, F., Palmieri, L., Capunzo, M., nuleo, C., ..., & Boccia, G. (2016). Internet addiction: A prevention action-research intervention. *Epidemiology Biostatistics and Public Health*, 13(3), 1–5. <https://doi.org/10.2427/11817>
- Arastaman, G., Öztürk Fidan, İ. & Fidan, T. (2018). Nitel araştırmada geçerlik ve güvenilirlik: Kuramsal bir inceleme. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 37–75.

<https://doi.org/10.23891/efdyyu.2018.61>

- Asıcı, E. (2018). Çocuk ve ergenlerde problemlili internet kullanımını önleme ve müdahale. F.S. Çakar (Yay.Haz.), *Önleyici psikolojik danışma kuram ve uygulamaları içinde* (pp. 183–216). Ankara: Pegem.
- Asıcı, E. (2019). İnternet bağımlılığı. A. Eryılmaz & M. E. Deniz (Yay.Haz.), *Tüm yönleriyle bağımlılık içinde*. Ankara: Pegem.
- Avşaroğlu, S., & Akbulut, Ö.F. (2020). Sağlıklı aile yapısı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. *International Social Sciences Studies Journal*, 6(65), 2879-2902. <http://dx.doi.org/10.26449/sss.2456>
- Bağatarhan, T. (2020). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığını önlemeye yönelik bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı psiko-eğitim programının geliştirilmesi ve etkililiğinin değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Baltacı, Ö. (2019). Bağımlı ve bağımlılık riski olan çocuk ve eğitimleri. S. Avşaroğlu & K. Öğülmüş (Yay.Haz.) *Zor çocukların eğitiminde psikoöğitsel yaklaşımlar ve birlikte yaşam içinde* (pp. 65–78). Ankara: Vize.
- Baltacı, Ö., Akbulut, Ö. F., & Yılmaz, E. (2021). Problemlili internet kullanımında güncel bir risk faktörü: COVID-19 pandemisi. *Humanistic Perspective*, 3(1), 97–121. <https://doi.org/10.47793/hp.872503>
- Baltacı, Ö., Akbulut, Ö.F., & Zafer, R. (2020). COVID-19 pandemisinde problemlili internet kullanımı: Bir nitel araştırma. *Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3), 126-140. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1910852> adresinden erişildi.
- Bayezid, G. (2000). Bastırma duyarlılık ölçeğini Türk kültürüne uyarlama çalışması. *Düşünen Adam*, 13(2), 99–106. <https://dusunenadamdergisi.org/storage/upload/pdfs/1588686115-tr.pdf> adresinden erişildi.
- Bengtsson, M. (2016). How to plan and perform a qualitative study using content analysis. *NursingPlus Open*, 2, 8–14. <https://doi.org/10.1016/j.npls.2016.01.001>
- Berber Çelik, Ç. (2016). İnternet bağımlılığı eğilimini azaltmada eğitsel bir müdahale. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3, 365–386. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0021>
- Boyacı, M. (2019). Türkiye’de internet bağımlılığı araştırmaları: Bir içerik analizi çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 777–795. <https://doi.org/10.15805/addicta.2019.6.3.0030>
- Brand, M., Laier, C., & Young, K. S. (2014). Internet addiction: coping styles, expectancies, and treatment implications. *Frontiers in Psychology*, 5, 1256. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.01256>
- Büyükoztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel*

araştırma yöntemleri. Ankara: Pegem.

- Canoğulları Ayazseven, Ö. (2019). *Ergenlerde problemlili internet kullanımını önlemeye yönelik bilişsel-davranışçı temelli psiko-eğitim çalışmasının etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Çukurova üniversitesi, Adana.
- Çelik, H., Başer Baykal, N. & Kılıç Memur, H. N. (2020). Nitel veri analizi ve temel ilkeleri. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi – Journal of Qualitative Research in Education*, 8(1), 379–406. <https://doi.org/10.14689/issn.2148-2624.1.8c.1s.16m>
- Çevik, Ö., Ata, R. & Çevik, M. (2021). Bullying and victimization among Turkish adolescents: the predicti& role of problematic internet use, school burnout and parental monitoring. *Education and Information Technologies*, 26(3), 3203–3230. <https://doi.org/10.1007/s10639-020-10410-1>
- Cheng, C. & Li, A. Y. L. (2014). Internet addiction prevalence and quality of (real) life: A meta-analysis of 31 nations across seven world regions. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(12), 755–760. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0317>
- Chi, X., Hong, X. & Chen, X. (2020). Profiles and sociodemographic correlates of internet addiction in early adolescents in Southern China. *Addictive Behaviors*, 106, 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106385>
- Cormier, L. S. & Hackney, H. (2016). *Counseling strategies and interventions for professional helpers*. Pearson.
- Dede, Y. (2017). Nitel yöntemler. S. B. Demir (Yay.Haz.), *Araştırma deseni: nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları içinde*. Ankara: Eğiten.
- Derin, S. & Bilge, F. (2016). Ergenlerde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeyi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(46), 35–51. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/631409> adresinden erişildi.
- Do, K.-Y. & Lee, K.-S. (2018). Relationship between Problematic internet use, sleep problems, and oral health in korean adolescents: A national survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(9), 1870. <https://doi.org/10.3390/ijerph15091870>
- Duan, L., Shao, X., Wang, Y., Huang, Y., Miao, J., Yang, X. & Zhu, G. (2020). An investigation of mental health status of children and adolescents in China during the outbreak of COVID-19. *Journal of Affective Disorders*, 275, 112–118. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.029>
- Durmus, G., Ortabag, T. & Ozdemir, S. (2021). Determining the relationship between obesity and problematic internet use among adolescents. *Iranian Journal of Public Health*, 50(9), 1796–1804. <https://doi.org/10.18502/ijph.v50i9.7052>
- ElSalhy, M., Miyazaki, T., Noda, Y., Nakajima, S., Nakayama, H., Mihara, S., ..., & Mimura, M. (2019). Relationships between Internet addiction and clinicodemographic and behavioral factors. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 15, 739. <https://doi.org/10.2147/NDT.S193357>

- Erden, S. & Hatun, O. (2015). İnternet bağımlılığı ile başa çıkmada bilişsel davranışçı yaklaşımın kullanılması: Bir olgu sunumu. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 2(1), 53–83. <https://doi.org/10.15805/addicta.2015.2.1.015>
- Feindel, H. (2019). *İnternet bağımlılığı: Bağımlılar ve aileleri için el kitabı* (A. Dirim çev.). İstanbul: İletişim.
- Fernandes, B., Maia, B. R. & Pontes, H. M. (2019). Internet addiction or problematic internet use? Which term should be used? *Psicologia Usp*, 30, e190020. <https://doi.org/10.1590/0103-6564e190020>
- Gladding, S. T. (2015). *Psikolojik danışma: Kapsamlı bir meslek* (N. Voltan Acar çev.). Ankara: Nobel.
- Huang, X. Q., Li, M. C. & Tao, R. (2010). Treatment of internet addiction. *Current Psychiatry Reports*, 12(5), 462–470. <https://doi.org/10.1007/s11920-010-0147-1>
- Kee, I. K., Byun, J. S., Jung, J. K. & Choi, J. K. (2016). The presence of altered craniocervical posture and mobility in smartphone-addicted teenagers with temporomandibular disorders. *Journal of Physical Therapy Science*, 28(2), 339–346. <https://doi.org/10.1589/jpts.28.339>
- Keskin, Y., & Öğretici, B. (2013). Sosyal bilgiler dersinde "duyarlılık" değerinin etkinlikler yoluyla kazandırılması: Nitel bir araştırma. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 11(25), 143–181. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/302425> adresinden erişildi.
- Kormas, G., Critselis, E., Janikian, M., Kafetzis, D. & Tsitsika, A. (2011). Risk factors and psychosocial characteristics of potential problematic and problematic internet use among adolescents: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 11(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-595>
- Lan, Y., Ding, J. E., Li, W., Li, J., Zhang, Y., Liu, M. & Fu, H. (2018). A pilot study of a group mindfulness-based cognitive-behavioral intervention for smartphone addiction among university students. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(4), 1171–1176. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.103>
- Li, X., Luo, X., Zheng, R., Jin, X., Mei, L., Xie, X., Gu, H., Hou, F., Liu, L., Luo, X., Meng, H., Zhang, J. & Song, R. (2019). The role of depressive symptoms, anxiety symptoms, and school functioning in the association between peer victimization and internet addiction: A moderated mediation model. *Journal of Affective Disorders*, 256, 125–131. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.05.080>
- Livingstone, S. & Smith, P. K. (2014). Annual research review: Harms experienced by child users of online and mobile technologies: The nature, prevalence and management of sexual and aggressive risks in the digital age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(6), 635–654. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12197>
- Lo, C. K. M., Yu, L., Cho, Y. W. & Chan, K. L. (2021). A qualitative study of practitioners' views on family involvement in treatment process of adolescent internet addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 86. <https://doi.org/10.3390/ijerph18010086>
- Mamun, M. A., Hossain, M. S., Siddique, A. B., Sikder, M. T., Kuss, D. J. & Griffiths, M. D. (2019).

- Problematic internet use in Bangladeshi students: The role of socio-demographic factors, depression, anxiety, and stress. *Asian Journal of Psychiatry*, 44, 48–54. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2019.07.005>
- Milani, L., Osualdella, D. & Di Blasio, P. (2009). Quality of interpersonal relationships and problematic Internet use in adolescence. *CyberPsychology & Behavior*, 12(6), 681–684. <https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0071>
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded source book*. Sage Publications.
- Milli Eğitim Bakanlığı. (2020). 2020-2021 rehberlik ve psikolojik danışma programı. <https://orgm.meb.gov.tr/www/2020-2021-rehberlik-&-psikolojik-danisma-programi/icerik/1413>
- Moretta, T. & Buodo, G. (2020). Problematic internet use and loneliness: how complex is the relationship? a short literature review. *Current Addiction Reports*, 7(2), 125–136. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00305-z>
- National Center for Education Statistics. (2019). *Student Access to Digital Learning Resources Outside of the Classroom (NCES 2017-098)*. <https://nces.ed.gov/fastfacts/display.asp?id=46#:~:text=O&rall>
- Neverkovich, S. D., Bubnova, I. S., Kosarenko, N. N., Sakhieva, R. G., Sizova, Z. M., Zakharova, V. L. & Sergeeva, M. G. (2018). Students' internet addiction: study and prevention. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 14(4), 1483–1495. <https://doi.org/10.29333/ejmste/83723>
- Nielsen, P., Favez, N. & Rigter, H. (2020). Parental and family factors associated with problematic gaming and problematic internet use in adolescents: A systematic literature review. *Current Addiction Reports*, 7(3), 365–386. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00320-0>
- Ögel, K. (2017). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Özdemir, M. (2010). Nitel &ri analizi: Sosyal bilimlerde yöntembilim sorunsali üzerine bir çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üni&rsitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 323–343. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/113287> adresinden erişildi.
- Park, S., Hong, K.-E. M., Park, E. J., Ha, K. S. & Yoo, H. J. (2013). The association between problematic internet use and depression, suicidal ideation and bipolar disorder symptoms in Korean adolescents. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 47(2), 153–159. <https://doi.org/10.1177/0004867412463613>
- Pénard, T., Poussing, N. & Suire, R. (2013). Does the Internet make people happier? *The Journal of Socio-Economics*, 46, 105–116. <https://doi.org/10.1016/j.socec.2013.08.004>
- Peng, W., Li, D., Li, D., Jia, J., Wang, Y. & Sun, W. (2019). School disconnectedness and Adolescent



- Internet Addiction: Mediation by self-esteem and moderation by emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 98, 111–121. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.011>
- Przepiorka, A., Blachnio, A. & Cudo, A. (2019). The role of depression, personality, and future time perspective in internet addiction in adolescents and emerging adults. *Psychiatry Research*, 272, 340–348. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.086>
- Reiner, I., Tibubos, A. N., Hardt, J., Müller, K., Wölfling, K. & Beutel, M. E. (2017). Peer attachment, specific patterns of internet use and problematic internet use in male and female adolescents. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 26(10), 1257–1268. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-0984-0>
- Rideout, V., Saphir, M., Tsang, V., & Bozdech, B. (2011). *Zero to eight children's media use in America*. <https://www.common sense media.org/file/zerotoeightfinal2011pdf-0/download> adresinden alındı.
- Savcı, M., & Aysan, F. (2016). Bağlanma stilleri, akran ilişkileri ve duyguların internet bağımlılığını yordamadaki katkıları. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(3), 401–432. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0028>
- Shenton, A. K. (2004). Strategies for ensuring trustworthiness in qualitative research projects. *Education for Information*, 22(2), 63–75. <https://doi.org/10.3233/EFI-2004-22201>
- Snyder, S. M., Li, W., O'Brien, J. E. & Howard, M. O. (2015). The Effect of U.S. University Students' Problematic Internet Use on Family Relationships: A Mixed-Methods Investigation. *Plos One*, 10(12), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0144005>
- Statista. (2021). *Coronavirus: impact on online usage in the U.S. - Statistics & Facts*. <https://www.statista.com/topics/6241/coronavirus-impact-on-online-usage-in-the-us/>
- Tanrikulu, T., Kınay, H., & Arıca, O. T. (2013). Siber zorbalığa ilişkin duyarlılık ölçeği: Geçerlik & güvenirlik çalışması. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 38–47. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/200357> adresinden alındı.
- Taylı, A. (2010). Okullarda akran temelli programların uygulanma süreci. *Milli Eğitim Dergisi*, 40(186), 8–26. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/442754> adresinden alındı.
- Tomaszek, K. & Muchacka-Cymerman, A. (2020). Examining the relationship between student school burnout and problematic internet use. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 20(2), 16–31. <https://doi.org/10.12738/jestp.2020.2.002>
- Tsumura, H., Kanda, H., Sugaya, N., Tsuboi, S. & Takahashi, K. (2018). Prevalence and risk factors of Internet addiction among employed adults in Japan. *Journal of Epidemiology*, 28(4), 202–206. <https://doi.org/10.2188/jea.JE20160185>
- TUİK. (2021). *Çocuklarda Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması*, 2021. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Cocuklarda-Bilisim-Teknolojileri-Kullanim->

Arastirmasi-2021-41132

- Türkiye Yeşilay Cemiyeti. (2017). *Teknoloji yerinde yeterince*.  
[https://tbm.org.tr/media/kitaplar/TBM\\_yetiskin\\_teknoloji\\_icerik\\_web.pdf](https://tbm.org.tr/media/kitaplar/TBM_yetiskin_teknoloji_icerik_web.pdf)
- Uusitalo-Malmivaara, L. (2012). Global and school-related happiness in finnish school children. *Journal of Happiness Studies*, 13, 601–619. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9282-6>
- Vadher, S. B., Panchal, B. N., Vala, A. U., Ratnani, I. J., Vasava, K. J., Desai, R. S. & Shah, A. H. (2019). Predictors of problematic Internet use in school going adolescents of Bhavnagar, India. *International Journal of Social Psychiatry*, 65(2), 151–157. <https://doi.org/10.1177/0020764019827985>
- We Are Social. (2020). *Digital 2020*. <https://wearesocial.com/blog/2020/01/digital-2020-3-8-billion-people-use-social-media#:~:text=More>
- Xu, D.-D., Lok, K.-I., Liu, H.-Z., Cao, X.-L., An, F.-R., Hall, B. J., Ungvari, G. S., Lei, S.-M. & Xiang, Y.-T. (2020). Internet addiction among adolescents in Macau and mainland China: prevalence, demographics and quality of life. *Scientific Reports*, 10(1), 16222. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-73023-1>
- Yang, S. Y. & Kim, H. S. (2018). Effects of a prevention program for internet addiction among middle school students in South Korea. *Public Health Nursing*, 3(5), 246–255. <https://doi.org/10.1111/phn.12394>
- Yin, R. K. (2017). *Applications of case study research*. New York: Sage.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2016). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Young, K. S. (2011). CBT-IA: The first treatment model for internet addiction. *Journal of Cogniti& Psychotherapy*, 25(4), 304–312. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.25.4.304>
- Young, K. S., & De Abreu, C. (2011). *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation*. John Wiley & Sons, Inc.
- Yükseköğretim Kurulu. (2018). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık lisans programı*. [https://www.yok.gov.tr/Documents/Kurumsal/egitim\\_ogretim\\_dairesi/Yeni-Ogretmen-Yetistirme-Lisans-Programlari/Rehberlik\\_&Psikolojik\\_Danismanlik\\_Lisans\\_Programi.pdf](https://www.yok.gov.tr/Documents/Kurumsal/egitim_ogretim_dairesi/Yeni-Ogretmen-Yetistirme-Lisans-Programlari/Rehberlik_&Psikolojik_Danismanlik_Lisans_Programi.pdf)