



Kişiler Arası İlişki Duyarlılığı ve Yalnızlığın Problemleri İnternet Kullanımı Üzerindeki Rolü*

The Role of Interpersonal Sensitivity and Loneliness on Problematic Internet Use.

Dr. Öğr. Üyesi Elmas Merve MALAS¹, Prof. Dr. Selma ARIKAN²

Öz

İnternette kullanımı son zamanlarda giderek artmaktadır. İnternet kullanımının son zamanlarda giderek artmasına neden olan birçok faktör bulunmaktadır. Çalışmada kişiler arası ilişki duyarlılığı ve yalnızlık düzeyinin problemleri internet kullanımı üzerindeki yordayıcılığı ele alınmıştır. Kişiler arası ilişki duyarlılığı ve yalnızlık düzeyinin problemleri internet kullanımı üzerindeki yordayıcılığının incelendiği mevcut çalışmaya yaşları 18-38 arasında değişen toplam 200 gönüllü lise mezunu ve üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcılara demografik bilgi formu ve sosyal medyayı kullanma özelliklerini ölçen sorular ile Problemleri İnternet Kullanımı Ölçeği (PIKÖ), Kişilerarası Duyarlılık Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen verilere uygulanan istatistiksel analiz sonucunda, kişiler arası ilişki duyarlılığının problemleri internet kullanımını yordadığı tespit edilmiştir. Ayrıca yalnızlık ve problemleri internet kullanımı arasında da düşük olmakla birlikte pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak, mevcut çalışma kişiler arası ilişki duyarlılığı ve yalnızlık düzeyi gibi psikolojik değişkenlerin sorunlu internet kullanım davranışını kısmen de olsa açıklayabilecek nitelikte olduğunu göstermiştir. Problemleri internet kullanımının öncellerinin tespit edilmesi bu konuda doğru müdahaleleri yapabilmek açısından önemlidir. Elde edilen sonuçların, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı gibi diğer teknoloji ile bağlantılı davranış bağımlılıklarına yönelik araştırmalar açısından da yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kişiler arası ilişki duyarlılığı, yalnızlık, problemleri internet kullanımı, internet bağımlılığı

Makale Türü: Araştırma

Abstract

Internet usage has been increasing in recent years. There are many factors that have caused the use of the Internet to increase in recent years. We investigated the predictive roles of interpersonal relationship sensitivity and loneliness levels on problematic internet use. It was expected that participants' problematic internet use would increase as a function of the increases in their interpersonal sensitivity and loneliness levels. 200 participants that are comprised of high school seniors and university students aged between 18 and 38 years were enrolled in the study. The participants were given survey forms including a demographic information form which also questioned their social media usage habits besides the demographic questions, the problematic internet use scale (PIKÖ), interpersonal sensitivity scale and UCLA loneliness scale. Multiple regression analysis was conducted to test our research hypothesis. In the analyses conducted, it was found that interpersonal decency predicts problematic internet use. There is also a low but positive correlation between the loneliness factor and problematic internet use. In the multiple regression analysis conducted it was found that interpersonal sensitivity levels of the participants predicted their problematic internet usage scores. Interpersonal sensitivity was predicted to predict

*Bu çalışmanın ilk hâli, 16-17 Kasım 2018 tarihlerinde İstanbul'da düzenlenen IMASES II sempozyumunda sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

¹Konya Gıda ve Tarım Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Fakültesi, Psikoloji Bölümü, malasmerve@gmail.com.

²İstanbul Medeniyet Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, selmaarikan2016@gmail.com.

Atf için (to cite): Malas, EM. ve Arıkan, S. (2024). Kişiler Arası İlişki Duyarlılığı ve Yalnızlığın Problemleri İnternet Kullanımı Üzerindeki Rolü. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 26(3), 1293-1306.

problematic internet use. The interpersonal relationship sensitivity factor was also found to be related to the problematic internet use of the anxious dependency sub-dimension. There is a low relationship between loneliness factor and problematic internet use.

Keywords: Interpersonal relationship sensitivity, loneliness, use of social media, Internet addiction

Paper Type: Research

Giriş

Teknolojideki gelişmeler sayesinde günümüzde insanlar interneti 10-15 yıl öncesine göre daha sık kullanmakta ve internet kullanıcılarının oranı hızla artmaktadır. İnterneti araştırma, alışveriş ve sosyal paylaşım gibi hayatımızın birçok alanında kullanmaktayız. 2021 yılı verileri dikkate alındığında ülke genelinde 16-74 yaş arası internet kullanım oranı %82,6. Bu oran 2019 yılının aynı ayı %79,0 olduğu belirtilmektedir (TÜİK, 2021). Ayrıca internetin kullanım oranı her yıl giderek artmaktadır (Young, 1998). İnternet kullanımının en yaygın olduğu alanların başında sosyal medya gelmektedir. Günümüzde en yaygın iletişim araçları sosyal medya uygulamalarıdır. Bireyler birbirleri ile iletişim kurabilmek ve haber alabilmek için sosyal medyayı kullanmaktadırlar. Kişiler arası ilişkiler ve bireylerin yalnızlık düzeyleri sosyal medya kullanımını etkilemektedir (Milani ve ark., 2009; Adalier ve Balkan, 2012; Kraut ve ark., 1998; Morahan-Martin ve Schumacher, 2003). Özellikle sosyal medya kullanımının artması ile birlikte kişilerin sosyal hayatları ve ilişkilerinde ve iş yeri gibi diğer yaşam alanlarında problemler ortaya çıkmaya başlamıştır. Bu sebeple sosyal medya kullanımı psikolojinin farklı alanlarında çeşitli çalışmalara konu olmaktadır (Eroğlu, 2016; Şenormancı ve ark., 2010; Batıgün ve Hasta, 2010). Problemlı veya aşırı internet kullanımı tanı ve sınıflandırılması ile ilgili DSM 5'te tartışmalar devam ederken (Block, 2008) internet kullanımının kişileri fiziksel, psikolojik ve sosyal iyi oluş yönünden negatif etkilediğine dair çalışmalarda bulunmaktadır (Davis, 2001; Young, 1998). İnternet kullanımının sosyal medya kullanımı ile olan ilişkisi dikkate alındığında aynı etkilerin sosyal medya kullanımı sonucunda da görülmesi muhtemeldir.

1. Kişilerarası duyarlılık ve internet bağımlılığı

Kişilerarası duyarlılığı olan bireyler, diğerlerinin davranış ve düşüncelerine karşı yersiz, aşırı farkında ve duyarlı olabilirler. Kişilerarası ilişkilerde aşırı duyarlı olan kişiler, diğerleri tarafından eleştirilme korkusu ve diğerlerinin davranış ve ifadeleri hakkında artan kaygı yaşamaktadırlar. Kişilerarası ilişki duyarlılığı; kişisel yetersizlik duygusu, sık sık diğerlerinin davranışlarını yanlış yorumlama ve kişilerarası ilişkilerden kaçınma, diğerleri ile bir arada bulunulan ortamlarda huzursuzluk yaşanması ile ilişkilidir (Erözkan, 2005). Sosyal medya, kişilerin kendilerini olmak istedikleri kişiler gibi gösterme imkânı vermektedir. Sosyal medyanın kişilere geri bildirimleri çabuk ve somut (beğeni ve takip) bir şekilde olmaktadır. Sosyal medya kişilerarası duyarlılığı arttırmakta ya da kişilerarası ilişki duyarlılığı olan bireyler daha fazla somut geri bildirim almak için sosyal medyayı daha fazla kullanmaktadırlar. Capan (2015), çalışmasında kişilerarası ilişki duyarlılığı ile sosyal medya uygulamalarından olan "facebook" kullanımı arasında pozitif bir ilişki bulmuştur. Ayrıca internet kullanımı ile kişilerarası ilişki duyarlılığı arasında da ilişki bulunduğunu ortaya koyan başka çalışmalarda bulunmaktadır (Adalier ve Balkan, 2012). Sosyal medya kullanımı kişilerarası ilişkilere duyarlı olan bireylerin ilişkilerine karşı farkındalık ve duyarlılıklarını arttırabilir. Ancak kişilerarası ilişkilerde duyarlı olan kişiler interneti daha az kullandığını gösteren çalışmalarda mevcuttur (Kraut ve ark., 1998). Aşırı internet kullananların kişilerarası ilişkilerinin daha kötü olduğu bulunmuştur (Milani ve ark., 2009). Yapılan çalışmalarda aşırı sosyal medya kullanımının, davranışsal ve patolojik semptomlara neden olduğundan bahsedilmektedir. Bu semptomlar içerisinde kişilerarası duyarlılık ve diğer psikolojik rahatsızlıklar bulunmaktadır (Adalier ve Balkan, 2012; Huang, 2015). Sonuç olarak, obsesif kompulsif semptomlar, depresyon,

anksiyete, düşmanca duygular ve kişiler arası duyarlılık sosyal medya kullanımının psikopatolojik semptomları olarak tanımlanmaktadır (Huang, 2015). Bu semptomların internet bağımlılığı oluştuktan sonra kişilerde görülebileceğinden bahsedilmektedir (Dong ve ark., 2011).

2.Yalnızlık ve Sosyal medya

İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalarda, interneti kontrolsüz kullanma eğiliminin, kişilerde gözlenen yalnız aktivite yapmaktan hoşlanma ve düşük sosyal açıklık (low social openness) ya da depresif özellikler ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Young ve Roger, 1998; Chak ve Leung, 2004). Kendilerini yalnız ve aşırı kaygılı hisseden kişiler sosyal medyayı gerçek dünyadaki iletişim yerine kullanmaktadırlar (Brenner, 1982 Akt., Lo ve ark., 2005). Literatürde sosyal medya kullanımı ile yalnızlık düzeyi ve bireysel farklılıklar arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar bulunmaktadır (Savcı ve Aysan, 2016; Morahan ve Martin, 2003). Sosyal medya kullanımında yalnızlık düzeyinin etkili olduğu ve yalnızlık ile sosyal medya kullanımı arasında karşılıklı bir ilişkiden bahsedilmektedir (Kraut ve ark., 1998; Morahan-Martin ve Schumacher, 2003; Savcı ve Aysan, 2016; Sargın, 2013; Odacı ve Kalkan, 2010; Ceyhan ve Ceyhan, 2008; Ang ve ark., 2012; Batıgün Durak ve Hasta, 2010, Morsünbül, 2014, Caplan ve ark., 2009). Ancak yalnızlık ile sosyal medya kullanımı arasında ilişki olmadığını gösteren çalışmalar da dikkat çekmektedir (Doğan ve Karakuş, 2015). Yalnız olan kişiler genellikle sosyal beceriler yönünden zayıf kişiler olarak tanımlanmaktadır. Yalnız kişiler arkadaş edinmekte, ilişki sürdürmekte ve bir gruba dâhil olmakta zorlanan kişilerdir (Burger, 1997; Akt. Morahan-Martin ve Schumacher, 2003; Vitkus ve Horowitz, 1987). İnternet yalnız olan kişilere sosyal medya aracılığıyla diğer kişilerle bağlantıya geçmesi için uygun ortam hazırlamaktadır. Kişiler internette sosyal iletişimi, kimlerle ve ne zaman iletişim kurabileceklerini kontrol edebilmektedirler (Morahan-Martin ve Schumacher, 2003). Kişiler, internette yüz yüze iletişime girmedikleri ve gerçek dünya ile bağlantı kurmadıkları için diğer kişilerin yargıları hakkında daha az kaygı duymaktadırlar (Joison, 2007). İnternet ortamındaki sosyal kaygının azalması ile kişiler istedikleri gibi kendilerini sunabilmekte ve farklı roller benimseyebilmektedirler (Bargh ve ark., 2002). Caplan (2007), yaptığı çalışma sonucunda, kişilerin yüz yüze iletişimi daha kolay ve güvenli olarak algıladıkları için interneti tercih ettiklerini belirtmektedir. Çalışmalarda sosyal medya kullanımı yalnız hisseden kişilerin sosyal medya sayesinde iyi hissettiklerini ancak yalnızlığı da arttırdığı gibi iki zıt durum oluştuğunu göstermektedir. Sosyal medyanın aşırı kullanımı yalnızlığa sebep olmakla birlikte, yalnızlık da aşırı sosyal medya kullanımına sebep olmaktadır. Bu durumda sosyal medyanın kullanımı ile yalnızlık arasında karşılıklı bir ilişkinin olduğu görülmektedir (Savcı ve Aysan, 2016). Young ve Roger (1998), yalnızlık ve sosyal izolasyonun bireyleri gerçek ortamdan (gerçeklik) sanal ortamlara ittiğini ifade etmektedir. Ancak, Kim, LaRose ve Peng (2009), yaptıkları çalışmada sanal ortamların bireylerin gerçek ortamlardan uzaklaşmalarına ve yalnızlaşmalarına neden olduğunu söylemektedirler. Bu bağlamda, sosyal medyanın sunduğu yeni arkadaşlar edinme, iletişim kurma vb. gibi imkânlar, kişiyi bulunduğu gerçek çevreden izole olmasına sebep olmaktadır (Savcı ve Aysan, 2016).

Sosyal medya kullanımı ile yalnızlık ilişkisini inceleyen birçok çalışma olmasına rağmen kişiler arası ilişki duyarlılığının etkisini gösteren az sayıda çalışma bulunmaktadır (Savcı ve Aysan, 2016; Anlı, 2018). Diğer yandan yalnızlık ve kişilerarası duyarlılık faktörlerinin sosyal medya kullanımına etkisini beraber araştıran yeterli sayıda çalışma bulunmamaktadır. Bu çalışmanın temel amacı, internet bağımlılığı ile yalnızlık ve kişilerarası ilişki duyarlılığı arasındaki ilişkileri saptamaktır. Ayrıca, kişiler arası duyarlılığa sahip olan ve olmayan bireylerin sosyal medya kullanımı arasında fark var olup olmadığını ve kişiler arası duyarlılığın sosyal medya bağımlılığını ne ölçüde yordadığını incelemektir. Kişiler arası ilişki duyarlılık düzeyi yanında yalnızlık düzeyinin de sosyal medya kullanımı üzerindeki yordayıcılığı ele alınacaktır.

2. Yöntem

Kişiler arası ilişki duyarlılık düzeyi ile yalnızlık düzeyinin sosyal medya kullanımı üzerindeki etkisinin yordayıcılığını incelemek amacıyla mevcut çalışmaya lise son sınıfta olan ve üniversitede okuyan gönüllüler katılmıştır.

2.1. Katılımcılar

Araştırma lise mezunu ve farklı üniversitelerde okumakta olan yaşları 18-38 arasında değişen 200 (172'si (%84) kadın, 28'i (%14) erkek) öğrenci üzerinde uygulanmıştır. Katılımcılar eğitim durumlarını 21'i (%10,5) lise, 145'i (%72,5) üniversite, 19'u (%9,5) yüksek lisans ve 15'i (7,5) doktora olarak belirtmişlerdir. Katılımcıların ekonomik durumları 85'i (%42,5) asgari ücretten az, 84'ü (%42) asgari ücret ve 7000tl arasında, 16'sı (%8) 7000tl-10000tl arasında ve 14'ü (%7) 10000tl'den fazla ve 1(%0,5) kişi de belirtmemiştir.

2.2. Veri Toplama Araçları:

Veriler Katılımcılara demografik bilgileri yanında, sosyal medyayı günlük kullanım süreleri, sosyal medyayı kullanım amaçları, sosyal medyadaki takipçi sayıları ve kullandıkları sosyal medya uygulamaları da sorulmuştur.

Katılımcılara demografik bilgi formu ile “problemlı internet kullanımı ölçeği” (PİKÖ), “kişilerarası ilişki duyarlılık ölçeği” ve “UCLA yalnızlık ölçeği” uygulanmıştır. Ölçeklerin belirlenmesi ve kullanımında daha önceki çalışmalarda kullanılan yöntemlerden yararlanılmıştır (Ceyhan ve Gürcan, 2007; Demir, 1989; Erözkan, 2005; Doğan ve Sapmaz, 2012).

2.2.1. Problemlı internet kullanımı ölçeği (PİKÖ): Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan tarafından (2007) geliştirilen PİKÖ 1658 adet üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Ölçeğin amacı Türk üniversite öğrencilerinde sağlıklı ve sağlıksız koşullar da aşırı internet kullanımını ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçek 33 sorundan oluşan 5'li Likert ölçektir. Ölçeğin üç alt boyutu bulunmaktadır.) internetin negatif sonuçları (puan aralığı: 17-85) 2) sosyal fayda/sosyal rahatlık (puan aralığı: 10-50) ve 3) aşırı kullanım (puan aralığı: 6-30). Maddelere verilen yanıtlar 1 (tamamen uygun) ile 5 (hiç uygun değil) arasında değişmekte olup, alınabilecek en düşük puan 33, en yüksek puan ise 165'dir. Bu sonuç; PİKÖ'nün toplamından alınan puan arttıkça problemlı internet kullanımının artacağı şeklinde yorumlanmıştır.

Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa kat sayısı; .92 olarak bulunmuştur. Problemlı internet kullanım ölçeği alt boyutlarının cronbach alfa kat sayıları şu şekildedir; 1) internetin negatif sonuçları; .87, 2) sosyal fayda/sosyal rahatlık; .85 ve 3) aşırı kullanım; (ölçeğin 6. madde çıkarılınca) .75 olarak bulunmuştur.

2.2.2. Kişilerarası Duyarlılık ölçeği (KDÖ): Boyce ve Parker (1989) tarafından geliştirilen ve Erözkan (2005) tarafından Türkçe versiyonu kullanılan ölçeğin daha sonra Doğan ve Sapmaz (2012) tarafından da psikometrik özellikleri test edilmiş ve Türkçe için uygun bir ölçek olduğu teyit edilmiştir. Erözkan (2005) açımlayıcı faktör analizi sonucunda 5 alt boyut bulmuştur. Bu alt boyutlar: Farkındalık, Onaylanma ihtiyacı, Ayrılma anksiyetesi, Çekingenlik ve Kırılgan iç benlik olarak isimlendirilebilir. KDÖ, 5'li Likert tipinde bir ölçektir ve katılımcılar her bir ölçek ifadesini “Hiç uygun değil” (1), “Uygun Değil” (2), “Biraz Uygun” (3), “Uygun” (4), “Tamamen Uygun” (5) şeklinde uzanan ölçüm skalasına göre değerlendirmektedirler. Ölçekte dört madde (6., 13., 18., ve 20.) tersten kodlanmaktadır. Ölçekten yüksek puan alanlar kişilerarası duyarlılığı yüksek kişiler olarak değerlendirilmektedir. Kişilerarası duyarlılığı yüksek bireyler, kişiler arası ilişkilerde özgüveni düşük, atılgan olmayan, ilişkilerinde kaygılı ve bağımlı özellik gösteren, kolay incinebilir ve eleştirilme kaygısına sahip bireyler olarak değerlendirilmektedir. Çalışmada ölçeğin Cronbach alfa kat sayısı .88 olarak

bulunmuştur. Farkındalık, Cronbach alfa kat sayısı .61 onaylanma ihtiyacı, Cronbach alfa kat sayısı .58 ayrılma anksiyetesi, Cronbach alfa kat sayısı .64 çekingenlik, Cronbach alfa kat sayısı .68 ve kırılma iç benlik Cronbach alfa kat sayısı .56 olarak bulunmuştur.

2.2.3. Yalnızlık ölçeği: UCLA Yalnızlık Ölçeği bireylerin yalnızlık düzeylerini ölçmek için Russell, Peplau ve Ferguson tarafından 1978 yılında geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasını Demir (1989) yapmıştır. Tek alt boyuttan ve 20 maddeden oluşan ölçek bireylerin yalnızlık seviyelerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin 10 maddesi ters madde olarak kodlanmıştır. Ölçek genç yetişkinlere ve yetişkinlere uygulanmak amacıyla geliştirilmiştir. Çalışmamızda UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Cronbach alfa kat sayısı .86 olarak bulunmuştur.

2.3. İşlem

Araştırmanın verileri, belirtilmiş olan veri toplama araçları ile araştırmaya gönüllü olarak katılan öğrencilerden yüz yüze toplanmıştır. Ölçeklerin uygulanması yaklaşık olarak 15-20 dakika sürmüştür. Araştırma için Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 2022-12/09 numaralı etik kurul izni alınmıştır.

2.4. Verilerin Analizi:

Verilerin analizinde SPSS 25.00 programı kullanılmıştır. Asıl analizleri yapmadan önce verilerin normallik varsayımını değerlendirmek için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Skewness (Çarpıklık) Bir dağılımın simetrisini ölçen bir ölçüdür; çoğu durumda karşılaştırma normal bir dağılıma göre yapılır. Pozitif çarpıklık, nispeten az sayıda büyük değere sahip olup sağa doğru azalırken, negatif çarpıklık ise nispeten az sayıda küçük değere sahip olup sola doğru azalır. -1 ila +1 aralığının dışında kalan çarpıklık değerleri, belirgin şekilde çarpık bir dağılımı gösterir." (Hair, Black, Babin & Anderson (2013). Çalışmada Skewness ve Kurtosis değerleri (-933 ve 556) -1 ila +1 aralığında olmalarından dolayı normallik varsayımını karşıladığını söyleyebiliriz. Katılımcıların ölçeklere verdiği cevaplar sonucunda toplam puanlar belirlenmiştir. Daha sonra ölçekler ve alt boyutlarına ait değişkenlerin birbiri üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla elde edilen verilere Hiyerarşik Regresyon analizi uygulanmıştır. Ayrıca KDÖ ve UCLA ölçeği ile PİKÖ arasındaki korelatif ilişki incelenmiştir.

2. Bulgular

Katılımcıların sosyal medyayı günlük kullanım süreleri çoğunlukla 1-3 saat (%52,5) olarak bulunmuştur. Sosyal medyayı günlük kullanım sürelerinin diğer dağılımları Tablo 1 de gösterildi. Katılımcıların sosyal medyadaki takipçi sayıları ise Tablo 2 de gösterilmiştir. Takipçi sayıları en fazla olan grup 100-500 arası (%63) bulunmuştur. Katılımcılar en fazla kullandıkları sosyal medya uygulamalarını whatsapp (%95), instagram (%76,5) ve twitter (%41) olarak belirtmiştir. Ankette katılımcılardan sosyal medyayı kullanım amaçlarını birden fazla seçenek işaretleyerek bildirmelerini istedik. Katılımcıların birçoğu genellikle sosyal medyayı; bilgiye erişmek (%77), iletişim kurmak (%76,5), zaman geçirmek (%64), paylaşımında bulunmak (%58) ve eğlence (%52) amacı ile kullandıklarını belirttiler.

Tablo 1. Katılımcıların sosyal medyayı günlük kullanım süreleri.

Günlük Kullanım Süreleri	Kişi sayısı (n)	Yüzde (%)
1 saatten az	34	17
1-3 saat arası	105	52,5
4-6 saat arası	48	24
7 saat ve üstü	13	6,5
Toplam	200	100

Tablo 2. Katılımcıların sosyal medyadaki takipçi sayıları.

Takipçi Sayısı	Kişi sayısı (n)	Yüzde (%)
100'den az	35	17,5
100-500 arası	126	63
500-1000 arası	23	11,5
1000'den fazla	14	7
Belirtmeyen	2	1
Toplam	200	100

Katılımcılara ait PİKÖ, KDÖ ve UCLA ölçekleri ve alt boyutlarına ait tanımlayıcı istatistik sonuçları Tablo 3'de gösterildi. Katılımcıların PİKÖ ölçeği ortalaması 129,33 olarak oldukça yüksek bulunmuştur. KDÖ ölçeği ortalaması 103,46, UCLA ölçeği ortalaması ise 38,78 olarak bulundu. Bu çalışmada ise ekonomik duruma göre internet bağımlılığı anlamlı fark göstermemektedir. Katılımcıların internet kullanım süresine göre "İnternet bağımlılığı" anlamlı fark göstermektedir. Çalışmada, yapılan korelasyon sonucunda ise sosyal medya kullanımı ile kişiler arası ilişki duyarlılığı arasında doğrusal ilişki bulunmuştur.

Tablo 3. Katılımcılara ait PİKÖ, KDÖ ve UCLA ölçekleri ve alt boyutlarının tanımlayıcı istatistik sonuçları.

	Ölçek standardı	Min	Max	Mean	Sd
PİKÖ	33-165	59	161	129,33	20,007
Sosyal faydaları	10-50	10	39	19,06	7,05
Olumsuz sonuçları	17-85	17	77	32,52	12,48
Aşırı kullanımı	6-30	6	30	19,57	5,12
KDÖ		61	151	103,46	17,10
Farkındalık	7-28	7	28	21,12	4,08
Onaylanma ihtiyacı	8-32	13	32	24,45	4,23
Ayrılma anksiyetesi	7-28	10	28	21,31	3,63
Çekingenlik	8-32	10	32	21,38	4,88
Kırılgan iç benlik	6-24	7	24	15,19	3,92
UCLA	Toplam 20-80	23	65	38,78	9,39

PİKÖ: Problemlili internet kullanımı ölçeği, KDÖ: Kişiler arası ilişki duyarlılığı ölçeği, UCLA: Yalnızlık ölçeği.

PİKÖ, KDÖ ve KDÖ alt boyut (Farkındalık, Onaylanma ihtiyacı, Ayrılma anksiyetesi, Çekingenlik) düzeyleri ve UCLA arasındaki korelasyon ilişkilerini belirlemek amacıyla yapılan korelasyondan testi sonuçları Tablo 4'te gösterilmektedir. PİKÖ, KDÖ ve KDÖ alt boyutlarından ayrılma anksiyetesi hariç diğerleri ile aralarında pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Kişiler arası ilişki duyarlılığı alt boyutları (farkındalık, onaylanma ihtiyacı, ayrılma anksiyetesi, çekingenlik) düzeyleri ve UCLA arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan korelasyondan analizinde onaylanma alt boyutu haricinde diğer alt boyutlar ve yalnızlık arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur (Tablo 4).

Çalışmada, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile kişiler arası ilişki duyarlılığı arasında anlamlı ilişki olduğu görülmektedir (Tablo 4). Tablo 4 incelendiğinde internet bağımlılığı ile kişilerarası ilişki duyarlılığı ve kişilerarası ilişki duyarlılığı alt boyutlarından;

farkındalık, onaylanma, çekingenlik ve kırgın iç benlik arasında anlamlı ilişkili olduğu görülmektedir. İnternet bağımlılığı ile kişilerarası ilişki duyarlılığı alt boyutu olan “ayrılma anksiyetesi” arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Tablo 4. PİKÖ, KDÖ/alt boyutları (Farkındalık, Onaylanma ihtiyacı, Ayrılma anksiyetesi, Çekingenlik ve Kırgın iç benlik) ve UCLA arasındaki korelasyon katsayıları (r).

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1. PİKÖ	1							
2. UCLA	0,148*	1						
3. Farkındalık	-,194*	0,242**	1					
4. Onaylama ihtiyacı	-,160*	0,115	0,556*	1				
5. Ayrılma anksiyetesi	-,123	0,180*	0,622**	0,649**	1			
6. Çekingenlik	-,227*	0,241*	0,637**	0,592**	0,657**	1		
7. Kırgın iç benlik	-,351**	0,319**	0,609**	0,471**	0,524**	0,631**	1	
8. KDÖ	0,258*	0,265**	0,831**	0,796**	0,829**	0,870**	0,783**	1

PİKÖ: Problemleri internet kullanımı ölçeği, KDÖ: kişiler arası ilişki duyarlılığı ölçeği, UCLA: Yalnızlık ölçeği.
*p<0,05, **p<0,01

Tablo 5. Katılımcılara ait verilerde elde edilen PİKÖ, KDÖ ve UCLA ölçeklerine ait verilerin regresyon analiz sonuçları.

	Yordayıcı Değişken	PİKÖ					
		R ²	R ² değişim	β	t	F değişkeni	F
Aşama 1	Ucla Yalnızlık*	0,001	-,004	-,074	-1,134	,240	,240
Aşama 2	KDÖ*	0,051	,040	-,202	-3,150*	9,750	5,001
Aşama 3	Cinsiyet**	0,101	,087	-,247	-3,917**	10,611	10,611
Aşama 4	Günlük kullanım**	0,273	,258	,418	-6,628**	43,926	43,926

PİKÖ: Problemlili internet kullanımı ölçeği, KDÖ: Kişiler arası ilişki duyarlılığı ölçeği, UCLA: Yalnızlık ölçeği.
*p<0,01, **p<0,001

İnternet bağımlılığını yordayan değişkenleri belirleyebilmek için aşamalı hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Cinsiyet, yaş, sosyoekonomik düzey ve internet kullanım süresi değişkenleri ilk sırada denkleme girilmiştir. Daha sonra ise yalnızlık ve kişiler arası ilişki duyarlılığı değişkenleri denkleme alınmıştır. Analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo4'te regresyon denklemine giriş sırasına göre verilmiştir. Tablo 5'te de görüldüğü gibi, denkleme ilk sırada yalnızlık girmiştir ve toplam varyansın %0,1'ini açıklamaktadır. Hemen ardından, varyansa %0,5'lik katkısı ile kişiler arası ilişki duyarlılığı gelmektedir. Hemen ardından, varyansa %10,1'lik katkısı ile cinsiyet ve % 27,3 katkısı ile internet kullanım süreleri gelmektedir.

Tablo 6. İnternet bağımlılıığı ölçeği internetin olumsuz sonuçları puanlarının yordanması

	Yordayıcı Değişken	İnternetin olumsuz sonuçları					
		R ²	R ² değişim	β	t	F değişkeni	F
Aşama 1	Ucla Yalnızlık*	0,003	-,003	,012	,169	,377	,377
Aşama 2	KDÖ*	0,034	,023	-,161	-2,398*	6,090	3,239
Aşama 3	Cinsiyet**	0,058	,042	-,170	-2,564*	4,626	3,744
Aşama 4	Günlük kullanım**	0,212	,195	-,396	-5,990*	35,875	12,308

PİKÖ: Problemlili internet kullanımı ölçeği, KDÖ: Kişiler arası ilişki duyarlılığı ölçeği, UCLA: Yalnızlık ölçeği.
*p<0,01, **p<0,001

İnternetin olumsuz sonuçları için yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonucunda kişiler arası ilişki duyarlılığı, cinsiyet ve kullanım süreleri ile İnternetin olumsuz sonuçları puanlarını istatistiksel olarak manidar düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Yalnızlık, KDÖ, cinsiyet ile günlük kullanım ile beraber toplam varyansın %21,2'sini açıklamaktadır (Tablo 6).

Tablo 7. İnternet bağımlılığı ölçeği aşırı kullanımı puanlarının yordanması

	Yordayıcı Değişken	Aşırı kullanımı					
		R^2	R^2 değişim	β	t	F değişkeni	F
Aşama 1	Ucla Yalnızlık*	0,000	-,005	,013	,176	,070	,070
Aşama 2	KDÖ*	0,012	,001	-,099	-1,340	2,110	1,090
Aşama 3	Cinsiyet**	0,013	-,054	-,054	-,744	,368	,470
Aşama 4	Günlük kullanım**	0,045	,025	-,180	-2,480	6,148	,072

PİKÖ: Problemlerli internet kullanımı ölçeği, KDÖ: Kişiler arası ilişki duyarlılığı ölçeği, UCLA: Yalnızlık ölçeği.
*p<0,01, **p<0,001

İnternetin aşırı kullanımı için yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonucunda kişiler arası ilişki duyarlılığı, cinsiyet ve kullanım süreleri ile İnternetin olumsuz sonuçları puanlarını istatistiksel olarak manidar düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Yalnızlık, KDÖ, cinsiyet ile günlük kullanımla beraber toplam varyansın %4,5'ini açıklamaktadır (Tablo 7).

Tablo 8. İnternet bağımlılığı ölçeği sosyal fayda/rahatlık puanlarının yordanması

	Yordayıcı Değişken	Sosyal fayda/sosyal rahatlık					
		R^2	R^2 değişim	β	t	F değişkeni	F
Aşama 1	Ucla Yalnızlık*	0,013	,008	-,133	-2,001	2,499	2,499
Aşama 2	KDÖ*	0,090	,080	-,269	-4,092	15,530	9,113
Aşama 3	Cinsiyet**	0,174	,160	-,309	-4,757	18,502	12,820
Aşama 4	Günlük kullanım**	0,252	,235	-,282	-4,360	19,011	15,314

PİKÖ: Problemlerli internet kullanımı ölçeği, KDÖ: Kişiler arası ilişki duyarlılığı ölçeği, UCLA: Yalnızlık ölçeği.
*p<0,01, **p<0,001

İnternetin sosyal fayda/rahatlık için yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonucunda kişiler arası ilişki duyarlılığı, cinsiyet ve kullanım süreleri ile İnternetin sosyal fayda/rahatlık puanlarını istatistiksel olarak manidar düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Yalnızlık, KDÖ, cinsiyet ile günlük kullanımla beraber toplam varyansın %25,2'sini açıklamaktadır (Tablo 8).

Tartışma

Bu araştırmanın amacı yalnızlık ve kişiler arası ilişki duyarlılığının internet bağımlılığı üzerindeki yordayıcılığının incelenmesidir. İnternet bağımlılığı ile yalnızlık (Ümmet ve Ekşi, 2016) kişilerarası ilişki duyarlılığı (Anlı, 2018) ayrı ayrı çalışmalarda ilişkilerinin incelendiği görülmektedir. Ayrıca düşük sosyal özgüvenin kişiler arası ilişkilerde duyarlılığa neden olması ile İskender (2018), lise öğrencilerinde, internet bağımlılık düzeyleri ile sosyal yalnızlık, ailevi duygusal yalnızlık ve sosyal özgüven eksikliği düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmada sosyal özgüvenin internet bağımlılığını en iyi yordayan faktör olduğundan bahsetmektedir. Birçok araştırmada depresyonla kişilerarası duyarlılığın pozitif yönde anlamlı bir ilişkide olduğu ve kişilerarası duyarlılık kavramının depresyonun önemli bir yordayıcısı olduğundan bahsetmektedir (Harb, Heimberg, Fresco, Schneier ve Liebowitz, 2002; Rizzo, Daley ve Gunderson, 2006). Yalnızlık, depresyon ve kaygıya yatkınlık oluşturmada, bilişsel işlevlerde zayıflamaya yol açmakta ve ölüm riskini arttırmaktadır (Lee ve Ko, 2018). Kişiler depresyon, anksiyete gibi duygulardan ya da diğer stres oluşturan durumlardan uzaklaşmak için sosyal medya kullanmaya yönelmektedirler (Young, 2004).

Daha önce “internet bağımlılığı” ile ekonomik durum arasındaki ilişkiler ile ilgili yapılan çalışmalarda; üst düzey sosyoekonomik seviyede olan kişilerde orta ve alt sosyoekonomik seviyede olanlara göre daha yüksek internet bağımlılığı puanı bulunmuştur (Batıgün ve Kılıç, 2011; Gümüş ve ark., 2015). Gümüş ve arkadaşları (Gümüş ve ark., 2015), Batıgün ve Kılıç (2011) ve Yang ve Tung (2004) internet kullanım süresi ile “internet bağımlılığı” arasındaki anlamlı ilişki bulunduğunu göstermiştir. Buna karşın Ögel (2020) ise internet kullanım süresi ile “internet bağımlılığı” arasındaki anlamlı ilişki bulunmadığını belirtmektedir. Çalışmada da “internet bağımlılığı” ile internet kullanım süresi ile arasındaki anlamlı ilişki bulunmuştur. Daha önce yapılan çalışmalarda da olduğu gibi (Gümüş ve ark., 2015; Şahin, 2014; Batıgün ve Kılıç, 2011) çalışmada da katılımcılar sosyal medyayı bilgiye erişmek, iletişim kurmak, zaman geçirmek, paylaşımında bulunmak ve eğlence amacı ile kullandıklarını belirttiler.

Kişiler arası ilişki duyarlılığı; insanlarla kurulan bağlarda hassas olan bireylerde kolayca incinme ve kırılma, başkaları tarafından önemsenip değer verilmediğine ve buna ek olarak kötü davranıldığına inanma, kendini diğerlerinden daha aşağı görme, diğerlerinin yanında iken yanlış bir şeyler yapma korkusudur (Erözkan, 2005). Yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı olan kişilerde kişilerarası ilişki duyarlılık düzeyleri daha yüksek bulunmuştur (Xiuqin ve ark., 2010; İskender, 2018). Sosyal medya da internetin en yaygın kullanım şekli olduğundan dolayı, aşırı sosyal medya kullananlar kişilerarası ilişkilerde daha duyarlıdırlar. Literatürde de kişiler arası ilişki duyarlılığı ve sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkiyi inceleyen oldukça az çalışma bulunmaktadır. Çalışmalarda öğrencilerin internet bağımlılığı ile kişiler arası ilişki duyarlılık arasında anlamlı ilişki olduğu belirtilmektedir (Anlı, 2018; Adalier ve Balkan, 2012). Ayrıca yapılan diğer bir çalışmada kişiler arası ilişki duyarlılığı ile sosyal medya uygulamaları (facebook) arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur (Capan, 2015). Çalışmada ise sosyal medya kullanımı ile kişiler arası ilişki duyarlılığı arasında doğrusal yönde diğer çalışmalara benzer ilişki bulunmuştur.

Anlı (2018) çalışmasında internet bağımlılığı ve kişilerarası ilişki duyarlılığı alt boyutlarından; “kişiler arası kaygı ve bağımlılık”, “sosyal özgüven eksikliği” ile pozitif yönde anlamlı ilişki bulurken “atılman olmayan davranışlar” alt boyutu ile ilişki bulunmadığını belirtmektedir. Çalışmada ise öğrencilerinin sosyal medya kullanımı ile kişilerarası ilişki duyarlılığı arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edildi. Ayrıca kişiler arası ilişki duyarlılık alt boyutları (Farkındalık, Onaylanma ihtiyacı, Ayrılma anksiyetesi, Çekingence ve Kırılman iç benlik) arasında da negatif yönde anlamlı ilişki tespit edildi.

“Kişiler arası ilişki duyarlılığı” ve “yalnızlık” birbirine yakın kavramlardır. Kişiler arası ilişki duyarlılığı yüksek olan kişiler ilişkilerinde hassas bireyler olduklarından dolayı yalnız

olma ihtimalleri daha yüksektir. Sosyal medya kullanımı kişilere başka bir profil oluşturma ve gizlilik gibi birçok imkan sunmaktadır. Yalnızlık ve kişiler arası ilişki duyarlılık düzeyi yüksek olan kişilerde sosyal medyanın sunmuş olduğu bu özelliklerden dolayı sosyal medyayı daha fazla kullanma eğiliminde olabilirler.

Çalışmada yalnızlık ve kişiler arası ilişki duyarlılık faktörlerinin sosyal medya kullanımı üzerinde olan etkisi birlikte değerlendirildiğinde; sosyal medya kullanımı üzerinde ikisinin beraber anlamlı bir ilişki göstermediği belirlendi. Ancak yalnızlık faktörü tek başına incelendiğinde sosyal medya kullanımı ile arasında düşük düzeyde de olsa bir ilişki bulunmuştur. Skues ve arkadaşlarının (Skues ve ark., 2016), problemleri internet kullanımına etkisi olan faktörleri inceledikleri çalışmada; yalnızlık faktörünün diğer faktörlerle birlikte incelendiğinde; yalnızlığın internet kullanımına etkisinin modelde anlamlı çıkmadığını, ancak tek başına yalnızlık ile problemleri internet kullanımı arasındaki ilişki değerlendirildiğinde aralarında anlamlı ilişki olduğunu bulmuşlardır.

İnternet kullanımı ile yalnızlık arasında pozitif ilişki bulan çalışmalarda bulunmaktadır (Odacı ve Kalkan, 2010; Ceyhan ve Ceyhan, 2008; Ang ve ark., 2012; Batıgün Durak ve Hasta, 2010, Morsünbül, 2014). Kraut ve arkadaşları (1998) internette geçirilen zaman ile yalnızlık ve depresyon arasında düşük, ancak anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Hamburger ve Artzi (2003) yapmış oldukları çalışmada kişilik özelliğinden dolayı kişilerin yalnız olduklarını ve bu sebeple yalnızlık faktörünün internet kullanımını etkilediğinden bahsetmektedir. Hamburger ve Artzi (2003) yapmış oldukları çalışmada Kraut ve arkadaşlarının (1998) internet kullanımının yalnızlığa sebep olduğunu görüşünü reddetmektedirler. Yalnızlığın internet kullanımı arttırdığından bahsetmektedirler. Kim ve arkadaşları (2009), benzer şekilde yalnız kişilerin olumsuz yaşam olayları sonucunda kompulsif biçimde internet kullanımı geliştirdiklerinden bahsetmektedirler.

Sonuç ve Öneriler

Teknoloji ve internet kullanımı hızla artmaktadır. İnternet üzerinden farklı kaynaklar aracılığı ile iletişim kurmanın daha kolay olması nedeniyle internet kullanımı kişiler arası ilişkileri de etkilemektedir. Bu sebeple sosyal medya bağımlılığı ile ilgili çalışmaların sayısı sıkça güncellenmelidir. Teknoloji bağımlılıklarının daha iyi anlaşılabilmesi için bağımlılığı etkileyen faktörler arasında daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır. Sonuç olarak; sosyal medyanın kullanımındaki olumsuzluklara birçok faktör neden olmaktadır. Çalışmada sosyal medya üzerinde etkisi olduğu düşünülen faktörlerden kişiler arası ilişki duyarlılığı ve yalnızlık faktörlerinin sosyal medya kullanımına etkisinin olduğu çalışmada bulundu. Literatürde internet bağımlılığı ve yalnızlık ile birçok farklı sonuç bulunan çalışma bulunmaktadır. Bu sebeple bu konu ile ilgili daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır. İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan birçok nicel çalışma bulunmaktadır. İnternet bağımlılığına neden olan faktörler arasında yalnızlık gösterilmesine rağmen bu çalışmada böyle bir etki bulunamamıştır. Bu nedenle internet bağımlılığı ve yalnızlık konusunun daha iyi anlaşılması için nitel çalışmalara da ihtiyaç vardır. Çalışmadaki bulguların sosyal medya kullanımı ile ilgili yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağı umulur. İnternet kullanımının bağımlılığa dönüşmesine neden olan diğer faktörlerin araştırılması önemlidir.

Çalışmanın sınırlılıkları içerisinde olgu sayısının az olması ve cinsiyet dağılımının dengeli olamaması söylenebilir. Ayrıca çalışmanın yalnızca üniversite öğrencileri arasında yapılması yanında farklı yaş ve toplumun farklı kesitleri üzerinde yapılabilir olması çalışmanın daha zengin bir sonuç vermesi düşünülebilir.

Kaynakça

- Adalier, A. ve Balkan, E. (2012). The relationship between internet addiction and psychological symptoms. *IJGE: International Journal of Global Education*, 1(2),42-49.
- Ang, R.P. Chong, W.H. Chye, S. Huan, V.S. (2012). Loneliness and generalized problematic Internet use: Parents' perceived knowledge of adolescents' online activities as a moderator. *Computers in Human Behavior*, 28, 1342–1347.
- Anlı, G. (2018). Kişilerarası Duyarlılık ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *MANAS Sosyal Çalışmalar Dergisi*, 7(1), 103-118.
- Bargh, J.A. McKenna, K.Y.A. Fitzsimons, G.M. (2002). McKenna, K. (1998). Can you see the real me? Relationship formation on the Internet. *Journal of Social Issues*, 58(1), 33-48.
- Batıgün D.A. Hasta, D. (2010). İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından Bir Değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11, 213-219.
- Batıgün, D.A. Kılıç, N. (2011). İnternet Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 1-10.
- Block J.J. (2008). Issues for DSM-V: İnternet addiction. *Am J Psychiatry*, 165, 306–7.
- Capan, B.E. (2015). Interpersonal Sensitivity and Problematic Facebook Use in Turkish University Students. *Anthropologist*, 21(3), 395-403.
- Caplan S., Williams D. ve Yee N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, 25, 1312–1319.
- Caplan, S.E. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 234–42.
- Ceyhan, A.A. Ceyhan, E. (2008). Loneliness, Depression, and Computer Self-Efficacy as Predictors of Problematic Internet Use. *CyberPsychologyve Behavior*, 11(6), 699-701.
- Ceyhan, E. Ceyhan, A.A. Gürcan, A. (2007). Validity and Reliability of the Problematic İnternet Usage Scale. *Educational Sciences*, 7(1), 411-416.
- Chak K, Leung L. (2004). Shyness and locus of control as predictors of Internet addiction and Internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 7, 559–70.
- Davis, R.A. (2001). A cognitive–behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187–195.
- Demir A. (1989). Ucla yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23),14-18.
- Doğan, T. Sapmaz, S. (2012). Kişilerarası Duyarlılık Ölçeğinin Türk Üniversite Öğrencilerinde Psikometrik Analizi. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 5(2), 143-155.
- Doğan, U. Karakuş, Y. (2015). Lise Öğrencilerinin Sosyal Ağ Siteleri Kullanımının Yordayıcısı Olarak Çok Boyutlu Yalnızlık. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 57-71.
- Dong, G. Lu, Q. Zhou, H., Zhao, X. (2011). Precursor or Sequela: Pathological Disorders in People with Internet Addiction Disorder. *PLoS ONE*, 6(2),1-5.
- Eroğlu Y. (2016). Üniversite öğrencilerinde problemlili internet kullanımı: ilişkisel-karşılıklı bağımlı benlik kurgusu ve dürtüselliğin yordama güçleri. *Turkish studies*, 11(3), 1091-1114.
- Erozkan, A. (2005). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası duyarlılık ve depresyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Muğla Üniversitesi SBE Dergisi*, 14, 129-155.

- Gümüş, A.B. Şıpkın, S. Tuna, A. ve Keskin, G.(2015). Üniversite öğrencilerinde problemli internet kullanımı, şiddet eğilimi ve bazı demografik değişkenler arasındaki ilişki. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 14(6), 460-7.
- Hamburger, Y.A. Artzi, E.B. (2003). Loneliness and Internet use. *Computers in Human Behavior*, 19, 71–80.
- Harb, G. C. Heimberg, R. G. Fresco, D. M. Schneier, F. R. ve Liebowitz, M.R. (2002). The psychometric properties of the Interpersonal Sensitivity Measure in social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 40(8), 961–980. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(01\)00125-5](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(01)00125-5).
- Huang, A.C.W. (2015). Autonomic Nervous System and Brain Circuitry for Internet Addiction (Chapter 7). Montag C., Reuter M. *Internet Addiction Neuroscientific Approaches and Therapeutical Intervention* içinde (ss. 111-130). New York: Springer Cham Heidelberg.
- İskender, M. (2018). Investigation of the Effects of Social Self-Confidence, Social Loneliness and Family Emotional Loneliness Variables on Internet Addiction. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 6(3), 1-10.
- Joison, A.N. (2007). Psychology and the Internet. Chapter 4-Disinhibition and the Internet. *Academic Press*, 75-92. <https://doi.org/10.1016/B978-012369425-6/50023-0>
- Kim, J. LaRose, R. ve Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic internet use: The relationship between internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology and Behavior*, 12(4), 451-455.
- Kraut, R. Patterson, M. Lundmark, V. Kiesler, S. Mukopadhyay, T. Scherlis, W. (1998). Internet Paradox A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being? *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031.
- Lee, Y. ve Ko, Y.G. (2018). Feeling lonely when not socially isolated: social isolation moderates the association between loneliness and daily social interaction. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(10), 1340-1355.
- Lo, SK. Wang, CC. Fang, W. (2005). Physical Interpersonal Relationships and Social Anxiety among Online Game Players. *Cyberpsychology & Behavior*, 8(1), 15-20.
- Milani, L. Osualdella, D. Blasio, PDi. (2009). Quality of Interpersonal Relationships and Problematic Internet Use in Adolescence. *CyberPsychology & Behavior*, 12(6), 681-684.
- Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, 19, 659–671.
- Morsünbül, Ü. (2014). İnternet bağımlılığının bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumu ile ilişkisi. *International Journal of Human Sciences*, 11(1), 357-372.
- Odacı, H. Kalkan, M. (2010). Problematic Internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. *Computers & Education*, 55, 1091–1097.
- Ögel, K. (2020). *İnternet Bağımlılığı*. (4.baskı) İstanbul: Türkiye iş bankası kültür yayınları.
- Rizzo, C.J. Daley, S.E. ve Gunderson, B.H. Interpersonal Sensitivity, Romantic Stress, and the Prediction of Depression: A Study of Inner-City, Minority Adolescent Girls. *J Youth Adolescence*, 35, 444–453 (2006). <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9047-4>.
- Sargın, N. (2013). Üniversite Öğrencilerinin İnternete Yönelik Tutumları ve Problemli İnternet Kullanımları. *Turkish Journal of Education*, 2(2), 44-53.
- Savcı, M. ve Aysan, F. (2016). Relationship between Impulsivity, Social Media Usage and Loneliness. Educational Process. *International Journal*, 5(2), 106-115.

- Skues, J. Williams, B. Oldmeadow, J. Wise, L. (2016). The Effects of Boredom, Loneliness, and Distress Tolerance on Problem Internet Use Among University Students. *Int J Ment Health Addiction*, 14, 167–180.
- Şahin, N. (2014). *Ergenlik problemleri ve baş etme yöntemleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi). Haliç üniversitesi sosyal bilimler enstitüsü psikoloji anabilim dalı uygulamalı psikoloji programı, İstanbul.
- Şenormancı, Ö. Konkan, R. Sungur, M.Z. (2010). İnternet bağımlılığı ve bilişsel davranışçı terapisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11, 261-268.
- TÜİK. (2020). *Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması*. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Survey-on-Information-and-Communication-Technology-\(ICT\)-Usage-in-Households-and-by-Individuals-2020-33679](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Survey-on-Information-and-Communication-Technology-(ICT)-Usage-in-Households-and-by-Individuals-2020-33679). (Erişim tarihi: 26.08.2022)
- Ümmet, D. Ekşi, F. (2016). Türkiye'deki Genç Yetişkinlerde İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Sanal Ortam Yalnızlık Bağlamında Bir İnceleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(1), 29 - 53.
- Xiuqin, H. Huimin, Z. Mengchen, L. Jian, W. Ying, Z. Ran, T. (2010). Mental health, personality, and parental rearing styles of adolescents with Internet addiction disorder. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13, 401–406.
- Yang, S. C. ve Tung, C. (2004). Comparison of internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23, 79-96.
- Young, K.S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1, 237–244.
- Young, K.S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402-415.
- Young, K.S. ve Roger, R.C. (1998). The relationship between depression and Internet addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 1, 25-28.

ETİK ve BİLİMSEL İLKELER SORUMLULUK BEYANI

Bu çalışmanın tüm hazırlanma süreçlerinde etik kurallara ve bilimsel atıf gösterme ilkelerine riayet edildiğini yazar(lar) beyan eder. Aksi bir durumun tespiti halinde Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi'nin hiçbir sorumluluğu olmayıp, tüm sorumluluk makale yazarlarına aittir. Yazarlar etik kurul izni gerektiren çalışmalarda, izinle ilgili bilgileri (kurul adı, tarih ve sayı no) yöntem bölümünde ve ayrıca burada belirtmişlerdir.

Kurul adı: Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu

Tarih: 10/02/2022

No: 2022-12/09

ARAŞTIRMACILARIN MAKALEYE KATKI ORANI BEYANI

1. yazar katkı oranı : % 85

2. yazar katkı oranı : % 15