



**Abant Sosyal Bilimler Dergisi**  
Journal of Abant Social Sciences

2023, 23(2): 1181-1199, doi: 10.11616/asbi.1269668



**Sosyal Kaygı Düzeyi ile Dijital Bağımlılık Arasındaki İlişkide Kullanım Süresinin Aracılık Rolü:  
Üniversite Gençliği Üzerine Bir İnceleme**

The Mediating Role of Duration of Use in the Relationship between Level of Social Anxiety and Digital Addiction: A Study on University Youth

Şükrü BALCI<sup>1</sup>, Hamide SARITAŞ<sup>2</sup>

Geliş Tarihi (Received): 23.03.2023

Kabul Tarihi (Accepted): 19.04.2023

Yayın Tarihi (Published): 31.07.2023

**Öz:** Bu çalışmada, sosyal kaygı düzeyi ile dijital bağımlılık ilişkisinde dijital cihaz kullanım süresinin aracılık rolünün ortaya konulması amaçlanmıştır. Nicel araştırma yönteminin kullanıldığı bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular sonucunda, sosyal kaygının dijital bağımlılık üzerinde pozitif anlamlı etkisinin bulunduğu analiz edilmiştir. Bunun yanında dijital bağımlılık ile dijital cihaz kullanım süresi arasında da anlamlı ilişkinin varlığı söz konusudur. Sonuçlar, üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılıkları üzerinde sosyal kaygı düzeyleri ve dijital cihaz kullanım sürelerinin etkisinin olduğuna işaret etmektedir. Katılımcıların sosyal kaygı düzeyleri arttıkça dijital bağımlılıkları da artmaktadır. Buna dijital cihaz kullanım süresi de kısmi oranda aracılık etmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Dijital bağımlılık, sosyal kaygı, dijital cihaz kullanım süresi, üniversite öğrencileri

&

**Abstract:** In this study, it was aimed to reveal the mediating role of digital device usage time in the relationship between social anxiety level and digital addiction. Relational survey model was used in this study in which field research method was used. As a result of the findings obtained in the research, it was analyzed that social anxiety has a positive and significant effect on digital addiction. In addition, there is a significant relationship between digital addiction and duration of digital device use. The results indicate that social anxiety levels and duration of digital device use have an effect on university students' digital addictions. As the social anxiety levels of the participants increase, their digital addictions also increase. This is partially mediated by the digital device usage time.

**Keywords:** Digital addiction, social anxiety, duration of digital device use, university students

**Atıf/Cite as:** Balcı, Ş., Saritaş, H. (2023). Sosyal Kaygı Düzeyi ile Dijital Bağımlılık Arasındaki İlişkide Kullanım Süresinin Aracılık Rolü: Üniversite Gençliği Üzerine Bir İnceleme. *Abant Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(2), 1181-1199. doi: 10.11616/asbi.1269668

**İntihal-Plagiarizm/Etik-Ethic:** Bu makale, en az iki hakem tarafından incelenmiş ve intihal içermediği, araştırma ve yayın etiğine uyulduğu teyit edilmiştir. / This article has been reviewed by at least two referees and it has been confirmed that it is plagiarism-free and complies with research and publication ethics. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/asbi/policy>

**Copyright** © Published by Bolu Abant İzzet Baysal University, Since 2000 – Bolu

<sup>1</sup> Prof. Dr., Şükrü Balcı, Konya Selçuk Üniversitesi, [sukrubalc@selcuk.edu.tr](mailto:sukrubalc@selcuk.edu.tr). (Sorumlu Yazar)

<sup>2</sup> Hamide Saritaş, Konya Selçuk Üniversitesi, [hsaritas32@gmail.com](mailto:hsaritas32@gmail.com).

## 1. Giriş

Sosyal değişimler, bilim ve teknolojinin hızlı gelişimi ile karakterize edilen modern dijitalleşme ya da ağ toplumuna geçiş, bir taraftan insanoglunun hayatını kolaylaştırırken, diğer taraftan ruh sağlığı sorunları gibi göz ardı edilemeyecek bir takım ciddi sorunların oluşmasına neden olmaktadır (Ren vd., 2017: 1659). Öyle ki; İnternet ve bilgisayar teknolojisinin yüksek hızlı gelişimi, insanların yaşamlarına, öğrenimlerine ve çalışmalarına benzeri görülmemiş kolaylıklar getirirken; bu araçların birçok kişi tarafından gereğinden fazla ve kontrolsüz kullanımı nedeniyle, bazı olumsuz etkiler giderek daha belirgin hale gelmeye başlamıştır (Griffiths, 2012; Griffiths vd., 2016; Andreassen, 2015: 175-176; Balcı ve Baloğlu, 2018: 212; Kırcaburun, 2019). Özellikle toplumun ergen ve genç kesiminde teknolojik araçların aşırı kullanımı bu araçlara bağımlı olma durumunu ortaya çıkarmaktadır. Bu durum, diğer olumsuz sonuçların yanı sıra onların çalışmalarını ve gelişimlerini olumsuz etkileyebilmekte (Ren vd., 2017: 1659), sosyal kaygı gibi psikolojik ve davranışsal sorunların oluşmasına yol açmaktadır (Kratzer, 2008; Weinstein vd., 2015; Ko vd., 2014).

Bireylerin, vücudunun, psikolojisinin ve sosyal yaşantısının olumsuz etkilenmesine neden olan bir maddenin alımına ya da bir davranışın irade dışı yapılmasına devam edilmesi *bağımlılık* olarak değerlendirilmektedir. Bağımlılığın fiziksel, psikolojik, sosyolojik ve davranışsal bağımlılık olarak farklı türleri bulunmaktadır. Dijital bağımlılık davranışsal bağımlılık türü içinde ele alınmaktadır (BMYK, 2023; Yeşilay, 2023). İnternetin ve teknolojik araçların planlananan süreden çok ve kontrol edilemeyen düzeyde kullanılması olarak adlandırılan dijital bağımlılık; bilgisayarın, televizyonun, internetin, sosyal medyanın ve akıllı telefonların ihtiyaç dışında ve planlanan süreden daha uzun kullanılmasıdır (Arslan ve Bardakçı, 2021: 901). Dijital bağımlılık davranışı, dijital cihazda geçirilen süre ve kullanıcıya verdiği zarar üzerinden değerlendirilmektedir. Dijital bağımlı olan kişiler sahip olduğu teknolojik cihazları kullanmadığında ya da kullanma ediminden yoksun bırakıldığında kendisine, ailesi ve sosyal çevresine yönelik olumsuz davranışlarda bulunabilmektedir. Dijital bağımlılığın bireylerde depresyon ve anksiyete, yalnızlık, uyku bozukluğu ya da düşük uyku kalitesi, baş ve boyun ağrısı, kişisel bakım sorunları, günlük aktiviteleri yerine getiremememe, sosyal ortamlardan uzaklaşma ve sosyal kaygı bozukluğu gibi sorunlara neden olduğu görülmektedir (Cemiloğlu vd., 2022). Özellikle toplumsal bir varlık olan bireyin dijital bağımlılık sonucunda kendini toplumdan soyutlaması ve kendine oluşturmuş olduğu sanal dünyada var olma çabası, onu gerçek toplumsal yaşamdan soyutlamakta ve sosyal ortamlarda kendini rahatsız, endişeli ve kaygılı hissetmesine neden olmaktadır. Böylece huzursuzluk ve kaygı hisseden birey kendine oluşturmuş olduğu dijital dünyaya daha çok bağımlı hale gelmektedir.

Toplumsal alanlarda bulunma, iletişim kurma ve iletişimi sürdürmede zorluk yaşama durumu olarak sosyal kaygı, bireylerin bilmedikleri sosyal ortama girdiklerinde ya da yeni kişilerle tanıştıklarında utangaç, sessiz, içine kapanık, huzursuz ve tedirgin hissetmeleri olarak tanımlanmaktadır. Sosyal fobi olarak değerlendirilen sosyal kaygı bozukluğu, başkaları tarafından değerlendirilme korkusu nedeniyle kişinin sosyal ortamlardan ve durumlardan sürekli kaçınması ve korku duyması durumudur (Schneier ve Goldmark, 2015). Sosyal kaygılı bireyler, topluluk içinde konuşmama, fikirlerini onlarla paylaşmama, akranlarıyla arkadaşlık kurmama, düşük özgüvene ve yüksek özeleştiriyeye sahip olma gibi özellikler taşımaktadırlar (Stein ve Stein, 2008: 1115). Bu duygulara sahip olan birey herkesin onu izlediğini, her an hata yapacağını ve küçük duruma düşeceği düşüncesiyle kendi içine kapanmaktadır. Sosyal kaygı daha çok ergenlik ve gençlik döneminde ortaya çıkmaktadır. Bu dönemlerde sosyal ortamlarda yaşanan olumsuz davranışlar bireyi daha çok etkilemekte ve onda kalıcı etkiye sahip olabilmektedir Böylece birey kendini daha çok sosyal ortamlardan soyutlamakta, diğer insanlardan uzaklaştırmakta ve dijital araçlara yönelmesine neden olmaktadır (Erözkan, 2004; Hamarta, 2009). Sosyal kaygı bozukluğu olan bireylerin dijital araçları kullanma süresi artmakta ve bu araçlar içinde kurmuş olduğu dünyada kendini daha özgür ve güvenli hissetmektedirler. Bu durum bireylerin gerçek yaşamda varlıklarını ve hissettiklerini ifade etme açısından sorun oluşturmaktadır.

Bu sorunsaldan yola çıkılarak dizayn edilen bu çalışmada, sosyal kaygı ile dijital bağımlılık arasındaki ilişki ve etki araştırılmıştır. Sosyal kaygının bağımsız değişkeni, dijital bağımlılığının bağımlı değişkeni oluşturduğu çalışmada; dijital bağımlılık sorunsalında önemli bir etken olan cihaz kullanım süresinin

aracılık rolü de sorgulanmıştır. Konya'da bulunan devlet üniversiteleri olan; Selçuk Üniversitesi, Necmettin Erbakan Üniversitesi ve Konya Teknik Üniversitesinde eğitim gören üniversite öğrencileri evreninde gerçekleştirilen bu çalışmada yüz yüze görüşme yoluyla 425 gönüllü katılımcı üzerinden veriler toplanmıştır. Dijitalleşmenin hüküm sürdüğü bu çağda psikolojik davranışların dijital cihazlara olan bağımlılığı nasıl etkilediğini ortaya koyması ve ilgili literature güncel bilgiler kazandırması bakımından çalışmanın sonuçları önem taşımaktadır. Bu bağlamda araştırmada, ilk olarak sosyal kaygı ve dijital bağımlılığa ilişkin literatür taraması yapılmıştır. Teorik bilgiler referans alınarak gerçekleştirilen araştırmada elde edilen veriler analiz edilmiş, çıkan sonuçların akademik ve sosyolojik yorumlamalarına yer verilmiştir.

## 2. Literatür Taraması

Sosyal kaygı bozukluğu, "*bireyin başkaları tarafından gözlemlenebileceği sosyal durumlardan belirgin bir biçimde kaçması veya yoğun bir korku ya da endişe yaşaması*" olarak tanımlanmaktadır (APA, 2013). Sosyal kaygının iki türü bulunmaktadır: Birincisi, özellikle sosyal olmak üzere utanç verici durumlara düşme korkusunu içeren genel bir sosyal kaygı, diğeri ise bir veya daha fazla sosyal durumdan korkma ile ilişkili spesifik bir sosyal kaygıdır (ALHarbi vd., 2021: 292). Sosyal kaygı, bireyin toplumsal ilişkilerinde ve yaşam kalitesinde ciddi bozulmalara neden olan önemli bir sorundur (Karaca vd., 2016: 10). Aniden başlayan ve hızla kronikleşen bu sorun, ciddi yetenek kayıplarına neden olmakta ve sosyal, akademik ve psikolojik sorunları da beraberinde getirmektedir (Yıldırım ve Başdaş, 2021: 415). Dolayısıyla bu durum başta ergenler ve gençler olmak üzere toplumdaki tüm bireyleri sosyal ortamlarda kendilerini gizleme davranışına itmektedir.

Sosyal kaygılı kişiler flört etmek, bir yabancıyla ya da akranyla konuşmak, partilere veya sosyal toplantılara gitmek gibi çeşitli durumlardan korkar ve bu durumlardan kaçınırlar (Kessler vd., 2012: 81). Aynı zamanda sosyal kaygı bozukluğu, üretkenliği azaltır ve kişinin yaşam kalitesini etkiler (Pau vd., 2022). Bu tür sorunlar yaşayan bireyler, sosyal kaygı durumunu azaltmak için, düşük riskli çevrimiçi iletişimi tercih etmektedirler (Seong vd., 2008). Bu da görünüşlerinin ve davranışlarının başkaları tarafından olumsuz değerlendirilecek yönlerini saklamalarına ve kontrol etmelerine olanak tanımaktadır (Huan vd., 2014). Bunu yapabilmeyen uygun yolu olarak da dijital araçlar karşılıklarına çıkmaktadır.

Dijital araçlar, özellikle sosyal kaygısı ve kişilerarası sorunları olan genç ve ergenler için, gerçek dünyadaki kusurlarını telafi etmek ve '*ideal öz-kimlik*' geliştirmeleri için bir arena görevi görür (LaRose, 2003: 237). Yine bu araçlar, eş zamansız doğası nedeniyle, daha fazla anonimlik ve kontrol sunduğundan, normal yüz yüze etkileşimle karşılaştırıldığında, özellikle utangaç insanlar için ilgi çekici hale gelebilir (Stritzke vd., 2004: 14-17). Bu anlamda, internet gibi dijital araçların kullanımı iki ucu keskin bir kılıç gibidir. Depresif ve sosyal kaygılı bireyler için dijital araçlar psikolojik olarak telafi edici bir işlev görür. Aynı zamanda, çevrimiçi geçirilen aşırı zaman nedeniyle, kişileri gerçek dünyadaki sosyal ilişkilerden mahrum bırakabilir. Başa çıkma stratejisi olarak internet kullanımı, internete güvenmenin daha ağır hale gelebileceği ve sonunda aşırı ve bağımlılık yapıcı hal alabileceği kimlik oluşumunun gelişimsel döneminde, altta yatan depresyon ve sosyal kaygı, tedavi edilmezse ergenlerin durumunu daha da kötüleştirebilir (Lai vd., 2015: 3).

Örneğin, sosyal kaygısı olan kişiler, başarısız kişilerarası ilişkilerini sosyal beceri eksikliklerine ve hatta kendi yetersizliklerine ve değersizliklerine bağlayabilirler. İnternet kullanımının sıkıntıyı hafifletmedeki ani olumlu etkisi, bazı kişiler için daha fazla internet kullanımını motive edebilir (Lai vd., 2015: 3). Bir başka anlatımla genç ve ergenlik döneminde akran ilişkilerinin sağlıklı bir şekilde kurulması ve yürütülmesi önemlidir. Ayrıca sosyal kaygı yaşayan genç ve ergenler, akran ilişkilerini kısıtlamakta ve farklı iletişim yolları aramaktadırlar. Bu nedenle ergenler eğlence, etkileşim ve iletişim ihtiyaçlarını dijital ortamda sınırlı iletişime izin veren teknolojik cihazlarla gerçekleştirmeyi tercih etmektedirler (Yıldırım ve Başdaş, 2021: 415). Literatür incelendiğinde sosyal kaygının internet bağımlılığı, problemli internet kullanımı (LaRose vd., 2003; Caplan, 2007; Jalalinejad vd., 2012; Azher vd., 2014); sosyal medya bağımlılığı (Shensa vd., 2017; Baltacı, 2019; Nguyen vd., 2020; Abu-Taieh vd., 2022; Lyvers vd., 2022); akıllı telefon bağımlılığı (Yılmaz

vd., 2015; Darcin vd., 2016; Elhai vd., 2019; Annoni vd., 2021; Korkmazer vd., 2022) ve dijital oyun bağımlılığı (Karaca vd., 2016; Yıldırım ve Başdaş, 2021; Turan vd., 2022; Gioia vd., 2022) ile ilişkili olduğu vurgulanmaktadır. Bu nedenle sosyal kaygının, dijital bağımlılığın önemli bir yordayıcısı olduğu düşünülmektedir.

Üniversite çağındaki öğrenciler, dijital bağımlılığa karşı daha savunmasızdır ve dijital bağımlılık onların sosyal kaygı düzeylerini artırarak psikolojik ve sosyal uyumlarını etkileyebilmektedir. Bu sorun, onların eğitim ortamına uyumlarını ve akademik başarılarını da etkileyebilmektedir (ALHarbi vd., 2021). Bu sorunsaldan yola çıkarak, çoğunluğu dijital bir dünyaya doğan; teknolojiyi hayatlarının her alanında yoğun kullanımları nedeniyle dijital bağımlılık riski ile karşı karşıya olan üniversite öğrencileri örnekleminde yapılan bu çalışma ile sosyal kaygının, dijital bağımlılığı yordama yeteneği ortaya konulmaya çalışılmaktadır. Araştırma, psikolojik bir sorun olan sosyal kaygının, üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeyi üzerindeki etkisini ortaya koymanın yanında, ilgili literatüre güncel bilgi sağlama noktasında da önem taşımaktadır.

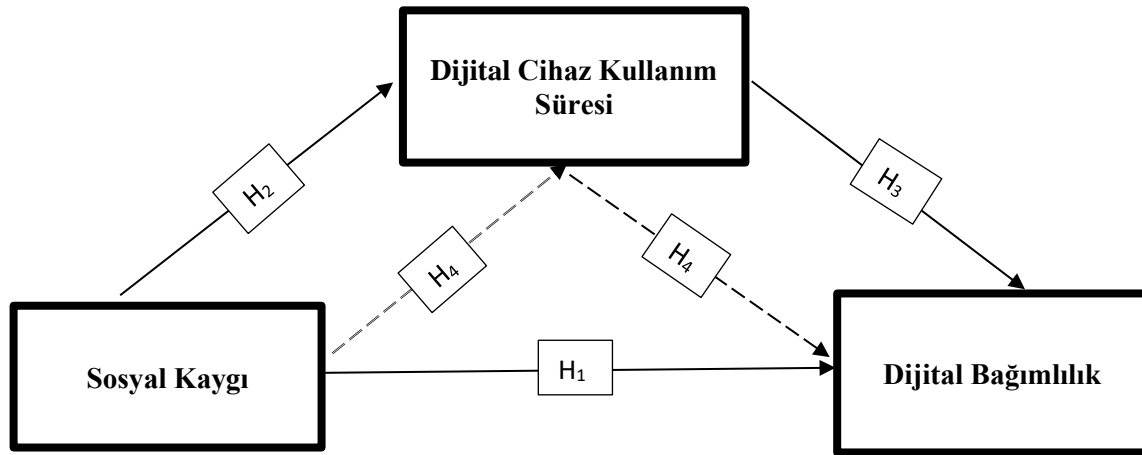
### 3. Yöntem

Nicel araştırma yönteminin kullanıldığı bu çalışmada, sosyal kaygının dijital bağımlılık üzerindeki etkisi mercek altına alınmaktadır.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada, genel tarama modellerinden *ilişkisel tarama modeli* kullanılmıştır. Genel tarama modeli, birbirinden farklı değişkenlerin ve etmenlerin olduğu evrende, geneli kapsayacak bir sonuca ulaşmak için evrenin tümünün ya da onu temsil etme gücüne sahip olan örneklem sayısı üzerinden yapılan tarama modelidir. Genel tarama modelinin bir türü olan ilişkisel tarama modeli ise, en az iki ya da daha fazla değişken arasında meydana gelen birlikte değişimi ve değişimin nasıl olduğunu ortaya koymayı amaçlayan tarama modelidir (Karasar, 2020).

Bu çalışmanın temel amacı sosyal kaygı düzeyi ile dijital bağımlılık ilişkisinde dijital cihaz kullanım süresinin aracılık rolünü ortaya çıkarmaktır. Bu amacı gerçekleştirmek için, aşağıda kurulan modeli test etmek için 4 hipotez kurulmuştur:



Şekil 1. Araştırma Modeli

**Hipotez 1:** Sosyal kaygının dijital bağımlılık düzeyi üzerinde pozitif anlamlı etkisi vardır.

**Hipotez 2:** Sosyal kaygının dijital cihaz kullanım süresi üzerinde pozitif anlamlı etkisi bulunmaktadır.

**Hipotez 3:** Dijital cihaz kullanım süresinin, dijital bağımlılık üzerinde pozitif anlamlı etkisi bulunmaktadır.

**Hipotez 4:** Sosyal kaygı ile dijital bağımlılık ilişkisinde, kullanım süresinin aracılık rolü vardır.

### 3.2. Araştırma Grubu

Bu araştırmanın evrenini, 2022-2023 Eğitim – Öğretim Güz Yarıyılı içinde Konya’daki Selçuk Üniversitesi (SÜ), Necmettin Erbakan Üniversitesi (NEÜ) ve Konya Teknik Üniversitesi (KTÜN) öğrencileri oluşturmaktadır. İlgili eğitim-öğretim yılında evreni oluşturan üç üniversitenin toplam öğrenci sayısı 111,329’dur (YÖK Atlas, 2022). Araştırma örnekleminin belirlenmesinde bu sayı dikkate alınmıştır. Buna bağlı olarak yüzde 95 güven aralığında en az 383 öğrencinin örnekleme dâhil edilmesi gerektiği hesaplanmıştır (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004: 50). Araştırma verileri 425 öğrenciden toplanmıştır. Araştırma örnekleminin belirlenmesinde, evrendeki her birimin örnekleme dâhil edilme durumunun eşit ve bağımsız olduğu basit tesadüfi örneklem türü kullanılmıştır. Bu nedenle yapılan analizlerde her katılımcıdan elde edilen cevap eşit öneme sahiptir (Balcı, 2018: 100).

Konya’da bulunan devlet üniversitelerine kayıtlı öğrenciler evreninde yapılan bu çalışmada; YÖK Atlas’tan elde edilen bilgilere göre 2022-2023 Eğitim-Öğretim Yılı Güz Döneminde; Selçuk Üniversitesinin 63,331, Necmettin Erbakan Üniversitesinin 35,684, Konya Teknik Üniversitesinde ise 12,314 öğrenci kayıtlı bulunmaktadır (YÖK Atlas, 2022). Bu sayılara göre araştırmanın evrenini 111,329 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini ise evreni temsilen 425 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada elde edilen veriler katılımcıların, gönüllülük esasına göre ve istedikleri anda araştırmadan çekilebilecekleri bilgisi dâhilinde toplanmıştır.

Bu araştırma için Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Etik Kurulundan, 21.12.2022 tarihli E-428163 sayılı belge ile etik kurul onayı alınmıştır.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılıklarında sosyal kaygının etkisinin araştırıldığı çalışmanın verilerini toplamak için 26 sorudan oluşan anket formu oluşturulmuş ve kullanılmıştır. Anket formunda Sosyal Kaygı Ölçeği Kısa Formu ve Gençler İçin Dijital Bağımlılık Ölçeği (DAST) olmak üzere iki ölçek ve kişisel bilgi formu bulunmaktadır.

**Sosyal Kaygı Ölçeği Kısa Formu:** La Greca ve Lopez’in (1998) çocuklar için geliştirmiş oldukları 18 maddeden oluşan ölçme aracı, La Greca ve diğerleri (2015) tarafından revize edilerek ortaöğretim öğrencileri ve yetişkinler için yeniden hazırlanmıştır. Daha sonra Nunes ve arkadaşları (2018), sosyal kaygı ölçeğini revize ederek 18 maddeden 12 maddelik kısa formunu oluşturmuştur. 5’li Likert tipinde (1=Hiç katılmıyorum, 5=Tamamen katılıyorum) hazırlanan ölçeğin “olumsuz değerlendirme korkusu”, “yeni durumlarda sosyal korku ve huzursuzluk” ve “genel durumlarda sosyal korku ve huzursuzluk” olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Bu çalışmada ölçeğin boyutları üzerinden değil kendisi üzerinden işlem yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlamasını yapan Can ve Bozgün (2021) ölçeğin iç tutarlılığını ,90 olarak bulmuştur. Bu çalışmada ise ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach Alfa katsayısı ,896 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğe ilişkin yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sonucunda yapısal modelin uyum indeks değerleri;  $\chi^2 /sd$ : 3,205; RMSEA: ,072; GFI: ,939; CFI: ,955; SRMR: ,044 olarak kabul edilebilir düzeyde (Kline, 2011; Baumgartner ve Hamburg, 1996; Browne ve Cudeck, 1993) bulunmuştur.

**Gençler İçin Dijital Bağımlılık Ölçeği (DAST):** Seema, Heidmets, Konstabel ve Varik-Maasik (2022) tarafından derlenen 10 maddelik ölçek, gençlerin dijital bağımlılık düzeylerini ölçmektedir. Ölçek, dijital cihazları kullanmanın bazı yollarını ve bunlarla ilgili duyguları açıklayan ifadeler içermektedir. Katılımcılardan bu durumların ne sıklıkla meydana geldiğini, (hiçbir zaman – çok sık) 7 puanlık bir ölçekte değerlendirmeleri istenmiştir. İki farklı analizde iç tutarlılık katsayısı Cronbach  $\alpha = ,85$  ve ,83 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlaması, gerekli izinler alındıktan sonra, bu çalışmanın araştırmacıları tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda dil geçerliği açısından; alanında uzman 4 akademisyene, İngilizce ve Türkçe uyarlamasını karşılaştırmaları istenmiş ve 150 yükseköğretim öğrencisine, ön hazırlık testlerini yapmada, ölçek formunun hazırlanan hali uygulanmıştır. Katılımcılardan elde edilen veriler analiz programına (SPSS) aktarılmıştır. Ölçeğin orijinal formu ve Türkçeye uyarlanan

formu arasında benzerliğe bakmak için, analiz programında oluşturulan ilgili veri setinde Temel Bileşenler Analizi yardımı ile Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) gerçekleştirilmiştir. Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) sonucunda tek boyutlu yapı ortaya konulmuştur. Eigenvalue değeri 4,23>1'den büyük olan tek boyut, toplam varyansın yüzde 42,29'unu açıklamaktadır (KMO= ,863; X<sup>2</sup>= 1393,43; sd= 45; p= ,000). Böylelikle, nihai Türkçe ölçek hazır hale getirilmiştir. Bu araştırmada ölçek maddelerinin derecelendirilmesi 5'li Likert (1= Hiçbir Zaman, 5= Her zaman) üzerinden değerlendirilmiştir. Ölçekten alınacak en düşük puan 10, en yüksek puan 50'dir. Puan arttıkça, bağımlılık düzeyi de artmaktadır. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı ,842 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğe ilişkin yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sonucunda yapısal modelin uyum indeks değerleri;  $\chi^2$ /sd: 3,564; RMSEA: ,078; GFI: ,950; CFI: ,942; SRMR: ,051 olarak kabul edilebilir düzeyde olduğu belirlenmiştir.

**Kişisel Bilgi Formu:** Ankette yer alan bu bölümde katılımcıların dijital cihaz kullanım süresi, yaş, cinsiyet ve eğitim gördüğü üniversiteleri belirlemeye yönelik olarak hazırlanmıştır.

### 3.4. Verilerin Analizi ve Kullanılan Testler

Bu araştırmanın verileri 2-13 Ocak 2023 tarihleri arasında, örnekleme dâhil olan katılımcılarla yüz yüze anket tekniği ile elde edilmiştir. Verilerin analizi SPSS 25 ve AMOS 21 paket programı ile yapılmıştır. Ankette yer alan her değişken için tanımlayıcı (betimleyici) analiz yapılmıştır. Sosyal Kaygı ve Dijital Bağımlılık düzeylerinin kadın ve erkek öğrenciler arasında farklılık bulunup bulunmadığını ortaya çıkarmak için Bağımsız Örneklem T-Testi ile analiz edilmiştir. Sosyal Kaygı Ölçeği, Dijital Bağımlılık Ölçeği ve dijital cihaz kullanım süresi arasındaki ilişkinin gücünü ve yönünü belirlemek için Pearson Korelasyon Analizi; dijital cihaz kullanım süresi ile sosyal kaygı düzeyi; dijital bağımlılık düzeyi ile dijital cihaz kullanım süresi arasında Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Sosyal kaygı ile dijital bağımlılık arasındaki ilişkide dijital cihaz kullanım süresinin aracılık rolü Sobel Testi ile incelenmiştir. Sobel Testi, bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki ilişkide aracı değişkenin rolünü ortaya koymak için yapılan bir testtir. Bir diğer ifadeyle Sobel Testi, modelde aracı değişkenin etkisinin anlamlılığının test edilmesinde başvurulan bir analiz yöntemidir (Sobel, 1982).

## 4. Bulgular ve Yorum

Bu başlık altında katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine, dijital cihaz kullanım sürelerine ve ölçeklerin betimleyici istatistik analizlerine; ölçek verilerinin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek için çarpıklık ve basıklık değerlerine yer verilmiştir. Aynı zamanda sosyal kaygı ve dijital bağımlılık arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için korelasyon analizine; dijital cihaz kullanım süresi ve sosyal kaygı düzeyi ile dijital bağımlılık ve dijital araç kullanımında etkiyi belirlemek için regresyon analizine başvurulmuştur.

### 4.1. Katılımcıların Bazı Özellikleri

Araştırmaya katılanların yüzde 51,1'i erkek, yüzde 48,9'u ise kadın öğrencilerden oluşmaktadır. Bu sonuç katılımcıların birbirine yakın oranda olduğunu göstermektedir. Bu durumda katılımcıların cinsiyeti ile diğer değişkenler arasında fark analizlerinin yapılabileceğinin göstergesi olarak değerlendirilebilir.

Katılımcıların eğitim gördüğü üniversitelere göre dağılıma bakıldığında ise yüzde 53,4'ünün Selçuk Üniversitesinden, yüzde 27,8'inin Necmettin Erbakan Üniversitesinden ve 18,8'inin Konya Teknik Üniversitesi öğrencilerinden oluştuğu dikkat çekmektedir. Üniversitelerin öğrenci sayılarına göre katılımcıların sayılarının aynı doğrultuda olduğu düşünüldüğünde, bu araştırmadan elde edilen verilerin evrene ilişkin bilgi vermede uygun olduğunu söyleyebiliriz.

Katılımcıların yaşlarına ilişkin betimleyici istatistik sonuçlarına bakıldığında en küçük katılımcının 18 yaşında en büyük katılımcının ise 49 yaşında olduğu analiz edilmiştir. Katılımcıların yaşlarının ortalaması 21,43, dağılımın standart sapması ise 3,61 olarak bulunmuştur.

Öğrencilerin günlük dijital cihaz kullanım sürelerine bakıldığında en az 9 dakika en fazla 1200 dakika dijital cihaz kullandıkları tespit edilmiştir. Katılımcıların dijital cihaz kullanım sürelerinin ortalama 275,94 dakika, dağılımın standart sapmasının ise 172,85 olduğu analiz edilmiştir.

## 4.2. Ölçeklerin Geçerlilik ve Güvenilirlik Analizleri

**Tablo 1.** Sosyal Kaygı Ölçeğinin Betimleyici İstatistiği

	Sayı	$\bar{X}$	SD	Korelasyon	Cronbach's $\alpha$
Bazı insanların yanındayken tedirgin olurum.	425	2,84	1,21	,570	,889
Tanımadığım insanların yanında utanırım.	425	2,64	1,28	,641	,886
Başkalarının benim hakkımda ne söyleyeceğinden endişelenirim.	425	2,59	1,26	,646	,885
Çok iyi tanımadığım insanlarla konuşurken tedirgin olurum.	425	2,55	1,22	,651	,885
Yeni insanlarla tanıştığımda tedirgin olurum.	425	2,52	1,22	,626	,886
Bir grup insanla beraberken durgun olurum.	425	2,52	1,31	,434	,897
Başkalarından benimle bir şeyler yapmalarını istemekte zorlanırım.	425	2,39	1,24	,625	,886
Başkalarının benim hakkımda ne düşündüğünden endişelenirim.	425	2,37	1,30	,641	,886
Başkalarının benden hoşlanmayacağından endişelenirim.	425	2,30	1,23	,658	,885
Başkaları hayır diyebilirler diye, benimle bir şeyler yapmalarını teklif etmeye çekinirim.	425	2,21	1,21	,666	,885
Başkalarının benden hoşlanmayacağından korkarım.	425	2,13	1,22	,668	,884
İyi tanıdığım insanların yanındayken bile utanırım.	425	1,67	1,08	,484	,893
<b>TOPLAM</b>					<b>,896</b>

**Not:** Sosyal Kaygı Ölçeği; Hiç katılmıyorum=1, Tamamen katılıyorum=5 olarak işaretlenmiştir.

Sosyal kaygı ölçeğinde katılımcıların en fazla puan verdiği ifadeler; "Bazı insanların yanındayken tedirgin olurum." ( $\bar{X}$ = 2,84), "Tanımadığım insanların yanında utanırım." ( $\bar{X}$ = ,64) ve "Başkalarının benim hakkımda ne söyleyeceğinden endişelenirim." ( $\bar{X}$ = 2,59) olmuştur. Ölçeğin madde güvenilirliklerine ilişkin düzeltilmiş madde-toplam korelasyon katsayısı, ,570 ile ,668 arasında farklılık göstermektedir. Toplam güvenilirlik Cronbach's a ,896 olan ölçeğin madde güvenilirliklerine bakıldığında, ölçek maddelerinden herhangi biri çıkarılması durumunda dahi ölçek maddelerinin güvenilirlik katsayısının ,884 üzerinde olacağı söylenebilir.

**Tablo 2.** Dijital Bağımlılık Ölçeğinin Betimleyici İstatistiği

	Sayı	$\bar{X}$	SD	Korelasyon	Cronbach's $\alpha$
Uyumadan önce yataktayken, dijital cihazımda oyun oynar veya mesajlaşırım	425	3,91	1,14	,412	,839
Dijital cihazlarımı kullanmazsam sıkılırım	425	3,58	1,14	,586	,823
Dijital cihazları kullanmaya planlandığımdan daha çok zaman ayırıyorum	425	3,32	1,18	,609	,821
Dijital cihazlarımı bir yere bıraktığımda, tekrar kullanma isteği duyuyorum	425	3,27	1,21	,682	,814
Yemek yerken dijital cihazlarımı kullanırım	425	2,98	1,31	,437	,838
Sokakta yürürken dijital cihazımda oyun oynar veya mesajlaşırım	425	2,67	1,19	,471	,834
Birisiyle sohbet ederken bile, gözüm dijital cihazımdadır	425	2,33	1,20	,617	,820
Dijital cihazlarımı kullanmazsam huysuz biri olurum	425	2,33	1,20	,627	,819
Arkadaşlarımın sosyal medyada ne yazdığını bilmediğimde huzursuz hissederim	425	2,20	1,22	,400	,841
Dersler sırasında dijital cihazım üzerinden gözümü ayırmam	425	2,15	1,08	,558	,826
<b>TOPLAM</b>					<b>,842</b>

**Not:** Dijital Bağımlılık Ölçeği; Hiç katılmıyorum=1, Tamamen katılıyorum=5 olarak işaretlenmiştir.

Katılımcıların dijital bağımlılık ölçeğinde en fazla puanı, “Uyumadan önce yataktayken, dijital cihazımda oyun oynar veya mesajlaşırım” ( $\bar{X}$ = 3,91) ve “Dijital cihazlarımı kullanmazsam sıkılırım” ( $\bar{X}$ = 3,58) ifadelerine vermişlerdir. Dijital bağımlılık ölçeğinin madde güvenilirliklerine yönelik madde-toplam korelasyon katsayısı, ,400 ile ,682 arasında farklılığın olduğu analiz edilmiştir. Ölçeğin madde güvenilirliklerine göre ölçekten madde sayısı fark etmeksizin herhangi birinin çıkarılması durumunda dahi ölçek madde güvenilirlik katsayısının ,814 olacağı görülmektedir. Ölçeğin toplam güvenilirlik Cronbach's Alpha ,842 olarak bulunmuştur.

**Tablo 3.** Dijital Bağımlılık ve Sosyal Kaygı Ölçeği Boyutlarının Geçerlilik ve Güvenilirlik Analizi Sonuçları

Ölçekler	Madde Sayısı	Cronbach's $\alpha$	AVE	CR
Dijital Bağımlılık Ölçeği	10	0,842	0,423	0,878
<sup>1</sup> ODK Boyutu	4	0,896	0,685	0,896
<sup>2</sup> YDSKH Boyutu	4	0,819	0,531	0,818
<sup>3</sup> GDSKH Boyutu	4	0,744	0,435	0,750

**Not:** <sup>1</sup>ODK=Olumsuz Değerlendirme Korkusu; <sup>2</sup>YDSKH=Yeni Durumlarda Sosyal Korku ve Huzursuzluk; <sup>3</sup>GDSKH=Genel Durumlarda Sosyal Kaygı ve Huzursuzluk.



Çalışma kapsamında kullanılan dijital bağımlılık ölçeği ve sosyal kaygı ölçeğinin alt boyutlarının geçerlilik ve güvenilirliğini belirtmek üzere; Cronbach's Alpha değerleri, yakınsak geçerlilikleri için ortalama varyans (AVE) ve bileşik güvenilirlik (CR) değerleri analiz edilmiştir. Sonuçlara bakıldığında dijital bağımlılık ölçeğinin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0,842, yakınsak geçerlilik ortalama varyansı 0,423, bileşik güvenilirliği 0,878 olarak bulunmuştur. Sosyal kaygı ölçeğinin ise ODK boyutunun güvenilirlik katsayısı 0.896, AVE 0,685, CR 0,896; YDSKH boyutunun güvenilirlik katsayısı 0,819, AVE 0,531, CR 0,818; GDSKH boyutunun güvenilirlik katsayısı 0,744, AVE 0,435, CR 0,75. olarak analiz edilmiştir. Çalışmada kullanılan ölçeklerin yakınsak geçerliliğini belirlemek için AVE değerinin 0,50 ve üzeri, CR değerinin ise 0,700 ve üzeri olmasının yanında CR değerinin AVE değerinden yüksek olmasının gerektiği vurgulanmaktadır (Fornell ve Larcker, 1981; Eskiler ve Altunışık, 2017; Byrne, 2016). Ayrıca CR değerinin 0,600'den büyük olduğu sonuçlarda AVE değerinin 0.500'den küçük olmasının kabul edilebilir olduğu belirtilmektedir (Hair vd., 2010). Tablo 5'e bakıldığında çalışmada kullanılan ölçeklerin Cronbach's Alpha, CR ve AVE değerlerini sağladığı görülmektedir.

**Tablo 4.** Sosyal Kaygı Ölçeği ve Dijital Bağımlılık Ölçeğinin Betimleyici İstatistik Sonuçları

	En Az	En Çok	$\bar{X}$	Çarpıklık	Basıklık
Sosyal Kaygı Ölçeği	12,00	60,00	28,79	,393	-,318
Dijital Bağımlılık Ölçeği	10,00	49,00	28,78	,072	-,423

Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerini belirlemek için 5'li Likert tipi 12 maddelik Sosyal Kaygı Ölçeği maddeleri toplanarak tek bir değişken haline getirilmiştir. Betimleyici analiz sonucuna göre öğrencilerin en az 12, en fazla 60 puana sahip oldukları görülmüştür. Öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin ortalaması ise 28.78 olarak bulunmuştur. Aynı işlem yine 5'li Likert tipinde 10 maddeden oluşan Dijital Bağımlılık Ölçeğine de uygulanmış, ölçek maddeleri toplanıp tek bir değişkene dönüştürülmüştür. Buna göre öğrencilerin dijital bağımlılıkta en az 10, en fazla 49 puana sahip oldukları bulgulanmıştır. Analiz sonucuna göre üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin ortalaması 28.80 olarak hesaplanmıştır. Ölçeklerin normal dağılımlarına ilişkin yapılan betimleyici analiz sonucuna bakıldığında; Sosyal kaygı ölçeğinin Çarpıklık (Skewness) ,393 ve Basıklık (Kurtosis) -,318; dijital bağımlılık ölçeğinin Çarpıklık (Skewness) ,072 ve Basıklık (Kurtosis) -,423 değerlerinin +1 ile -1 arasında yer almasının ölçek verilerinin normal dağılıma sahip olduğunu göstermektedir (Tabachnick ve Fidel, 2013).

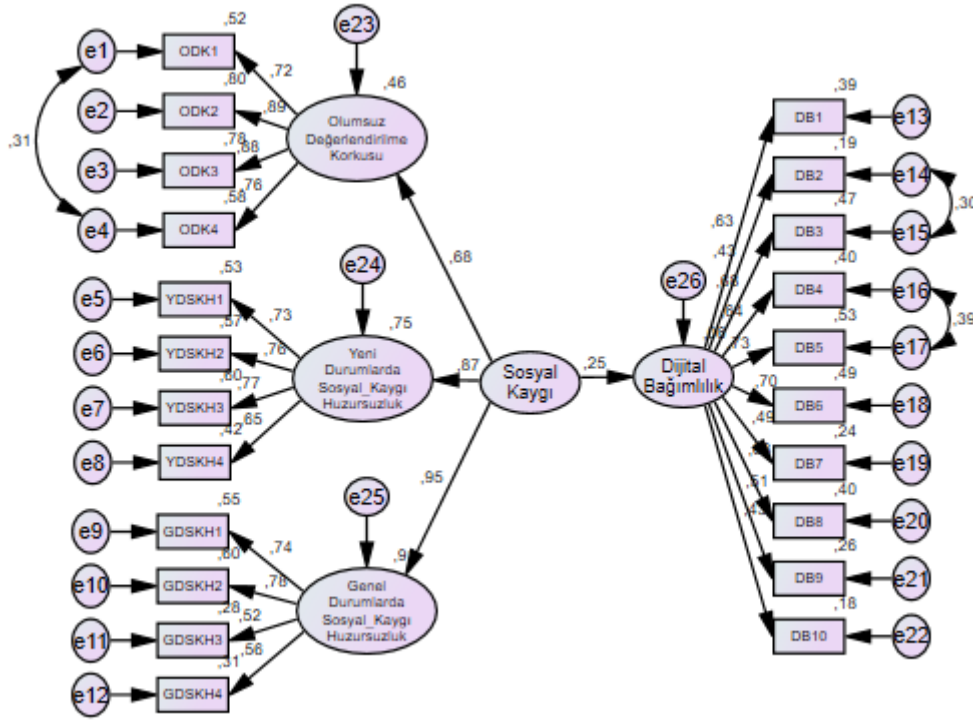
### 4.3. Katılımcıların Cinsiyetine Göre Fark Analizleri

**Tablo 5.** Cinsiyete Göre Dijital Bağımlılık, Sosyal Kaygı ve Dijital Cihaz Kullanım Süresi Arasındaki Farklılık

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	t-value	Sig.	Cohen's d
Dijital Bağımlılık	Erkek	217	28,43	-,955	,340	0,09
	Kadın	208	29,14			
Sosyal Kaygı	Erkek	217	27,11	-3,538	,000	-0,39
	Kadın	208	30,54			
Dijital Cihaz Kullanım Süresi	Erkek	217	276,47	-,279	,781	0,02
	Kadın	208	281,15			

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre dijital bağımlılık düzeyi ( $t = -,955$ ;  $p = .340$ ) ve dijital cihazları kullanım süresi ( $t = -,279$ ;  $p = ,781$ ) anlamlı farklılık taşımamaktadır. Ancak öğrencilerin cinsiyetine göre sosyal kaygı düzeyinin ( $t = -3,538$ ;  $p = ,000$ ) anlamlı farklılık gösterdiği ortaya konulmuştur. Betimleyici istatistik sonuçları; kadınların ( $X = 30,54$ ) sosyal kaygı düzeylerinin, erkeklere ( $X = 27,11$ ) nazaran daha yüksek olduğuna işaret etmektedir. Anlamlı farklılığın etki büyüklüğü açısından Cohen's  $d$  (1988) değeri incelendiğinde; zayıf düzey etkinin ( $d = -0,39$ ) varlığı dikkat çekmektedir.

#### 4.4. Etki Analizleri



Şekil 2. Sosyal Kaygının Dijital Bağımlılığa Etkisine İlişkin Yol Analizi

Tablo 6. Sosyal Kaygının Dijital Bağımlılık Üzerindeki Etkisine İlişkin Araştırma Modeli Sonuçları

Etki	Tahmin ( $\beta$ )	Standart Hata	t	p	Sonuç
Sosyal Kaygı → Dijital Bağımlılık	0,251	0,072	4,029	***	Kabul
<b>Uyum İndeksleri:</b>					
$\chi^2$ /sd: 2,620; RMSEA: 0,062; GFI: 0,900; CFI: 0,918; SRMR: 0,063					

\*\*\* $p = ,000$

Sosyal kaygının dijital bağımlılık üzerindeki etkisini ortaya koymak için yapılan yol analizinde, sosyal kaygının dijital bağımlılık üzerinde anlamlı ve pozitif yönlü etkisinin ( $\beta_{(425)} = .251$ ;  $p = ,000$ ) olduğu bulunmuştur. Etki yönünün pozitif olduğunun tahmini  $\beta$  değeri üzerinden gösterildiği modelde, sosyal kaygıda meydana gelen bir birimlik artışın, dijital bağımlılıkta 0,251'lik bir artışı sağlamaktadır. Bu sonuçlarla *Hipotez 1* doğrulanmıştır. Sosyal kaygı ölçeğinde e1 ile e4 arasında, dijital bağımlılık ölçeğinde ise e14 ile e15 ve e16 ile e17 arasında iyileştirme yapılan yapısal modelin uyum iyiliği değerleri;  $\chi^2$ /df: 2,620, RMSEA: 0,062, GFI: 0,900, CFI: 0,918, SRMR: 0,063 şeklinde kabul edilebilir düzeyde (Kline, 2011; Baumgartner ve Hamburg, 1996; Browne ve Cudeck) bulunmuştur.

**Tablo 7.** Dijital Cihaz Kullanım Süresinin Sosyal Kaygı Tarafından Yordanmasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

	B	Beta ( $\beta$ )	t	Sig.
(Sabit) Dijital Cihaz Kullanım Süresi	226,303		8,992	,000
Sosyal Kaygı Düzeyi	1,822	,107	2,210	,028
R <sup>2</sup> = ,011; Adjusted R <sup>2</sup> = ,009			F= 4,883; df= 1; p= ,028	

Bu çalışmada sosyal kaygının dijital cihaz kullanım süresi üzerindeki etkisi ortaya koymak için doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre sosyal kaygının dijital cihaz kullanımı üzerinde pozitif anlamlı etkisi bulunmaktadır ( $\beta_{(425)} = ,107$ ;  $p = ,028$ ). Modelin açıklanma kapasitesi ise oldukça düşüktür. Bu sonuçlar aynı zamanda *Hipotez 2*'nin doğrulandığına işaret etmektedir.

**Tablo 8.** Dijital Bağımlılığın Dijital Cihaz Kullanım Süresi Tarafından Yordanmasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

	B	Beta ( $\beta$ )	t	Sig.
(Sabit) Dijital Bağımlılık	26,533		38,150	,000
Dijital Cihaz Kullanım Süresi	,008	,282	3,803	,000
R <sup>2</sup> = ,330; Adjusted R <sup>2</sup> = ,310			F= 14,462; df= 1; p= ,000	

Yukarıdaki tablo incelendiğinde dijital araç kullanımının dijital bağımlılık düzeyi üzerinde pozitif anlamlı etkisi söz konusudur ( $\beta_{(425)} = ,182$ ;  $p = ,000$ ). Modelde dijital cihaz kullanım süresi, dijital bağımlılık üzerindeki etkinin yüzde 31'ini açıklamaktadır. Bu sonuçlar *Hipotez 3*'ün doğrulandığını göstermektedir.

Dijital bağımlılık ile sosyal kaygı ve dijital cihaz kullanım süresi arasındaki ilişkinin yönü ve gücünün ortaya konulduğu Korelasyon Analizi sonuçlarına göre, dijital bağımlılık ile sosyal kaygı ( $r_{(425)} = ,239$ ;  $p = ,000$ ) ve cihaz kullanım süresi ( $r_{(425)} = ,282$ ;  $p = ,000$ ) arasında pozitif yönde zayıf düzeyde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Analiz sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı ve dijital cihaz kullanım süreleri arttıkça dijital bağımlılıkları da artmaktadır denilebilir.

**Tablo 9.** Sosyal Kaygı ve Dijital Bağımlılık İlişkisinde Kullanım Süresinin Aracılık Rolü

Etki (Aracı yokken)	Tahmin ( $\beta$ )	Standart Hata	t	p	Sonuç
Sosyal Kaygı → Dijital Bağ.	0,1808	0,0357	5,0602	***	Kabul
Doğrudan Etki (Aracı varken)	Tahmin ( $\beta$ )	Standart Hata	t	p	Sonuç
Sosyal Kaygı → Süre → Dijital Bağ.	0,1680	0,0355	4,7325	***	Kabul
Dolaylı Etki (Aracı varken)	Tahmin ( $\beta$ )		Güven Aralığı		
Sosyal Kaygı → Süre → Dijital Bağ.	0,0128		(0,0018 – 0,0276)		Anlamlı (Kısmi Aracılık var)

\*\*\*  $p = ,000$

Sosyal kaygı düzeyinin dijital bağımlılık üzerindeki etkisinde dijital cihaz kullanım süresinin aracılık rolünün araştırıldığı modelde; sosyal kaygının dijital bağımlılık üzerinde aracı yokken etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir ( $\beta_{(425)}= 0,1808$ ;  $p= ,000$ ). Söz konusu etkide aracı değişken sürenin etkisinin araştırıldığı analiz yüzde 95 güven aralığında yapılmış ve değerlerin 0'ı içermemesi (0,0018–0,0276), modelde sürenin aracılık ettiğini ortaya çıkarmaktadır. Sürenin aracılık rolünün türüne karar vermek için, doğrudan etkinin anlamlılık durumuna bakılmış; doğrudan etkinin anlamlı olduğu ve etki katsayısının düştüğü belirlenmiştir ( $\beta_{(425)}= 0,1680$ ;  $p= ,000$ ). Buna göre yapılan Sobel Testinde, sürenin sosyal kaygı ile dijital bağımlılık arasında kısmi aracılık ettiği sonucu ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlarla **Hipotez 4** doğrulanmıştır. Bilindiği gibi toplumsal yaşamda üniversite öğrencilerinin rahatsızlık verici düşünceleri ve duyguları azaltmak ya da dindirmek için giriştiği eylemlerden biri dijital araçlar karşısında geçirilen zamandır. Dijital araçlarla geçirilen zaman uzadıkça, bağımlılık riski ortaya çıkmaktadır. Bu haliyle sosyal kaygının, dijital bağımlılık üzerindeki etkisinde, dijital araç kullanım süresinin aracılık rolü ortaya çıkmaktadır.

## 5. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada; üniversite öğrencilerden oluşan bir örneklem üzerinde, sosyal kaygının dijital bağımlılık üzerindeki etkisi ile dijital araç kullanımının aracılık rolü ortaya konulmaya çalışılmıştır. Betimleyici istatistik sonuçları, üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı ve dijital bağımlılık düzeylerinin çok yüksek olmadığını göstermektedir. Katılımcıların cinsiyetine göre sosyal kaygı düzeyleri anlamlı farklılık göstermektedir. Bu noktada kadınların sosyal kaygı düzeyleri erkeklere göre daha fazladır. Literatür incelendiğinde; bizim ulaştığımız sonuçları destekleyen araştırmalar bulunmaktadır (Ciba, 2018; Şahin Baltacı vd., 2021). Arslan ve Bardakçı'ya göre özellikle toplumumuzda kadınların davranışlarının ve konuşmalarının erkeklere nazaran daha fazla eleştiriye maruz kalması, onların sosyal ortamlarda kendilerini kaygılı hissetmelerine neden olmaktadır (Arslan ve Bardakçı, 2021). Ülkemizin gelişmiş bölgelerinde kadınların değişen rolleriyle birlikte, ailelerine ve topluma karşı daha çok sorumluluk üstlenmeleri ve kadınlardan beklentinin günden güne artması, beraberinde kaygı düzeyini artırmaktadır (Gündoğdu vd., 2011). Yine kadınların cinsiyete dayalı bir takım biyolojik özellikleri, onların psikolojik rahatsızlıklarını artırabilmektedir (Şahin Baltacı vd., 2021). Türkiye'deki bazı çalışmalarda ise cinsiyetin sosyal kaygı üzerinde anlamlı farklılık oluşturmadığı saptanmıştır (Arslan, 2019). Bazı çalışmalar erkeklerin sosyal kaygı düzeyinin daha yüksek olduğuna vurgu yapmaktadır (Doğan, 2009; Alemdağ ve Öncü, 2015). Seçilen örneklem ve araştırılan konunun kapsamına göre ulaşılan sonuçların farklılık gösterdiği söylenebilir.

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin cinsiyetinin, dijital bağımlılık düzeyi açısından anlamlı farklılık oluşturmadığı tespit edilmiştir. Diğer bir ifadeyle hem erkekler hem de kadınların dijital bağımlılık puanları birbirlerine yakındır. Alan yazında burada ortaya çıkan sonucu destekleyen çalışmalar söz konusudur (Aslan vd., 2015; Balcı vd., 2019; Aslan, 2020; Taşlıyan vd., 2021; Karagün vd., 2018; Demirel vd., 2022; Karapınar vd., 2022). Ancak bazı araştırmalar erkeklerin kadınlara oranla dijital bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğuna işaret etmektedir (Karapınar vd., 2022; Dere, 2022; Barmola ve Gawas, 2022). Bu durum erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre dijital cihazlara daha rahat ulaşabilmeleri, toplumsal anlamda ve aile üyeleri tarafından denetime daha az tabi tutulmalarının yanında, sosyal ortamlarda kızlara oranla daha az iletişim kurmayı tercih etmeleriyle açıklanmaktadır (Aslan ve Bardakçı, 2021). Bazı araştırmalar ise (Sezgin vd., 2021; Çırak ve Tuzgöl, 2022; Rigelsky vd., 2021; Durmuş vd., 2018) kadınların dijital bağımlılık puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğuna vurgu yapmaktadır. Kadınların dijital bağımlılık düzeylerinin yüksekliği, onların erkeklere göre daha ilişkisel olma (Sun vd., 2010), günlük yaşam içinde sosyal ilişkilerini kesintisiz sürdürme ve bunun varlığını koruma istekleriyle açıklanabilmektedir (Çırak vd., 2022). Bu durumun kadınların dijital cihazları daha fazla düzeyde kullanmalarına neden olduğu söylenebilir.

Üniversite gençliğinden seçilen bir örneklem üzerinde yürütülen bu araştırma sonucunda sosyal kaygının, dijital bağımlılık üzerinde pozitif anlamlı etkisinin varlığı ortaya konulmuştur. Gençler arasında sosyal kaygının giderilmesinin bir yolu olarak başvurulan dijital ortamlar, önemli boş zaman faaliyetlerinden biri olarak karşımıza çıkmakta ve onların "gerçek yaşam" kişiliklerinin bir dalı şeklinde değerlendirilmektedir

(Kuss vd., 2017). Burada ortaya çıkan sonuçlar, literatürdeki diğer çalışmalarla (Weinstein vd., 2015; Baltacı, 2019; Darcin vd., 2016; Saikia vd., 2019; Bayar ve Budak, 2021; Jaiswal vd., 2020; Ran vd., 2022) benzerlik göstermektedir. Bazı araştırmalar ise dijital bağımlılığın sosyal kaygıyı artırdığını belirlemiştir (Weinstein vd., 2015; Ko vd., 2014; Aslan ve Barakçı, 2021; Ye vd., 2021; Ostovar vd., 2016; Akın ve İskender, 2011). Bu haliyle sosyal kaygı ile teknoloji bağımlılığı arasındaki nedensel ilişki, çift yönlü olabilir. Spesifik olarak, sosyal kaygı teknoloji bağımlılığını çağrıştırmalıdır. Tersine, teknoloji bağımlılığı sosyal kaygıya neden olabilir (Ran vd., 2022). Sosyal ortamlarda başkalarıyla iletişim kurmakta güçlük çeken ve bu tür bir sosyal etkileşimi dijital araçları kullanarak kurmayı seçen bireyler, daha fazla sosyal kaygı özellikleri gösterebilir. Buna karşın sosyal çevrelerinde mutlu olan ve bu ortamda değerlendirilmekten çekinmeyen bireylerin, genellikle farklı çevrimiçi iletişim araçlarını aramadıkları ve böylece teknoloji bağımlısı olma ihtimallerinin azaldığı söylenebilir (Baltacı, 2019). Sosyal kaygılı kişiler, bu sorunlarından kurtulmada, onlara birçok fırsat sunan dijital araçları tercih edebilmektedir. Ayrıca, yalnızlık yaşayan öğrenciler; farklı sorunlarını gidermek ve yeni sosyal beceriler inşa etmek yerine, olumsuz yaşam sonuçlarına neden olan dijital bağımlılık gibi sorunlar geliştirebilirler. Bu tür olumsuz sonuçların, bireyleri sağlıklı sosyal faaliyetlerden izole etmesi ve onları daha fazla yalnızlığa sürüklemesi söz konusu olabilir (Kim vd., 2009). Dolayısıyla sosyal kaygı ve dijital bağımlılığın birbirlerini etkileme gücüne sahip önemli değişkenler olduğu söylenebilir.

Sosyal kaygı ile teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkinin daha iyi anlaşılması, teknoloji bağımlılığı müdahaleleri için çıkarımlara sahip olmamızı sağlayabilir. Burada sosyal kaygıyı gidermek, ergenlerde ve yetişkinlerde teknoloji bağımlılığını azaltabilir (Ran vd., 2022). Üniversitelerdeki psikolojik danışma birimleri ve toplum ruh sağlığı merkezlerinin daha aktif kullanılması suretiyle, üniversite öğrencilerine sosyal kaygı ve teknoloji bağımlılığı ile mücadelede destekleyici hizmet sunması sağlanmalıdır. Korkmaz ve arkadaşlarına (Korkmaz vd., 2011) göre üniversite öğrencileri gibi yetişkinlik yaşamına yeni başlayan bireylerin, yaşadıkları gelecek kaygılarını azaltmaya yönelik hem toplumsal hem de yönlendirici önlemlerin alınması gerekmektedir. Bu çerçevede üniversitelerin mezun olduktan sonra öğrencilerini izlemeye ve hem mesleki hem de psikolojik rehberlik sağlamaya yönelik birimler oluşturulması son derece önemlidir.

Dijital bir çağda yaşadığımız düşünüldüğünde bireylerden teknolojiyi kullanmamalarını istemek ya da önermek gerçeklikten uzak bir arzu olarak karşılanacaktır. Bu nedenle kullanıcıların, dijital cihazları belirli sürelerde ve gerekli olduğu alanlarda kullanmalarını telkin edecek, yüz yüze iletişimin, ortak alanda bulunmanın ve aynı duyguları paylaşarak duygusal temasın önemini onlara işaret edecek akademik, sosyal ve kültürel etkinlikler yapılmalıdır. Bu durum dijital bağımlılığı azaltmanın yanında bireylerin sosyal ortamlarda bulunmaktan endişe duyma ve kendilerini saklama davranışı olan sosyal kaygının da azalmasına zemin oluşturacaktır. Bu anlamda gerek akademik kurumlar gerek toplumsal kurumlarda bu konuya ilişkin farkındalık yaratacak uygulamaların hayata geçirilmesinde ilgili kurumların yöneticileri ile dijital bağımlılığın hedefinde olan gençlerin bir araya gelerek konuya ilişkin fikir alışverişinde bulunmalarının yerinde olacağı beklenmektedir. Küresel bir sorun olarak değerlendirilen dijital bağımlılığın en aza indirilmesinde dijital alanda geçirilen sürenin azaltılması, sosyal alanlarda geçirilen sürenin artırılması önemli etken olacaktır.

Sonuç olarak bu araştırmada üniversite öğrencilerinden seçilen bir örneklem üzerinde, sosyal kaygının dijital bağımlılık üzerindeki etkisi mercek altına alınmıştır. Teknolojinin günden güne değişmesi ve gelişmesi, bu noktada teknolojik araçların toplum üzerindeki etkisine ölçmeye yönelik araştırmalara ihtiyacı artırmaktadır. Özellikle teknoloji bağımlılığı ile modern toplumun dokusundan geçen sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik daha fazla araştırmaya ihtiyaç bulunmaktadır. Bu araştırmada sosyal kaygı tek bir değişken olarak ele alınmış ve araştırılmıştır. Gelecekteki araştırmalarda sosyal kaygı boyutlarının (olumsuz değerlendirilme korkusu, yeni durumlarda sosyal kaygı ve huzursuzluk, genel durumlarda sosyal kaygı ve huzursuzluk) dijital bağımlılık üzerindeki etkisi incelenebilir. Ayrıca gelecekteki araştırmalar, daha büyük bir örneklem üzerinde, toplumun farklı kesimlerini hedef alabilir.

Yine gelecekte dizayn edilecek araştırmalarda yalnızlık ile dijital bağımlılık arasındaki ilişkide sosyal kaygının aracılık rolü incelenebilir.

#### Finansman/ Grant Support

Yazar(lar) bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

The author(s) declared that this study has received no financial support.

#### Çıkar Çatışması/ Conflict of Interest

Yazar(lar) çıkar çatışması bildirmemiştir.

The authors have no conflict of interest to declare.

#### Yazarların Katkıları/Authors Contributions

Çalışmanın Tasarlanması: Yazar-1 (%75), Yazar-2 (%25)

Conceiving the Study: Author-1 (%75), Author-2 (%25)

Veri Toplanması: Yazar-1 (%50), Yazar-2 (%50)

Data Collection: Author-1 (%50), Author-2 (%50)

Veri Analizi: Yazar-1 (%50), Yazar-2 (%50)

Data Analysis: A Author-1 (%50), Author-2 (%50)

Makalenin Yazımı: Yazar-1 (%50), Yazar-2 (%50)

Writing Up: Author-1 (%50), Author-2 (%50)

Makale Gönderimi ve Revizyonu: Yazar-1 (%50), Yazar-2 (%50)

Submission and Revision: Author-1 (%50), Author-2 (%50)

#### Açık Erişim Lisansı/ Open Access License

This work is licensed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (CC BY NC).

Bu makale, Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı (CC BY NC) ile lisanslanmıştır.

## Kaynaklar

- Abu-Taieh, E. M., AlHadid I., Masa'deh R., Alkhaldeh R. S., Khwaldeh S. ve Alrowwad A. (2022), Factors Affecting the Use Of Social Networks and Its Effect On Anxiety and Depression Among Parents and Their Children: Predictors Using ML, SEM and Extended TAM. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), s.13764.
- Akın, A. ve İskender, M. (2011), Internet Addiction and Depression, Anxiety and Stress. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(1), s.138-148.
- Alemdağ, S. ve Öncü, E. (2015), Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(3), s.287-300.
- American Psychiatric Association (2013), Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edn. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Andreassen, C. (2015), Online Social Network Site Addiction: A Comprehensive Review. *Current Addiction Reports*, 2, s.175-184.
- Annoni, A. M, Petrocchi, S., Camerini, A. L. ve Marciano, L. (2021), The Relationship Between Social Anxiety, Smartphone Use, Dispositional Trust, and Problematic Smartphone Use: A Moderated Mediation Model. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), s.24-52.
- Arslan, A. (2019), Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Sosyal Kaygıları ve Genel Öz-Yeterlik Algılarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *International e-Journal of Educational Studies*, 3(6), s.78-96.
- Arslan, A. (2020), Üniversite Öğrencilerinin Dijital Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *International e-Journal of Educational Studies (IEJES)*, 4(7), s.27-41.
- Arslan, A. ve Bardakçı, S. (2021), Üniversite Öğrencilerinin Dijital Bağımlılıklarının Sosyal Kaygı Düzeyleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. *Millî Eğitim*, 50(230), s.899-922.
- Arslan, A., Kırık, A. M., Karaman, M. ve Çetinkaya, A. (2015), Lise ve Üniversite Öğrencilerinde Dijital Bağımlılık. *İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 8, s.34-58.

- Azher, M., Khan, R. B. ve Salim, M., et al. (2014), The Relationship Between Internet Addiction and Anxiety Among Students of University of Sargodha. *International Journal of Humanities and Social Science*, 4(1), s.288-293.
- Bağımlılıkla Mücadele Yüksek Kurulu (BMYK) (2023), Bağımlılık Nedir?, <https://bmyk.gov.tr/TR-67179/bagimlilik-nedir.html>, (Erişim: 21 Mart 2023).
- Balcı, A. (2018), *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntem, Teknik ve İlkeler*. 13. Baskı, Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Balcı, Ş. ve Baloğlu, E. (2018), Sosyal Medya Bağımlılığı ile Depresyon Arasındaki İlişki: “Üniversite Gençliği Üzerine Bir Saha Araştırması”. *Galatasaray İletişim Dergisi*, 29, s.210-233.
- Balcı, Ş., Bekiroğlu, B. ve Karaman, Y. S. (2019), Sosyal Medya Bağımlılığının Bir Belirleyicisi Olarak Öz Saygı: Konya Örneğinde Bir Araştırma. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 48, s.35-64.
- Balcı, Ş., Karakoç, E. ve Öğüt, N. (2020), Sağlık Çalışanları Arasında Sosyal Medya Bağımlılığı: İki Boyutlu Benlik Saygısının Rolü. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 33, s.296-317.
- Baltacı, Ö. (2019), The Predictive Relationships Between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness and Happiness. *International Journal of Progressive Education*, 15(4), s.73-92.
- Barmola, K. C. ve Gawas, C. (2022), The Mediator Role of Internet Addiction Between Gender and Life Satisfaction. *The National Council of Churches Review (NCC Review)*, 3, s.774-783.
- Baumgartner, H. ve Homburg, C. (1996), Applications of Structural Equation Modeling in Marketing and Consumer Research: A Review. *International Journal of Research in Marketing*, 13(2), s.139-161.
- Bayar, B. D. ve Budak, F. K. (2021), How Technology Addiction Affects Social Anxiety in Adolescent Girls? A Sample of Turkey's Southeast. *Medicine Science*, 10(4), s.1110-1116.
- Browne, M. W. ve Cudeck, R. (1993), Alternative Ways of Assessing Model Fit. In: Bollen KA & Long JS (Eds.), *Testing Structural Equation Models*. Beverly Hills, CA: Sage, 21(2), s.136-162.
- Byrne, B. M. (2016), *Structural Equation Modeling with AMOS: Basic Concepts, Applications, and Programming*. Routledge.
- Can, F. ve Bozgün, K. (2021), Sosyal Kaygı Ölçeği Kısa Formunun Türkçe'ye Uyarlanarak Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. *Muallim Rifat Eğitim Fakültesi Dergisi (MREFD)*, 3(2), s.156-168.
- Caplan, S. E. (2007), Relation Among Loneliness, Social Anxiety and Problematic Internet Use. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 10, s.234-242.
- Cemiloğlu, D., Almurad, M. B., McAlaney J. ve Ali, R. (2022), Combatting Digital Addiction: Current Approaches and Future Directions, *Techology in Society*, 68.
- Ciba, B. (2018), *Üniversite Öğrencileri Arasında Sosyal Medya Kullanımı ve Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Lefkoşe: Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, Lefkoşe.
- Çırak, M. ve Tuzgöl Dost M. (2022), Nomophobia in University Students: The Roles of Digital Addiction, Social Connectedness and Life Satisfaction. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 12(64), s.35-52.
- Cohen, J. (1988), *The Analysis of Variance. In Statistical Power Analysis for The Behavioral Sciences* (Second Edition b.). New York: Lawrence Erlbaum Associates.

- Darcin, A. E., Köse, S., Noyan, C. O., Nurmedov, S., Yılmaz, O. ve Dilbaz, N. (2016), Smartphone Addiction and Its Relationship with Social Anxiety and Loneliness. *Behaviour & Information Technology*, 35(7), s.1-6.
- Demirel, M., Er, Y., Kaya, A. ve Çuhadar, A. (2022), Dijital Bağımlılık ve Boş Zaman Yönetiminin Günlük Hayata Etkisinin İncelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(3), s.1292-1306.
- Dere, Z. (2022), Examination of College Student's Technology Addiction Levels. *International Journal of Curriculum and Instruction*, 15(1), s.309-337.
- Doğan, T. (2009), *Bilişsel ve Kendini Değerlendirme Süreçlerinin Sosyal Anksiyete Açısından İncelenmesi*. Doktora Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Durmuş, H., Günay, O., Yıldız, S., Timur, A., Balcı, E. ve Karaca, S. (2018), Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Üniversite Yaşamı Boyunca Değişimi. *Alfa Psikiyatri Dergisi*, 19(4), s.383-389.
- Elhai, J. D., Levine, J. C. ve Hall, B. J. (2019), The Relationship Between Anxiety Symptom Severity and Problematic Smartphone Use: A Review of the Literature and Conceptual Frameworks. *Journal of Anxiety Disorders*, 62, s.45-52.
- Erözkan, A. (2004), Üniversite Öğrencilerinin Sınav Kaygısı ve Başa Çıkma Davranışları, *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13-38.
- Eskiler, E. ve Altunışık, R. (2017), The Mediation Role of Brand Commitment on The Effect of Role Model Behavior on Wom and Repurchasing Intention. *International Journal of Management Economics and Business*, ICMEB17 Special Issue, s.687-696.
- Fornell, C. ve Larcker, D. F. (1981), Evaluating Structural Equation Models with Unobservable Variables and Measurement Error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), s.39-50.
- Gioia, F., Colella, G. M. ve Boursier, V. (2022), Evidence on Problematic Online Gaming and Social Anxiety over The Past Ten Years: A Systematic Literature Review. *Current Addiction Reports*, 9, s.32-47.
- Griffiths, M. D. (2012), Facebook Addiction: Concerns, Criticism, and Recommendations: A Response to Andreassen and Colleagues. *Psychological Reports*, 110(2), s.518-520.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Billieux, J. ve Pontes, H. M. (2016), The Evolution of Internet Addiction: A Global Perspective. *Addictive Behaviors*, 53, s.193-195.
- Gündoğdu, R., Yavuzer, Y. ve Karataş, Z. (2011), Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Çatışma Çözme Becerilerinin ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 6(1): 341-361.
- Hair, J. F. J., Black, W. C., Babin, B. J. ve Anderson, R. E. (2010), *Multivariate Data Analysis* Seventh Edition Prentice Hall.
- Hamarta, E. (2009), Ergenlerin Sosyal Kaygılarının Kişilerarası Problem Çözme ve Mükemmeliyetçilik Açısından İncelenmesi, *İlköğretim Online* (3), 729-740.
- Huan, V. S., Ang, R. P. ve Chye, S. (2014), Loneliness and Shyness in Adolescent Problematic Internet Users: The Role of Social Anxiety. *Child & Youth Care Forum*, 43, s.539-551.
- Jaiswal, A., Manchanda, S., Gautam, V., Goel, A. D., Aneja, J. ve Raghav, P. R. (2020), Burden of Internet Addiction, Social Anxiety and Social Phobia Among University Students, India. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(7), s.3607-3612.
- Jalalinejad, R., Ghasempoor, A. ve Ajdari, Z., et al. (2012), The Relationship Between Internet Addiction and Anxiety in The Universities Students. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*, 4(1), s.942-949.



- Karaca, S., Gök, C., Kalay, E., Başbuğ, M., Hekim, M., Onan, N. ve Barlas, G.Ü. (2016), Investigating The Association Between Computer Game Addiction and Social Anxiety in Secondary School Students. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 6, s.14-19.
- Karagün, E., Ekiz, Z. D. ve Kahveci, M. S. (2018), An Investigation on The Digital Addiction of the Students of Faculty of Sports of Kocaeli University. *SHS Web of Conferences*, 48, s.1-9.
- Karapınar, D. Ç., Kılıç, C. ve Daş, A. (2022), Dijital Bağımlılığın Kişilerarası İletişim Üzerine Etkisi: Atatürk Üniversitesi Örneği, *ETÜ Sentez İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 9, s.1-20.
- Karasar, N. (2020), *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kessler, C., Petukhova, M., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M. ve Wittchen, H. U. (2012), Twelve-Month and Lifetime Prevalence and Lifetime Morbid Risk of Anxiety and Mood Disorders in the United States. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 21, s.169-184.
- 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 & Behavior*, 12(4), s.451-455.
- Kırcaburun, K., Demetrovics, Z. ve Tosuntaş, Ş. B. (2019), Analyzing The Links Between Problematic Social Media Use, Dark Triad Traits, and Self-Esteem. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(6), s.1496-1507.
- Kline, R. B. (2011), *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*, New York: The Guilford Press.
- Ko, C. H., Liu, T.L., Wang, P. W., Chen, C. S., Yen, C. F. ve Yen, J. Y. (2014), The Exacerbation of Depression, Hostility, and Social Anxiety in the Course of Internet Addiction Among Adolescents: A Prospective Study. *Comprehensive Psychiatry*, 55(6), s.1377-1384.
- Korkmaz, Ö., Şahin, C. ve Usta, E. (2011), The Relationship Between Interaction and Audience Anxiety Levels and Internet Addiction of Adults. *Contemporary Educational Technology*, 2(3), s.200-212.
- Korkmazer, B., Yurdakul, F., Ozer, S. D., Yesil, O., Coskuntuncel, C. ve Sualp, B. N., et al. (2022), A Cross-Sectional Study on The Relationship Between Smartphone Addiction and Depression, Anxiety and Social Appearance Anxiety in Young Adults. *Journal of İstanbul Faculty of Medicine*, 85(1), s.91-97.
- Kratzer, S. ve Hegerl, U. (2008), Is "Internet Addiction" A Disorder of Its Own? – A Study On Subjects with Excessive Internet Use [In German]. *Psychiatrische Praxis*, 35, s.80-83.
- Kuss, D. ve Griffiths, M. (2017), Social Networking Sites and Addiction: Ten Lessons Learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), s.311.
- La Greca, A. M. ve Lopez, N. (1998), Social Anxiety Among Adolescents: Link Ages with Peer. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2), s.83-94.
- La Greca, A. M., Ingles, C. J., Lai, B. S. ve Marzo, J. C. (2015), Social Anxiety Scale for Adolescents: Factorial Invariance Across Gender and Age in Hispanic American Adolescents. *Assessment*, 22(2), s.224-232.
- Lai, C. M., Mak, K. K. ve Watanabe, H. et al. (2015), The Mediating Role of Internet Addiction in Depression, Social Anxiety, and Psychosocial Well-Being Among Adolescents in Six Asian Countries: A Structural Equation Modelling Approach. *Public Health*, 129, s.1224-1236.
- LaRose, R., Lin, C. A. ve Eastin, M. S. (2003), Unregulated Internet Usage: Addiction, Habit, or Deficient Self-Regulation? *Media Psychology*, 5(3), s.225-253.
- Lyvers, M., Salviani, A., Costan, S. ve Thorberg, F. A. (2022), Alexithymia, Narcissism and Social Anxiety in Relation to Social Media and Internet Addiction Symptoms. *International Journal of Psychology*, 57, s.606-612.

- Nguyen, T. H., Lin, K. H., Rahman, F. F., Timur, K., Ou, J. P., Wong, W. K. ve Seng, H. (2020), Study of Depression, Anxiety, and Social Media Addiction Among Undergraduate Students. *Journal of Management Information and Decision Sciences*, 23(4), s.284-303.
- Nunes, C., Ayala-Nunes, L., Pechorro, P. ve La Greca, A. M. (2018), Short Form of the Social Anxiety Scale for Adolescents Among Community and Institutionalized Portuguese Youths. *International Journal of Clinical Health Psychology*, 18(3), s.273-282.
- Ostovar, S., Allahyar, N., Aminpoor, H., Moafian, F., Nor, M. B. M. ve Griffiths, M. D. (2016), Internet Addiction and Its Psychosocial Risks (Depression, Anxiety, Stress and Loneliness) Among Iranian Adolescents and Young Adults: A Structural Equation Model in A Cross-Sectional Study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(3), s.257-267.
- Paul, F. A., Swain, M. ve Banerjee, I. (2022), Cyber Addiction and The Role of Social Anxiety Disorders Among College-Going Students of the Central Kashmir: A Cross-Sectional Study. *Malaysian Journal of Psychiatry*, 31(1), s.39-43.
- Ran, G., Li, J., Zhang, Q. ve Niu X. (2022), The Association Between Social Anxiety and Mobile Phone Addiction: A Three-Level Meta-Analysis. *Computers in Human Behavior*, 130, s.107-198.
- Ren, Y., Yang, J. ve Liu, L. (2017), Social Anxiety and Internet Addiction Among Rural Left-Behind Children: The Mediating Effect of Loneliness. *Iran Journal of Public Health*, 46(12), s.1659-1668.
- Rigelsky, M., Megyesiova, S., Ivankova, V., Al Khouri, I. ve Sejvl, J. (2021), Gender Differences in Internet Addiction Among University Students in the Slovak Republic. *Adiktologie*, 21(1):1-8.
- Şahin Baltacı, H., Küçüker, D., Karataş, U. Y., Özkılıç, I. ve Özdemir, H. A. (2021), Psikolojik Danışma Merkezine Başvuran Üniversite Öğrencilerinin Depresyon, Sosyal Kaygı, Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *OPUS– Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 18, s.4718-4745.
- Saikia, A. M., Das, J., Barman, P. ve Bharali, M. D. (2019) Internet Addiction and Its Relationships with Depression, Anxiety, and Stress in Urban Adolescents of Kamrup District, Assam. *Journal of Family and Community Medicine*, 26(2), s.108-112.
- Schneier, F. R. ve Goldmark, J. (2015), Social Anxiety Disorder, Anxiety Disorders and Gender, D. J. Stein, B. Vythilingum (eds.), Springer International Publishing Switzerland.
- Seema, R., Heidmets, M., Konstabel, K. ve Varik-Maasik, E. (2022), Development and Validation of the Digital Addiction Scale for Teenagers (DAST). *Journal of Psychoeducational Assessment*, 40(2), s.293-304.
- Seong, J. K., Hwang, S. ve Ja, Y. C. (2008), Adolescents Internet Addiction and Psychiatric Symptoms Among Korean. *Journal of Clinical Psychology*, 78(3), s.165-171.
- Sezgin, E., Altun Ekiz, M. ve Kır, S. (2021), Genç ve Yetişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Düzeyi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), s.87-97.
- Shensa, A., Escobar-Viera, C. G., Sidani, J. E., Bowman, N. D., Marshal, M. P. ve Primack, B. A. (2017), Problematic Social Media Use and Depressive Symptoms Among U.S. Young Adults: A Nationally-Representative Study. *Social Science & Medicine*, 182, s.150-157.
- Sobel, M. E. (1982), Asymptotic Confidence Intervals for Indirect Effects in Structural Equation. *Sociological Methodology*, 13, s.290-312.
- Stein, B. M. ve Stein, D. J. (2008), Social Anxiety Disorder, *The Lancet*, 371, 1115-1125.
- Stritzke, W. G. K., Nguyen, A. ve Durkin, K. (2004), Shyness and Computer-Mediated Communication: A Self-Presentational Theory Perspective. *Media Psychology*, 6(1), s.1-22.

- Sun, Y., Lim, K. H., Jiang, C., Peng, J. Z. ve Chen, X. (2010), Do Males and Females Think in the Same Way? An Empirical Investigation On The Gender Differences in Web Advertising Evaluation. *Computers in Human Behavior*, 26(6), s.1614-1624.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013), *Using Multivariate Statistics*. Boston: Pearson Publications.
- Taşlıyan, M., Karakuş, F. N. ve Çakıroğlu, Z. (2021), Dijital Bağımlılık İle Yaratıcı Düşünme Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi*, 13(25), s.503-517.
- Turan, S., Öcal, T. ve Cengiz, Ö. (2022), Effect of Digital Game Addiction and Social Anxiety Levels On Recreational Active Adolescents. *Education Quarterly Reviews*, 5(1), s.40-47.
- Üniversiteler. YÖK Atlas: <https://yokatlas.yok.gov.tr/universite.php> adresinden alındı, 2022: 12 24.
- Weinstein, A., Dorani, D., Elhadif, R., Bukovza, Y., Yarmulnik, A. ve Dannon, P. (2015), Internet Addiction Is Associated with Social Anxiety in Young Adults. *Annals Clinical Psychiatry*, 27(1), s.4-9.
- Yazıcıoğlu, Y. ve Erdoğan, S. (2004), *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Ye, S., Cheng, H., Zhai, Z. ve Liu, H. (2021), Relationship Between Social Anxiety and Internet Addiction in Chinese College Students Controlling for the Effects of Physical Exercise, Demographic, and Academic Variables. *Frontiers in Psychology*, 12, s.698748.
- Yeşilay (2023), Teknoloji Bağımlılığı Nedir?, <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/teknoloji-bagimliliği>, (Erişim: 22 Mart 2023).
- Yıldırım, M. ve Başdaş, Ö. (2021), Digital Game Addiction, Social Anxiety and Alexithymia in Adolescents. *İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 9(2), s.414-429.
- Yılmaz, G., Şar, H. ve Civan, S. (2015), Investigation of Adolescent Mobile Phone Addiction by Social Anxiety Effect of Some Variable. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 2(1), 20-37.