

Ergenlerde Sosyal Dışlanma ve İnternet Bağımlılığı İlişkisi

Relationship Between Social Exclusion And Internet Addiction In Adolescents

Esmâ ÖZMAYA¹, Beyza ERKOÇ²

ÖZ

Amaç: Bu araştırmanın amacı ergenlerde sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin değerlendirilmesidir. Ayrıca sosyal dışlanma ve internet bağımlılığının çeşitli değişkenler (cinsiyet, yaş, eğitim gördüğü sınıf düzeyi, sürekli internet erişim varlığı, bağlanılan cihaz, interneti kullanım amacı) açısından farklılaşp farklılaşmadığını saptamaktır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmanın örneklemini 983 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma verileri Kişisel bilgi formu, Ergenler İçin Ostracizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği ve Ergenler için internet bağımlılığı ölçeği kullanılarak toplanmıştır.

Bulgular: Araştırmanın sonucunda sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı arasında güçlü bir ilişki bulunmuştur ($p<0,05$). Cinsiyet ile sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olduğu; sosyal dışlanmanın erkeklerde, bağımlılığın ise kadınlarda anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Yaş ve internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. İnternete sürekli ulaşımın olmasının bağımlılığı arttırdığı ayrıca internet kullanım amacı sosyal paylaşım yapma, müzik dinleme, oyun oynama veya sohbet etme olan öğrencilerin kullanım amacı ödev yapma olanlara göre daha yüksek bağımlılık riski taşıdığı saptanmıştır. Gençlerin kullandıkları cihaz açısından ise bilgisayar kullanımının sosyal dışlanmayı etkileyebileceği görülmüştür.

Sonuç: Araştırma sonucunda özellikle günümüzde ergenler arasında artan sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı arasında güçlü bir bağlantı olduğu tespit edilmiştir. Bu durum ise gençlerde giderek ruh sağlığının bozulmasına neden olabilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Ergen, Sosyal dışlanma, İnternet bağımlılığı, Ruh sağlığı.

ABSTRACT

Aim: The aim of this study is to evaluate the relationship between social exclusion and internet addiction in adolescents. In addition, it is to determine whether social exclusion and internet addiction differ in terms of various variables (gender, age, grade level, constant internet access, connected device, purpose of internet use).

Material-Method: The sample of the research consists of 983 high school students. Research data were collected using a personal information form, Ostracism (Social Exclusion) Scale for Adolescents and Internet addiction scale for Adolescents.

Findings: As a result of the research, a strong relationship was found between social exclusion and internet addiction ($p<0.05$). There is a significant relationship between gender and social exclusion and internet addiction; It was observed that social exclusion differed significantly in men and addiction in women. A significant relationship was found between age and internet addiction. It has been determined that constant access to the internet increases addiction, and that students whose purpose of internet use is social sharing, listening to music, playing games or chatting have a higher risk of addiction than those whose purpose of use is doing homework. In terms of the devices used by young people, it has been observed that computer use may affect social exclusion.

Results: As a result of the research, it was determined that there is a strong connection between increasing social exclusion and internet addiction, especially among adolescents today. This situation can gradually lead to deterioration of mental health in young people.

Keywords: Adolescent, Social exclusion, İnternet addiction, Mental health.

"Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu"ndan araştırma için etik onay (13.01.2022-123750) alınmıştır.

¹ Dr.Öğr.Üyesi Esmâ ÖZMAYA, Psikiyatri Hemşireliği, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Çocuk Gelişimi Bölümü, ozmayaesma@gmail.com, ORCID: 0000-0003-0932-4012

² Doç.Dr.Beyza ERKOÇ, Sosyal Hizmet, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü, beyzahatipoglu@windowlive.com, ORCID: 0000-0002-0035-6582

İletişim / Corresponding Author: Esmâ ÖZMAYA

e-posta/e-mail: ozmayaesma@gmail.com

Geliş Tarihi / Received: 26.03.2024

Kabul Tarihi/Accepted: 05.08.2024

GİRİŞ

İnsan sosyal bir varlıktır. Her birey yaşamı boyunca ait olma, güvenme, sevmeye, sevilme, saygı duyulma ihtiyacını hisseder. Her insan önce ailesinin, sonra da toplumun bir üyesidir ve insanlarla bir şekilde sosyal ilişkilerini sürdürmek zorundadır. Bu ilişkiler gelişim sürecinde belirli dönemlerde daha fazla önem kazanmaktadır. Ergenlik dönemi de hem fiziksel hem de biyopsikososyal olarak gelişimin gözlendiği, sosyal ilişkilerin önem kazandığı bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır.¹ Her bir gelişim döneminin bir sonrakini etkilediğini de düşündüğümüzde ergenlik süreci tüm yaşamına dair bir etki bırakabilmektedir.

Ergenlik, bireyin aileden bağımsızlaştığı, sağlıklı sosyal ilişkiler geliştirmeye başladığı, giderek kimlik kazandığı ve sosyalleştiği bir dönemdir. Bu dönemde genç birey gelişimsel olarak bir yandan aile desteğine ihtiyaç duyarken diğer yandan sorunlarını arkadaş grupları gibi sosyal ortamlarda çözmeyi tercih etmektedir. Gerekli sosyal desteği alamayan ergenlerin giderek yalnızlaştığı, duygularıyla baş edemediği ve sosyal dışlanma yaşadığı görülmektedir.²

Sosyal dışlama fiziksel, psikolojik ve sosyal olarak bir kişiyi gözden çıkarmak, onu yalnızlaştırmak, ötekileştirmek gibi anlamlara gelebilmektedir.³ Williams'a göre kişiye psikolojik olarak zarar veren eylemlerdir.⁴ Bireyin temel ait olma ihtiyacının sosyal gruplar tarafından göz ardı edilmesine neden olan bir eylemdir.⁵ Sosyal dışlanma, özellikle bireylerin sosyal açıdan daha duyarlı olduğu ergenlik dönemi gibi dönemlerde yaygın olarak görülmektedir. Ergenlik döneminde

bireyin sağlığının korunması, sosyal ilişkiler kurması, toplumsal kuralları öğrenmesi ve oluşturması onun gelişimsel görevlerinden birkaç tanesi olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu ilişkiler aynı zamanda ergen bireyin sosyal becerilerini de etkileyerek yeterliliklerini geliştirmektedir. Çoğu çalışmada akran ilişkilerinin ergenlerin gelişiminde önemli bir yere sahip olduğuna inanılmaktadır. Dolayısıyla ergenin bu sosyalleşme sürecinde bireylerin sosyal ilişkilerinde veya akran ilişkilerinde sorun yaşamaması, dışlanması, reddedilmesi çok önemli sorunlara yol açmaktadır.⁶ Dışlanmaya maruz kalan çocuklarla yapılan araştırmalar da duygularını daha az ifade etme gibi olumsuz etkilere sahip olduğu görülmektedir. Dışlanmaya verilen tepkiler hangi temel ihtiyaca (ait olma, özsaygı vb.) bağlı olduğuna göre ve verilen tepkiler de kişinin kendini tehdit altında hissedip hissetmemesine göre değişebilmektedir.⁷

Sosyal olarak aktif olamayan, sağlıklı ilişkiler kuramayan ve sosyal olarak dışlanan genç bireylerde saldırganlık, duygusal ve davranışsal sorunların ve bağımlılık riskinin arttığı da görülmektedir.⁶ Ayrıca sosyal dışlanmaya maruz kalan bireylerde yaşamdan anlam kaybı, mutsuzluk, depresyon, dürtüsel davranışlar gibi pek çok ruhsal sorun gelişebilmektedir.⁸ Öte yandan yalnızlık ve internet bağımlılığı birbirini beslemekte⁹ ve internet bağımlılığı öz düzenleme sorunları, sosyal dışlanma, akademik başarısızlık, yıkıcılık, davranış sorunları gibi birçok duruma yol açabilmektedir.¹⁰

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın Amacı ve Türü

Bu araştırma ile ergenlerin sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı ilişkisi açısından değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Araştırma tanımlayıcı nitelikte bir araştırmadır.

Araştırmanın Örnekleme ve veri toplama yöntemi

Bu araştırmanın örneklemini, basit tesadüfî örnekleme yöntemi ile belirlenen, Zonguldak il ve ilçe liselerinde belirlenen üç okulun, 13-18 yaş arasındaki öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmaya katılmayı kabul eden 983 birey araştırmaya dahil edilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin

bilgilere bulgular bölümünde
değ inilmektedir.

Araştırmanın Etik Yönü

Veri toplama işlemine başlamadan önce “Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu”ndan araştırma için etik onay (13.01.2022-123750) alınmış olup Zonguldak İl Milli Eğitim Müdürlüğü’ne uygulama için başvuru yapılmıştır. Araştırmada basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile üç okul belirlenmiş ve veriler yüz yüze toplanmıştır. Katılımcılara araştırmanın amacı ve içeriği hakkında araştırmayı kabul eden bireyler ve ailelerine bilgi verilip onam alındıktan sonra uygulama aşamasına geçilmiştir. Uygulama aşaması yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Araştırma boyunca verilerin gizliliğine ve etik ilkelere uygun davranılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında analizlere geçmeden önce değişkenlere ait tanımlayıcı istatistikler incelenmiştir. Basıklık ve çarpıklık katsayıları -2 ile +2 arasında olduğu için değişkenler normal dağılım göstermektedir. ¹¹ Bu nedenle verilerin analizinde parametrik istatistikler kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Sosyo-demografik değişkenlere göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı puanlarını karşılaştırmak için bağımsız örneklemlerde t testi ve tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonrasında gruplar arasındaki farkın kaynağını belirlemek için post-hoc testler yapılmıştır. Gruplara ait varyanslar homojense Tukey çoklu karşılaştırma testi, homojen değilse Tamhane testi yapılmıştır. Analizler SPSS paket programında yapılmış ve anlamlılık düzeyi $\alpha=0,05$ olarak belirlenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu araştırmacılar tarafından oluşturulmuş olup; cinsiyet, yaş, eğitim gördüğü sınıf, sürekli internete erişiminin olup olmaması, internete bağlanılan cihaz ve interneti kullanım nedeni gibi bilgileri içermektedir.

Ergenler İçin Ostrasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği

Ergenlerin sosyal dışlanmasına yönelik algıyı ölçmek amacıyla Gilman ve diğerleri (2013) ¹² tarafından geliştirilen ölçek Akın, Uysal ve Akın (2016) ⁶ tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek iki alt boyuttan (önemsenmeme ve dışlanma) likert tipi 11 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin en düşük puanı 11, en yüksek puanı ise 55’tir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Dereceleme ölçeği “Hiçbir zaman” ve “Her zaman” arasında değişmektedir. Ölçeğin cronbach alpha iç tutarlık katsayısı dışlanma alt boyutu için .90, önemsenmeme alt boyutu için .93, ölçeğin tamamı için “.89” olarak hesaplanmıştır.

Ergenler için internet bağımlılığı ölçeği

Ergenlerin internet bağımlılığını ölçmeye yönelik Taş (2019) ¹³ tarafından geliştirilen ölçek tek alt boyut ve likert tipi 9 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Dereceleme ölçeği “Hiçbir zaman” ve “Her zaman” arasında değişmektedir. Ölçekten alınacak yüksek puanlar internet bağımlılığı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır.

Araştırmanın Kısıtlılıkları

Araştırma, çalışma kapsamına alınan öğrencilerin verdiği yanıtlarla sınırlıdır.

Teşekkür

Çalışmaya destek veren bütün öğrencilere teşekkür ederiz.

BULGULAR

Araştırmaya toplam 983 öğrenci katılmıştır. Bu öğrencilerin %55,24' ü kadındır. Bununla birlikte sınıf düzeyine göre %30,42' si 9.sınıf öğrencisi; yaşanan bölgeye göre %73,86' sı il merkezinde yaşamakta; %91,76'sının internet erişimi bulunmakta ve %80,06' sı internete telefon aracılığıyla bağlanmaktadır. Aynı zamanda katılımcıların %42,01 ile çoğunluğu interneti müzik dinleme, film ve video izleme amaçlı kullanmaktadır.

Tablo 1'de değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için yapılan pearson korelasyon analizi sonuçlar yer almaktadır. Analiz sonucunda internet bağımlılığı ile önemsenmeme ($r=0,26$, $p<0,01$) ve sosyal dışlanma toplam puan ($r=0,10$, $p<0,01$) arasında pozitif yönlü, yaş ($r=-0,07$, $p<0,05$)

ile negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Yaş ile önemsenmeme ($r=0,04$, $p>0,05$), dışlanma ($r=0,05$, $p>0,05$) ve sosyal dışlanma toplam puan ($r=0,06$, $p>0,05$) arasında anlamlı ilişki yoktur. Varyans analizi sonucunda sınıflara göre Dışlanma ($F=2,74$, $p<0,05$) ve İnternet bağımlılığı ($F=3,82$, $p<0,05$) puanlarında anlamlı fark bulunmuştur. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için post-hoc testler kullanılmıştır. Analiz sonucunda dışlanma puanlarında 9.sınıf öğrencilerinin ortalaması, 12.sınıf öğrencilerin ortalamasından daha düşük bulunmuştur. İnternet bağımlılığı puanlarında ise 12.sınıf öğrencilerinin ortalaması 9. ve 10. sınıf öğrencilerinin ortalamasından anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur.

Tablo 1. Değişkenler arası ilişkiler

	Önemsenmeme	Dışlanma	Sosyal Dışlanma – Toplam	İnternet Bağımlılığı	Yaş
Önemsenmeme	1				
Dışlanma	,38**	1			
Sosyal Dışlanma – Toplam	,72**	,91**	1		
İnternet Bağımlılığı	,26**	-,02	,10**	1	
Yaş	,04	,05	,06	-,07*	1

Tablo 2'de cinsiyete göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı puanlarının karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız örneklemelerde t testi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonucunda cinsiyete göre Önemsenmeme ($t=3,236$, $p<0,01$), Dışlanma

($t=-2,368$, $p<0,05$) ve İnternet bağımlılığı ($t=3,938$, $p<0,001$) puanlarında anlamlı fark vardır. Kadınların, erkeklere göre önemsenmeme ve internet bağımlılığı puanları daha yüksekken dışlanma puanları daha düşüktür.

Tablo 2. Cinsiyete göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı puanlarının karşılaştırılması

		n	Mean	SD	t	p
Önemsinmeme	Kadın	543	8,03	3,56	3,236	,001
	Erkek	440	7,31	3,32		
Dışlanma	Kadın	543	16,14	5,91	-2,368	,018
	Erkek	440	17,08	6,42		
Toplam	Kadın	543	24,22	8,14	-,392	,695
	Erkek	440	24,42	8,37		
İnternet Bağımlılığı	Kadın	543	23,60	8,21	3,938	,000
	Erkek	440	21,54	8,11		

Tablo 3’de internete bağlanılan cihaza göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı puanlarının karşılaştırılması amacıyla yapılan analiz sonucunda internete bağlanılan cihaza göre Dışlanma ($F=6,24$, $p<0,01$) puanında

anlamli fark bulunmuştur. Dışlanma puanlarında internete bilgisayardan bağlanılanların ortalamasının, telefonda bağlanılardan anlamli olarak daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 3. İnternete bağlanılan cihaza göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı puanlarının karşılaştırılması

		n	Mean	SD	F	p	post-hoc
Önemsinmeme	Bilgisayar (a)	183	7,59	3,45	0,17	0,84	-
	Telefon (b)	787	7,74	3,50			
	Tablet (c)	13	7,46	2,44			
Dışlanma	Bilgisayar (a)	183	17,84	6,81	6,24	0,00	a > b
	Telefon (b)	787	16,22	5,94			
	Tablet (c)	13	19,00	6,88			
Toplam	Bilgisayar (a)	183	25,46	8,86	2,77	0,06	-
	Telefon (b)	787	24,01	8,08			
	Tablet (c)	13	26,46	7,85			
İnternet Bağımlılığı	Bilgisayar (a)	183	22,91	8,23	0,12	0,88	-
	Telefon (b)	787	22,61	8,22			
	Tablet (c)	13	23,23	8,82			

Tablo 4’de internet erişiminin bulunma göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı puanlarının karşılaştırılması amacıyla yapılan analiz sonucunda internet erişimi bulunma durumuna göre önemsenmeme ($t=-2,93$, $p<0,01$), dışlanma ($t=-3,54$, $p<0,01$), sosyal dışlanma toplam puan ($t=-3,89$, $p<0,01$) ve

internet bağımlılığı ($t=2,26$, $p<0,05$) puanlarında anlamlı fark vardır. İnternet erişimi olanların sosyal dışlanma toplam puan ve alt boyutlarına ait ortalamaları daha düşükken, internet bağımlılığı ortalamaları daha yüksektir.

Tablo 4. İnternet erişiminin bulunma durumuna göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı puanlarının karşılaştırılması

		n	Mean	SD	t	p
Önemsenmeme	Evet	902	7,61	3,43	-2,93	0,00
	Hayır	81	8,79	3,82		
Dışlanma	Evet	902	16,35	6,09	-3,54	0,00
	Hayır	81	18,86	6,42		
Toplam	Evet	902	24,00	8,13	-3,89	0,00
	Hayır	81	27,69	8,72		
İnternet Bağımlılığı	Evet	902	22,85	8,25	2,26	0,02
	Hayır	81	20,70	7,72		

Tablo 5’de internet kullanım amacına göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı puanlarının karşılaştırılması amacıyla yapılan analizler sonucunda internete bağlanılan cihaza göre Önemsenmeme ($F=2,48$, $p<0,05$), Dışlanma ($F=4,12$, $p<0,01$) ve İnternet bağımlılığı ($F=9,44$, $p<0,01$) puanlarında anlamlı fark bulunmuştur. Önemsenme puanlarında interneti oyun oynama amaçlı kullananların ortalaması, müzik dinleme ve film izleme amaçlı kullananların ortalamasından daha düşük bulunmuştur.

Dışlanma puanlarında interneti oyun oynama amaçlı kullananların ortalaması sosyal paylaşım yapma ve sohbet etme amaçlı kullananların ortalamasından daha yüksek bulunmuştur. İnternet bağımlılığı puanlarında, interneti ödev yapma amaçlı kullananların ortalaması interneti sosyal paylaşım yapma, oyun oynama, sohbet etme, müzik dinleme ve film-video izleme amaçlı kullananların ortalamasından daha düşük bulunmuştur.

Tablo 5. İnternet kullanım amacına göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı puanlarının karşılaştırılması

		n	Mean	SD	F	p	post-hoc
Önemsenmeme	Sosyal paylaşım yapma (a)	146	7,47	3,55	2,48	0,04	b < e
	Oyun oynama (b)	180	7,13	3,06			
	Sohbet etme (c)	189	7,73	3,58			
	Ödev yapma (d)	55	7,63	3,91			
	Müzik dinleme, film, video (e)	413	8,05	3,48			

Tablo 5. İnternet kullanım amacına göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı puanlarının karşılaştırılması (Devamı)

Dışlanma	Sosyal paylaşım yapma (a)	146	15,62	6,26	4,12	0,00	b > a
	Oyun oynama (b)	180	17,49	6,75			b > c
	Sohbet etme (c)	189	15,58	5,84			
	Ödev yapma (d)	55	18,13	6,41			
	Müzik dinleme, film, video (e)	413	16,73	5,86			
Toplam	Sosyal paylaşım yapma (a)	146	23,16	8,31	2,26	0,06	-
	Oyun oynama (b)	180	24,64	8,50			
	Sohbet etme (c)	189	23,36	8,30			
	Ödev yapma (d)	55	25,82	9,21			
	Müzik dinleme, film, video (e)	413	24,80	7,88			
İnternet Bağımlılığı	Sosyal paylaşım yapma (a)	146	25,18	9,73	9,44	0,00	d < a
	Oyun oynama (b)	180	22,87	8,09			d < b
	Sohbet etme (c)	189	22,99	8,05			d < c
	Ödev yapma (d)	55	17,55	5,88			d < e
	Müzik dinleme, film, video (e)	413	22,25	7,70			

TARTIŞMA

Bu araştırma ile ergenlerde sosyal dışlanmanın internet bağımlılığı üzerine etkisi ve aynı zamanda cinsiyet, yaş, eğitim gördüğü sınıf düzeyi, sürekli internet erişimi varlığı, internete bağlanılan cihaz ve internete bağlanma nedenlerine göre değişip değişmediğini belirlemek amaçlanmıştır. Literatürde sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmaların kısıtlı olduğu görülmektedir ve buna bağlı olarak sosyal dışlanmaya maruz kalan bireylerin yaşadığı yalnızlık ve sosyal izolasyon ile ilgili çalışmalar da tartışmada ele alınmıştır.

Araştırmanın amacı doğrultusunda yapılan analiz sonucuna göre ergenlerde sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu yani birbirini etkilediği görülmektedir. Alanyazındaki bazı sonuçlar araştırmamızı destekler şekilde, sosyal dışlanmanın İnternet bağımlılığını pozitif olarak yordadığını gösterirken ¹⁴ bazı araştırmalar ise sosyal dışlanma ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki göstermemiştir. ¹⁵ Taş ve Öztosun (2018)'un ¹⁶ yaptığı ergenlerde algılanan sosyal destek ve sosyal dışlanma deneyimlerinin internet bağımlılığı üzerindeki etkisini inceledikleri araştırmalarında sosyal

dışlanma ve bağımlılık arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Benzer şekilde Hawk ve ark. (2019)¹⁷ tarafından 307 ergenle yapılan bir çalışmada ergenlerin sosyal dışlanmadan kurtulmak için ve dikkat çekme adına sosyal medyada daha sık vakit geçirdiği ancak bunun sonucunda da bağımlılık gibi yıkıcı davranışlar gösterdiği görülmektedir. Ayrıca yalnızlık, sosyal becerilerdeki eksiklik, sosyal izolasyon ve patolojik internet kullanımı ile doğrudan bağlantılıdır.¹⁸ Rebisz ve arkadaşlarının (2016)¹⁹ yaptığı bir araştırmaya göre internet bağımlılığı ve sosyal izolasyon arasında çok yüksek bir ilişki mevcuttur. Dikmen (2019)'in^{20,21} telefon bağımlılığı ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi değerlendirdiği araştırmalarında da pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür.

Araştırmamızda cinsiyete göre sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı değerlendirildiğinde erkeklerin sosyal dışlanma ölçeği puan ortalamaları kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuca göre erkeklerin daha çok sosyal dışlanmaya maruz kaldıkları söylenebilmektedir. Harding (2013)'in²² çocukların akran dışlanmasına ne kadar maruz kaldığını değerlendirdiği bir araştırma sonucuna göre en fazla erkekler dışlanmaya maruz kalmışlardır. İnternet bağımlılığı açısından ise kadınların puan ortalamaları erkeklerden yüksek bulunmuştur.

Araştırmamızda örneklem grubu özelliği ve internet kullanım nedenleri açısından da bakıldığında en fazla sosyal medya kullanımı ve oyun için internette vakit geçirdikleri görülmüştür ve literatürde de bununla bağlantılı olarak kadınların sosyal medya kullanımında daha hassas oldukları, sosyal kaygıyı daha çok yaşadıkları ve sosyal medyada daha çok zaman geçirdikleri ve bağımlılığa daha yatkın oldukları görülmektedir.²³ Literatürde erkeklerin daha çok patolojik internet kullandıkları daha yüksek bağımlılık puanı aldıklarını gösteren çalışmalar da mevcuttur.²⁴

Araştırma sonucuna göre yaş ve okudukları sınıf ortalamalarında sosyal dışlanma açısından herhangi bir farklılık görülmezken, internet bağımlılığı bireylerin yaş ve okudukları sınıf açısından anlamlı farklılık

olduğu görülmüştür. Özellikle 15 yaş olan grubun 17 ve üzeri yaşa göre, 9 ve 10.sınıf öğrencilerinin ise 12. Sınıf öğrencilerine göre puan ortalamalarını daha yüksek olduğu ve bağımlılık açısından daha riskli oldukları görülmektedir. Alanyazında bizim araştırma sonucumuza benzer ve farklı sonuçlar görülmektedir. Bunun sebebinin farklı yaş gruplarına yönelik kesitsel araştırmalar çoğunlukla yapılmış olmasının yol açtığı düşünülmektedir. Altınova ve ark. (2019)'in²⁵ yaptığı 11-17 yaş arası ergenlerdeki internet bağımlılığını değerlendirdiği araştırmasında benzer şekilde 15 yaş civarında bağımlılığın arttığı, Özgözü ve ark. (2022)'nin²⁶ yaptığı bir araştırmaya göre ise eğitim gördüğü sınıfın bağımlılığa etkisinin olmadığı görülmektedir.

Ayrıca araştırmamızda ergenlerin internet erişiminin olup olmamasının sosyal dışlanma ve internet bağımlılığını etkilediği ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. İnternetin uzun saatler kullanılmasının yani internetin varlığının bağımlılık riskini arttırdığı görülmektedir. Bizim çalışmamıza benzer şekilde Vondráčková ve Gabrhelik (2016)' in araştırmasında internet kullanımının artmasıyla bağımlılığın arttığına yönelik sonuçlar olduğu görülmektedir.²⁷

İnternete bağlanılan cihazlar arasında ise istatistiksel olarak sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı açısından anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Fakat dışlanma alt boyutu bilgisayar kullanan kişilerde farklılaşmaktadır. Yapılan bir araştırma sonucuna göre bizim araştırmamızdan farklı şekilde kişisel bilgisayar kullanımının internet bağımlılığını arttırdığı görülmüş²⁸ fakat sosyal dışlanma alt boyutu açısından bu durumu değerlendiren araştırma görülmemiştir. Bu durumun sebebinin kullanım amaçları ile bağlantılı olarak oyun oynamanın ve eğitimin dijital platformlar üzerinden olmasının bilgisayar kullanımı bir bilgisayara sahip olma oranlarını arttırdığı, buna bağlı olarak bir farklılaşma görüldüğü düşünülmektedir. Artık gençler çok erken yaşlarda bir teknolojik cihazlara sahip olmakta ve bu durum ne yazık ki akran grupları arasında bir güç gösterisi, kendini

özel hissetme gibi duyguların artmasına ve çocukların bir araya geldiklerinde sohbetlerinin bile teknoloji ile ilgili olmasına sebep olmaktadır. Bunun sonucunda ise özellikle bu yaş grubunda bilgisayarı olmayan bireyler dışlanmaya maruz kalabilmekte ya da kendilerini böyle hissedebilmektedirler.

Araştırmamızda ergenlerin internet bağımlılığı düzeylerinin, kullanım amaçları bakımından istatistiksel olarak farklılık gösterdiği de bulunmuştur. İnternet kullanım amacı sosyal paylaşım yapma, müzik dinleme, oyun oynama veya sohbet etme olan öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nden almış oldukları puanlar kullanım amacı ödev yapma olanlara göre daha yüksek olarak tespit edilmiştir. Bizim araştırmamızla paralel

olarak Aral ve Keskin (2018)'nin²⁹ yaptığı çocukların internet kullanım amaçlarını ve oranlarını değerlendirdiği çalışmasında çocukların sıklıkla oyun oynamak için dijital cihazları kullandıkları görülmüştür. Yine literatürde özellikle bu yaş grubunda öğrencilerin interneti yüksek oranlarda sosyal medya amaçlı kullandıkları görülmektedir. Sosyal medya gençlerin kendilerini istedikleri şekilde ortaya koyabildikleri ve özgürleşebildikleri bir ortam olması açısından etkili bir paylaşım ortamı olmuştur.³⁰ Durak ve Seferoğlu (2018)'nin³¹ yaptığı çalışmaya göre sosyal medya kullanımı bağımlılıkta önemli bir değişken olarak bulunmuştur. Yine başka bir araştırmada sosyal medya kullanımının telefon bağımlılığını yordayıcı bir değişken olduğu görülmüştür.³²

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonucunda özellikle günümüzde gençler arasında giderek artan sosyal dışlanma ve internet bağımlılığı arasında güçlü bir bağlantı görülmüştür. Son yıllarda gençler arasında teknoloji giderek artan bir iletişim ortamı yaratmaktadır. Farklı platformlarda özgürce dolaşan gençler duygusal tatmin yaşamaktadır. Özellikle duygu yoksunluğu yaşayan, benlik saygısı zayıf ve sosyal olarak izole olan gençler bu ortamlarda kendilerini istedikleri gibi ortaya koyarak yer almaktadırlar. Fakat bu durum giderek gençlerin ruh sağlığını bozabilmektedir ve sonucunda ise çeşitli davranış problemlerinin, uyku ve yeme sorunlarının artmasına yol açabileceği de

düşünülmektedir. Bu nedenle özellikle aileden başlamak üzere okul ve akran ortamı değerlendirilmelidir. Ailelere sağlıklı internet kullanımına yönelik bilgi verilmelidir. Ailelerin çocukları ile olan iletişimlerini arttırılmalı sağlıklı bağlanma sağlanmalıdır. Okullarda özellikle teknolojinin doğru kullanımı, stresle baş etme yöntemleri, iletişim gibi alanlarda gençlere eğitim verilmeli doğru iletişim ortamları aktiviteler oluşturulmalıdır. Kamuoyunda özellikle çağımızın problemi olan bağımlılığı önleme üzerine farkındalık çalışmaları yapılmalı, kamu-stk işbirliği ile projeler düzenlenmelidir.

KAYNAKLAR

1. Yavuzer, H. (2017). "Çocuk Psikolojisi" (41. B.). İstanbul: Remzi Kitapevi.
2. Büyüksahin, ÇG. ve Yıldız, MA. (2017). "The Roles of Perceived Social Support, Coping, and Loneliness in Predicting Internet Addiction in Adolescents". Eğitim ve Uygulama Dergisi.;8(12):64-73. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1140618.pdf>
3. Riva, P. and Eck, J. (2016). "The many faces of social exclusion". P Riva, J Eck, editor. Social exclusion: Psychological approaches to understanding and reducing its impact. Springer International Publishing.; p. 9-15
4. Williams, KD., Forgas, JP. and Hippel, WV. (2005). "The social outcast: Ostracism. Social exclusion, rejection and bullying". N.Y: Psychology Press.
5. Hartgerink, CH., Van Beest, I., Wicherts, JM. and Williams, KD. (2015). "The ordinal effects of ostracism: A meta-analysis of 120 Cyberball studies". PLoS One. 10(5):e0127002. doi: 10.1371/journal.pone.0127002
6. Akın, A., Uysal, R. ve Akın, Ü. (2016). "Ergenler için sosyal dışlanma ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliği" [The validity and reliability of Turkish version of the ostracism experience scale for adolescents]. Kastamonu Eğitim Dergisi. 24(2):895-904. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/209749>
7. Pickett, CL., Gardner, WL. and Knowless, ML. (2004). "Getting a cue: the need to belong and enhanced sensitivity to social cues". Personality and Social Psychology Bulletin, 30(9):1095-1107. doi: 10.1177/0146167203262085
8. Sjästad, H., Zhang, M., Masvie, AE. and Baumeister, R. (2020). "Social exclusion reduces happiness by creating expectations of future rejection". Self and Identity. 20:1-10. doi: 10.1080/15298868.2020.1779119

9. Yao, MZ. and Zhong, Z. (2014). "Loneliness, social contact and internet addiction: A cross-lagged panel study". *Computers in Human Behavior*.30:164–170. doi: 10.1016/j.chb.2013.08.007
10. Tokunaga RS. (2015). "Perspectives on internet addiction, problematic internet use, and deficient self-regulation: Contributions of communication research". *Annals of the International Communication Association*.39(1):131–161. doi: 10.1080/23808985.2015.11679174
11. George, D. and Mallery, M. (2010). "SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference". Pearson
12. Gilman, R., Carter-Sowell, A., DeWall, N., Adams, R., Carboni, I. (2013). "Validation of the ostracism experiences scale for adolescents". *Psychological Assessment*, 25(2): 319-330. doi: 10.1037/a0030913.
13. Taş, İ. (2019). "Ergenler için internet bağımlılığı ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması [Internet addiction scale for adolescents: validity and reliability study]". *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*,20(2), 875- 905. doi: 10.29299/kefad.2019.20.02.011
14. Lim, M. (2019). "Social exclusion, surveillance use, and Facebook addiction: The moderating role of narcissistic grandiosity". *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 16(20):3813. doi: 10.3390/ijerph16203813
15. Bagir, A., Emre, O., Cumurcu, HB. ve Ulutas, A. (2020). "The relationship between social exclusion (Ostracism) and internet addiction of adolescent girls". *Research in Pedagogy*. 10(1):50–65. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1246474>
16. Taş, B. ve Öztosun, A. (2018). "Predictability of internet addiction with adolescent perception of social support and ostracism experiences", *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*. 17(4):32-41. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1192818.pdf>
17. Hawk, ST., van den Eijnden, RJ., van Lissa, CJ., ter Bogt, TF. (2019). "Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress". *Computers in Human Behavior*, 2019;92:65-75. doi:10.1016/j.chb.2018.10.032
18. Kim, J., LaRose, R. and 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*, 12:451-455. doi: 10.1089/cpb.2008.0327
19. Rębisz S, Sikora I, Smoleń-Rębisz K. (2016). "Poczucie samotności a poziom uzależnienia od internetu wśród adolescentów". *Edukacja - Technika – Informatyka* 7(1):90-98. doi: 10.15584/eti.2016.1.13
20. Dikmen, O. (2019). "Genç erişkinlerde internet bağımlılığı düzeyleri ile sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi" [Yükseklisans Tezi]. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi. [Erişim tarihi: 20.11.2023] <https://acikbilim.yok.gov.tr/handle/20.500.12812/376427>
21. Çakır, Ö. ve Oğuz, E. (2017). "Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki" [The correlation between high school students' loneliness levels and smart phone addiction]. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 13(1): 418-429. doi.org/10.17860/mersinefd.290711
22. Harding, R. (2013). "Friendship and Exclusion: A Look At How Having A Best Friend Within the Preschool Classroom Affects Exclusion". *Master of Arts in Early Childhood Education*, Spring, Usa: Mills College.
23. Aktan, E. (2018). "Sosyal medya ve sosyal kaygı: Sosyal medya kullanıcıları üzerine bir araştırma [Social media and social anxiety: A research on social media users]". *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 11(2):35-53. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/504808>
24. Şahan, M. ve Eraslan Çapan, B. (2017). "Ergenlerin problemleri internet kullanımında kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların ve sosyal kaygının rolü [The role of interpersonal cognitive distortions and social anxiety in adolescents' problematic internet use]". *Ege Eğitim Dergisi*. 18(2):887-913. doi:10.12984/eegefd.336391
25. Altınova, A., Daşbaşı, S. ve Kesen, NF. (2019). "17 yaş arası ergenlerde internet bağımlılığı ve video kanallarının takip edilmesinin incelenmesi [Examination of internet addiction and following video channels in adolescents aged 11-17]". *Pediatric Practice and Research*. 7(Ek):90–96. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/pprjournal/issue/51342/668749>
26. Özgözgü, S., Şimşek, H., Arıkan, MF., Alyaprak, A., Günay, B. ve Eyigünger, N. (2022). "Lise öğrencilerinde problemleri internet kullanımı ile sosyal destek algıları arasındaki ilişkiler [The relationship between problematic internet use and perceived social support systems of high school students]". *Millî Eğitim Özel Eğitim ve Rehberlik Dergisi*. 2(3):33-62. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/2298307>
27. Vondráčková, P. and Gabrhelík, R. (2016). Prevention of internet addiction: A systematic review. *Journal of Behavioral Addictions*. 5(4):568-579. doi: 10.1556/2006.5.2016.085
28. Gökçearslan, Ş. ve Günbatır, MS. (2012). "Ortaöğrenim öğrencilerinde internet bağımlılığı [Internet addiction in high school students]". *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*. 2(2):10-24. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/etku/issue/6271/84223>
29. Aral, N. ve Doğan Keskin, A. (2018). "Ebeveyn bakışıyla 0-6 yaş döneminde teknolojik alet kullanımının incelenmesi [Examining 0-6 year olds' use of technological devices from parents' points of view]". *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*. 5(2):317–348. doi: 10.15805/addicta.2018.5.2.0054
30. Aydın, İ E. (2016). "Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımları üzerine bir araştırma: Anadolu üniversitesi örneği [A study on usage of social media among university students: Anadolu university case]". *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 33: 373–386. <http://dergisosyalbil.selcuk.edu.tr/susbed/article/view/1256>
31. Durak, H. ve Seferoğlu, S. (2018). "Ortaokul öğrencilerinin akıllı telefon kullanımları ve bağımlılık düzeyleriyle ilgili bir inceleme [An Examination of Smartphone Use and Addiction among Middle School Students]". *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*;8(1):1-23. doi: 10.17943/etku.288822
32. Genç Demirağ, D. (2017). "Ankara yıldırım beyazıt üniversitesi sağlık bilimleri fakültesi hemşirelik bölümü ve tıp fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ile depresyon ve anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi" [Uzmanlık tezi]. Ankara: Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı; [Erişim tarihi: 26.11.2023]. <https://acikerisim.aybu.edu.tr:8443/server/api/core/bitstream/s/d040a4cb-c349-4e6a-8004-82638b922e26/content>