
Kuram ve Uygulamada SOSYAL BİLİMLER DERGİSİ

Social Sciences: Theory & Practice

ISSN: 2619-9408

Geliş/Received: 03.08.2024 *Kabul/Accepted:* 02.11.2024

Makale Türü: Araştırma

Üniversite Öğrencilerinde Siber Stalklama ile Yalnızlık, Ruminasyon, Psikolojik Sağlamlık ve Yaşam Doymu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

Lokman KOÇAK **

ÖZ

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde siber stalklama ile yalnızlık, ruminasyon, psikolojik sağlamlık ve yaşam doymu arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu, 2023-2024 eğitim öğretim yılında Bayburt Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan 17-29 yaş aralığında yer alan 316 kadın (%68) ve 149 erkek (%32) olmak üzere toplam 465 bireyden oluşmaktadır (M= 21.09, SD= 1.68). Araştırmada veri toplamak için "Kişisel Bilgi Formu", "Siber Stalklama Ölçeği", "Ucla Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu", "Kısa Durum Ruminasyon Envanteri", "Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği" ve "Yaşam Doymu Ölçeği" uygulanmıştır. Yapılan korelasyon analizi sonucunda siber stalklama ile yalnızlık ve ruminasyon arasında pozitif; psikolojik sağlamlık ile negatif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yaşam doymu ile siber stalklama arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir. Yapılan regresyon analizi sonucunda ise yalnızlık, ruminasyon ve psikolojik sağlamlığın siber stalklamadaki toplam varyansın %8'ini açıkladığı görülmektedir. Yordayıcı değişkenler tek tek ele alındığında, yalnızlık ve ruminasyonun siber stalklamanın anlamlı birer yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular ilgili alanyazın doğrultusunda tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Siber stalklama, yalnızlık, ruminasyon, psikolojik sağlamlık, yaşam doymu.

Investigation the Relationship Between Cyberstalking and Loneliness, Rumination, Resilience and Life Satisfaction in University Students

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between cyberstalking and loneliness, rumination, resilience and life satisfaction in university students. The study group of the research consists of a total of 465 individuals (M= 21.09, SD= 1.68), 316 females (68%) and 149 males (32%) between the ages of 17-29, who are studying at Bayburt University in the 2023-2024 academic year (M= 21.09, SD= 1.68). "Personal Information Form", "CyberStalking Scale", "Ucla Loneliness Scale Short Form", "Brief State Rumination Inventory", "Brief Resilience Scale" and "Life Satisfaction Scale" were applied to collect data. As a result of the correlation analysis, it was determined that there was a positive relationship between cyberstalking and loneliness and rumination, and a negative and significant relationship with resilience. It was determined that there was no significant relationship between life satisfaction and cyberstalking. As a result of the regression analysis, loneliness, rumination and resilience explained 8% of the total variance in cyberstalking. When the predictor variables were considered individually, it was determined that loneliness and rumination

Atf Bilgisi: Koçak, L. (2024). Üniversite öğrencilerinde siber stalklama ile yalnızlık, ruminasyon, psikolojik sağlamlık ve yaşam doymu arasındaki ilişkinin incelenmesi *Kuram ve Uygulamada Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2), 364-375. Doi: DOI: 10.48066/kusob.1527722

* Bu çalışma 16-19 Mayıs 2024 tarihlerinde Ankara'da düzenlenen 25. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

** Dr. Öğr. Üyesi, Bayburt Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, lokmankocak@bayburt.edu.tr, ORCID: orcid.org/0000-0002-5247-0974.

were significant predictors of cyberstalking. The findings were discussed in line with the related literature.

Keywords: Cyberstalking, loneliness, rumination, resilience, life satisfaction.

Giriş

İnternet ve sosyal medya kullanımı her geçen gün daha da yaygınlaşmaktadır. Yayınlanan yeni raporlar, dünya genelinde büyük bir çoğunluğun dijital mecralarda yer aldığını göstermektedir. Statista (2024) verilerinde, 8.08 milyar olan dünya nüfusundan 5.35 milyar insanın internet kullandığı; genel nüfusun 5.05'inin ise sosyal medya kullanıcısı olduğu raporlanmıştır. Kullanılan sosyal medya platformları incelendiğinde, en çok kullanıcının Facebook (3.6 milyar)'ta yer aldığı; YouTube (2.5 milyar) Instagram (2 milyar) ve Tiktok (1.6 milyar) gibi platformların da önemli sayıda kullanıcı barındırdığı görülmektedir. Yine aynı raporda, dünya genelinde sosyal medyada geçirilen sürenin 2.23 saat olarak belirlendiği yer almaktadır. Türkiye'de de benzer rakamların olduğu göze çarpmaktadır. Günlük sosyal medya kullanımı süresi 2.44 saat olarak hesaplanmış, en sık kullanılan sosyal medya mecraları ise YouTube (57.5 milyon) Instagram (57.1 milyon) Tiktok (37.7 milyon), Facebook (34 milyon) ve X (20 milyon) olarak raporlanmıştır.

Çevrimiçi ortamlar, kullanıcılarına eğlenceli bir zaman dilimi ve birçok kolaylık sağlasa da, kontrol edilebilirlik eksikliği ile önemli riskler taşımaktadır. Bu risklerden biri, mağduru kontrol etmek, manipüle etmek ve zorlamak için elektronik araçları ve çevrimiçi ortamları kullanarak yapılan bir taciz biçimi (sık sık gözlemek, ısrarla iletişim halinde olmak) şeklinde tanımlanan siber stalklamadır (Sheridan ve Lyndon, 2012; Smoker ve March, 2017). Sheridan ve Grant (2007), siber stalklamanın ana bileşenlerini; mağdur hakkında bilgi toplamak için sosyal ağları ve diğer çevrimiçi ortamları kullanmak, sık sık istenmeyen mesajlar göndermek, elektronik sabotaj (virüs göndermek veya hesapları hacklemek), başka biri gibi davranmak ve yanlış bilgiler yayınlamak olarak açıklamaktadır. Bununla birlikte, bu temel siber stalklama unsurlarının, hızlanan teknolojik gelişmelere ve çevrimiçi ortamlara eklenen ve yaygınlaşan yeni işlemlere paralel olarak sürekli dönüştüğünü belirtmek yerinde olacaktır. Bu husus, belirli bir zaman aralığında yürütülen araştırmalar karşılaştırıldığında açıkça görülmektedir: Burke vd. (2011) tarafından yürütülen araştırmada kısa mesaj, e-posta ve Facebook kullanımı gibi işlemlere odaklanırken; Smoker ve March (2017), mevcut izleme uygulamaları, bilgi ekran görüntüleri ve Instagram gibi sosyal medya mecralarını ele almaktadır.

Geleneksel takibe benzer şekilde, siber takibin hem bir yabancı hem de mağdurla daha önce temas kurmuş birisi tarafından gerçekleştirilebileceği belirtilmektedir (Horsman ve Conniss, 2015). Bununla birlikte, ısrarlı takibin çevrimiçi versiyonunun tanıdıklar arasında, özellikle de romantik çiftler arasında daha yaygın olduğu düşünülmektedir (Smoker ve March, 2017). Romantik bir bağlantı elde etmek veya sürdürmek için partnerleri izleme ve kontrol etme ihtiyacıyla motive edilme, bu durumun nedenleri olarak açıklanmaktadır (Burke vd., 2011; Santos vd., 2021). Geleneksel ısrarlı takip çoğunlukla erkek failler tarafından temsil edilse de, siber stalklamanın kadınlar arasında daha yaygın olduğu belirtilmektedir (March vd., 2020; Smoker ve March, 2017). Bu durum, kadınların siber takip gibi gizli takip davranışlarında bulunma olasılığının daha yüksek olması ile açıklanmaktadır (Purcell vd., 2010). March vd. (2021) ise kadınların uzun süreli ilişkilerdeki risklere karşı daha hassas olması nedeniyle siber stalklama davranışlarının erkeklere göre daha fazla olabileceğini öne sürmektedir. Siber stalklama ile yaş değişkeninin birlikte ele alındığı bir çalışmada, siber stalklamanın genç yetişkinlerde daha yaygın olduğu tespit edilmiştir (Brady vd., 2017).

Siber stalklama ile yapılan diğer çalışmalarda, gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO), sosyal medya kullanımı ve karanlık dörtlü (makyavelizm, narsisizm, psikopati ve sadizm) ile siber stalklamanın pozitif ilişkili olduğu belirlenmiştir (March vd., 2020; Silva Santos vd. 2021; Smoker ve

March, 2017). Siber stalklamaya maruz kalan kişilerde depresyon ve kaygı, uyku ve yeme düzeninde değişiklikler ve önemli olumsuz psikolojik, sosyal ve fiziksel sonuçlar görüldüğü bildirilmektedir (Haron ve Yusof, 2010; March vd., 2020). Ayrıca siber stalklama mağdurlarının travma sonrası stres bozukluğu yaşama olasılığının da yüksek olduğu düşünülmektedir (Short vd., 2015). Yapılan araştırmalar, siber stalklama deneyimleri ile artan yalnızlık ve düşüncelere dalma gibi çeşitli duygusal zorluklar arasında karmaşık bir etkileşim olduğunu ortaya koymaktadır. Bu zorluklar, üniversite öğrencilerinde kaygı ve depresyon gibi ruh sağlığı sorunlarının görülme ihtimalini artırmaktadır (Begotti ve Acquadro Maran, 2019; Short vd., 2014). Siber stalklamaya maruz kalan kişilerin genellikle daha düşük yaşam doyumu ve psikolojik sağlık düzeyi bildirdiği; bu durumun da daha fazla tacize ve olumsuz sosyal etkileşimlere karşı duyarlılığı artıran döngüsel bir duygusal sıkıntı örüntüsü yarattığı belirtilmektedir (Olson vd., 2024; van Baak ve Hayes, 2018). Öte yandan psikolojik sağlık ve yaşam doyumu, siber stalklamanın etkilerini azaltabilecek koruyucu faktörler olarak belirlenmekte ve bu özelliklerin geliştirilmesinin öğrencilerin genel refahını ve sosyal bütünleşmesini artırmada önemli bir rol oynayabileceği düşünülmektedir (Batmaz ve Çelik, 2024; Begotti ve Acquadro Maran, 2019). Tartışmalı bir şekilde, yalnızlık ve tekrarlayan olumsuz düşünme gibi bireysel duygusal durumlara odaklanmak, siber stalklama davranışlarına katkıda bulunan daha geniş kurumsal ve toplumsal faktörleri gizleyebilmektedir. Duygusal mücadelelerin, akademik baskıların ve sosyal dinamiklerin kesiştiği yer olan eğitim ortamları, giderek daha fazla dijital iletişimi benimserken; siber stalklamanın çok yönlü doğasını anlamak önemli bir unsur olarak değerlendirilmektedir (Beel, 2017; Martínez-Monteagudo vd., 2020). Araştırmalar, üniversite ortamlarında hem siber stalklamayı önlemeyi hem de psikolojik sağlamlığı desteklemeyi amaçlayan hedefli müdahalelerin gerekliliğini vurgulayarak, daha sağlıklı akademik deneyimler ve sosyal bağlantılar için yol açmaktadır (Santos vd., 2021).

Yetişkin bireylerde giderek yaygınlaşan siber stalklamanın çeşitli değişkenlerle ele alınmasının, kavrama daha fazla dikkat çekilmesi ve kavramın anlaşılması adına önemli olacağı düşünülmektedir. Alanyazında, siber stalklama ile ilgili araştırmaların sınırlı sayıda olması bu düşünceyi güçlendirmektedir. Bu doğrultuda, araştırmada üniversite öğrencilerinde siber stalklama ile yalnızlık, ruminasyon, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, nicel araştırma türlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli kullanılarak, değişkenler arasındaki ilişkilerin derecesi belirlenebilmektedir. Ayrıca, bu model ile bir değişkene ait bilgiler doğrultusunda diğer değişken veya değişkenlerdeki durum tahmin edilebilmektedir (Christensen vd., 2015).

Örneklem / Araştırma grubu

Araştırmanın çalışma grubu, 2023-2024 eğitim öğretim yılında Bayburt Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan 17-29 yaş aralığında yer alan 316 kadın (%68) ve 149 erkek (%32) olmak üzere toplam 465 bireyden oluşmaktadır (M= 21.09, SD= 1.68). Araştırmaya katılımda gönüllülük esas alınmıştır. Veriler, araştırmacı tarafından hazırlanan Google Form aracılığı ile çevrimiçi yöntemle toplanmıştır. Araştırmada uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Uygun örnekleme yöntemi zaman, para ve işgücü kaybını azaltarak araştırmacının ulaşabildiği kişilerden veri toplamasını içermektedir (Büyüköztürk vd., 2013).

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacının tarafından geliştirilen bilgi formunda; araştırmaya katılan bireylerin cinsiyeti, yaşı, kullandıkları sosyal medya platformları ve internet kullanım süresi gibi bazı demografik özelliklere yönelik sorular yer almaktadır.

Siber Stalklama Ölçeği

Silva Santos vd. (2021) tarafından geliştirilen ölçek, Koçak vd. (2023) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. Yetişkin bireylere dönük geliştirilmiş olan ölçeğin deneme formu 15 maddeden oluşmakta ve 5'li Likert tipindedir. Ölçeğin son hali ise tek boyutlu 10 maddeden oluşmaktadır. AFA sonuçları incelendiğinde, faktör yüklerinin .44 ile .88 arasında değiştiği, tek faktörlü olan ölçeğin açıkladığı toplam varyansın ise %37.65 olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar ölçeğin AFA bağlamında kabul edilebilir düzeyde özellikler gösterdiğine işaret etmektedir. DFA sonuçları incelendiğinde, $X^2=52.415$, $df=32$, CFI= .95, IFI= .95 ve GFI= .93 değerlerinin mükemmel uyum sergilediği; RMSEA= .068, RMR= .080, SRMR= .056, NNFI= .93 ve AGFI= .89 değerlerinin ise kabul edilebilir uyum düzeyine sahip olduğu görülmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2018; Seçer, 2015). Güvenirlik analizlerinde, AFA ve DFA için iç tutarlık katsayıları sırasıyla .81 ve .83, iki yarı test güvenirlik katsayıları ise .77 ve .76 olarak belirlenmiştir. Bu araştırmada ise ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır.

UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu

Russel vd. (1978) tarafından geliştirilen ölçek, daha sonra Russel vd. (1980) tarafından tekrar gözden geçirilmiş ve ölçeğin maddelerinin yarısı olumlu, yarısı olumsuz olacak şekilde değiştirilmiştir. Neto (2014), 20 maddelik bu ölçeği 6 madde olarak yeniden incelemiş ve psikometrik hesaplamalarını yapmıştır. Ölçeğin son halinin Türk kültürüne uyarlama çalışması ise Sarıçam (2023) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yapılan faktör analizleri sonucunda 6 maddelik tek boyutlu modelin uyum indeksi değerlerinin mükemmel uyum gösterdiği ve madde faktör yüklerinin .35 ile .70 arasında sıralandığı belirlenmiştir ($\chi^2(24.37)/sd(9)= 2.71$, AGFI= .92, CFI= .96, GFI= .96, IFI= .96, NFI= .95, NNFI= .94, RFI= .92, RMSEA= .076, SRMR= .047) Güvenirlik analizleri sonucunda ise Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .77 olarak tespit edilmiştir. Bu araştırmada ise ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .69 olarak hesaplanmıştır. Eşzamanlı geçerlik çalışmasında, UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu ile UCLA Yalnızlık Ölçeği ($r= .83$) ve Rotterdam Duygusal Zekâ Ölçeği ($r=- .56$) arasında anlamlı ilişki ($p< .01$) olduğu belirlenmiştir.

Kısa Durum Ruminasyon Envanteri

Marchetti vd. (2018) tarafından geliştirilen ölçeğin Türk kültürüne uyarlama çalışması Altan-Atalay vd. (2020) tarafından yapılmıştır. Orijinal formunda ölçek 8 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Faktör analizi çalışmalarında da ölçeğin bu yapısı doğrulanmış ve yapının iyi bir uyum gösterdiği belirlenmiştir ($\chi^2(20)= 80.03$, $p< .001$, RMSEA= .14 [.11-.18], CFI= .91, SRMR= .05, GFI= .88, TLI= .87). Eşzamanlı geçerlik analizlerinde kısa durum ruminasyon envanteri pozitif duygulanım değerlendirmeleri ile negatif bir ilişki, depresyon ve olumsuz duygulanım ölçümleri ile güçlü bir pozitif ilişki göstermiştir. Güvenirlik analizleri sonucunda, ölçeğinin Cronbach alfa katsayısı .91, ölçeğin yarı yarıya güvenilirliği ise .93 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada ise ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır.

Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği

Ölçek, Smith vd. (2008) tarafından geliştirilmiş ve Doğan (2015) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. 5'li Likert tipi bir ölçme aracı olan ölçek, tek boyuttan oluşmakta ve ölçekte 6 madde yer almaktadır. Geçerlik analizleri doğrultusunda, açılımlayıcı faktör analizi (AFA) sonuçları maddelerin faktör yüklerinin .63 ile .79 arasında değiştiğini göstermektedir. Doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları ise madde-faktör yapısının iyi düzeyde uyuma sahip olduğuna işaret etmektedir (NFI= 0.99,

NNFI= 0.99, CFI= 0.99, IFI= 0.99, RFI= 0.97, GFI= 0.99, AGFI= 0.96, RMSEA= 0.05 ve SRMR= 0.03). Analizler, orijinaline benzer şekilde ölçeğin tek faktörlü bir yapı gösterdiğini ortaya koymaktadır. Güvenilirlik kapsamında, ölçeğin iç tutarlılık düzeyi incelenmiş ve Cronbach Alpha katsayısının .83 olduğu tespit edilmiştir. Ölçüt bağıntılı geçerlik kapsamında Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ile Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu ($r= .40$), Ego Sağlamlığı Ölçeği ($r= .61$) ve Connor-Davidson Psikolojik Sağlık Ölçeği ($r= .66$) arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu araştırmada ise ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .82 olarak hesaplanmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği

Ölçek, Diener vd. (1985) tarafından geliştirilmiş, Köker (1991), Durak vd. (2010) tarafından Türkçe kültürüne uyarlanmıştır. Yaşam Doyumu Ölçeği, bireylerin yaşam doyumu düzeylerini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiş tek boyutlu ve 5 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek Likert-7 tipinde (1= hiç uygun değil, 7= çok uygun) ve 5 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .85 olarak bulunmuş, madde-test korelasyonları ise .71 ile .80 arasında hesaplanmıştır. Durak vd. (2010) ise ölçeğin güvenilirlik katsayısını .81 olarak hesaplamış, geçerliği belirlemek için yaptıkları doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum indeksi değerlerini $\chi^2/df= 2.026$, IFI= .99, TLI= .98, CFI= .99 ve RMSEA= .43 olarak bulmuşlardır. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayısı .86 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek en düşük değer 5, en yüksek değer ise 35'tir. Yüksek puanlar yaşamdan memnuniyet düzeyinin yüksek olduğunu, düşük puanlar ise yaşamdan memnuniyet düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada ise ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Öncelikle, dağılım normallik açısından incelenmiş, verilerin normal dağılıma uygun olup olmadığını belirlemek için çarpıklık ve basıklık değerleri gözden geçirilmiştir. Değişkenlerin çarpıklık değerlerinin .06 ile -.47 aralığında; basıklık değerlerinin ise .33 ile -.23 aralığında değişmesi ve değerlerin -1.5 ile +1.5 aralığında olması verilerin normallik açısından kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2020). Dağılımın parametrik analizler için uygun olduğunun belirlenmesinden sonra istatistiksel analizlere geçilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson korelasyon analizi ve bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki yordayıcı ilişkileri belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Analizler SPSS 22.00 paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Betimleyici istatistikler, güvenilirlik ile değişkenler arasındaki ilişkiler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Betimleyici istatistikler, güvenilirlik ile siber stalklama, yalnızlık, ruminasyon, psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler (N=465)

	Y	R	PS	YD	Betimleyici İstatistikler				
					α	M	SD	Çarpıklık	Basıklık
SS	.20**	.22**	-.14**	-.08	.81	28.85	7.50	.01	-.14
Y		.31**	-.28**	-.11*	.70	13.72	4.11	.47	-.22
R			-.34**	-.16**	.84	41.52	14.15	-.23	-.18
PS				.21**	.82	18.03	4.65	.06	.33
YD					.80	14.24	3.56	-.12	-.01

* $p < .05$, ** $p < .01$

Kısaltmalar: SS, Siber Stalklama; Y, Yalnızlık; R, Ruminasyon; PS, Psikolojik Sağlamlık; YD, Yaşam Doyumu; α , Cronbach Alpha; M, Ortalama; SD, Standart Sapma.

Tablo 1 incelendiğinde, siber stalklama ile yalnızlık ($r = .20$) ve ruminasyon ($r = .22$) arasında pozitif; psikolojik sağlamlık ($r = -.14$) ile negatif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p < .01$). Yaşam doyumu ile siber stalklama arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir ($r = -.08$, $p > .05$).

Bulgular

Üniversite öğrencilerinde yalnızlık, ruminasyon, psikolojik sağlamlık ve siber stalklama arasındaki yordayıcı ilişkileri belirlemek amacıyla Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 2’de gösterilmiştir. Korelasyon analizinde siber stalklama ile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki olmaması nedeniyle, yaşam doyumu regresyon modeline dahil edilmemiştir.

Tablo 2. Yalnızlık, ruminasyon ve psikolojik sağlamlık ile siber stalklamaya ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	23.08	2.37		9.70	.00
Yalnızlık	.24	.08	.13	2.76	.00**
Ruminasyon	.08	.02	.17	3.35	.00**
Psikolojik Sağlamlık	-.06	.07	-.04	-.85	.39

$R = .27$, $R^2 = .08$, $F = 8.63$, * $p < .05$, ** $p < .01$

Tablo 2 incelendiğinde, yalnızlık, ruminasyon ve psikolojik sağlamlığın siber stalklamadaki toplam varyansın %8’ini açıkladığı görülmektedir ($R = .27$, $R^2 = .08$, $F = 8.63$, $p < .01$). Yordayıcı değişkenler tek tek ele alındığında, yalnızlık ($\beta = .13$, $t = 2.76$) ve ruminasyonun ($\beta = .17$, $t = 3.35$) siber stalklamanın anlamlı birer yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir ($p < .01$).

Sonuç

Araştırmada, siber stalklama ile yalnızlık ve ruminasyon arasında negatif; psikolojik sağlamlıkla pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan siber stalklama ile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir. Yalnızlık ve ruminasyonun siber stalklamanın anlamlı bir yordayıcısı olduğu da araştırmanın bir diğer bulgusudur.

Alanyazın incelendiğinde, araştırmadaki değişkenlerle siber stalklama arasında sınırlı sayıda araştırma olduğu görülmektedir. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırmada, internet bağımlılığı ile siber stalklama arasındaki ilişkide psikolojik sağlamlığın düzenleyici rolü olduğu ve psikolojik sağlamlığın, internet bağımlılığı ile siber stalklama arasındaki ilişkiyi önemli ölçüde hafiflettiği öne sürülmektedir (Tallat vd., 2024). Yalnızlık ile siber zorbalığın birlikte incelendiği araştırmalarda, iki değişken arasında pozitif ve anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir (Al Qudah vd., 2020; Brecht, 2020). Üniversite öğrencileri ile yapılan başka bir araştırmada, siber mağduriyetin yalnızlıkla anlamlı ve pozitif yönde ilişkili olduğu ve ruminasyonun bu ilişkiye kısmen aracılık ettiği belirlenmiştir (Fang vd., 2020). İşyerinde zorbalığın ele alındığı bir araştırmada, siber zorbalık ve geleneksel zorbalık ile yaşam doyumu arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir (Visinskaite, 2015). Siber stalklama davranışının, siber zorbalıkla aynı zeminde yer aldığı varsayılmaktadır (Silva Santos vd., 2021). Bu doğrultuda, güncel araştırma bulgularının önceki araştırmalar ile tutarlılık gösterdiği söylenebilir. Ancak, siber stalklama kavramı ile ilgili daha fazla bilgi edinmek için, çok daha fazla araştırma yapılmasına gerek duyulduğu düşünülmektedir.

Üniversite hayatı depresyon, kaygı ve stres gibi sorunların yaygın olduğu duygusal zorluklarla işaretlenmiş bir dönem olarak alınmaktadır. Çalışmalar, bu duygusal zorlukların öğrencilerin siber stalklamanın kurbanı ya da saldırganı olma olasılığını artırabileceğini göstermektedir (Begotti ve Acquadro Maran, 2019; Beel, 2017). Düşük öz saygı, sosyal kaygı ve düşük yaşam doyumu gibi duygusal sorunlar, öğrencilerin sosyal etkileşimlerini etkileyebilmekte ve siber stalklama senaryolarında yer almalarına yol açmaktadır (Olson vd., 2024; Short vd., 2014).

Duygusal zorluklar ile siber stalklama arasındaki etkileşim, kurbanların deneyimleri sonucunda daha fazla duygusal sorun geliştirebilecekleri ve bu durumun kırılma noktalarını ve izolasyonlarını daha da kötüleştirebileceği döngüsel bir ilişkiyi göstermektedir. Ayrıca, yalnızlık duyguları siber stalklamanın kurbanları arasında özellikle belirgindir. Yalnızlık, artan yinelenen düşüncelere yol açmakta ve bireyleri sosyal olarak etkileşim kurma veya yardım arama yeteneklerini engelleyen olumsuz düşünce kalıplarına daha da yerleştirmektedir (van Baak ve Hayes, 2018). Bu duygusal izolasyon, siber zorbalık davranışları için bir üreme alanı yaratmakta ve burada duygusal sağlık sorunlarıyla zaten mücadele edenler, algılanan sosyal geri çekilmeleri veya sosyal becerilerdeki farklılıklar nedeniyle hedef haline gelmektedir (Olson vd., 2024). Buna karşılık, psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu siber stalklamanın olumsuz etkilerine karşı önemli koruyucu faktörler olarak ortaya çıkmaktadır. Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan bireyler genellikle olumsuzluklarla karşı karşıya kaldığında olumlu bir şekilde uyum sağlama yeteneği ile siber stalklama gibi olumsuz deneyimlerin etkisini azaltmaktadır (Begotti ve Acquadro Maran, 2019). Genel bir refah duygusu ve yaşamdan memnuniyetle karakterize edilen yaşam doyumu da kritik bir rol oynamaktadır. Yüksek düzeyde yaşam doyumu, siber stalklamanın olumsuz psikolojik etkilerine karşı tampon görevi görebilen daha iyi sosyal bağlantılar ve destek ağlarıyla ilişkilidir (Batmaz ve Çelik, 2024).

Bu araştırma, ilişkisel tarama yöntemi ile gerçekleştirilmiş nicel bir çalışmadır. Bu bağlamda katılımcıların kavramlarla ilgili görüş ve bakış açılarını öğrenebilmek için nitel, kavramlar ile bulguların zamanla değişim ve gelişimini görebilmek için boylamsal, kavramların birbirine etkisini ele alabilmek için deneysel araştırmaların yapılması önerilebilir. Bu araştırmada, yalnızlık, ruminasyon, psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumu değişkenleri ele alınmıştır. Sonraki araştırmalarda siber stalklama ile ilişkili

olabilecek farklı değişkenlerin incelenmesi önerilebilir. Bu araştırma üniversite öğrencileri ile yürütülmüştür. Sonraki araştırmaların, internet ve sosyal medyayı yoğun şekilde kullanan ergen bireylerle yürütülmesi önerilebilir.

Araştırma ve Yayın Etięi

Bu çalışmada, Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etięi Yönergesi'nde belirtilen tüm kurallara uyulmuştur. Yönergede *Bilimsel Araştırma ve Yayın Etięine Aykırı Eylemler* başlığı altında açıklanan eylemlerden hiçbiri gerçekleştirilmemiştir.

Etik Kurul İzni

Bayburt Üniversitesi Etik Kurulu, 04.07.2024, 188

Yazarların Katkı Oranı

Yazar, makaleyi tek başına hazırlamıştır.

Çıkar Çatışması

Çalışmada herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Kaynakça

- Al Qudah, M. F., Al-Barashdi, H. S., Hassan, E. M. A. H. *et al.* (2020). Psychological security, psychological loneliness, and age as the predictors of cyber-bullying among university students. *Community Ment Health Journal*, 56, 393-403. <https://doi.org/10.1007/s10597-019-00455-z>
- Altan-Atalay, A., Kızılöz, B. K., Dönger, İ., & Demiray, D. (2020). Brief State Rumination Inventory (BSRI): A standardization study for Turkish speaking populations. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 42, 397-407.
- Batmaz, H., & Çelik, E. (2024). Examining the Mediating role of resilience and life satisfaction in the relationship between anxiety sensitivity and perceived stress. *Psychol Rep.*, 22, 332941241263572. <https://doi.org/10.1177/00332941241263572>.
- Beel, A. M. (2017). *Cyberbullying: Exploration of impact of loneliness and prior experience on psychological distress*. Electronic Theses and Dissertations. Thesss Number: 1128. <https://egrove.olemiss.edu/-etd/1128>
- Begotti, T., & Acquadro Maran, D. (2019). Characteristics of cyberstalking behavior, consequences, and coping strategies: A cross-sectional study in a sample of Italian university students. *Future Internet*, 11(5), 120. <https://doi.org/10.3390/fi11050120>
- Brady, P. Q., Nobles, M. R., & Bouffard, L. A. (2017). Are college students really at a higher risk for stalking?: Exploring the generalizability of student samples in victimization research. *Journal of Criminal Justice*, 52, 12-21. <https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus>
- Brecht, D. M. (2020). *A new perspective on social media use, loneliness, and cyberbullying* (Master's Theses). The University of Texas at Arlington ProQuest Dissertations & Theses.
- Burke, S. C., Wallen, M., Vail-Smith, K., & Knox, D. (2011). Using technology to control intimate partners: An exploratory study of college undergraduates. *Computers in Human Behavior*, 27(3), 1162–1167. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.12.010>
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, A. K., Akgün, Ö. A., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (14. baskı). Pegem Akademi.
- Christensen, L. B., Johnson, R. B., & Turner, L. A. (2015). *Araştırma yöntemleri, desen ve analiz* (Çev. Ed. Ahmet Aypay). Anı Yayıncılık.

- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Life Satisfaction Scala. *Journal Personality of Assessment*, 49(1), 71-75.
- Doğan, T. (2015). Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Fang, J., Wang, X., Wen, Z., & Huang, J. (2020). Cybervictimization and loneliness among Chinese college students: A moderated mediation model of rumination and online social support. *Children and Youth Services Review*, 115, 105085. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105085>
- Haron, H., & Yusof, F. B. (2010). *Cyber stalking: The social impact of social networking technology*. 2010 International Conference on Education and Management Technology (pp.237-241).
- Horsman, G., & Conniss, L. R. (2015). An investigation of anonymous and spoof SMS resources used for the purposes of cyberstalking. *Digital Investigation*, 13, 80-93. <https://doi.org/10.1016/j.diin.2015.04.001>.
- Koçak, L., Özgöl, M., & Demir, M. (2023). Siber Stalklama Ölçeği'nin Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(ÖS), 256-263.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Marchetti, I., Mor, N., Chiorri, C., & Koster, E. H. (2018). The Brief State Rumination Inventory (BSRI): Validation and psychometric evaluation. *Cognitive Therapy and Research*, 42(4), 447-460
- March, E., Litten, V., Sullivan, D. H., & Warde, L. (2020). Somebody that I (used to) know: Gender and dimensions of dark personality traits as predictors of intimate partner Cyberstalking. *Personality and Individual Differences*, 163, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110084>
- March, E., Szymczak, P., Smoker, M., & Jonason, P. K. (2021). Who cyberstalked their sexual and romantic partners? Sex differences, dark personality traits, and fundamental social motives. *Current Psychology*, 163, 1-6. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02174-9>
- Martínez-Monteagudo, M.C., Delgado, B., García-Fernández, J. M., & Ruíz-Esteban, C. (2020). Cyberbullying in the university setting. Relationship with emotional problems and adaptation to the university. *Front. Psychol.* 10, 3074. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.03074>
- Neto, F. (2014). Psychometric analysis of the short-form UCLA Loneliness Scale (ULS-6) in older adults. *European Journal of Ageing*, 11, 313-319.
- Olson, C., Bellmorei A., & Moreno, M. A. (2024). Elucidating college students' cyberstalking victimization experiences. *Cyberpsychol Behav Soc Netw.* 27(3), 208-213. <https://doi.org/10.1089/cyber.2023.0180>.
- Purcell, R., Pathé, M., & Mullen, P. (2010). Gender differences in stalking behaviour among juveniles. *Journal of Forensic Psychiatry and Psychology*, 21, 555-568. <https://doi.org/10.1080/14789940903572035>.
- Santos, D., Mateos-Pérez, E., Cantero, M., & Gámez-Guadix, M. (2021). Cyberbullying in adolescents: Resilience as a protective factor of mental health outcomes. *Cyberpsychol Behav Soc Netw.*, 24(6), 414-420. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0337>.
- Santos, I. L. S., Pimentel, C. E., & Mariano, T. E. (2021). Cyberstalking Scale: Development and relations with gender, FoMO, and social media engagement. *Current Psychology*, 42, 4802-4810 <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01823-3>
- Sarıçam, H. (2023). "COVID-19 sonrası yetişkinlerde yalnızlık: UCLA Yalnızlık Ölçeği Kısa Formu'nun (UYÖKF-6) psikometrik özellikleri. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 32, 1-17.
- Seçer, İ. (2015). *SPSS ve LISREL ile pratik veri analizi*. Anı Yayıncılık.
- Sheridan, L., & Lyndon, A. E. (2012). The influence of prior relationship, gender, and fear on the consequences of stalking victimization. *Sex Roles*, 66(5), 340-350. <https://doi.org/10.1007/s111990-010-9889-9>.

- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The Brief Resilience Scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15(3), 194-200. <https://doi.org/10.1080/10705500802222972>
- Short, E., Linford, S., Wheatcroft, J.M., & Maple, C. (2014). The impact of cyberstalking: The lived experience - a thematic analysis. *Stud Health Technol Inform*, 199, 133-7. PMID: 24875706.
- Short, E., Guppy, A., Hart, J. A., & Barnes, J. (2015). The impact of cyberstalking. *Studies in Media and Communication*, 3, 23-37. <https://doi.org/10.11114/smc.v3i2.970>.
- Silva Santos I. L., Pimentel, C.E., & Mariano, T. E. (2021). Cyberstalking Scale: Development and relations with gender, FoMO and social media engagement. *Current Psychology*, 42(6), 4802-4810. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01823-3>.
- Smoker, M., & March, E. (2017). Predicting perpetration of intimatepartner cyberstalking: Gender and the dark tetrad. *Computers in Human Behavior*, 72, 390-396. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.03.012>.
- Statista. (2024). *Social media-Statistics & Facts*. <https://www.statista.com/topics/1164/social-networks/>. Erişim Tarihi: 16.08.2024
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı*. 6. Basımdan Çeviri (Çe. Ed.: M. Baloęlu). Nobel.
- Tallat, F., Saeed, I., & Zia, A. (2024). University students' internet addiction and cyberstalking: A moderating model of psychological resilience. *Online Media and Society*, 5(1), 1-11. <https://hnpublisher.com/ojs/index.php/OMS/article/view/377>
- van Baak, C., & Hayes, B. E. (2018). Correlates of cyberstalking victimization and perpetration among college students. *Violence Vict.*, 33(6), 1036-1054. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.33.6.1036>.
- Visinskaite, V. (2015). Workplace bullying: In relation to Self-esteem, stress, life satisfaction and cyberbullying. <https://esource.dbs.ie/server/api/core/bitstreams/77b2ed59-4f42-4bd7-aaae-fc55a1758f03/content>. Erişim Tarihi: 16.08.2024

Extended Abstract

Introduction

The use of the internet and social media is becoming more widespread every day. New reports show that the vast majority of the world is engaged in digital media. Although online environments provide users with a fun time and many conveniences, they carry significant risks due to their lack of controllability. One of these risks is cyberstalking, which is defined as a form of harassment (frequent observation, persistent communication) using electronic tools and online environments to control, manipulate and coerce the victim. The main components of cyberstalking are described as using social networks and other online media to gather information about the victim, sending frequent unsolicited messages, electronic sabotage (sending viruses or hacking accounts), pretending to be someone else, and publishing false information. People exposed to cyber stalking are reported to experience depression and anxiety, changes in sleep and eating patterns, and significant negative psychological, social and physical consequences. It is also thought that victims of cyberstalking are more likely to experience post-traumatic stress disorder. It is thought that addressing cyberstalking, which is becoming increasingly common among adults, with various variables will be important for drawing more attention to the concept and understanding the concept. The limited number of studies on cyberstalking in the literature strengthens this idea. Accordingly, this study aims to examine the relationship between cyberstalking and loneliness, rumination, resilience and life satisfaction in university students.

Methodology

This research was conducted using the relational survey model, one of the quantitative research types. By using the relational survey model, the degree of relationships between variables can be determined. In addition, with this model, the situation in other variable or variables can be predicted in line with the information on one variable. The study group of the research consisted of a total of 465 individuals (M= 21.09, SD= 1.68), 316 females (68%) and 149 males (32%) in the 17-29 age range, who were studying at Bayburt University in the 2023-2024 academic year (M= 21.09, SD= 1.68). "Personal Information Form", "CyberStalking Scale", "Ucla Loneliness Scale Short Form", "Brief State Rumination Inventory", Brief Resilience Scale" and "Life Satisfaction Scale" were applied to collect data. Pearson correlation analysis was used to determine the relationships between variables and multiple linear regression analysis was used to determine the predictive relationships of independent variables on the dependent variable.

Findings

As a result of the correlation analysis, it was determined that there was a positive and significant relationship between cyberstalking and loneliness ($r = .20$) and rumination ($r = .22$), and a negative and significant relationship with resilience ($r = -.14$) ($p < .01$). There was no significant relationship between life satisfaction and cyberstalking ($r = -.08$, $p > .05$). Regression analysis revealed that loneliness, rumination and resilience explained 8% of the total variance in cyberstalking ($R = .27$, $R^2 = .08$, $F = 8.63$, $p < .01$). When the predictor variables were considered individually, it was found that loneliness ($\beta = .13$, $t = 2.76$) and rumination ($\beta = .17$, $t = 3.35$) were significant predictors of cyberstalking ($p < .01$).

Conclusion and Discussion

In the study, it was determined that there was a negative relationship between cyberstalking and loneliness and rumination, and a positive and significant relationship with resilience. On the other hand, it was determined that there was no significant relationship between cyberstalking and life satisfaction. Another finding of the study is that loneliness and rumination are significant predictors of cyberstalking. When the literature is examined, it is seen that there is a limited number of studies between the variables in the study and cyberstalking. In a study conducted with university students, it is suggested that resilience has a moderating role in the relationship between internet addiction and cyberstalking and resilience significantly mitigates the relationship between internet addiction and cyberstalking. In studies examining loneliness and cyberbullying together, it was determined that there was a positive and significant relationship between the two variables. In another study conducted with university students, it was determined that cyber victimization was significantly and positively related to loneliness and rumination partially mediated this relationship. In a study on workplace bullying, it was found that there was a negative and significant relationship between cyberbullying and traditional bullying and life satisfaction.

This research is a quantitative study conducted with the relational survey method. In this context, it may be recommended to conduct qualitative research to learn the views and perspectives of the participants about the concepts, longitudinal research to see the change and development of the concepts and findings over time, and experimental research to address the effect of concepts on each other. In this study, loneliness, rumination, resilience and life satisfaction variables were addressed. In future studies, it may be recommended to examine different variables that may be related to cyberstalking. This study was conducted with university students. It may be recommended to conduct future research with adolescents who use the internet and social media intensively.

