

Ergenlerde Problemlı İnternet Kullanımı (PK) ile Duygu Dzenleme Güçlüğü Arasındaki İlişkinin Kanonik Korelasyon ile İncelenmesi

Seval KIZILDAĞ*
Muharrem KOÇ†
Çiğdem AKIN ARIKAN‡

Öz

Bu araştırmada Türkiye’de ergenlerde problemlı internet kullanımı ile duygu dzenleme arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada ilişkiyel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu 420 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmada ergenlerde problemlı internet kullanımını ölçmek için İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ) ve ergenlerin duygu dzenleme düzeylerini ölçmek için Ergenler için Duygu Dzenleme Ölçeği (EDDÖ) kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde SPSS 23.0 kullanılmıştır. Ergenler için problemlı internet kullanımı ile duygu dzenleme yöntemleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla kanonik korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda, problemlı internet kullanımı ile ergen duygu dzenleme veri setlerinin paylaştıkları ortak varyansın %29,04 olduğu görülmüştür. Elde edilen sonuçlar ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır ve gelecekteki araştırmalar için araştırmacılara önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Problemlı internet kullanımı, duygu dzenleme, ergenler, kanonik korelasyon analizi.

The Relationship Between Emotion Regulation and Internet Addiction Among Adolescent: A Canonical Correlations Analysis

Abstract

In this study, adolescents in Turkey was aimed to investigate the relationship between emotion regulation with problematic Internet use. Relational screening model was used in this study. The study group consisted of 420 high school students. While Internet Addiction Scale (IAS) was facilitated in order to measure problematic internet use in adolescents, Emotion Regulation Scale for Adolescents (ERSA) was used to measure emotion regulation levels of adolescents. SPSS 23.0 was used to analyze the data obtained from the study. Canonical Correlation Analysis was performed to determine the relationship between problematic internet use of adolescents and emotion regulation methods. As a result of the analysis, it was seen that the common variance shared by problematic internet usage and adolescent emotion regulation data sets was 29.04%. The results obtained were discussed in the light of the literature and suggestions were made for future research.

Keywords: Problematic Internet Use, Emotion Regulation, Adolescent, Canonical Correlations Analysis, Internet Addiction.

Received/Geliş: 12.12.2018

Accepted/Kabul: 06.06.2019

* Dr. Öğr. Üyesi, Adıyaman Üniversitesi, Türkiye, sevalpdr@gmail.com ORCID ID: 0000-0002-3357-7186

† Arş. Gör., Hacettepe Üniversitesi, Türkiye, muharremkoccpdr@gmail.com ORCID ID: 0000-0002-9138-2205

‡ Dr. Öğr. Üyesi, Ordu Üniversitesi, Türkiye, akincgdm@gmail.com ORCID ID: 0000-0001-52558792

(Makale türü: Araştırma makalesi)

Giriş

İnternet kullanımı son 10 yılda çok büyük oranda artarak günlük yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Dünyada ve Türkiye’de internet kullanımının oldukça yaygın bir davranış olduğu söylenebilir. İnternet kullanımı ile ilgili istatistikler incelendiğinde, kıtalara göre internet kullanımının sırasıyla %48.7 ile Asya, %17 ile Avrupa, %10.9 ile Afrika, %10.5 ile Latin Amerika, %8.3 ile Kuzey Amerika, %3.9 ile Orta Doğu, %0.7 ile Okyanusya/Avustralya olduğu görülmektedir (<https://www.internetworldstats.com/stats.htm>). Avrupa ülkeleri içerisinde de %16.6 ile Rusya, %11 ile Almanya, %9.4 ile Birleşik Krallık ve %8.5 oranla Türkiye ön sıralarda yer alan ülkeler arasındadır (<https://www.internetworldstats.com/stats4.htm#europe>). Bu oranlardan hareketle, internet kullanımının hem ulusal hem de uluslararası düzeyde oldukça önemli bir konu alanı olduğu söylenebilir.

İnternet küresel iletişim kurmak, bilgiye ulaşmak ve eğlenmek için bir araç olarak kullanılmaktadır (Anderson, Steen ve Stavropoulos, 2017). İnternet kullanımının bireye zarar vermeye başladığı durumu ifade eden internet bağımlılığı kavramı ilk olarak Goldberg (1996) tarafından kullanılmıştır. DSM IV’te internet bağımlılığı “madde kullanımı ile ilişkili bozukluklar” ve “başka bir yerde sınıflandırılmamış dürtü bozuklukları içinde yer alan patolojik kumar oynama” kapsamında ele alınmaktadır. Aynı zamanda internet bağımlılığının DSM V’te yer alan psikopatoloji tanı ölçütlerinin neredeyse %75’ini karşıladığı görülmüştür (Thompson ve Goodman, 2010). İnternet bağımlılığının ilgili alanyazında (Young, 1996a), internet bağımlılığı (Scherer, 1997), patolojik internet kullanımı (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Davis, 2001), problemlı internet kullanımı (Caplan, 2002; Davis, Flett ve Besser, 2002), internet kötüye kullanımı (Griffiths, 2003; Young ve Case, 2004), aşırı internet kullanımı (Hardie ve Tee, 2007) gibi farklı kavramlarla kullanıldığı gözlenmektedir. Bu çalışmada ise daha çok kullanılmasından dolayı internet bağımlılığı kavramı yerine problemlı internet kullanımı (PİK) kavramı tercih edilmiştir.

PİK gerekli durumlar haricinde internette aşırı zaman geçirme şeklinde tanımlanmaktadır (Young, 1996b). Caplan (2005) bu kavramı akademik/mesleki ve sosyal açıdan olumsuz sonuçlar yaratan davranışsal ve bilişsel belirtilerden meydana gelen çok boyutlu bir sendrom olarak tanımlamıştır. Bir diğer tanıma göre ise PİK internet kullanımı nedeniyle bireyin yaşamında aile ve iş gibi önemli konularda ortaya çıkan bozulmalar, sürekli olarak internet kullanımının kontrolünde yaşanan başarısızlık ve kompulsif (tekrarlayan davranışlar) kullanım olarak tanımlanmaktadır (Kim ve Davis, 2009). Buradan hareketle, PİK’in sağlıklı veya işlevsel bir davranış olmadığı ve bireyin yaşamını farklı açılardan olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Sağlıklı internet kullanımı ise bireyin davranışsal, bilişsel alanda herhangi bir problem yaşamaksızın uygun zamanlarda amaçlı bir şekilde internet kullanması durumunu ifade

etmektedir (Davis, 2001). Bu davranış örüntüsü normallikten sapma ve bireyin yaşamını birçok açıdan olumsuz etkilemesi şekliyle “problemlili veya patolojik” olarak değerlendirilebilir. Bir diğer ifadeyle, bireyin yaşamında internet önemli bir faktör haline gelmişse, internet gerçek yaşamdan uzaklaşmak amacıyla kullanılıyorsa, çok uzun süre internette vakit geçiriliyorsa, internet kullanımının olmadığı zamanlarda birey kendini çok huzursuz ve rahatsız hissediyorsa, internet kullanımını aile, okul, arkadaş gibi sosyal çevre ile olan ilişkileri olumsuz etkiliyorsa ve bireyler arasında çatışmaya yol açıyorsa internet kullanımının problemlili bir hal aldığı söylenebilir (Chou ve Hsiao, 2000). Görüldüğü üzere PİK bireyin hayatını birçok açıdan ve olumsuz şekilde etkileyebilmektedir. Sally (2006) PİK’in davranışsal, fiziksel, ruhsal ve sosyal etkileri olduğunu belirtmektedir. Bu belirtiler incelendiğinde, *davranışsal etkilerin* internette zaman geçirme ihtiyacının sürekli artması, zihnin internet kullanımı ile sürekli meşgul olması, problemlilerden uzaklaşmak için internet kullanması, internette çok uzun zaman geçirmesi; *fiziksel etkiler* kapsamında konsantrasyon eksikliği, baş, mide ve kas ağrıları yaşanması; *ruhsal etkiler* kapsamında ise bireyde panik atak, kızgınlık, durgunluk olarak görüldüğü söylenebilir. Aynı zamanda, *sosyal etkiler* bağlamında birey serbest zamanının etkili kullanılmasında ve sosyal etkinliklerden uzaklaşmasına bağlı olarak kişilerarası ilişkilerde de problemliler yaşayabilmektedir. Bireyin yaşam kalitesini çeşitli yönleriyle etkileyen PİK’in yaşam dönemleri içerisinde özellikle ergenlikte önemli bir risk durumu oluşturduğu düşünülmektedir.

PİK ve Ergenlik Dönemi Etkileri

İnternet kullanımı özellikle 12-18 yaş arasındaki bireyler için önemli bir risk faktörü görülmekte ve oldukça ciddi bir problem olarak ele alınmaktadır (Kıran, 2009). Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından 2004-2017 yılları arasında yapılan bir araştırmaya göre 16-24 yaş grubundaki bireylerin 2004’te internet kullanım oranı % 26.6; 2013 yılında % 68.7; 2016 yılında % 84.3 ve 2017 yılında ise % 87.2’ye kadar yükselmiştir (TÜİK, 2017). Ögel (2012) ergenlerin yaşadıkları dışlanma, çekingenlik, beğenilme kaygısı, yakın çevresiyle yaşadığı çatışmaları unutmak veya bastırmak için internet kullanmaya yöneldiklerini belirtmiştir. Ödev yapma, sosyal ağ oluşturma, film veya dizi izleme ve müzik indirme veya dinleme, oyun oynama gibi birçok gerekçeyle de internet kullanan ergenlerin (Li ve Chung, 2006) internetin yol açtığı risklere maruz kalma olasılığının yüksek olduğunu belirtmiştir. Ceyhan (2008) psikolojik açıdan henüz olgunluğa erişmemiş olan ergenlerin PİK’e daha yatkın olduklarını ifade etmiştir. Aynı zamanda, kimlik bunalımı, aileden bağımsızlaşma ve bu durumların ortaya çıkardığı ruhsal bunalımlardan kaçma eğiliminde olan ergenlerin PİK açısından risk altında olduğu söylenebilir (Christensen, Orzack, Babington ve Patsdaughter, 2001; Kandell, 1998; Widyanto ve McMurrin, 2004). Görüldüğü üzere, ergenler günlük yaşamdaki birçok ihtiyacını internet aracılığıyla karşılamak

istemekte ve internette çok uzun vakitler geçirmektedir. Böylece internete ayrılan bu sürenin ergenlerin yaşamında birçok sorun alanı oluşturması büyük olasılıktır.

Young (1996) PİK'in kişinin sosyal, mesleki ve kişisel yaşamını olumsuz etkilediğini belirtmektedir. İnternet kullanım süresinin artışı beraberinde sosyal izolasyon, yalnızlık, saldırganlık gibi birçok davranışsal ve duygusal bozukluğa, bazı sağlık sorunlarına ve depresyona yol açmaktadır (Kerber, 2005; Kubey, Lavin ve Barrows, 2001). Caplan (2005) ise aşırı internet kullanımının bireyleri psikolojik ve fizyolojik açıdan olumsuz etkileyebileceğini belirtmiştir. İşlevsel olmayan internet kullanımı bireylerin sosyal ve duygusal fonksiyonlarını olumsuz yönde etkileyerek onların ruh sağlığına zarar vermekte, günlük yaşamlarını olumsuz yönde etkileyerek bağımlılık riskini artırmaktadır (Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan, 2007). Örneğin, Niemz, Griffiths ve Banyard (2005) tarafından öğrenciler üzerinde yapılan bir araştırmada problemlı internet kullananların kullanmayanlara kıyasla akademik, sosyal ve kişilerarası ilişkilerde daha fazla sorun yaşadıkları belirtilmektedir. Doğan, Işıklar ve Eroğlu (2008) aşırı internet kullanımının ergenleri gerçek yaşamdan uzaklaştırdığını, Bayraktar (2013) ise sanal ortamda kurulan arkadaşlık ilişkilerinin ergenleri yalnızlığa sürüklediğini ve ergenlerin kaygı ve depresyon yaşamalarına neden olduğunu belirtmiştir. Görüldüğü üzere PİK ergenin duygusal ve sosyal sorunlar yaşamasına neden olabilmektedir.

PİK ve Duygu Düzenleme Güçlüğü

Gelişimsel süreçte kimlik bulma, bağımsızlık kazanma, akran gruplarına dahil olma gibi çabaları olan ergenler internet kullanımı ile birlikte duyguları farklı yoğunluklarda deneyimleyebilirler. Bu duyguların düzenlenmesi ergenin yaşam kalitesini artırmak için oldukça anlamlıdır. Gross'a (1998) göre duygu düzenleme duygularımızı nasıl yaşadığımızı, nasıl ifade ettiğimizi ve duygularımızı nasıl etkilemeye çalıştığımızı ifade etmektedir. Duygu düzenleme iki farklı şekilde görülebilir (Zalewski, Lengua, Wilson, Trancik ve Bazinet, 2011): Bunlardan *ilki*, duygunun yaşandığı anda olumlu değerlendirme yapılması ile duygu düzenleme ile etkin bir şekilde baş edilmesi, *ikincisi* ise duyguları etkili bir şekilde düzenlemede yetersiz kalmanın neden olduğu kaçınma davranışı ile yaşanan bu durumun tehdit edici olarak algılanmasıdır. Gross (2002) duygu düzenlemede yaşanacak olumsuzlukların birçok patolojik davranış özelliğiyle örtüştüğünü belirtmiştir. Cao, Su, Liu ve Gao (2007) ise dürtüsellüğün PİK'in oluşmasına neden olabilecek önemli bir faktör olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Ergenlerde duygu düzenlemenin PİK'in %34'ünü açıkladığını ve dışsal işlevsel duygu düzenleme, dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme ve içsel işlevsel olmayan duygu düzenlemenin PİK ile pozitif ilişki ve içsel işlevsel duygu düzenlemenin internet bağımlılığı ile negatif ilişki içinde olduğu belirtilmektedir (Ercengiz ve Şar, 2017). Bu bulgu, internet kullanımının içsel ve dışsal süreçler açısından fark gösterebileceğini ortaya koymaktadır. Bununla

birlikte, ergenlerde duygu düzenleme güçlüğü ile PİK arasındaki ilişkinin olumsuz (Spada ve Marino, 2017) ve anlamlı bir ilişki (Yu, Kim ve Hay, 2013) olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Aynı zamanda yüksek düzeylerde internet kullanımı duygusal ve davranışsal problemlerle ilişkili olduğu kadar, somatik ve depresif belirtilerle de ilişkilidir (Cerruti ve diğer., 2017). Böylece PİK'in bireyin birçok gelişimsel sürecini olumsuz etkileyebileceği söylenebilir. Callea, Cacioppo, Lucchetti ve Caretti (2016) ise duygusal ve psikolojik iyi olma üzerinde internet kullanımının olumsuz bir etkisi olduğunu ve Mei, Yau, Chai, Guo ve Potenza (2016) problemleri internet kullanan ergenlerin işlevsel internet kullanan ergenlerden daha düşük düzeylerde iyilik hali, olumlu duygular ve yaşam doyumuna sahip olduklarını belirtmektedirler. İnternet kullanımının yüksek düzeylerde olması bireyin duygu durumunu doğrudan ve olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Akın (2014) aleksitimi ve dürtüsellik ile birlikte duygu düzenleme güçlüğü'nün PİK'i yordadığını ve duygu düzenleme güçlüğü'nün aleksitimi ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkide aracı bir işleve sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca, düşük düzeylerdeki duygu düzenleme ergenlerde riskli davranışların artmasına yol açabilmektedir (Mullin ve Hinshaw, 2007).

İnternet bağımlılarının stres veya sıkıntılı durumlarda internet kullanımına daha yatkın oldukları ortaya konulmuştur (Whang, Lee ve Chang, 2003). Lin ve Tsai (2002) ise problemleri internet kullanan ergenlerin problemleri olmayan internet kullanan ergenlere kıyasla duygulanım arayışı ve utangaçlıktan kaçınma gibi gerekçelerle problemleri internet kullandıklarını belirtmişlerdir. Aynı zamanda, depresyon, kaygı ve çabuk öfkelenme ile PİK arasında olumlu bir ilişki olduğu belirtilmektedir (Caplan, 2002; Ko, Yen, Chen ve Chen, 2012; Ko ve diğer., 2014; Yu ve Cho, 2016). Görüldüğü üzere, PİK olumsuz duygu durumları ile olumlu bir ilişki içerisindedir ve bireyin yaşam kalitesini birçok boyutta olumsuz şekilde etkileyebilmektedir.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bireyin amaçlı internet kullanımı yaşamında önemli bir kolaylaştırıcı olabilirken; internetin aşırı ve kontrolsüz şekilde kullanılması kişisel, duygusal, sosyal, mesleki alanda birçok sorun yaşanmasına neden olabilir. Bireyin yaşamının birçok alanını etkileyen PİK, bireysel ve bağlamsal faktörlerin karşılıklı etkileşimi nedeniyle sürekli bir gelişim içinde olan davranışları vurgulayarak kuramsal açıdan Biyoekolojik İnsan Gelişim Modeli temeline dayandırılabilir (Bronfenbrenner ve Morris, 2006). Bu yaklaşıma göre bireyi oluşturan tüm bileşenler bütüncül bir bakış açısı ile ele alınabilir. Birey içinde yaşadığı aile, okul, sosyal çevre gibi farklı sistemlerden etkilenebilir ve onları da etkileyebilir. Ergenler açısından düşünüldüğünde ise ergenlerin sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimleri tamamlanmadığından problemleri internet kullanımı ve bunun olumsuz etkilerine maruz kalma açısından daha fazla risk altında oldukları söylenebilir (Yang ve Tung, 2007). Ayrıca ergen grupların diğer yaş gruplarına göre internete

erişim oranlarının daha fazla olduğunun bilinmesi, onların problemlı internet kullanımı açısından daha fazla risk altında olduğunu göstermektedir. Özellikle ergenlik döneminde oluşan bağımlılık gibi problemlı davranışların yetişkinlik döneminde de devam edebileceği düşünüldüğünde problemlı internet kullanımının bütüncül bir bakış açısıyla ele alınması gerektiği anlaşılmaktadır (Coffey, Carlin, Lynskey, Li, ve Patton, 2003). Gelişim sürecinin önemli aşamalarından biri olan ergenlikte bireyin bu sorunla karşı karşıya kalmasına yönelik ruh sağlığı çalışanlarının koruyucu ve önleyici tedbirler alması ve hizmetler sunması önemlidir. Ergenlik döneminde sıklıkla değişen duyguların düzenlenmesi ve PİK arasında ilişkinin ortaya konulması alan çalışanlarına veya uzmanlara sorun alanlarını daha iyi anlamaları açısından somut ve gerçekçi veriler sunabilecektir. Ayrıca bu çalışmada problemlı internet kullanımı ile duygu düzenleme arasındaki ilişkinin kanonik korelasyon analizi ile test edilmesi çalışmadan elde edilen sonuçların istatistiksel olarak güçlü niteliğe sahip olduğunu göstermektedir. Keskin ve Özsoy (2004) iki değişkenden oluşan iki set arasındaki ilişki yapısının, bütünlüğü bozulmadan ortaya konulabilmesi ve yorumlanabilmesi açılarından kanonik korelasyon analizin güçlü yanına işaret etmişlerdir. Bu sebeple, bu araştırmada Türkiye’de ergenlerde problemlı internet kullanımı ile duygu düzenleme arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Çalışma Grubu

Bu araştırmaya katılan bireylerin belirlenmesinde “uygun örnekleme yöntemi” kullanılmıştır. Uygun örnekleme kolay erişilebilirlik, coğrafi yakınlık, belirli bir zamanda ulaşılabilirlik ya da katılmaya istekli olma gibi belirli pratik ölçütleri karşılayan hedef kitlenin üyelerinin çalışmanın amacına dahil edildiği bir örneklemedir (Dörnyei, 2007). Araştırmanın çalışma grubunu 2017-2018 öğretim yılında Doğu Anadolu’da iki ile bağlı liselerde öğrenim gören 272’sini (% 64,8) erkek ve 148’ünü (% 35,2) kadın olmak üzere toplam 420 ergen oluşturmaktadır. Bu ergenlerden 186’sı (44.3) dokuzuncu sınıf, 53’ü (%12.6) onuncu sınıf, 164’ü (%39) on birinci sınıf ve 17’si (%4) on ikinci sınıfta öğrenim görmektedir. Ayrıca, bu ergenlerin 111’i (26.4) ayda birkaç kez, 64’i (%15.2) haftada bir kez, 82’si (%19.5) haftada 2-3 kez, 58’i (%13.8) haftada 4-6 kez ve 105’i (%25) her gün internet kullandıklarını belirtmiştir.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak Ergenler İçin Duygu Düzenleme Ölçeği (EDDÖ), İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği: Bu ölçek, Günücü (2009) tarafından ergenlerin internet bağımlılıklarını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. 5’li Likert tipi bir derecelendirmeye sahip olan ölçek 35 maddeden oluşmaktadır. Ölçek “yoksunluk”, “kontrol güçlüğü”, “işlevsellikte bozulma” ve “sosyal izolasyon” olmak üzere dört faktörden oluşmaktadır. Ölçek maddelerine “*Birileri beni*

internetin başından kaldırırsa sinirlenirim.” ve *“İnternet kullanabilmek için uyumdan ödün veririm.”* ifadeleri örnek verilebilir. Ölçeğin geçerlik çalışması kapsamında yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucuna göre ölçeğin açıklanan varyans oranı %47.463 olarak bulunmuştur. Çalışma kapsamında ölçeğin iç-tutarlılık katsayısı ise .944 olarak bulunmuştur. Ayrıca dört alt faktöre ilişkin hesaplanan iç tutarlılık katsayıları; yoksunluk alt boyutu için .877, kontrol güçlüğü alt boyutu için .855, işlevsellikte bozulma alt boyutu için .827 ve sosyal izolasyon alt boyutu için ise .791 olarak bulunmuştur (Günüç, 2009). Bu çalışma için ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .951 ve alt boyutlara ilişkin iç tutarlılık katsayılarının ise .927 ile .937 arasında değiştiği görülmüştür.

Ergen Duygu Düzenleme Ölçeği: Phillips ve Power (2007) tarafından ergenlerin duygu düzenleme yöntemlerini belirlemek için geliştirilen ölçek, Yıldız ve Duy (2014) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçek, ergenlerin duygu düzenlemelerini içsel işlevsel duygu düzenleme, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme, dışsal işlevsel duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt olmak üzere 4 alt boyut ve toplam 19 maddeden oluşmaktadır. Türkçe uyarlaması çalışması sonucunda ölçek maddelerinden biri çıkarılarak 18 maddeden oluşan son şeklini almıştır. Ölçek maddelerine *“Duruma ilişkin düşüncelerimi yeniden gözden geçiririm.”* ve *“Öfkemi/üzüntümü etrafımdaki eşyalardan çıkarırım.”* ifadeleri örnek verilebilir. Ölçeğin iç tutarlılığını gösteren Cronbach Alfa katsayısı sırasıyla dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .76, içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme alt boyutu için .68, içsel işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için .74 ve dışsal işlevsel duygu düzenleme alt boyutu için .59 olarak bulunmuştur. (Yıldız ve Duy, 2014). Geçerlik çalışması kapsamında ise elde edilen doğrulayıcı faktör analizi sonuçları; RMSEA= .06, RMR= .09, SRMR= .06, GFI= .94, AGFI= .92, CFI= .93, NFI= .91 ve NNFI= .92 olarak bulunmuştur. Bu çalışma için ölçeğin toplam puanına ilişkin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alpha) .781 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları; yoksunluk alt boyutu için .854, kontrol güçlüğü alt boyutu için .761, işlevsellikte bozulma alt boyutu için .63 ve sosyal izolasyon alt boyutu için ise .61 olarak bulunmuştur. İşlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon alt boyutları için hesaplanan Cronbach Alpha güvenilirlik katsayılarının .70’in altında olduğu görülmektedir. Gliem ve Gliem (2003), ölçekte yer alan madde sayısı ve maddeler arası korelasyonun Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısına etkisi olduğunu belirtmiştir. Pallant (2007), kısa ölçeklerde (madde sayısı 10’dan az olan) Cronbach Alpha katsayısının düşük çıkmasının sık rastlanan bir durum olduğunu vurgulamıştır. Bu nedenle güvenilirlik katsayısı .70’in altında çıkan boyutlar için maddeler arası korelasyon değerleri göz önüne alınmıştır. Briggs ve Cheek (1986), maddeler arası korelasyon değerlerinin .20 ile .40 arasında olması gerektiğini ifade etmişlerdir. Bu çalışmada işlevsellikte bozulma boyutunda yer alan maddeler arasındaki korelasyonların .23 ile .37 ve sosyal izolasyon boyutunda yer alan maddeler arasındaki korelasyonların .24 ile .31 aralığında olan bu değerlerin

kabul edilebilir aralıkta olduğu görölmektedir. Ayrıca George ve Malley (2003), Cronbach Alpha değeri .60'tan büyükse kabul edilebilir olduğunu vurgulamışlardır.

Kişisel Bilgi Formu: Çalışmaya katılan ergenlerin cinsiyet, sınıf, internet kullanım sürelerine yönelik soruların sorulduğu kısa bir formdur.

Veri Toplama Süreci

Bu çalışma, araştırmanın amacı doğrultusunda, 2016-2017 eğitim öğretim yılında Doğu Anadolu Bölgesi'nde bulunan bazı liselerde öğrenim gören ergenler üzerinde yapılmıştır. Bu çalışmanın verilerinin toplanabilmesi için öğrencilerin öğrenim gördükleri okulların idari birimlerinden uygulama için gerekli izinler alınmıştır. Araştırmacılar ders saatinde sınıflara giderek araştırma hakkında bilgi vermişlerdir. Araştırmacılar tarafından öğrencilere araştırmaya katılmak isteyip istemedikleri sorulmuş ve katılımcılar bilgilendirilerek onayları alınmıştır. Çalışmaya katılmayı kabul eden öğrencilerin de ölçek uygulaması yaklaşık 15 dakika içinde tamamlanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde SPSS 23.0 kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelinde olan bu çalışmada öğrencilerin problemlı internet kullanımı ile ergenler için duygu düzenleme yöntemleri arasındaki ilişki kanonik korelasyon analizi ile incelenmiştir.

Kanonik Korelasyon: Kanonik korelasyon analizi, çok sayıda değişkenden oluşan iki değişken seti arasındaki ilişkinin derecesini ortaya koyan çok değişkenli istatistiksel yöntemlerden biridir (Albayrak, 2010; Tabachnick ve Fidell, 2007). Albayrak (2010), değişken setinin bağımlı ve bağımsız değişken seti gibi bir ayrıma tabi tutulmasının kanonik korelasyon analizinde mecburi olmadığını belirtmiştir. Kanonik korelasyon analizi iki değişken seti arasında korelasyonu maksimum yapacak doğrusal kombinasyonlar oluşturur (Sherry ve Henson, 2005; Stevens, 2009). Kanonik korelasyon analizinde değişkenler ve kanonik değişkenler vardır. Kanonik değişkenler, değişkenlerin doğrusal kombinasyonlarıdır ve bağımlı ile bağımsız değişkenler kendi aralarında birer kombinasyon oluştururlar. Bu iki kombinasyon da bir çift kanonik değişken olarak adlandırılır (Tabachnick ve Fidell, 2007). Kanonik korelasyon analizinde kanonik değişken çifti sayısı, değişken setlerinin hangisinde daha az değişken var ise o değişken setindeki değişken sayısına eşittir. Analizde ilk olarak ilk kanonik değişken çifti, değişken setleri arasındaki ilişkiyi maksimum yapacak şekilde hesaplanır ve daha sonra ikinci kanonik fonksiyon ilk kanonik değişken çifti hesaplanırken kullanılmayan artık varyansda iki kanonik değişken arasındaki ilişkiyi maksimum yaparak güçlü bir ilişki ortaya koymaktadır (Sherry ve Henson, 2005).

Kanonik korelasyon analizi gerçekleştirilmeden önce doğrusallık, çoklu normal dağılım, eşvaryanslılık ve çoklu bağlantı varsayımları incelenmiştir. Kanonik korelasyon analizinden yer alacak birey sayısının, değişken sayısının toplamının 20 katı kadar katılımcı olması

önerilmektedir (Barcikowski ve Stevens, 1975).

Bu çalışmada problemleri internet kullanımı değişken setinde dört ve ergenler için duygu düzenleme değişken setinde ise dört değişken bulunmaktadır. Toplamda sekiz değişken yer aldığı için 420 bireyin olduğu örneklem büyüklüğünün analizin güvenilirliği açısından yeterli olduğu söylenebilir. Veri setinde kayıp verinin olup olmadığını belirlemek için frekans analizi yapılmış ve 25 bireyin ölçeklerdeki alt boyutlardan bazılarını veya maddeleri doldurmadığı tespit edilmiş, bu nedenle veri setinden çıkarılmıştır. Daha sonra veri setinde tek yönlü ve çok yönlü uç değerler incelenmiş ve 31 birey uç değer özelliği gösterdiği için çıkarılmıştır. Değişkenlere ilişkin tek değişkenli normallik için basıklık ve çarpıklık katsayısı incelenmiş ve çarpıklık ve basıklık katsayılarının ± 1 aralığında olduğu belirlenmiştir. Değişkenler arasındaki doğrusallık varsayımının kontrolü için saçılım ve Q-Q grafikleri incelenmiş ve doğrusallık varsayımının sağlandığı görülmüştür. Değişkenlere ilişkin eşvaryanslılık varsayımının test edilmesi için Levene Testi yapılmıştır ve Levene's testi sonuçlarına göre .05 anlamlılık düzeyinde değişkenlerin varyansların homojenliği varsayımını karşıladığı görülmüştür. Çoklu bağlantı ve tekilliğin incelenmesinde ilk olarak değişkenler arasında korelasyon katsayıları incelenmiş ve değişkenler arasındaki korelasyonların (0.20-0.68), .80'in altında olduğu elde edilmiştir. Çoklu bağlantının olup olmadığı regresyon analizi sonucu elde edilen VIF değerleri incelenmiş ve bu değerlerin 5'in altında (1.2-2.7) olduğu saptanmıştır.

Bulgular

Bu bölümde kanonik korelasyon analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. İlk aşamada, elde edilen kanonik modelin istatistiksel olarak manidar olup olmadığına ilişkin yapılan çok değişkenli anlamlılık testi sonuçları Tablo 1'de verilmiştir. Ayrıca Sherry ve Henson (2005), uygulanabilirliği daha fazla olduğu için Wilks λ testinin daha yaygın olarak kullanıldığını belirtmiştir. Bu nedenle bu çalışmada Wilks λ testi dikkate alınmıştır.

Tablo 1: Çok Değişkenli Anlamlılık Testleri

Test	Değer	Yaklaşık F	Hipotez SD	SD Hata	F'nin Anlamlılık Değeri
Pillais	0.221	524.31	16	1436	.000
Hotellings	0.249	550.86	16	1418	.000
Wilks	0.791	541.62	16	1088.24	.000
Roys	0.138				

Tablo 1 incelendiğinde, kanonik modelin istatistiksel olarak manidar olduğu görülmektedir [Wilks's $\lambda = .7913$, $F(16, 541.62) = 1088.24$, $p < .001$]. PİK ile ergen duygu düzenleme güçlüğü değişken setleri arasında bir ilişki olduğu söylenebilir. Kanonik korelasyonda modelin anlamlılığına ek olarak etki büyüklüğü değeri yorumlanmaktadır. Bunun için ters etki büyüklüğü olarak adlandırılan Wilks λ değeri kullanılmaktadır. Wilks λ değeri elde edilen modelde kanonik değişkenler tarafından açıklanamayan varyansı ifade etmektedir. 1- Wilks λ değeri ise kanonik değişkenlerin paylaştığı ortak varyansı göstermektedir. 1- Wilks λ değeri hesaplandığında .209 olarak bulunmuştur. PİK ile ergen duygu düzenleme veri setleri arasında paylaşılan ortak varyansın yaklaşık %21 olduğunu göstermektedir.

Kanonik korelasyon analizindeki fonksiyon sayısı, araştırmada kullanılan veri setlerindeki değişken sayısının az olanı kadardır. Bu çalışmada PİK ile ergen duygu düzenleme güçlüğü veri setleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla uygulanan kanonik korelasyon analizi sonucunda dört kanonik fonksiyon elde edilmiştir. Dört kanonik fonksiyon için elde edilen özdeğer ve kanonik korelasyonlar Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2: Özdeğer ve Kanonik Korelasyonlara ait Değerler

Kök No	Özdeğer	Yüzde	Yıgmal Yüzde	Kanonik Korelasyon	Kanonik Korelasyonun Karesi
1	0.162	64.58	64.580	0.372	0.138
2	0.077	31.00	95.582	0.268	0.072
3	0.011	4.400	99.982	0.104	0.011
4	0.00004	0.173	100.00	0.007	0.000

Tablo 2 incelendiğinde, birinci kanonik fonksiyona ilişkin kanonik korelasyon değerinin 0.372 olduğu görülmektedir. Buna göre ilk kanonik fonksiyon internet bağımlılığı ile ergen duygu düzenleme değişken seti arasındaki varyansın yaklaşık %14'ünü açıklamaktadır. İkinci kanonik fonksiyon için hesaplanan bu değer 0.268 ve değişken setleri yaklaşık % 7.2'lik bir varyans paylaşmaktadır. Üçüncü kanonik fonksiyon için hesaplanan bu değer 0.104'dür ve PİK ile ergen duygu düzenleme veri setleri yaklaşık % 1.1'lik bir varyans paylaşmaktadır. Dördüncü kanonik fonksiyon için hesaplanan bu değer .00004'dür ve problemlı internet kullanımı ile ergen duygu düzenleme veri setleri varyans yaklaşık olarak sıfırdır. Sadece birinci ve ikinci kanonik fonksiyonun katkıda bulunduğu elde edilmiştir.

Kanonik korelasyonda, kanonik fonksiyonlar için kullanılan bir diğer analiz ise boyut azaltma analizidir. Boyut azaltma analizine ait sonuçlar Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3: Boyut Azaltma Analizi

Kök	Wilks L.	F	Sig. of F
1 to 4	.791	541.620	.000
2 to 4	.918	343.910	.000
3 to 4	.989	.980	.417
4 to 4	.100	.015	.901

Tablo 3 incelendiğinde, dört kanonik fonksiyondan oluşan kanonik modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir [Wilks's $\lambda=.791$, $p<.001$]. Birinci kanonik fonksiyonun çıkarılmasından sonra kalan ikinci kanonik fonksiyonun da istatistiksel olarak anlamlı olduğu elde edilmiştir [Wilks's $\lambda=.918$, $p<.001$]. Üçüncü ve dördüncü kanonik fonksiyon için problemlerli internet kullanımı ile ergen duygu düzenleme değişken setleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir [Wilks's $\lambda=.989$; .100, $p>.05$]. Yapılan analiz sonuçlarına göre, birinci ve ikinci kanonik korelasyon istatistiksel olarak anlamlı bulunmuşken, üçüncü ve dördüncü kanonik fonksiyon istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Tabachnick ve Fidell (2007) kanonik korelasyon analizinde istatistiksel olarak manidar olan kanonik fonksiyonların yorumlanması gerektiğini belirtmiştir. Bu durumda iki değişken seti arasında birinci ve ikinci kanonik fonksiyon yorumlanmalıdır.

Kanonik korelasyon analizinde standardize edilmiş katsayılar ile yapısal katsayılar, değişkenlerin her birinin kanonik fonksiyona katkılarını göstermektedir. Kanonik fonksiyonlarda, değişken setleri arasındaki korelasyon olarak verilen yapı katsayıları yorumlamak daha anlamlıdır. Yapı katsayısı .45'in üzerinde olan değişkenler anlamlı katkı sağladığı şeklinde yorumlanmıştır. Tablo 3'de manidar çıkan birinci ve ikinci kanonik fonksiyonlar için elde edilen bilgiler Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo 4: Değişkenlere 1. ve 2. Kanonik Fonksiyon için Kanonik Çözümleme

Değişkenler	1. Kanonik Fonksiyon			2. Kanonik Fonksiyon			
	sek	r_s	$r_s^2(\%)$	sek	r_s	$r_s^2(\%)$	$h^2(\%)$
PİK1	-1.30	<u>-0.81</u>	66.35	0.23	<u>0.50</u>	25.25	91.60
PİK2	0.47	-0.22	4.74	1.21	<u>0.92</u>	85.32	90.06
PİK3	-0.60	<u>-0.68</u>	45.77	-0.76	0.42	17.43	63.19
PİK4	0.81	<u>-0.45</u>	20.02	0.16	<u>0.58</u>	33.35	53.37
R_c^2			20.87			8.17	29.04
İÇ_OL	0.84	<u>0.90</u>	81.82	0.02	0.14	1.89	83.71
DIŞ_OLM	-0.41	<u>-0.53</u>	28.25	0.26	<u>0.54</u>	29.56	57.82
İÇ_OLM	0.21	0.14	1.92	0.86	<u>0.97</u>	93.90	95.83
DIŞ_OL	-0.22	0.03	0.07	0.04	<u>0.45</u>	19.46	19.53

[PİK: Problemlerli internet kullanımı; İÇ_OL: içsel işlevsel olan; DIŞ_OLM: dışsal işlevsel olmayan; İÇ_OLM: içsel işlevsel olmayan; DIŞ_OL: dışsal işlevsel olan; R_c^2 : ortak varyans; sek: standardize edilmiş katsayılar]

Tablo 4 incelendiğinde, birinci kanonik fonksiyonda PİK1, PİK3 ve PİK4 değişkenlerinin problemlerli internet kullanımı değişken setine katkılarının .45 üzerinde ve PİK2 değişkeninin ise .45'in altında; İÇ_OL ve DIŞ_OLM değişkenlerinin ergen duygu düzenleme değişken setine katkıları .45'in üzerinde iken İÇ_OLM ve DIŞ_OL değişkenlerinin .45'in altında olduğu görülmektedir. Buna göre, birinci kanonik fonksiyon için problemlerli internet kullanımı değişken

setine PİK1, PİK3 ve PİK4 değişkenlerinin katkılarının PİK2'e göre daha önemli olduğu; ergen duygu düzenleme değişken setinde ise İÇ_OL ve DIŞ_OLM değişkenlerinin katkılarının daha önemli olduğu söylenebilir. Birinci kanonik fonksiyonda, PİK1, PİK3, PİK4 ile DIŞ_OLM değişkenlerinin aynı ve negatif işaretli, İÇ_OL değişkeninin ise zıt ve pozitif işaretli olduğu görülmektedir. Buna göre, birinci kanonik fonksiyonda PİK1, PİK3, PİK4 değişkenleri arasında pozitif yönde bir ilişki ve İÇ_OL ve DIŞ_OLM arasında negatif yönde bir ilişkinin bulunduğu söylenebilir. Ayrıca öğrencilerde PİK1, PİK3, PİK4 arttıkça DIŞ_OLM de artarken, öğrencilerin PİK1, PİK3, PİK4 arttıkça İÇ_OLM azalmaktadır.

Tablo 4'de ikinci kanonik fonksiyon incelendiğinde, PİK1, PİK2 ve PİK4 değişkenlerinin PİK değişken setine katkılarının .45 üzerinde ve PİK3 değişkeninin ise .45'in altında; DIŞ_OLM, İÇ_OLM ve DIŞ_OL değişkenlerinin ergen duygu düzenleme değişken setine katkıları .45'in üzerinde iken içsel işlevsel olan değişkeninin .45'in altında olduğu görülmektedir. Buna göre, ikinci kanonik fonksiyon için problemlı internet kullanımı değişken setine PİK1, PİK2 ve PİK4 değişkenlerinin katkılarının PİK3'e göre daha önemli olduğu; ergen duygu düzenleme değişken setine ise DIŞ_OLM, İÇ_OLM ve DIŞ_OL değişkenlerinin katkılarının İÇ_OL değişkenine göre daha önemli olduğu söylenebilir. İkinci kanonik fonksiyonda, PİK1, PİK2, PİK4 ile DIŞ_OLM, İÇ_OLM ve DIŞ_OL değişkenlerinin aynı ve pozitif işaretli olduğu görülmektedir. Buna göre, ikinci kanonik fonksiyonda PİK1, PİK2, PİK4 ile DIŞ_OLM, İÇ_OLM ve DIŞ_OL değişkenleri arasında pozitif yönde bir ilişkinin bulunduğu söylenebilir. Elde edilen bu bulguyla dayanarak, öğrencilerde PİK1, PİK2, PİK4 arttıkça DIŞ_OLM, İÇ_OLM ve DIŞ_OL değişkeninin arttığı söylenebilir.

Ayrıca PİK değişkenlerinin birinci kanonik fonksiyona katkıları sırasıyla PİK1, PİK3, PİK4 ve ikinci kanonik korelasyona katkıları ise sırasıyla PİK2, PİK1 ve PİK4 şeklinde olduğu; ergen duygu düzenleme güçlüğü değişkenlerinin birinci kanonik fonksiyona katkıları sırasıyla İÇ_OLM, DIŞ_OLM ve ikinci kanonik korelasyona katkıları ise sırasıyla İÇ_OLM, DIŞ_OLM ve DIŞ_OL şeklinde olduğu görülmektedir.

Tablo 4'de yer alan R^2 değeri ise PİK ile ergenlerin duygu düzenleme arasında paylaşılan ortak varyansı göstermektedir. Birinci kanonik fonksiyon için bu değer 20.87 ve ikinci kanonik fonksiyon için ise 8.17 olarak hesaplanmıştır. Buna göre problemlı internet kullanımı ile ergenlerin duygu düzenleme arasında paylaşılan ortak varyans yaklaşık %30 (%29.04) olarak hesaplanmıştır. Kanonik korelasyon analizinden elde edilen bu bulguya dayanarak, PİK ile duygu düzenleme arasındaki ilişki Şekil 1'deki gibi gösterilebilir.



Şekil 1. PİK ile duygu düzenleme arasında paylaşılan ortak varyans

Tartışma ve Sonuç

Günümüzde internet bireylerin iletişim kurmak, bilgiye ulaşmak, eğlenmek veya serbest zaman etkinlikleri gibi birçok ihtiyacını gidermek için kullandıkları önemli bir araç haline gelmiştir. Her yaş grubundan bireyin yaşamını etkileyen internet kullanımı özellikle ergenlik döneminin gelişimsel özelliklerinden dolayı farklı şekillerde etkilere sahiptir. Örneğin, Ögel (2012) ergenlerin yaşadıkları dışlanma, çekingenlik, beğenilme kaygısı, yakın çevresiyle yaşadığı çatışmaları unutmak veya bastırmak için internet kullanmaya yöneldiklerini belirtmiştir. Aynı zamanda, kimlik bunalımı, aileden bağımsızlaşma ve bu durumların ortaya çıkardığı ruhsal bunalımlardan kaçma eğiliminde olan ergenlerin problemlı internet kullanımı açısından risk altında olduğu söylenebilir (Christensen ve diğer., 2001; Kandell, 1998; Widyanto ve McMurrin, 2004). Türkiye’de ergenlik dönemini de içine alan yaş grubunda (16-24 yaş) internet kullanımı oranının %26.6’dan (2014 yılı) %87.2’ye (2017) yükseldiği ortaya konulmuştur (TÜİK, 2017). Bu oranlar internet kullanımı ile ilgili durumun ciddi boyutlara ulaştığını ve bireyler üzerindeki etkisinin dikkatlice incelenmesi gerektiğini göstermektedir. Buradan hareketle, ergenlerde problemlı internet kullanımı ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi ortaya koymaya çalışan bu araştırmada ergenlerde internet kullanımı ile duygu düzenleme arasındaki ilişkinin kanonik korelasyon ile incelenmiştir. Bu değişkenler arasındaki ilişkiye ait dört kanonik fonksiyon elde edilmiştir. Elde edilen kanonik fonksiyonlardan ilk iki kanonik fonksiyon istatistiksel olarak anlamlıdır. PİK ile duygu düzenleme arasındaki ilişkiyi maksimum yapacak şekilde hesaplanan birinci kanonik fonksiyonda veri setlerinin yaklaşık % 14’lük ve ikinci kanonik fonksiyonda veri setlerinin % 7’lik bir varyans paylaştıkları ortaya çıkmıştır. Kanonik korelasyon analizinden elde edilen problemlı internet kullanımı ile ergen duygu düzenleme veri setlerinin paylaştıkları ortak varyans yaklaşık %30 olarak elde edilmiştir. Bununla birlikte, birinci kanonik korelasyon analizi sonucuna göre PİK1, PİK3, PİK4 arttıkça DIŞ_OLM de artarken, öğrencilerin PİK1, PİK3, PİK4 arttıkça İÇ_OLM azalmaktadır. İkinci kanonik korelasyon analizi sonucuna göre, öğrencilerde PİK1, PİK2, PİK4 arttıkça DIŞ_OLM, İÇ_OLM ve DIŞ_OL değişkeninin arttığı söylenebilir.

Tüm bu sonuçları bir araya getirdiğimizde, ergenlerde PİK arttıkça içsel işlevsel olmayan duygu düzenleme ve dışsal işlevsel olmayan duygu düzenleme de artmaktadır ve bununla birlikte içsel işlevsel olan duygu düzenleme azalmaktadır. İlgili alanyazın incelendiğinde de bu sonucun birçok araştırma sonucu ile tutarlı olduğu görülmektedir (Caplan, 2002; Ercengiz ve Şar, 2017; Ko ve diğer., 2012; Ko ve diğer., 2014; Spada ve Marino, 2017; Young ve Rodgers, 1998; Yu ve Cho, 2016; Yu ve diğer., 2013). Söz konusu bu araştırmalarda ergenlerde problemlı internet kullanımı ile duygu düzenlemenin ilişki içinde olduğu belirtilmiştir. Bir başka ifade ile duyguların nasıl yaşandığı, nasıl ifade edildiği ve duyguların nasıl etkilendiğini açıklayan duygu düzenlemenin internet kullanımı ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Ercengiz ve Şar (2017) internet kullanımı ile bireyin duygu düzenlemede kullandığı yöntemlerden içsel ve dışsal duygu düzenleme süreçlerinin aktif olduğunu ortaya koymuşlardır. Örneğin bu çalışmada bireyin içsel işlevsel olan duygu düzenleme durumu problemlı internet kullanımı ile negatif yönde ilişki göstermektedir. Problemlı internet kullanımı bireyin hem duygusal hem de davranışsal durumunu etkilemekte ve bireyde somatik belirtilerin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir (Cerruti ve diğer., 2017). Örneğin, duygusal açıdan, Callea ve diğer. (2016) internet kullanımının bireyin duygusal ve psikolojik iyi olma halini etkilediğini, Mei ve diğer. de (2016) bireyin yaşam doyumunu olumsuz etkilediğini ortaya koymuşlardır. Davranışsal açıdan da internet bağımlılarının olası bağımlılara ve bağımlı olmayanlara göre stres yaşadıklarında veya sadece sıkıntılı olduklarında internete erişmek için daha büyük bir eğilim gösterdikleri belirtilmektedir (Whang ve diğer., 2003). Lin ve Tsai (2002) ise internet kullanan ergenlerin problemlı olmayan internet kullanan ergenlere kıyasla duygulanım arayışı ve utangaçlıktan kaçınma gibi gerekçelerle problemlı internet kullandıklarını belirtmişlerdir. Görüldüğü üzere, problemlı internet kullanımı olumsuz duygu durumları ile doğrudan pozitif bir ilişki göstermektedir ve bireyin yaşam kalitesini birçok boyutta olumsuz şekilde etkileyebilmektedir.

Bu çalışmada aynı zamanda ergenlerde problemlı internet kullanımı arttıkça duygu düzenlemenin dışsal işlevsel boyutu (duyguları ifade etmek, tavsiye arama ve egzersiz yapmak) artmaktadır. Ercengiz ve Şar (2017) tarafından yapılan çalışmada da ergenlerde problemlı internet kullanımı arttıkça dışsal işlevsel duygu düzenleme de artmaktadır. Her ne kadar bu sonuçlar birbiriyle benzeşse de normal koşullarda bu iki değişken arasında olumsuz yönde bir ilişki olması beklenmektedir. Bir başka ifade ile problemlı internet kullanımı arttıkça ergenlerin duygularını daha az ifade etmeleri, çevresindekilerin tavsiyelerine daha az açık olmaları gibi davranışlar gözlemlenmesi büyük olasılıktır. Ergenler açısından bu sonuç ele alındığında, ergenlerin problemlı internet kullanımı onların sosyal ilişkilerine zarar verebilir, zaman içerisinde görüştüğü arkadaş sayısının azalmasına neden olabilir. Bu durum zaman içerisinde onun iyice yalnızlaşmasına neden olabilir fakat bir gruba ait olma ihtiyacı içinde olan ergenler yalnız

kalmaya daha az tolere göstermiş olabilirler. Bu yüzden çevreye tamamen kendilerini kapatmayabilirler ve başkaları ile ilişki içinde kalmaya devam edebilirler. Aynı zamanda, ergenler duygusal ve sosyal olarak problemlerle internet kullanımının getirmiş olduğu sıkıntılarla baş etmek için sosyal çevrenin desteğini almak isteyebilirler. Traş ve Aslan (2013) ergenlerin amaçlarına ulaşmak, ihtiyaçlarını gidermek ve sorunlarını çözmek amacıyla sosyal destek arayışı içinde olduklarını belirtmektedirler. Dolayısıyla ergenlerin problemlerle internet kullanımı için böyle bir girişimde bulunmaları anlaşılır bir durum da olabilir.

Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Bu çalışma kapsamında problemlerle internet kullanımı kendini ifade etme ölçeklerinden bir ölçekle ölçülmüştür. Bu ölçüm problemlerle internet kullanımının psikopatolojik kısmı ile ilgili bilgi sunmamaktadır. Bu çalışmada ele alınan PİK değişkeni çok boyutlu bir durum olduğundan bireyi etkileyen ailesel ve çevresel faktörler de sürece dâhil edilmelidir. Ailesel ve çevresel faktörler gibi değişkenlerin de dâhil edildiği nitel desenli çalışmalarla, bu değişkenlerin içeriğinin ne olduğu belirlenebilir. Aynı zamanda, yüksek-orta ve düşük düzeydeki PİK bireylerdeki duygu düzenleme düzeyleri de karşılaştırmalı olarak incelenmelidir. Ayrıca günümüz koşulları göz önünde bulundurulduğunda, ergenler arasında hızla artan PİK ile davranışsal boyutlarda örneğin zorbalık, bilişsel boyutta örneğin akademik başarı veya duygusal boyutta iyilik hali gibi faktörler birlikte incelenmelidir. Okullarda sağlıklı/sağlıksız internet kullanımı konusunda rehberlik faaliyetleri yürütülerek, sağlıksız internet kullanılmasına ilişkin önleyici çalışmalar yürütülebilir.

Kaynakça

- Akın, İ. (2014). *Problemlerle İnternet Kullanımının Duygu Düzenleme, Aleksitimi ve Dürtüsellik ile İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Albayrak, A. S. (2010). *Kanonik korelasyon analizi*. Ş. Kalaycı (Ed.), SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri (ss. 234-255), Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Anderson, E. L., Steen, E., & Stavropoulos, V. (2017). Internet use and Problematic Internet Use: A systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth*, 22(4), 430-454.
- Barcikowski, R. S., & Stevens, J. P. (1975). A Monte Carlo study of the stability of canonical correlations, canonical weights and canonical variate-variable correlations. *Multivariate behavioral research*, 10(3), 353-364.
- Bayraktar, F. (2013). *İnternet ve ergen gelişimi*. M, Kalkan ve C, Kaygusuz (Ed.) İnternet Bağımlılığı Sorunlar ve Çözümler. Anı Yayıncılık: Ankara.
- Briggs, S. R., & Cheek, J. M. (1986). The role of factor analysis in the development and evaluation of personality scales. *Journal of personality*, 54(1), 106-148.
- Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2006). *The bioecological model of human development*. In R. M. Lerner (Ed.) Handbook of child development: Vol. 1. Theoretical models of human development (6th ed., pp. 793 – 828). Hoboken, NJ: Wiley
- Callea, A., Cacioppo, M., Lucchetti, F., & Caretti, V. (2016). Internet use and psychosocial well-being in an Italian adult sample. *Clinical Neuropsychiatry* 13(1) 3-6.

- Cao, F., Su, L., Liu, T., & Gao, X. (2007). The relationship between impulsivity and Internet addiction in a sample of Chinese adolescents. *European Psychiatry, 22*(7), 466-471.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in human behavior, 18* (5), 553-575.
- Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic Internet use. *Journal of Communication, 55*(4), 721-736.
- Cerruti, R., Spensieri, V., Presaghi, F., Valastro, C., Fontana, A., & Guidetti, V. (2017). An exploratory study on internet addiction, somatic symptoms and emotional and behavioral functioning in school-aged adolescents. *Clinical Neuropsychiatry, 14*(6), 374-383.
- Ceyhan, A. A. (2008). Predictors of problematic internet use on Turkish university students. *CyberPsychology & Behavior, 11*(3), 363-366.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A., & Gürcan, A. (2007). Problemlı internet kullanımı ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi, 7*(1), 387-416.
- Chou, C., & Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the Taiwan college students' case. *Computers & Education, 35*(1), 65-80.
- Christensen, M. H., Orzack, M. H., Babington, L. M., & Patsdaughter, C. A. (2001). Computer addiction: When monitor becomes control center. *Journal of psychosocial nursing and mental health services, 39*(3), 40-47.
- Coffey, C., Carlin, J. B., Lynskey, M., Li, N., & Patton, G. C. (2003). Adolescent precursors of cannabis dependence: findings from the Victorian Adolescent Health Cohort Study. *The British Journal of Psychiatry, 182*(4), 330-336.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in human behavior, 17*(2), 187-195.
- Davis, R. A., Flett, G. L., & Besser, A. (2002). Validation of a new scale for measuring problematic Internet use: Implications for pre-employment screening. *Cyberpsychology & Behavior, 5*(4), 331-345.
- Doğan, H., Işıklar, A., & Eroğlu, S. E. (2008). Ergenlerin problemlı internet kullanımının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, 18*, 106-124.
- Dörnyei, Z. (2007). *Research methods in applied linguistics*. New York: Oxford University Press.
- Ercengiz, M. & Şar, A. H. (2017). Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Yordayıcı Olarak Duygu Düzenlemedeki Rolü. *Sakarya University Journal of Education, 7*(1), 183-194.
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference. 11.0 update* (4th ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Goldberg, I. (1996). *Goldberg's message*. Erişim tarihi 25.06.2018, <http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html>
- Griffiths, M.D. (2003). Internet abuse in the workplace: issues and concerns for employers and employment counselors. *Journal of Employment Counseling, 40*(2), 87-96.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of general psychology, 2*(3), 271- 299.
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology, 39*(3), 281-291.
- Günüç, S. (2009). *İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Hardie, E., & Tee, M. Y. (2007). Excessive Internet use: The role of personality, loneliness and social support networks in Internet Addiction. *Australian Journal of Emerging Technologies & Society, 5*(1), 34-47.

- Internet World Stats (2018). Internet Stats and Facebook Usage in Europe December 2017 Statistics. Erişim tarihi: 26.06.2018 (Erişim adresi: <https://www.internetworldstats.com/stats4.htm#europe>).
- Internet World Stats (2018). Internet users in the World by Regions, December 31, 2017. Erişim tarihi: 26.06.2018 (Erişim adresi <https://www.internetworldstats.com/stats.htm>).
- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology & behavior*, 1(1), 11-17.
- Kerber, C. S. (2005). Problem and pathological gambling among college athletes. *Ann Clin Psychiatry*, 17(4), 243-247
- Keskin, S., & Özsoy, A. N. (2004). Kanonik korelasyon analizi ve bir uygulaması. *Tarım Bilgileri Dergisi*, 10(1), 67-71.
- Kıran, E. B. (2009). Çeşitli değişkenlere göre ergenlerde internet bağımlılığının yordanması. *Journal of New World Sciences Academy*, 4(4), 1331-1340.
- Kim, H. K., & Davis, K. E. (2009). Toward a comprehensive theory of problematic Internet use: Evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and the self-rated importance of Internet activities. *Computers in Human Behavior*, 25(2), 490-500.
- Ko, C.H., Yen, J.Y., Chen, C.S., & Chen, C.C. (2012). The association between Internet addiction and psychiatric disorder: a review of the literature. *European Psychiatry*, 27(1), 1-8.
- Ko, C.H., Liu, T.L., Wang, P.W., Chen, C.S., Yen, C.F., & 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, 1377-1384.
- Kubey, R. W., Lavin, M. J., & Barrows, J. R. (2001). Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *Journal of communication*, 51(2), 366-382.
- Li, S.M., & Chung, T.M. (2006). Internet function and Internet addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 22 (6), 1067-1071.
- Lin, S. S., & Tsai, C. C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18(4), 411-426.
- Mei, S., Yau, Y.H., Chai, J., Guo, J., & Potenza, M.N. (2016). Problematic internet use, well-being, self-esteem and self-control: data from a high-school survey in China. *Addictive Behaviors*, 61, 74-79.
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students☆. *Computers in human behavior*, 16(1), 13-29.
- Mullin, B. C., & Hinshaw, S. P. (2007). *Emotion regulation and externalizing disorders in children and adolescents*. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 523-541). New York, NY: Guilford Press.
- Niemz, K., Griffiths, M., & Banyard, P. (2005). Prevalence of pathological Internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *Cyberpsychology & behavior*, 8(6), 562-570.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İş Bankası Kültür Yayınları.
- Pallant, J. (2007). SPSS survival manual, 3rd. Edition. McGrath Hill.
- Phillips, K. F. V., & Power, M. J. (2007). A new self-report measure of emotion regulation in adolescents: The Regulation of Emotions Questionnaire. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 14(2), 145-156.
- Sally, L. P. M. (2006) Prediction of internet addiction for undergraduates in Hong Kong. Baptist University, Hong Kong, UMI Dissertation Information Service.

- Scherer, K. (1997). Internet use patterns: Is there internet dependency on campus?. In *Paper presented at the 105th Annual Convention of the American Psychological Association, Chicago*.
- Sherry, A., & Henson, R. K. (2005). Conducting and interpreting canonical correlation analysis in personality research: A user-friendly primer. *Journal of personality assessment, 84*(1), 37-48.
- Spada, M. M., & Marino, C. (2017). Metacognitions and Emotion Regulation as predictors of problematic Internet use in adolescents. *Clinical Neuropsychiatry, 14*(1), 59-63.
- Stevens, J. P. (2009). *Applied multivariate statistics for the social sciences*. New York: Routledge.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Allyn & Bacon/Pearson Education.
- Thompson, R. A. & Goodman, M. (2010). *Development of emotion regulation*. Ed.: A. M. Kringand and D. M. Sloan, Emotion regulation and psychopathology: A transdiagnostic approach to etiology and treatment (pp. 38-58). New York: The Guilford Press
- Traş, Z., & Arslan, E. (2013). *Ergenlerde sosyal yetkinliğin, algılanan sosyal destek açısından incelenmesi. İlk ğretim Online, 12*(4), 1133-1140.
- Whang, S. M., Lee, S. & Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. *CyberPsychology and Behavior, 6*(2), 143- 150.
- Widyanto, L., & McMurrin, M. (2004). The psychometric properties of the internet addiction test. *Cyberpsychology & behavior, 7*(4), 443-450.
- Yang, S. C., & Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior, 23*(1), 79-96.
- Yıldız, M. A. & Duy, B. (2014). Adaptation of the short-form of the UCLA loneliness scale (ULS-8) to Turkish for the adolescents. *Düşünen Adam, 27*(3), 194-203.
- Young K. S. (1996) Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior, 1*(3), 237-244.
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological reports, 79*(3), 899-902.
- Young, K.S. & Case, C.J. (2004). Internet abuse in the workplace: new trends in risk management. *Cyperpsychology and Behaviour, 7*(1), 105-111.
- Yu, H., & Cho, J. (2016). Prevalence of internet gaming disorder among Korean adolescents and associations with non-psychotic psychological symptoms, and physical aggression. *American journal of health behavior, 40*(6), 705-716.
- Yu, J. J., Kim, H., & Hay, I. (2013). Understanding adolescents' problematic Internet use from a social/cognitive and addiction research framework. *Computers in Human Behavior, 29*(6), 2682-2689.
- Zalewski, M., Lengua, L. J., Wilson, A. C., Trancik, A., & Bazinet, A. (2011). Emotion regulation profiles, temperament, and adjustment problems in preadolescents. *Child Development, 82*(3), 951-966.