

The Relationship Between Loneliness and Internet Addiction in University Students: The Mediating Role of Cognitive Distortions¹

Safa DEMİR

Ministry of National Education, ORCID ID: 0000-0001-8357-4787.

Ahmet BUĞA

Gaziantep University, ORCID ID: 0000-0002-9598-2451.

Abstract

The aim of this study is to reveal the mediating role of interpersonal cognitive distortions in the relationship between loneliness and internet addiction in university students. 412 students from various departments studying at the Faculty of Education of Gaziantep University have participated in the study during the 2017-2018 academic year. Personal Information Forms, UCLA Loneliness Scale, Internet Addiction Scale and The Interpersonal Cognitive Distortions Scale have been used in this study. In order to test the construct validity of the scales with the study group, the Exploratory Factor Analysis and the Confirmatory Factor Analysis have been conducted. During the analysis process, with the descriptive analysis, the t test, ANOVA, Structural Equation Modelling, and as a mediator, the Sobel Test have been used. In examining the results, men have been found to have scored higher in gender-based loneliness, internet addiction and the "avoidance of intimacy" sub-dimension of interpersonal cognitive distortions. No significant relationship has been observed regarding school year. As a result of the analysis, a positive correlation between loneliness, and internet addiction and interpersonal cognitive distortions have been found. Interpersonal cognitive distortions have been concluded to have a mediating role in the relationship between loneliness and internet addiction.

Keywords: *Loneliness, Internet Addiction, Interpersonal Cognitive Distortions*



Inönü University
Journal of the Faculty of Education
Vol 20, No 3, 2019
pp. 859-875
DOI: 10.17679/inuefd.627543

Article type:
Research article

Received : 01.10.2019
Accepted : 09.12.2019

Suggested Citation

Demir, S. & Buga, A. (2019). The Relationship Between Loneliness and Internet Addiction in University Students: The Mediating Role of Cognitive Distortions, *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 20(3), 859-875. DOI: 10.17679/inuefd.627543

¹ This article was produced from the Master's thesis approved by Gaziantep University Institute of Educational Sciences in 2019.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

It is a well-known fact that internet addiction has become a big concern. Davis (2001) suggests that individual cognitive distortion as one of the reasons for it. Cognitive distortion, on the other hand, is considered to be stemming from loneliness. Research on the relation between loneliness and internet addiction (Bayram ve Gündoğmuş, 2016; Coget, Yamauchi ve Suman, 2002; Durualp ve Çiçekoğlu, 2012; Köksal, 2015; Lin ve Tsai, 2002; Morsünbül, 2014; Özbek, 2017; Özen ve Korukçu Sarıcı, 2010; Turmalar Kurtaran, 2008; Uğur, 2018; Ümmet ve Ekşi, 2016; Yaşar, 2007), also between loneliness and cognitive distortion (Halamandaris and Power, 1997; Turan, 2010 Kılınç and Sevim, 2005; Rokach, 2004), and the relation between cognitive distortion and internet addiction (Liu and Peng, 2009) have been conducted in Turkey, and in other countries. Therefore, the aim of this study is present the role of cognitive distortion in the relation between loneliness and internet addiction.

Purpose

The aim of this study is to put forward the role of cognitive distortion in the relation between loneliness and internet addiction. For this end, the following questions have been investigated:

- Do factors of loneliness, cognitive distortion and internet addiction show significant differences regarding gender?
- Do factors of loneliness, cognitive distortion and internet addiction show significant differences regarding grade level at university?
- Is there a significant relation between loneliness and internet addiction?
- Is there a significant relation between loneliness and cognitive distortion?
- Is there a significant relation between cognitive distortion and internet addiction?

Method

Model:

In this study, because the relation between loneliness, cognitive distortion and internet addiction is studied, a relational screening model has been used.

Study group:

The study group for this study consists of 412 students from different departments and levels studying at Gaziantep University Faculty of Education during the 2017-2018 academic year.

Data collection Tools:

UCLA Loneliness Scale: For the purpose of measuring the loneliness points of participants, the "UCLA Loneliness Scale", developed by Russell et. al. (1980) and adapted by Demir (1989) was administered. The scale consists of 20 items. It is a one-dimensional four-point Likert scale.

The Cognitive Distortion related to Interpersonal Relations Scale: For the purpose of measuring cognitive distortion related to interpersonal relations, the 19-item Cognitive Distortion related to Interpersonal Relations, developed by Büyüköztürk (2003), was administered. It is a five-point Likert scale with three dimensions of fear of intimacy, mind reading and unrealistic relationship expectations.

Internet Addiction Scale: In this study, the Internet Addiction Scale, developed by Young (1996) and adapted into Turkish by Bayraktar (2001) was administered. The scale is a one-dimensional six-point Likert scale with 20 items.

Data Analysis:

First of all, an exploratory and confirmatory factor analysis was administered in order to test the compatibility between the study group and the scales. Later, data gained through descriptive statistics, t-test, ANOVA, structural equation modelling and the Sobel test was analysed.

Findings

The findings of the study show significant differences among gender groups. Loneliness levels of men are higher than those of women. The subcategory "fear of intimacy" of cognitive distortions also show significant differences among gender groups. Levels of fear of intimacy experienced by men are higher than those experienced by women. Subcategories of "mind reading" and "unrealistic relationship expectations", on the other hand, do not show significant differences between gender groups. Significant differences in internet addiction are observed. Levels of internet addiction are higher in men than women.

In other findings of the study, there do not seem to be significant differences in loneliness, internet addiction and cognitive distortions among grade levels. A positive correlation between loneliness and internet addiction was identified. A meaningful and positive correlation between loneliness and cognitive distortions was also observed. Furthermore, there is a positive correlation between cognitive distortions and internet addiction. According to the findings towards the main purpose of the study, a partial intermediary role of cognitive distortions in the loneliness-internet addiction relation was confirmed.

Discussion & Conclusion

The study concludes that male participants felt lonelier when compared to their female counterparts. The literature also supports this conclusion (Çağır, 2010; Durak Batıgün, 2008; Özkaya, 2017; Uğur, 2018). While a meaningful relation between the subcategory "fear of intimacy" of cognitive distortions and gender was found, a significant difference between gender and "mind reading" and gender and "unrealistic relationship expectations" subcategories was not observed. Men had higher average points for "fear of intimacy" than women. The literature also supports this conclusion. Erginsoy (2010), Çivan (2013) and Demiray (2018) found a similar pattern in men for the "fear of intimacy" subcategory. They also determined that a significant difference cannot be observed for "mind reading" and "unrealistic relationship expectations" subcategories. A meaningful relation between internet addiction and gender was also detected. Men's average for internet addiction was higher than those of women. Studies in literature that support this conclusion can be found (Bayram and Gündoğmuş, 2016; Canan, 2010; İşsever, 2016; Kıyıcı, 2018; Keser Özcan, 2004; Leung and Lee, 2011; Morsünbül, 2014; Mutlu, 2018; Şahin, Özdemir and Ünsal, 2013).

A meaningful relation between grade level and loneliness was not detected. This is consistent with the literature (Kozaklı, 2006; Karaoğlu and ark, 2009; Çağır, 2010; Kılıç, 2014; Özbek, 2017; Uğur, 2018). Similarly, a meaningful relation between cognitive distortions and grade level was not present. Artukoğlu (2016) also points at a similar result in his study. The researcher did not detect a meaningful relation between grade level and internet addiction, either. This also coincides with the literature (Balci and Gülnar, 2009; İşsever, 2016).

There was a meaningful and positive relation between levels of loneliness and internet addiction. Studies in the literature are in the same line (Lin and Tsai, 2002; Kurtaran, 2008; Özen and Korukçu Sarıcı, 2010; Ümmet and Ekşi, 2016). There was also a meaningful and positive relation between levels of loneliness and cognitive distortions meaning that when levels of loneliness rise, so do points for cognitive distortions. This is in line with the study by Turan (2010). Another conclusion driven was that a positive and meaningful relation between cognitive distortions and internet addiction exist.

The partial intermediary role of cognitive distortions in the loneliness-internet addiction relation was analysed in this study. Accordingly, internet addiction was concluded to be related to loneliness. Additionally, cognitive distortions were found to play a partial intermediary role in the loneliness-internet addiction relation.

Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişki: Bilişsel Çarpıtmaların Aracı Rolü²

Safa DEMİR

Millî Eğitim Bakanlığı, ORCID ID: 0000-0001-8357-4787.

Ahmet BUĞA

Gaziantep Üniversitesi, ORCID ID: 0000-0002-9598-2451.

Öz

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkide ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların aracı rolünü ortaya koymaktır. Çalışmaya Gaziantep Üniversitesi Eğitim Fakültesinde 2017- 2018 eğitim-öğretim yılında eğitim alan farklı bölümlerden 412 öğrenci katılmıştır. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, UCLA Yalnızlık Ölçeği, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Kişilerarası İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeklerin çalışma grubuyla olan yapı geçerliliğini test etmek amacıyla Keşfedici Faktör Analizi ve Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Verilerin analizi sürecinde betimsel istatistiklerle birlikte t testi, ANOVA, Yapısal Eşitlik Modellemesi ve en son aracılık için de Sobel Testi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular incelendiğinde; cinsiyete göre yalnızlık, internet bağımlılığı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların "yakınlıktan kaçınma" alt boyutunda erkeklerin daha fazla puan aldıkları sonucuna ulaşılmıştır. Sınıf düzeyine göre ise anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Yapılan analizler neticesinde yalnızlık ile internet bağımlılığı ve kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların yalnızlık ve internet bağımlılığı ilişkisinde kısmi aracı rolü olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Yalnızlık, İnternet Bağımlılığı, İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar.



İnönü Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Dergisi
Cilt 20, Sayı 3, 2019
ss. 859-875
DOI: 10.17679/inuefd.627543

Makale türü:
Araştırma makalesi

Gönderim Tarihi : 01.10.2019
Kabul Tarihi : 09.12.2019

Önerilen Atıf

Demir, S. & Buğa, A. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlık ve İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişki: Bilişsel Çarpıtmaların Aracı Rolü. *Inönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 859-875. DOI: 10.17679/inuefd.627543

² Bu makale, Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü tarafından 2019 yılında onaylanan Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.

GİRİŞ

Yalnızlık sorunu çağın getirdiği şartlarla daha belirgin bir şekilde ortaya çıkmakta ve insanların karşısında büyük bir tehlike olarak durmaktadır. Gelişen teknoloji ve medeniyet dünyasıyla birlikte insanlar yaşam hızına ayak uydurmakta zorluk çekmekte, sosyal ilişkileri sınırlamakta, birbirlerine güvenmemekte, yabancılaşmakta ve mümkün olduğu kadar yüzeysel ilişkiler kurmaktadır. Modern dünya insanın yaşadığı tüm bu problemler, onu zorlamakta ailesel, sosyal yaşantı ve iş yaşamı da dâhil olmak üzere onu yalnızlaştırmaktadır (Alkan ve Sezgin, 1998). Yalnızlık kavramı literatürde çok tartışılmış ve üzerinde birçok tanım geliştirilmiş bir kavramdır. Bu alanda ilk çalışmaları yapan Sullivan (1953), yalnızlığı; yakınlık kurma ihtiyacının yeterince doyurulmadığı durumda ortaya çıkan nahoş ve birey tarafından istenmeyen bir duygu olarak tanımlamaktadır. De Jong Gievelde (1998), yalnızlık kavramında bireyin yetersizlik duygusu da hissettiğine dikkat çekmiştir. Yalnızlık, bireyin istediği, arzu ettiği ilişkileri kurma konusunda kendisini yetersiz hissettiği anda ortaya çıkan ve kaynağını arzu edilen ilişkilerle kişinin o anki ilişkileri arasındaki farktan alan duygular olarak tanımlamaktadır. Jones ve Hebb (2003)'e göre yalnızlık; sosyal ya da kişilerarası ilişkilerle ilgili olan bireyin kendi algılamalarına dayanan (sübjektif) birey tarafından istenmeyen ve bireylerin bu durumla baş etme, üstesinden gelme çabası içine girdikleri duygu olarak adlandırılmaktadır.

Yalnızlık ile bireyin tek başına olma durumu sıkça karıştırılmaktadır. Birey tek başına olmasa bile yalnızlık duygusu hissedebilmektedir. Bunun nedeni bireyin sahip olduğu ilişkilerin nitelik olarak bireyin ihtiyaçlarını doyurucu nitelikte olmaması gösterilmektedir (Buluş, 1997). Yalnız hissedilen birey illa tek başına olmak zorunda değildir, birey diğerleriyle birlikte olduğu durumlarda bile kendisini yalnız hissedebilir (Yalaz Seçim, Alpar ve Algür, 2014). Derdiyok (2015)'e göre de yalnızlık, bireyin sadece tek başına olması durumuyla alakalı bir durum değildir. Yalnızlık, tek başına olarak yaşanabilen bir duygu olduğu gibi kalabalıklar içinde ya da sosyal bir grup içerisinde de birey kendisini yalnız hissedebilir. Yalnızlık, bireyin diğerleriyle bağlantı kuramaması, öznel olarak onlardan kopması ve yalnızlaşması durumunda da ortaya çıkabilmektedir. Yalaz Seçim ve diğerleri (2014) yalnızlığı iki temel boyutta ele almışlardır. Bunlar; fiziksel ve psikolojiktir. Fiziki yalnızlık, Robinson Crusoe örneğinde ki gibi bireyin tek başına olduğu, çevresinde iletişim kurabileceği kimsenin bulunmadığı durumdur. Psikolojik yalnızlık ise bireyin içinde bulunduğu kalabalıklara rağmen kendisini yalnız hissetmesidir. Gelişen teknoloji ile beraber gençlerde sosyal medya ve internet üzerinden sosyalleşme çabaları gözlenmektedir. Gençlerin günün önemli bir bölümünü internet ve sosyal medya kullanarak geçirmesi bireylerin diğerlerinden uzaklaşarak yalnızlaşmasına yol açmaktadır. Bu durum ise psikolojik ve fizyolojik birçok sıkıntıyı beraberinde getirmektedir.

Rokach (2004), yalnızlığın duygusal izler bırakan bireye sıkıntı veren bir durum olduğunu vurgularken yalnızlığın bireye yaşattığı sorunları şu şekilde sıralamaktadır:

- Yalnızlık duygusu insanları diğerlerden soyutlamakta ve samimi ilişkiler kurmasının engellemektedir.
- Yalnızlık hissedilen bireyler yeni bir ilişki kuramadıkları gibi sahip olduğu ilişkileri de aynı düzeyde tutamamaktadır. Diğer insanların birbiriyle olan iletişimini kıskanan birey diğer insanlara da sorun yaşatabilmektedir. Sevgi ihtiyacını gideremeyen birey, sevdiğini hissettiğindeyse bunu kaybetmemek için elinden geleni yapabilmektedir.
- Yalnızlık hissedilen birey, dikkat ve yaratıcılık gibi özelliklerini olumlu amaçlar doğrultusunda kullanamamakta bu durumda bireyi psikolojik rahatsızlıklara itmektir.
- Birey, yalnızlık duygusu ile mücadele edip onu alt etmedikçe yalnızlık duygusu bireyin yaşamını ele geçirmekte ve hayatının merkezine oturmaktadır.
- Yalnızlık duygusuna kapılan birey olumsuz ve işlevsel olmayan düşünceler geliştirmekte ve bu düşünce ya da inançlara dayanarak yanlış kararlar alabilmektedir. Bu durum evlilik ve eş seçimini de etkilemektedir.
- Yalnızlık mücadele edilip alt edilmediği sürece birey hassas ve katı olabilmektedir.

Bilişsel yaklaşıma göre yalnızlık, bilişlerden kaynaklanabileceği gibi bireylerin bilişlerini de olumsuz etkileyebilmektedir. Buna yönelik olarak yalnızlık ve bilişsel süreçler arasında bir bağlantı olduğuna yönelik çalışmalar da yapılmaktadır. Yalnızlık yaşayan bireylerin kendisine yönelik olumsuz bakış açısının yalnızlığa etkisi üzerine çalışan uzmanlardan Wittenbeg ve Reiss (1986) ise yalnız bireylerin kendisini sosyal ilişki kurma ve yürütme konusunda eksik görmekte olduklarını öne sürmektedir. Bu eksikliğin ise bu bireylerin diğerlerini kabul etmede güçlük yaşamasına neden olduğu araştırmacı tarafından vurgulanmaktadır. Yalnız bireyler, sahip oldukları sosyal ilişkilerde performanslarını yetersiz ve olumlu dönütlere rağmen ilişki niteliklerini düşük olarak nitelendirebilmektedir (Duck, Pond ve Leatham, 1994). Yapılan çalışmalarda yalnızlık yaşayan bireylerin olumsuz düşüncelerinin sadece kendilerine yönelik olmadığı da göze çarpmaktadır (Rottenberg, 1994). Davis ve Franzoi (1986) yaptığı çalışmanın sonucu olarak yalnızlık hissedilen bireylerin çok yakın oldukları arkadaşlarına dahi güvensiz oldukları ve onlarında kendileri için böyle düşündüklerine inandıklarını söylemektedirler. Yalnızlık yaşayan bireylerle yapılan bu çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda yalnızlık yaşayan bireylerin biliş ve inanışlarında çarpıklık ya da çarpıtmaların

var olduğu ya da geliştiği söylenebilir. Bilişsel çarpıtmalara benzer şekilde Mahoney (1999) ise yabancılaşmak ve gerçekçi olmayan inançlar arasında anlamlı bir ilişkiyi vurgularken literatürü destekler şekilde Halamandaris ve Power (1997)'de yalnızlık düzeyi ve sahip olunan işlevsel olmayan tutumlar arasında ilişki tespit etmiştir.

Yapılan bu çalışmalardan hareketle ise yalnızlık hisseden bireylerin bilişsel algılamalarında önyargı ve abartılı anlamlandırmalar yapabileceği söylenebilir. Önyargı ve abartılı anlamlandırmalar ise Beck (2001)'e göre bilişsel çarpıtmaları meydana getirerek bireyin ruhsal sıkıntılar yaşamasına neden olmaktadır. Bilişsel çarpıtmalar geliştiren birey ise abartılı davranışlar da bulunabilmekte, ruhsal problemlerden kaçış için işlevsel olmayan yollara başvurabilmektedir. Bunlardan bir tanesinin de internet kullanımı ve bağımlılığı olduğu düşünülmektedir (Davis, 2001). Araştırmacıya göre bilişsel süreçlerinde sorun yaşayan birey internet bağımlılığına yönelmektedir. İnternet bağımlılığı sadece bir davranışsal değil aynı zamanda bilişsel süreçlere de bağlı bir bağımlılık olarak ortaya çıkmaktadır.

İnternet bağımlılığı, literatürde bir psikopatoloji olarak tanımlanmış olup zararları da vurgulanmaktadır. Buna göre yapılan bazı çalışmalarda internet bağımlılığı ve akademik başarısızlık arasında bir ilişki tespit edilmiştir (DiNicola, 2004; Ravizza, Hambrick ve Fenn, 2014). Benzer şekilde Lin ve Tsai (2002), internet bağımlılığının aile ve sosyal ilişkiler, akademik başarı, zaman yönetimi, maddi durum ve hoşgörü gibi konularda bireye sorunlar yaşattığını vurgulamaktadır. Esen (2010), internet kullanımının aşırı ve uzun olmasının bireyi kas krampları ve karpal tünelsendromu şeklinde fiziksel olarak olumsuz etkilediği gibi uykusuzluk, okula devam etmede güçlükler ve sorumluluklarını aksatma gibi problemlerle de karşı karşıya bıraktığını vurgulamaktadır. İnternet bağımlılığının sadece fiziksel, sosyal ve akademik sonuçlar doğurmadığı depresyon gibi psikolojik sıkıntılara neden olduğu da bilinmektedir. Buna göre internet bağımlılığı ruhsal sıkıntı yaşama, saldırganlık, motivasyon kaybı, mutsuzluk, içe kapanma, sinirli olma, anksiyete, bunalım gibi psikolojik sorunlara da neden olabilmektedir (Odabaşoğlu, Öztürk, Genç ve Pektaş, 2007). Bu araştırmayı destekler nitelikte Bayraktar ve Gün (2007)'de araştırmaları sonucunda internet bağımlılığı ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki tespit etmektedir. Kutlu, Savcı, Demir ve Aysan (2016) yalnızlık ve internet bağımlılığı arasında bir korelasyon tespit ederken benzer şekilde Demir ve Kutlu (2016) da mutsuzluk ve internet bağımlılığı arasında ilişki tespit etmiştir. Wu, Chen, Tong, Yu ve Lau(2018), internet ve oyun bağımlılığının özellikle son 20 yılda hızla yaygınlaşan bir halk sağlığı sorunu olduğuna dikkat çekmektedir. Young (1996), internet bağımlılığını patolojik kumar oynamaya benzetmekte ve sarhoş edici bir madde kullanımını içermeyen bir dürtü kontrol bozukluğu olarak tanımlamaktadır. Yazara göre bağımlılık geliştiren birey internete karşı kaygı geliştirmekte, internet kullanım süresini azaltmak ya da kontrol etmek için başarısız girişimlerde bulunmakta, planlanandan daha uzun süre internette vakit geçirmekte, internette geçirdiği süreyi azaltmak istediğinde depresyon ya da huzursuzluk hissetmekte, eğitim ya da meslek hayatında sorumluluklarını aksatmakta, internette geçirdiği süre hakkında aile, arkadaş ya da terapistle yalan söylemekte ve interneti sorunlarından ya da yalnızlık gibi istenmeyen duygulardan kaçmak için bir araç olarak görmektedir. Bu açıdan bakıldığında insanların mutlu olması için internet bağımlılığıyla mücadele önemli bir yer tutmaktadır.

Üniversite öğrencileri yalnızlık açısından kritik bir döneme denk gelmektedir. Erikson (1968) tarafından yakınlığa karşı yalıtılmışlık (21-30 yaş) olarak vurgulanan bu dönem bireyin duygularını başkalarıyla paylaşma ihtiyacını temele aldığı dönemdir. Türkiye'de ortaöğretim eğitiminin tamamlanmasıyla bireyler üniversite eğitim dönemine başlanmaktadır. Bu dönem, fırtınalı ergenlik ile erişkinliğe geçiş arası dönemine denk gelmektedir (İnanç, Savaş, Tutkun, Herken ve Savaş, 2004). Birey, bu dönemde ailesinden kopmakta yani bir anlamda yalnızlaşmakta, ekonomik sorunlarla karşılaşmakta, yeni bir çevre oluşturmak ya da ev-yurt hayatına alışma gibi durumlarla karşılaşmaktadır (İnanç ve diğerleri, 2004; Uskun, Öztürk, Aydın ve Üçtaşlı, 2005). Bireyin bu tarz sorunlar yaşaması yaşantılarını farklı şekilde etkilemekte ve kendilerini diğerlerinden soyutlayıp yalnız hissetmelerine neden olabilmektedir (Buluş, 1997). Rahman, Dey ve Nahar (2012) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinde kendini yalnız hisseden bireylerin oranının %25 olduğunu vurgulamaktadır. Türkiye'de ise Yalaz Seçim ve diğerleri (2014) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmada öğrencilerin %54'ünün ortalamanın üzerinde bir yalnızlık düzeyine sahip olduğu söylenmektedir.

İnternet bağımlılığının sebeplerinden birinin bilişsel çarpıtmalar olduğu ortaya konulmuştur (Davis, 2001). Yalnızlığın düşünce hatalarına yol açabileceği ya da bireyin algılarını olumsuz etkileyebileceği literatürde vurgulanmaktadır (Duck ve diğerleri, 1994; Rokach, 2004; Wittenberg ve Reiss, 1986). Bilişsel Davranışçı Yaklaşım üzerine çalışmalar yapan Davis (2001), internet bağımlılığının yakın ve uzak olarak iki tür nedenden kaynaklandığını vurgulamaktadır. Buna göre uzak nedenler, bireyin kişisel özellikleri ya da sahip olduğu alışkanlıklardır. Bunlar bireyin depresyona yatkınlığı, madde bağımlılığına sahip olması gibi internet bağımlılığıyla paralellik gösteren özellikler ya da alışkanlıklardır. Bunun dışında yakın nedenler ise bireyin sahip olduğu çarpıtılmış bilişlerdir. Bu çarpıtılmış bilişler kişinin kendisine yönelik olabileceği gibi dış

dünyaya karşı da olabilmektedir. Kendisine yönelik çarpıtılmış bilişlere sahip birey interneti kendisiyle ilgili daha olumlu dönütler alabilmek için kullanırken dış dünyaya yönelik çarpıtmalara sahip bireyler ise kendisine sadece sanal ortamda saygı duyulduğuna inanmakta ve interneti tek arkadaşı olarak nitelemektedir.

Sonuç olarak internet bağımlılığının modernleşen dünyada büyük bir sorun olduğu bilinmektedir. İnternet bağımlılığının nedenlerinden bir tanesi olarak Davis (2001) bireyin bilişsel çarpıtmalarını öne sürmektedir. Bilişsel çarpıtmaların ise bireyin yalnızlık duygusu yaşamasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Gerek Türkiye’de gerek Türkiye dışında yalnızlık ve internet bağımlılığı ilişkisi (Bayram ve Gündoğmuş, 2016; Coget, Yamauchi ve Suman, 2002; Durualp ve Çiçekoğlu, 2012; Köksal, 2015; Lin ve Tsai, 2002; Morsünbül, 2014; Özbek, 2017; Özen ve Korukçu Sarıcı, 2010; Turnalar Kurtaran, 2008; Uğur, 2018; Ümmet ve Ekşi, 2016; Yaşar, 2007) yalnızlık ve bilişsel çarpıtmalar ilişkisi (Halamandaris ve Power, 1997; Kılınç ve Sevim, 2005; Rokach, 2004; Turan, 2010;) bilişsel çarpıtmalar ve internet bağımlılığı ilişkisini (Liu ve Peng, 2009) elen alan çalışmalar bulunmaktadır. Bu çalışmada ise yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkide bilişsel çarpıtmaların rolünü ortaya koymak amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmada; yalnızlık, bilişsel çarpıtmalar ve internet bağımlılığı değişkenleri arasındaki ilişkiler incelendiği için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli; iki veya daha fazla değişkenin birlikte değişip değişmediği ya da değişim varsa bunun derecesini belirleme amacıyla yapılan çalışma modelidir (Karasar, 2016).

İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar “yakınlıktan kaçınma, zihin okuma ve gerçekçi olmayan ilişki beklentisi” olmak üzere üç boyuta, yalnızlık ve internet bağımlılığı değişkenleri ise tek boyuta sahiptir.

Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Gaziantep Üniversitesi Eğitim Fakültesinde 2017-2018 eğitim öğretim yılında öğrenim gören farklı bölüm ve sınıf düzeylerinden 412 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcıların demografik özelliklerine yönelik bilgiler Tablo1’de verilmiştir.

Tablo 1

Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Değişken		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Erkek	121	29.4
	Kadın	291	70.6
Öğrenci Sınıf Düzeyi	Birinci Sınıf	163	39.6
	İkinci Sınıf	43	10.4
	Üçüncü Sınıf	129	31.3
	Dördüncü Sınıf	77	18.7
Yaş	18-20	174	42.2
	21 ve Üzeri	238	57.8
Sosyoekonomik Düzey	0-1250	75	18.2
	1251-1850	87	21.1
	1851-2650	75	18.2
	2651-3000	73	17.7
	3001+	102	24.8
Aile Birlikteliği	Birlikte	396	96.1
	Ayrı Yaşıyor	12	2.9
	Boşanmış	4	1.0
İnternet Kullanım Süresi	2 Saate Kadar	84	20.4
	3 Saat	95	23.1
	4 Saat	82	19.9
	5 Saat	77	18.7
	6 Saat ve Üzeri	74	18.0

Tablo 1’e göre katılımcıların %70’i kadın, %39’u birinci sınıf, %57,8’inin 21 yaş üstü, %24,8’inin sosyoekonomik düzey olarak 3001 ve üzeri, %96,1’inin ailesinin birlikte yaşadığı ve %23,1’inin ise günde üç saat civarında internet kullandığı görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

UCLA Yalnızlık Ölçeği: Katılımcıların yalnızlık puanlarının ölçülebilmesi için Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilip Türkçe uyarlaması Demir (1989) tarafından yapılan "UCLA Yalnızlık Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 10 maddesi düz ve 10 maddesi ters madde olarak kodlanmıştır. Ölçek tek boyutlu olup 4'lü likert tipi bir ölçektir. Buna göre ölçekte yer alan ifadeye "ben bu durumu hiç yaşamam" diyenler 1, "ben bu durumu nadiren yaşarım" diyenler 2, "ben bu durumu bazen yaşarım" diyenler 3 ve "ben bu durumu sık sık yaşarım diyenler 4 puan alacak şekilde derecelendirilmiştir. Ölçekten alınan toplam puan "Genel Yalnızlık Puanı" olarak adlandırılıp 20-80 puan aralığındadır. Bireylerin puanları yükseldikçe yalnızlık düzeyleri de yükselmektedir.

Kişilerarası İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği: Kişilerarası ilişkilerde sahip olunan bilişsel çarpıtmaların ölçülmesinde Hamamcı ve Büyüköztürk (2003) tarafından geliştirilen 19 önermeden oluşan Kişilerarası İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 5'li likert tipi ölçektir. Buna göre "hiç katılmıyorum" cevabına 1, "çok az katılıyorum" cevabına 2, "kısmen katılıyorum" cevabına 3, "oldukça katılıyorum" cevabına 4 ve "tamamen katılıyorum" cevabına ise 5 puan olarak derecelendirilmiştir. Ters puanlanan madde ise bulunmamaktadır. 19-95 arası puan alınan ölçekten alınan puan ne kadar yüksekse bireylerin o kadar fazla bilişsel çarpıtmaya sahip olduğu kabul edilmektedir.

Ölçek, yakınlıktan kaçınma, zihin okuma ve gerçekçi olmayan ilişki beklentisi olarak üç boyuttan oluşmaktadır. "Yakınlıktan kaçınma" bilişsel çarpıtması 8 maddeden oluşmakta ve bireylerin ilişkilerinde samimi olmaktan çekinmesi ve samimiyetten zarar geldiği yönünde inançlara sahip olduğu çarpıtma türüdür. "Zihin okuma" bilişsel çarpıtması 3 maddeden oluşmakta ve bireylerin ilişkilerinde karşı tarafın düşüncelerini bildiğini düşünmesidir. Yani birey karşı tarafın his ve düşüncelerini karşı taraf ifade etmeden anlayabildiğini öne sürmekte ve bir nevi niyet okuyuculuğu yapmaktadır. "Gerçekçi olmayan ilişki beklentisi" bilişsel çarpıtması 6 maddeden oluşmakta ve bireylerin ilişkide gerek kendi davranışları gerekse karşı tarafın davranışıyla ilgili yüksek bir beklentiye girdiği çarpıtma türüdür (Hamamcı ve Büyüköztürk, 2003).

İnternet Bağımlılığı Ölçeği: Bu çalışmada, Young (1996) tarafından geliştirilip Bayraktar (2001) tarafından Türkçeye uyarlanan İnternet Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek tek boyutlu olup 20 sorudan oluşan 6'lı likert tipi bir ölçektir. Buna göre "hiçbir zaman" şeklinde cevap veren katılımcı 0, "nadiren" cevabı 1, "arada sırada" cevabı 2, "çoğunlukla" cevabı 3, "çok sık" cevabı 4, "devamlı" cevabı ise 5 puan olarak derecelendirilmiştir. 0-100 arası puan alınan ölçekte 0-49 puan alanlar "semptom göstermeyenler", 50-79 puan alanlar "sınırlı semptom gösterenler" ve 80-100 arası ise "internet bağımlısı" olarak tanımlanmaktadır.

Veri Toplama Süreci

Araştırmada kullanılan ölçeklerin uygulanması 2017-2018 eğitim öğretim yılının Mayıs ayı içerisinde yapılmıştır. Gerekli araştırma izinleri alınmış olup sınıflara girilerek araştırma hakkında bilgi verilip gönüllü öğrencilerin katılımı istenmiştir. Ölçeklerin doldurulması 15-20 dakika arasında bir zaman almaktadır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi için ilk olarak Keşfedici Faktör Analizi (KFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) uygulanarak ölçeklerin örnekleme olan yapı geçerliliği incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda grubun ölçeklerle uyumu sağladığı tespit edilmiştir. Yalnızlık-internet bağımlılığı- bilişsel çarpıtmaların cinsiyetle ilişkisinin tespit edilmesi amacıyla t-testi yapılmıştır. Yalnızlık, internet bağımlılığı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların öğrencinin eğitim aldığı sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini analiz edebilmek için ANOVA testi yapılmıştır. Araştırma modelinin test edilmesi amacıyla yapısal eşitlik modeli kurulmuş ve analiz edilmiştir. Aracılık testinde kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar değişkeninin aracı rolü sobel testi araştırılmıştır.

BULGULAR

Cinsiyetle İlgili Bulgular

Yalnızlık, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve internet bağımlılığının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini analiz edebilmek için t testi yapılmıştır. Sonuçlar, Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2**Öğrencilerin Yalnızlık, İnternet Bağımlılığı ve Bilişsel Çarpıtma Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik T-Testi Sonuçları**

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	p
Yalnızlık	Kadın	291	1.3841	.43247	-2.686	.008
	Erkek	121	1.5070	.41945		
İnternet Bağımlılığı	Kadın	291	1.8214	.71116	-2.508	.011
	Erkek	121	2.0225	.75315		
İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar	Kadın	291	.9763	.19010	-1.505	.112
	Erkek	121	1.0106	.21848		
"Yakınlıktan Kaçınma"	Kadın	291	1.5716	.39806	2.031	.037
	Erkek	121	1.6641	.43066		
"Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi"	Kadın	291	2.0515	.48901	-.790	.413
	Erkek	121	2.0961	.53496		
"Zihin Okuma"	Kadın	291	1.1427	.28421	-.412	.671
	Erkek	121	1.1561	.30673		

p<,05

Tablo 2'de görüldüğü gibi yalnızlık, internet bağımlılığı ve yakınlıktan kaçınma değişkenlerinin anlamlılık düzeyleri 0,05'in altında bulunduğundan cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir. Farklılığın yönünü görebilmek için değişkenlerin ortalama değerlerine bakılmıştır. Ortalama değerler, anlamlı farklılık gösteren yalnızlık, internet bağımlılığı ve bilişsel çarpıtmaların "yakınlıktan kaçınma" alt boyutu için incelenecektir. Buna göre erkeklerin yalnızlık puanları kadınlara oranla anlamlı oranda yüksektir. Bu da erkeklerin kendisini daha yalnız hissettiklerini göstermektedir. İnternet bağımlılığı değişkeninde erkeklerin puan ortalamalarının kadınlara oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermektedir. Bu da araştırmada erkek katılımcıların kadınlara oranla anlamlı düzeyde daha fazla internet bağımlılığına yatkın olduğunu göstermektedir. Tabloda ayrıca "yakınlıktan kaçınma" bilişsel çarpıtmasının da erkeklerde kadınlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu gösterilmektedir. Bu durum ise erkeklerin ilişkilerinde kadınlara göre daha fazla samimiyet kurmaktan kaçındıklarını göstermektedir.

Sınıf Düzeyine İlişkin Bulgular

Yalnızlık, internet bağımlılığı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların öğrencinin eğitim aldığı sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini analiz edebilmek için ANOVA testi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3**Öğrencilerin Yalnızlık, İnternet Bağımlılığı ve Bilişsel Çarpıtma Düzeylerinin Sınıf Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Testi (Varyans Analizi) Sonuçları**

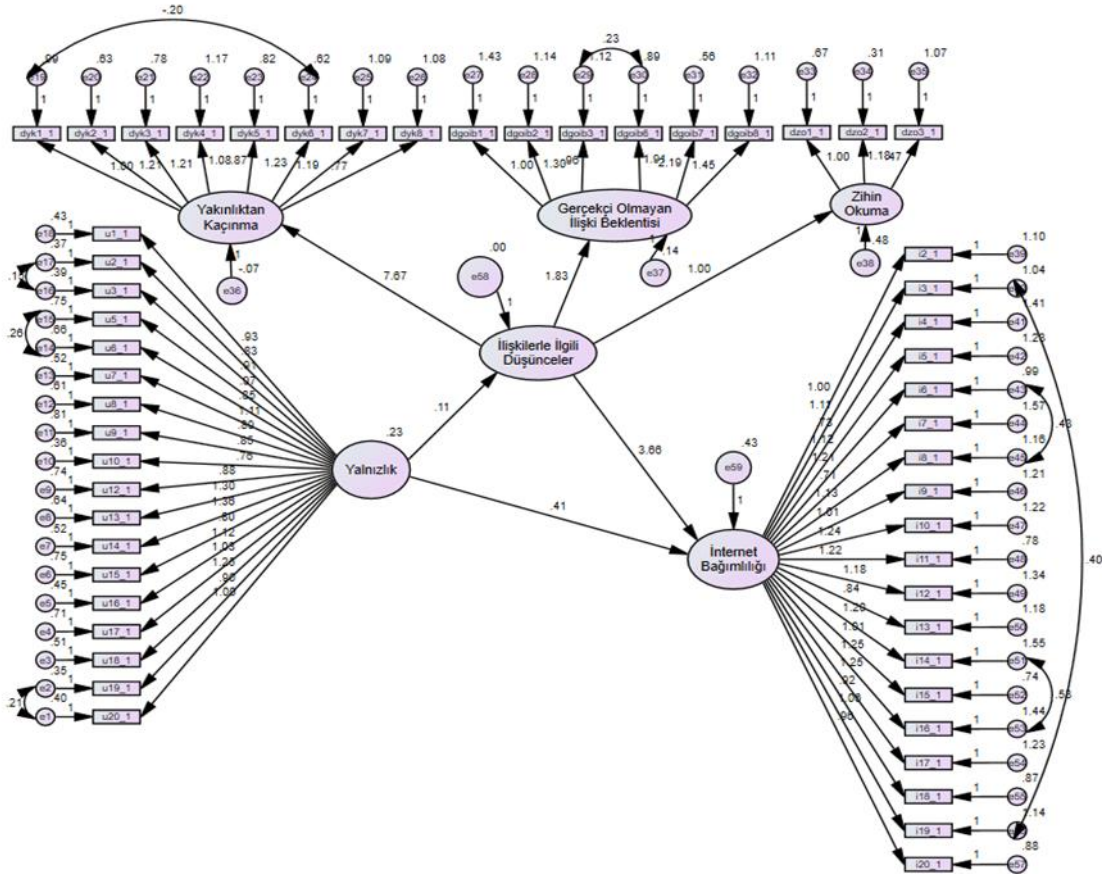
Değişken		Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p
Yalnızlık	Gruplar arası	0.406	3	0.135	0.728	0.536
	Gruplar içi	75.303	405	0.186		
	Toplam	75.709	408			
İnternet Bağımlılığı	Gruplar arası	3.460	3	1.153	2.213	0.086
	Gruplar içi	211.082	405	0.521		
	Toplam	214.542	408			
İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar	Gruplar arası	0.093	3	0.031	0.778	0.507
	Gruplar içi	16.209	405	0.040		
	Toplam	16.302	408			
Yakınlıktan Kaçınma	Gruplar arası	0.079	3	0.026	0.154	0.927
	Gruplar içi	68.625	405	0.169		
	Toplam	68.704	408			
Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi	Gruplar arası	0.819	3	0.273	1.078	0.358
	Gruplar içi	102.497	405	0.253		
	Toplam	103.316	408			
Zihin Okuma	Gruplar arası	0.281	3	0.094	1.102	0.348
	Gruplar içi	34.407	405	0.085		
	Toplam	34.687	408			

p<,05

Tablo 3'de görüldüğü gibi yalnızlık, internet bağımlılığı ve bilişsel çarpıtmalar ile sınıf düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu durum öğrencilerin yalnızlık düzeyleri, internet bağımlılığı puanları ve bilişsel çarpıtmalarının okudukları sınıf düzeyiyle ilişkili olmadığını vurgulamaktadır.

Yalnızlık-İnternet Bağımlılığı-Bilişsel Çarpıtmalar Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

Araştırma modelinin test edilmesi amacıyla yapısal eşitlik modeli kurulmuş ve analiz edilmiştir. Model Şekil 1'de, regresyon ağırlığı değerleri ise Tablo 4'de verilmiştir.



Şekil 1. Yapısal Eşitlik Modeli

Tablo 4
Yapısal Eşitlik Modeli Regresyon Ağırlıkları

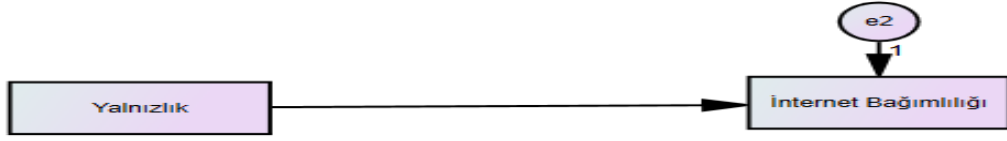
Test Edilen Yol	B	β	Std. Hata	Kritik Oran	Anlamlılık		
İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar	<---	Yalnızlık	0.200	0.433	0.021	9.737	***
İnternet Bağımlılığı	<---	Yalnızlık	0.529	0.314	0.077	6.837	***
İnternet Bağımlılığı	<---	İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar	1.211	0.331	0.168	7.220	***

p<,05 ***Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 4'de görüldüğü üzere yalnızlık ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Aynı şekilde yalnızlık ve internet bağımlılığı arasında da pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve internet bağımlılığı arasında da pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Bilişsel Çarpıtmaların Aracı Rolüne Yönelik Bulgular

Yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkide bilişsel çarpıtmaların aracılık rolü Sobel testi ile analiz edilmiştir. Sobel testinin aşamaları sırasıyla Şekil 2, Şekil 3, Şekil 4 ve Şekil 5’de, analiz sonuçları ise Tablo 5’de sunulmuştur.



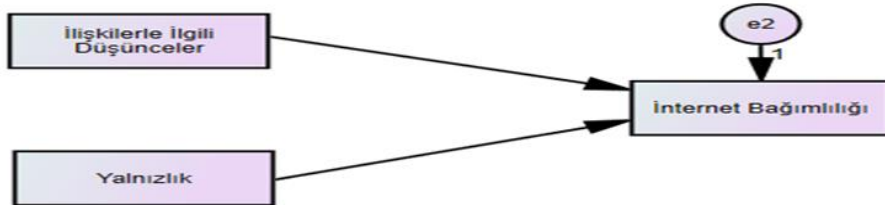
Şekil 2. Sobel Testi-Aşama1



Şekil 3. Sobel Testi-Aşama2



Şekil 4. Sobel Testi-Aşama3



Şekil 5. Sobel Testi-Aşama4

Tablo 5
Yalnızlık-İnternet Bağımlılığı İlişkisinde Bilişsel Çarpıtmaların Aracı Rolünün İncelenmesine Yönelik Sobel Testi Sonuçları

Adımlar	B	Std. Hata	β	p
1.adım: Bağımsız: Yalnızlık Bağımlı: İnternet Bağımlılığı	0.771	0.074	0.457	***
2.Adım: Bağımsız: Yalnızlık Bağımlı: KİİBÇ	0.2	0.021	0.433	***
3. ve 4.Adım: Bağımsız1: Yalnızlık Bağımsız 2: KİİBÇ Bağımlı: İnternet Bağımlılığı	0.529 1.211	0.07 0.151	0.329 0.347	*** ***

p<,05 ***Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 5’de B standardize edilmemiş, β ise standardize edilmiş katsayı tahmin değerini göstermektedir. Birinci aşamada yalnızlık ve internet bağımlılığı arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki tespit edilmiş, ikinci aşamada yalnızlık ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar arasında anlamlı ve pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Son aşamada ise yalnızlık ve internet bağımlılığı arasında yine anlamlı ve pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Bu nedenle ilk ve son aşamadaki standardize edilmiş katsayı tahmin değerlerinin karşılaştırması yapılmıştır. Birinci aşamada katsayı tahmin değeri 0,771 iken son aşamada 0,529’a düşmüştür. Bu bulgu yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkide ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların kısmi aracılık rolü bulunabileceğini göstermektedir.

Net kararı verebilmek için aracılığın anlamlılığına bakılmıştır. Aracılığın anlamlılığın testi ile ilgili bilgiler Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6
Yalnızlık-İnternet Bağımlılığı İlişkisinde Bilişsel Çarpıtmaların Aracı Rolünün Anlamlılığının İncelenmesine Yönelik Sobel Testi1 (Anlamlılık) Sonuçları

Dolaylı Etkiler	0,341
Standardize Edilmiş Dolaylı Etkiler	0,202
Sobel Std. Hata	0,048
Z Score	7,105
Anlamlılık	0,000

Tablo 6’da görüldüğü gibi standardize edilmiş dolaylı etkilerin 0,202 olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Z Score değerinin 7,105 > 1,96 olduğu ve p:0,000 olduğu bulgusu elde edilmiştir. Bu bulgu aracılığın anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, araştırma sonucunda yalnızlık ve internet bağımlılığı ilişkisinde ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların aracı rolü tespit edilmiştir.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonucunda erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla kendisini daha yalnız hissettikleri bulgusuna ulaşılmıştır. Literatürde yapılan kimi çalışmalar bu bulguları destekler niteliktedir (Çağır, 2010; Demir, 1990; Durak Batıgün, 2008; Özkaya, 2017; Uğur, 2018). Analiz ve literatür incelendiğinde erkeklerin daha yalnız hissetmelerinin bir nedeni olarak toplumun erkek benliğine yönelik yüklediği bazı atıflardan kaynaklandığı düşünülebilir. Toplum, kadınların duygularını ifade etmesine onay verirken erkeklerin duygularını ifade etmesine “erkekler ağlamaz, erkek adam ...demez, yapmaz” gibi mottolarla karşı çıkmakta ve onay vermemektedir. Bu durum, erkeklerin duygu paylaşımında sorun yaratmakta ve kendilerini ifade etmelerinin önünde bir set oluşturmaktadır. Bu gibi etkenlerin, erkeklerin kendilerini kadınlara oranla daha yalnız hissetmelerine neden olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca iletişim becerileri üzerine yapılan çalışmalarda kadınların iletişim becerilerinin erkeklere oranla daha iyi olduğu tespit edilmiştir (Deniz, 2003; Korkut, 2005; Ekşi, Atalay Yalçın, Kirazlı, Kalyoncu ve Kantarlı, 2019; Korkut Owen ve Demirbaş Çelik, 2018; Şenol ve Türkçapar, 2016). Buradan da hareketle kadınların iletişim kurma ve devam ettirme becerileri yüksek olduğu için sosyal çevrelerde aktif oldukları, erkeklerin ise iletişim becerileri düşük olduğu için yalnızlık puanlarının yüksek olduğu düşünülebilir.

Bu araştırmada kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların “yakınlıktan kaçınma” alt boyutu ve cinsiyet arasında anlamlı ilişkiler bulunurken “zihin okuma” ve “gerçekçi olmayan ilişki beklentisi” boyutlarının ise cinsiyet ile anlamlı bir farklılık oluşturmadığı gözlenmiştir. Buna göre “yakınlıktan kaçınma” alt boyutunda erkeklerin ortalama puanlarının kadınlara oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde yapılan bazı çalışmalar bu analizi destekler niteliktedir. Çıvan (2013), Demiray (2018) ve Erginsoy (2010), yaptıkları çalışmalar sonucunda benzer şekilde, “yakınlıktan kaçınma” alt boyutunun erkeklerde fazla olduğunu vurgularken “zihin okuma” ve “gerçekçi olmayan ilişki beklentisi” ile ilgili anlamlı bir farklılık olmadığını vurgulamaktadır. Toplumda erkeklerin daha kalabalık aktivitelere katılması ve dolayısıyla daha fazla arkadaş grubunun olması kabul edilebilir bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Buradan hareketle erkeklerin çok sayıda arkadaş edinmesine rağmen nitelik olarak yüzeysel ilişki kurmaya daha yatkın oldukları için kadınlara oranla daha fazla “yakınlıktan kaçınma” bilişsel çarpıtmasına sahip oldukları açıklanabilir. Ayrıca yaşanan kültürde kadınların kendilerini erkeklere oranla daha rahat açtıkları da göz önüne alınırsa erkeklerin “yakınlıktan kaçınma” bilişsel çarpıtmalarının yüksek olmasının nedenleri anlaşılabilir. Bunun dışında

erkeklerin iletişim becerilerinin kadınlara oranla daha düşük olduğu da çalışmalarla ortaya konmuştur (Deniz, 2003; Ekşi ve diğerleri, 2019; Korkut, 2005; Korkut Owen ve Demirbaş Çelik, 2018; Şenol ve Türkçapar, 2016). Erkeklerin iletişim becerilerinin düşük olmasının ilişkilerde erkek bireylerin samimiyet kurmakta sorun yaşamasında etkili olduğu düşünülebilir.

Araştırmaya göre internet bağımlılığı ve cinsiyet arasında da anlamlı ilişki bulunmuştur. Buna göre erkeklerin internet bağımlılık puan ortalamalarının da kadın katılımcılara oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde bu analizi destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Bayram ve Gündoğmuş, 2016; Canan, 2010; İşsever, 2016; Keser Özcan, 2004; Kıyıcı, 2018; Leung ve Lee, 2011; Morsünbül, 2014; Mutlu, 2018; Şahin, Özdemir ve Ünsal 2013;). Literatürde erkeklerin internet kullanımının ve bağımlılık puanlarının yüksek olmasının nedenlerini tartışırken Lin ve Tsai (2002), internetin erkekler tarafından oyun, siberseks ve pornografi amacıyla daha fazla kullandıkları ve bu kullanım türlerinin hepsinin bireyde psikopatolojiye neden olabileceğini öne sürmektedir. Korkut (2005) ise iletişim becerileri üzerine yaptığı çalışmada kadınların erkeklere oranla yüz yüze iletişim konusunda kendisini daha yetkin olduğu bulgusuna erişmiştir. Buradan hareketle yüz yüze iletişim becerisi düşük olan erkeklerin sanal sohbet ortamları gibi kendilerini daha rahat ifade ettikleri ortamlarda daha fazla zaman geçirdikleri düşünülebilir. Ayrıca toplumsal açıdan internet cafe gibi ortamlara erkeklerin ulaşımının daha kolay ve fazla olmasından da kaynaklandığı düşünülebilir.

Araştırma sonucunda sınıf düzeyi ve yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Araştırma bulguları literatürde yapılan çalışmalarla tutarlılık göstermektedir (Çağır, 2010; Demir, 1990; Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz, 2009; Kılıç, 2014; Kozaklı, 2006; Özbek, 2017; Uğur, 2018). Araştırma öncesi beklenti üniversite birinci sınıf öğrencilerinin yeni bir ortam, yeni bir şehir gibi etkenlerle kendisini daha yalnız hissetmesi şeklinde olsa da araştırma bulguları anlamlı bir fark ortaya koyamamıştır. Bunun nedeni gelişen teknolojiyle birlikte bireylerin henüz üniversiteye gitmeden bile o bölümdeki insanlarla iletişim kurmasına imkân veren sosyal medya ortamlarının olması olabilir. Bireyler kazandıkları bölümündeki bireylerle yalnızca okul ortamında değil Whatsapp gibi uygulamalar sayesinde okul dışında da etkileşim içerisinde olabilmektedir. Bu tarz etkileşim uygulamaların bireylerin arkadaş ve sınıf ortamına daha çabuk adapte olmasını sağladığı düşünülebilir. Ayrıca bireylerin üniversiteye hazırlık döneminde de üniversite ya da yurt ortamı gibi konular hakkında araştırma yapma olanaklarının fazlalığının da bu durumda etkili olabileceği düşünülebilir.

Bu çalışmada kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve sınıf düzeyi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatürde Artukoğlu (2016) de yaptığı çalışma sonucunda sınıf düzeyi ve kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar arasında anlamlı bir fark olmadığına dikkat çekmektedir. Kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar bireylerin okudukları sınıf düzeyinden daha çok bireylerin geçmiş yaşantıları, tecrübeleri, başarısız ilişkileri gibi etkenlerden kaynaklandığı göz önüne alındığında sınıf düzeylerine göre farklılaşmanın nedeninin anlaşılabilirliği düşünülmektedir.

Araştırmaya göre sınıf düzeyi ve internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Bu bulgularla literatürde yapılan çalışmalar tutarlılık göstermektedir (Balcı ve Gülnar, 2009; İşsever, 2016). Bunun dışında Kıyıcı (2018) ise lisans ve lisansüstü öğrencilerle yaptığı çalışmada lisans öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarının lisansüstü öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksek olduğunu söylemektedir. Okunulan sınıf düzeyine göre internet bağımlılığının farklılaşmamasının nedeni bireylerin günümüzde internetle tanışmalarının daha küçük yaşlarda olmasından kaynaklı olabileceği düşünülebilir. Yani bireyler üniversite sıralarına gelene kadar internetle tanışmış ve onu hayatının bir parçası yapmış olduğu için sınıf düzeylerine farklılık oluşmadığı düşünülmektedir. Bunun dışında üniversite okuyan öğrencilerin 18- 22 yaş aralığında benzer jenerasyon olmalarından kaynaklı olarak da benzer şeylerden eğlendikleri, sıkıldıkları göz önüne alınırsa farklılaşmama sebebi anlaşılabilir.

Araştırma sonucunda bireylerin yalnızlık düzeyleri ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Literatürde yapılan çalışmalarda da bu yönde bulgulara rastlamak mümkündür. (Lin ve Tsai, 2002; Özen ve Korukçu Sarıcı, 2010; Turnalar Kurtaran, 2008; Ümmet ve Ekşi, 2016). Bireylerde var olan yalnızlık duygusu ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin bireylerin kendilerini sanal ortamda daha özgür ifade edebilmelerinden kaynaklandığı düşünülebilir. Ayrıca kendisini yalnız hisseden bireyler için internet, sorunlardan uzaklaşmak için kullanılan bir araç olarak da yorumlanabilir. Gerçek hayatta yalnız hisseden bireylerin Facebook gibi sosyal medya ortamlarında sanal arkadaşlık

kurabilmeleri ve bu sayede "sevgi ve ait olma" ya da "saygı görme" gibi ihtiyaçlarını giderebilmesine olanak sağlaması da yalnız bireylerin internet bağımlılık puanlarının yüksek olmasını açıklamasında kullanılabilir bir olgudur.

Bu araştırmada yalnızlık ve bireyin sahip olduğu ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Yani bireylerin yalnızlık puanları arttıkça kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtma puanları da artmaktadır. Araştırma, bu bulgusu ile Turan (2010) tarafından yapılan çalışmayla tutarlılık göstermektedir. Türkiye dışında yapılan çalışmalarda doğrudan ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarla alakalı araştırmalara rastlanmamıştır. Bu bilişsel çarpıtmalara benzer şekilde Halamandaris ve Power (1997) de yaptıkları çalışmalar sonucunda yalnızlık ve işlevsel olmayan tutumlar arasında anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Rokach (2004), yalnızlığın bireye yaşattığı sorunları sıralarken bunlardan bir tanesinin de bireyin zihin dünyasını etkilemesi ve bilişlerine zarar vermesi olarak göstermektedir. Buradan hareketle yalnız bireylerin bilişlerinde meydana gelen bu bozulmaların ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalara neden olabileceği söylenebilir.

Araştırmaya göre ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Literatürde kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların internet bağımlılığıyla olan ilişkisini inceleyen çalışmalara rastlanmamıştır. Davis (2001) bireyin internet bağımlısı olmasını iki nedenle açıklamaktadır; uzak ve yakın nedenler. Buna göre uzak nedenler madde bağımlılığı ya da depresyona yatkınlık gibi bireyin sahip olduğu alışkanlık ve kişisel özellikleriyken yakın nedenler bireyin kendisine ya da dış dünyaya yönelik geliştirdiği çarpıtılmış bilişleridir. Buradan hareketle bilişsel çarpıtmalara sahip olan bireylerin gerçek dünyada göremediklerini düşündükleri sevgi, saygınlık, değerli hissetme gibi ihtiyaçları doyumak için sanal ortama yöneldikleri ve bu ihtiyaçlar sanal ortamda doyurulup pekiştirildikçe internet bağımlısı olma yolunda ilerledikleri düşünülebilir.

Yapılan araştırma neticesinde yalnız bireylerde var olan kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların internet bağımlılığı için kısmi aracı rolü olduğunu göstermektedir. Literatürde bu üç değişkenin bir arada ele alındığı herhangi bir çalışmaya rastlanmadığından literatür karşılaştırması yapılamamıştır. Sonuç olarak bu araştırmada yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkide kişilerarası ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmaların aracı rolü araştırılmıştır. Buna göre internet bağımlılığının yalnızlıkla ilişkili olduğu görülmüştür. Buna ek olarak ise kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkide kısmi aracı rolü olduğu tespit edilmiştir. Buradan hareketle yalnızlık-internet bağımlılığı ilişkisinde bilişsel çarpıtmaların da ele alınması gerektiği söylenebilir. Bu bağlamda bireylerin kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarının işlevsel düşüncelerle değiştirilmesi bir anlamda hem yalnızlık ve internet bağımlılığını önlemede önemli olacağı söylenebilir. Çünkü bilişsel davranışçı terapiler insanın ruhsal sorunlarının bireyin sahip olduğu uyumsuz ve olumsuz düşünce, inançlardan kaynaklandığı savı üzerine temellenmektedir. Bireylerin sağlıklı olmayan duygu ve davranışlarını değiştirmenin yolu bireyin düşünme sistemini değiştirmekten geçmektedir (Corey,2008).

Sonuç olarak araştırmaya göre yalnızlık, internet bağımlılığı ve bilişsel çarpıtmaların "yakınlıktan kaçınma" alt boyutunda erkeklerin puanları kadınlara göre daha yüksektir. Bu duruma dayanılarak yalnızlık, internet bağımlılığı ve iletişim gibi konularda yapılacak olan çalışmalarda erkek bireyler üzerinde odaklanılması önerilebilir. Araştırmada yalnızlık ve internet bağımlılığı ilişkisi de tespit edilmiştir. Buradan hareketle internet bağımlısı ya da yalnız bireylere iletişim-arkadaşlık ilişkileri temelli eğitimler verilmesi önerilmektedir. Yine araştırmaya göre internet bağımlılığı ve yalnızlık ilişkisinde ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların aracı rolü tespit edilmiştir. Buradan da hareketle yalnızlık ve internet bağımlılığı ile mücadelede hazırlanacak olan psikoeğitim programlarının Bilişsel Davranışçı Terapi modeli üzerinde temellenerek bireylerin bilişsel çarpıtmaları üzerinde çalışılması da önerilmektedir.

KAYNAKÇA/REFERENCES

- Alkan, S. ve Sezgin, A. (1998). Yetişkin hastalarda yalnızlık. Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 2(1), 43-52.
- Artukoğlu, F. G. (2016). Psikoloji öğrencilerinin evliliğe ilişkin tutumlarının yordayıcısı olarak ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları. Yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Balcı, Ş. ve Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk İletişim*, 6(1), 5-22.
- Bayraktar, F. (2001). İnternet kullanımının ergen gelişimindeki rolü. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bayraktar, F. Ve Gün, Z. (2007). Incidence and correlates of internet usage among adolescents in North Cyprus. *Cyber Psychology & Behavior*, 10(2), 191-197.
- Bayram, S.B. ve Gündoğmuş, G. (2016). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı eğilimlerinin ve yalnızlık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 54, 307-318.
- Beck, J.S. (2001). Bilişsel terapi temel ilkeler ve ötesi. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları
- Buluş, M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. *PAÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3, 82-90.
- Canan, F. (2010). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, dissosiyatif belirtiler ve sosyo-demografik özellikler arasındaki ilişki. Tıpta uzmanlık tezi. Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı.
- Coget, J.F., Yamauchi, Y. & Suman, M. (2002). The internet, social networks and loneliness. *It&Society*, 1(1), 180-201.
- Corey, G. (2008). Psikolojik danışma psikoterapi kuram ve uygulamaları. Ankara: Mentis Yayınları.
- Çağır, G. (2010). Lise ve üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanım düzeyleri ile algılanan esenlik halleri ve algılanan yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Çıvan, İ. (2013). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve başkalarını bağışlama davranışlarının incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Davis, M.H. & Franzoi, S.L. (1986). Adolescent loneliness, self-disclosure and private self-consciousness: a longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(3),595-608.
- Davis, R.A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- Demir, A. (1989). UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji dergisi*, 7(23), 14-18.
- Demir, A. (1990). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyini etkileyen bazı etmenler. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Demir, Y. ve Kutlu, M. (2016). The Relationship between Loneliness and Depression: Mediation Role of Internet Addiction. *EduPij*, 5(2), 97-105.
- Demiray, N. (2018). Üniversite öğrencilerinde duygusal zeka ve kişilerarası duyarlılık arasındaki ilişki: kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların aracı rolü. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Deniz, M.E. (2003). Üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9, 501-522.
- Derdiyok, E.B. (2015). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve alkol kullanımları arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- DiNicola, M. D. (2004). Pathological internet use among college students: the prevalence of pathological internet use and its correlates. Unpublished doctorate's thesis. Ohio University.
- Duck, S., Pond, K. & Leatham, G. (1994). Loneliness and the evaluation of relational events. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11, 253-276.
- Durak Batıgün, A. (2008). İntihar olasılığı ve cinsiyet: iletişim becerileri, yaşamı sürdürme nedenleri, yalnızlık ve umutsuzluk açısından bir inceleme. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23(62), 65-75.
- Duruoğlu, E ve Çiçekoğlu, P. (2012). Yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin yalnızlık düzeylerinin internet bağımlılığı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(1), 29-46.
- Ekşi, A., Atalay Yalçın F., Kirazlı, G., Kalyoncu, E. ve Kantarlı, İ.C. (2019). Üniversite öğrencilerinin akran ilişkilerinde sosyal beceri ve çatışma yönetme becerisi durumunun incelenmesi. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 6(1), 70-76.
- Erginsoy, D. (2010). Üniversite öğrencilerinin toplumsal ilgileri, bilişsel çarpıtmaları ve ilk anıları. Doktora tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Erikson, E.H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Esen, E. (2010). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psikososyal değişkenlerin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gievel, J.J. (1998). A review of loneliness: concept and definitions, determinants and consequences. *Reviews in Clinical Gerontology*, 8, 73-80.

- Halamandaris, K. F. & Power, K. G. (1997). Individual differences, dysfunctional attitudes, and social support: A study of the psychosocial adjustment to university life of home students. *Personality and Individual Differences*, 22 (1), 93-104.
- Hamamcı, Z. ve Büyüköztürk, Ş. (2003). İlişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ölçeği: Ölçeğin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(25), 107-111.
- İnanç, N., Savaş, H.A., Tutkun, H., Herken, H. ve Savaş, E. (2004). Gaziantep Üniversitesi Mediko-Sosyal Merkezi'nde psikiyatrik açıdan incelenen öğrencilerin klinik ve sosyo-demografik özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 5, 222-230.
- İşsever, N.K. (2016). İnternet bağımlılığının üniversite öğrencilerinde yaygınlığının incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Jones, W.H. & Hebb, L. (2003). The experience of loneliness: objective and subjective factors. *The International Scope Review*, 5(9).
- Karaoğlu, N., Avşaroğlu, S. Ve Deniz, M.E. (2009). Yalnız mısın? Selçuk Üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeyi ile ilgili bir çalışma. *Marmara Medical Journal*, 22(1), 19-26.
- Karasar, N. (2016). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Keser Özcan, N. (2004). Üniversite öğrencilerinde internet kullanımının psikososyal durum ile ilişkisi. Doktora tezi. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kılıç, Ş.D. (2014). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık ve psikolojik dayanıklılıklarının incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kılınç, H. ve Sevim, S.A. (2005). Ergenlerde yalnızlık ve bilişsel çarpıtmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 67-89.
- Kıyıcı, E. (2018). Üsküdar Üniversitesi öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öfke arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Korkut, F. (2005). Yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28, 143-149.
- Korkut Owen, F. ve Demirbaş Çelik, N. (2018). Yetişkinlerin cinsiyetlerine, yaşlarına ve kişilik özelliklerine göre iletişim becerilerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2305-2321. DOI:10.14687/jhs.v15i4.5394
- Kozaklı, H. (2006). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması. Yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Köksal, Y. (2015). İnternet bağımlılığı ile internette alışveriş ilişkisi üzerine bir inceleme; üniversite öğrencileri uygulaması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(12), 117-130.
- Kutlu, M., Savcı, M., Demir, Y. ve Aysan, F. (2016). Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun Türkçe uyarlaması: Üniversite öğrencileri ve ergenlerde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 69-76.
- Leung, L. & Lee, P.S.N. (2011). The influences of information literacy, internet addiction and parenting styles on internet risks. *New Media & Society*, 11, 1-21.
- Lin, S.S.J. & Tsai, C.C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwan high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18, 411-426.
- Liu, M. & Peng, W. (2009). Cognitive and psychological predictors of the negative outcomes associated with playing MMOGs (massively multiplayer online games). *Computers in Human Behavior*, 25, 1306-1311.
- Mahoney, J. M. (1999). Alienation and irrational beliefs in a nonclinical university population. *Psychological Reports*, 84, 137-140.
- Morsünbül, Ü. (2014). İnternet bağımlılığının bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumu ile ilişkisi. *International Journal of Human Sciences*, 11(1), 357-372. DOI: 10.14687/ijhs.v11i1.2727
- Mutlu, M. (2018). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığını yordayan psikososyal değişkenler. Yüksek lisans tezi. Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Odabaşoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y. ve Pektaş, Ö. (2007). On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı klinik görünümleri. *Bağımlılık Dergisi*, 8, 46-51.
- Özbek, B. (2017). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının yalnızlık düzeyleri açısından değerlendirilmesi. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özen, Ü. ve Korukçu Sarıcı, M.B. (2010). Yalnızlık olgusu ve sanal sohbetin yalnızlığın paylaşımına etkisi: üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 24(1), 149-159.
- Özkaya, G. (2017). Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile umutsuzluk ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. Yüksek lisans tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Rahman, A., Dey, B.K., & Nahar, L. (2012). Loneliness and depression in university students. *The Chittagong University J. of Biological Science*, 7(1-2), 175-189.
- Ravizza, S. M., Hambrick, D. Z., & Fenn, K. M. (2014). Non-academic internet use in the classroom is negatively related to classroom learning regardless of intel-lectual ability. *Computers & Education*, 78, 109-114.
- Rokach, A. (2004). Loneliness then and now: Reflections on social and emotional alienation in everyday life. *Current Psychology*, 23(1), 24-40.
- Rotenberg, K.J. (1994). Loneliness and interpersonal trust. *Journal of Social Clinical Psychology*, 13(2), 152-173.
- Russell, D., Peplau, L.A. & Ferguson, M.L. (1978). Devoloping a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290-294. DOI: 10.1207/s15327752jpa4203_11
- Sullivan, H. S. (1953), *Interpersonal Theory of Personality* New York: Norton Company Inc.
- Şahin, S., Özdemir, K. & Ünsal, A. (2013). Evaluation of the relationship between internet addiction and depression in university students. *Medicinski glasnik*, 18(49). 14-270.
- Şenol, E. ve Türkçapar, Ü. (2016). Öğretmen adaylarının sosyal beceri düzeylerinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40, 445-456. DOI:10.21764/efd.477.
- Turan, A.F. (2010). Üniversite öğrencilerinin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalarını yordamada yalnızlık, benlik saygısı, yaş, cinsiyet ve romantik ilişki yaşama durumunun rolü. Yüksek lisans tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tumalar Kurtaran, G. (2008). İnternet bağımlılığını yordayan değişkenlerin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Uğur, A. (2018). Üniversite öğrencilerindeki sosyal kaygı düzeyinin, alkol yalnızlık düzeyi ve sosyal medya kullanım sıklığı ile ilişkisinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. .
- Uskun, E., Öztürk, M., Aydın, Ü. ve Üçtaşlı, S. (2005). Süleyman Demirel Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi öğrencilerinin sosyal ve psikolojik özellikleri. *A.Ü. Diş Hekimliği Fakültesi Dergisi*, 32(1), 35-44.
- Ümmet, D. ve Ekşi, F. (2016). Türkiye’de genç yetişkinlerde internet bağımlılığı: yalnızlık ve sanal ortam yalnızlık bağlamında bir inceleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addicitons*, 3(1), 29-53. DOI: 0.15805/addicta.2016.3.0008
- Wittenberg, M. T. & Reiss, H. T. (1986). Loneliness, social skills, and social perception. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12 (1), 121-130.
- Wu, A. M. S., Chen, J. H., Tong, K-K., Yu, S. & Lau, J. T. F. (2018). Prevalence and associated factors of Internet gaming disorder among community dwelling adults in Macao, China. *Journal of Behavioral Addictions*, DOI: 10.1556/2006.7.2018.12
- Yalaz Seçim, Ö., Alpar, Ö. ve Algür, S. (2014). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık: Akdeniz Üniversitesinde yapılan ampirik bir araştırma. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(48), 200-215.
- Yaşar, M.R. (2007). Yalnızlık. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 237-260.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1(3), 237-244.

İletişim/Correspondence

Safa DEMİR
safa.demirr@hotmail.com
Dr. Öğr. Üyesi Ahmet BUĞA
buga@gantep.edu.tr