



T.C

**İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ**

**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**Psikoloji Anabilim Dalı (Psikoloji Programı)**

**İNTERNET BAĞIMLILIĞININ YORDAYICILARI  
OLARAK DUYGUSAL ZEKA VE KİŞİLERARASI  
PROBLEM ÇÖZME**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Bedriye Ceren TERZİOĞLU**

**145180138**

**Tez Danışmanı**

**Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ**

**İstanbul, 2017**



T.C

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı/ Psikoloji Programı

**İNTERNET BAĞIMLILIĞININ  
YORDAYICILARI OLARAK DUYGUSAL ZEKA  
VE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Bedriye Ceren TERZİOĞLU**

**İstanbul, 2017**

## YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum 'İnternet Bağımlılığının Yordayıcıları Olarak Duygusal Zeka ve Kişilerarası Problem Çözme' başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

15.05.2017

Bedriye Ceren TERZİOĞLU



T.C.  
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ  
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

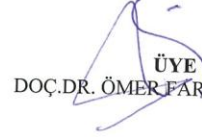
25/05/2017

Enstitümüz Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden **145180138** numaralı **Bedriye Ceren ERKOYUNCU** "İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim - Öğretim ve Sınav Yönetmeliği"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "**İnternet Bağımlılığının Yordayıcıları Olarak Duygusal Zeka ve Kişilerarası Problem Çözme**" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun **10.05.2017** tarih ve **2017/09** sayılı toplantısında seçilen ve Sefaköy Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin 39. maddesi gereğince **(60)** dakika süre ile savunmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında **oyçokluğu/oybirliği ile Kabul/Red veya Düzeltme** kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 3 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.



DANIŞMAN  
PROF.DR. MEHMET ENGİN DENİZ



ÜYE  
DOÇ.DR. ÖMER FARUK ŞİMŞEK



ÜYE  
DOÇ. DR. ERDİNÇ ÖZTÜRK

## ÖNSÖZ

İnternet bağımlılığının duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme beceriler açısından yordanıp yordanmadığını araştırdığım bu çalışmanın ileride konu ile ilgili diğer çalışmalara katkı sağlayacağını umuyorum.

Öncelikle, tez yazma süresince beni destekleyen, bilgi ve tecrübesiyle bana yol gösteren, nazik, sabırlı ve anlayışlı tutumuyla motivasyonumu sürekli artıran değerli tez danışmanım sayın Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ'e kalben teşekkürlerimi sunarım.

Tüm hayatım boyunca yanımda olan, manevi desteğini her zaman yüreğimden hissettiğim sevgili annem Nilgöl ERKOYUNCU ve babam Mahmut ERKOYUNCU'ya, sevgili kardeşlerim Caner ve Soner ERKOYUNCU'ya, tez yazma süresi boyunca anlayış, sabrı ve desteğinden dolayı eşim Orhan Günhan TERZİOĞLU'na, verilerin bilgisayara geçirilmesi aşamasında yardımlarını esirgemeyen Ayşenur TERZİOĞLU'na, lisanstan bu yana her daim yanımda olan ve desteğini esirgemeyen sevgili dostum Merve ÇEBİ'ye sonsuz teşekkür ederim.

Psikolog Bedriye Ceren Terzioğlu

## ÖZET

### İNTERNET BAĞIMLILIĞININ YORDAYICILARI OLARAK DUYGUSAL ZEKA VE KİŞİLERARASI PROBLEM ÇÖZME

**BEDRİYE CEREN TERZİOĞLU**

**Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı**

**Danışman: Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ**

**Mayıs, 2017- 106 sayfa**

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme beceriler açısından yordayıp yordandığını belirlemektir. Araştırmaya; İstanbul, Ankara ve Kocaeli ilinde öğrenim gören 182'si kadın ve 149'u erkek olmak üzere toplam 331 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak; İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ), Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği- Kısa Form, Kişilerarası Problem Çözme Envanteri ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Ayrıca öğrencilerin demografik özellikleri (cinsiyet, yaş, anne-baba eğitim durumu, ekonomik durum, algılanan akademik başarı, romantik ilişki ve algılanan ebeveyn tutumu) değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanları ile kişilerarası problem çözme alt boyutlarından probleme olumsuz yaklaşma, kendine güvensizlik ve sorumluluk almama arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Diğer taraftan, internet bağımlılığı ile yapıcı problem çözme becerisi arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Israrcı-sebatkâr yaklaşım ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ile duygusal zeka düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. Cinsiyet, yaş ve babanın eğitim durumu ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı farklılık saptanmazken; annenin eğitim düzeyi, ekonomik durum, algılanan akademik başarı, romantik ilişki ve algılanan ebeveyn tutumu ile internet bağımlılığı arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Araştırmanın sonucunda, probleme olumsuz yaklaşma ve

kendine güvensizlik alt ölçekleri niversite ğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini pozitif yönde anlamlı düzeyde yordarken; niversite ğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri duygusal zeka tarafından negatif yönde anlamlı biçimde yordandığı tespit edilmiştir.

**Anahtar kelimeler:** internet bağımlılığı, duygusal zeka, kişilerarası problem zme



## **ABSTRACT**

### **EMOTIONAL INTELLIGENCE AND INTERPERSONAL PROBLEM SOLVING AS PREDICTORS OF INTERNET ADDICTION**

**BEDRİYE CEREN TERZİOĞLU**

**Master's Thesis, Department of Psychology**

**Thesis Advisor: Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ**

**May, 2017- 106 pages**

The purpose of this study is to determine whether the level of internet addiction of university students as predicted by emotional intelligence and interpersonal problem solving skills. In this study, 331 university students (182 female, 149 male) were participated who have educated in Istanbul, Kocaeli and Ankara. "Internet Addiction Scale", "The Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form (TEIQue-SF)", "Interpersonal Problem Solving Inventory" and "Personal Information Form" were used for data collection. In addition, the demographic characteristics of the students (gender, age, parental education level, economic status, perceived academic achievement, romantic relationship and perceived parental attitude) were evaluated. According to the findings, there was a positive relationship between internet addiction scores of university students and sub-dimensions of interpersonal problem solvings which are approaching problems in a negative way, lack of self-confidence and unwillingness to take responsibility. On the other hand, there was a negative relationship between internet addiction and constructive problem solving skills. There was no meaningful relationship between insistent- persevering approach and internet addiction. Furthermore, there was a significant negative relationship between university students of internet addiction levels and emotional intelligence levels. While there was no significant difference between gender, age, father's education level and internet addiction levels, there were significant differences between mother's education level, economic status, perceived academic achievement, romantic relationships, perceived parental attitude and internet addiction. As a result of the study, while internet



addiction levels of university students are predicted positively and significantly by subscales which are approaching problems in a negative way and lack of self-confidence, emotional intelligence predict them negatively.

**Key words:** Internet addiction, emotional intelligence, interpersonal problem solving



## İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖNSÖZ.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT .....	iv
İÇİNDEKİLER .....	vi
KISALTMALAR DİZİNİ.....	xii
TABLolar DİZİNİ.....	xiii

### BÖLÜM I

#### GİRİŞ

1.1 Araştırmanın Amacı ve Araştırma Soruları .....	3
1.3. Araştırmanın Önemi.....	5
1.4. Araştırmanın Sayıltıları .....	5
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	6
1.6. Tanımlar.....	6
1.6.1. İnternet.....	6
1.6.2. İnternet Bağımlılığı.....	6
1.6.3. Duygusal Zeka.....	6
1.6.4. Kişilerarası Problem Çözme.....	7

### BÖLÜM II

#### GENEL BİLGİLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. İnternet Bağımlılığı.....	8
--------------------------------	---

2.1.1. İnternet Kavramı ve Tarihsel Gelişimi.....	8
2.1.2. Türkiye’de İnternetin Tarihsel Gelişimi.....	9
2.1.3. İnternet Bağımlılığı Tanımı.....	10
2.1.4. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri.....	13
2.1.4.1. DSM-5’ te İnternette Oyun Oynama Bozukluğu Tanı ölçütleri.....	14
2.1.4.2. Young Tanı Kriterleri.....	15
2.1.4.3. Goldberg Tanı Kriterleri.....	16
2.1.4.4. Beard ve Wolf’ un İnternet Bağımlılığına İlişkin Tanı Kriterleri .....	17
2.1.4.5. Shapira ve Arkadaşlarının Tanı Ölçütleri .....	18
2.1.5. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurt Dışında ve Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	19
2.1.5.1. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	19
2.1.5.2. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	23
2.2. Duygusal Zeka.....	27
2.2.1. Duygusal Zeka Tanımı.....	27
2.2.2. Duygusal Zeka Kavramsal Gelişimi.....	28
2.2.3. Duygusal Zeka Modelleri.....	30
2.2.3.1. Mayer ve Salovey’in Duygusal Zeka Modeli.....	30
2.2.3.2. Goleman’a göre Duygusal Zeka Modeli.....	31
2.2.3.3. Reuven Bar-On’un Duygusal Zeka Modeli.....	33
2.2.3.4. Cooper ve Sawaf’ın Duygusal Zeka Modeli.....	35
2.2.4. Duygusal Zeka ile İlgili Yapılmış Yurtdışı ve Yurt içi Çalışmalar.....	35
2.2.4.1. Duygusal Zeka ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	36

2.2.4.2. Duygusal Zeka ile İlgili Türkiye’de Yapılan Çalışmalar.....	38
2.3. Kişilerarası Problem Çözme.....	42
2.3.1. Problem ve Problem Çözme.....	39
2.3.2. Kişilerarası Problem Çözme.....	44
2.3.3. Kişilerarası Problem Çözme ile İlgili Yapılan Araştırmalar ...	46

### **BÖLÜM III**

#### **YÖNTEM**

3.1. Araştırmanın Modeli.....	49
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	49
3.3. Veri Toplama Araçları.....	50
3.3.1 Kişisel Bilgi Formu .....	51
3.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği .....	51
3.3.3. Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği (TEIQue-SF) Kısa Form .....	51
3.3.4. Kişilerarası Problem Çözme Envanteri .....	52
3.4. Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması .....	52

### **BÖLÜM IV**

#### **BULGULAR**

4.1. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Kişilerarası Problem Çözme Becerileri Tarafından Anlamlı Biçimde Yordanıp Yordanmadığına İlişkin Bulgular.....	54
--	----

4.2. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Duygusal Zeka Tarafından Anlamlı Biçimde Yordanıp Yordanmadığına İlişkin Bulgular.....	56
4.3. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Bulgular.....	57
4.3.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	57
4.3.2. Üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	58
4.3.3. Üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?..	60
4.3.4. Üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?..	62
4.3.5. Üniversite öğrencilerinin ekonomik durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?.....	63
4.3.6. Üniversite öğrencilerinin algılanan akademik başarılarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?..	65
4.3.7. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?..	67
4.3.8. Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?..	68

## **BÖLÜM V**

### **TARTIŞMA VE YORUM**

5.1. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığının Kişilerarası Problem Çözme Becerileri Tarafından Anlamlı Biçimde Yordanıp Yordanmadığına Dair Bulguların Tartışılması.....	71
---	----

5.2. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Duygusal Zeka Tarafından Anlamlı Biçimde Yordanıp Yordanmadığına İlişkin Bulguların Tartışılması..	71
5.3. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	73
5.3.1. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ile Cinsiyete İlişkin Bulguların Tartışılması.....	73
5.3.2. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeyleri ile Yaşa İlişkin Bulguların Tartışılması.....	74
5.3.3. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ile Anne ve Babalarının Eğitim Durumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması....	75
5.3.4. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ile Ekonomik Durumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması.....	76
5.3.5. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Akademik Başarıları ile İnternet Bağımlılığı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	76
5.3.6. Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Durumu ile İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Arasındaki Bulguların Tartışılması.....	77
5.3.7. Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Ebeveyn Tutumu ile İnternet Bağımlılığı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	77

## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar.....	79
6.2. Öneriler.....	80
Kaynakça .....	82

#### Ekler

Ek 1: Kişisel Bilgi Formu

Ek 2: İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Ek 3: Duygusal Zeka Özelliği Ölçeğ-Kısa Form

Ek 4: Kişilerarası Problem Çözme Envanteri

Özgeçmiş



## KISALTMALAR DİZİNİ

**ANOVA:** Tek Yönlü Varyans Analizi

**APA:** American Psychiatric Association

**ARPANET:** Advanced Research Projects Agency Networks

**DSM:** Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

**DZÖ:** Duygusal Zeka Ölçeği

**EQ:** Emotinal Quotient

**IQ:** Intelligence Quotient

**ICW:** Intergalactic Computer Networks

**ITU:** Uluslar arası Telekom Birliği

**KPÇE:** Kişilerarası Problem Çözme Envanteri

**PİK:** Patolojik İnternet Kullanımı

**TUBİTAK:** Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu

**TÜİK:** Türkiye İstatistik Kurumu

**ULAKBİM:** Ulusal Akademik Ağ ve Bilgi Merkezi

**www:** World Wide Web



## TABLolar DİZİNİ

**Tablo 2.1** Mayer ve Salovey Duygusal Zeka Modeli

**Tablo 2.2** Goleman'ın Duygusal Zeka Modeli

**Tablo 2.3** Bar-On'un Duygusal Zeka Modeli

**Tablo 3.1** Katılımcılara Ait Tanımlayıcı Bilgiler

**Tablo 4.1** Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Kişilerarası Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkiler

**Tablo 4.2** İnternet Bağımlılığının Yordayıcısı Olarak Kişilerarası Problem Çözme Becerilerine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

**Tablo 4.3** İnternet Bağımlılığı ile Duygusal Zeka Arasındaki İlişkiler

**Tablo 4.4** İnternet Bağımlılığının Yordayıcısı Olarak Duygusal Zekaya İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

**Tablo 4.5** Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyetleri Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin t Testi Tablosu

**Tablo 4.6** Yaşları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Betimsel İstatistikleri

**Tablo 4.7** Yaşları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

**Tablo 4.8** Annelerinin Eğitim Durumları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Betimsel İstatistikleri

**Tablo 4.9** Annelerinin Eğitim Durumları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

**Tablo 4.10** Babalarının Eğitim Durumları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Betimsel İstatistikleri

**Tablo 4.11** Babalarının Eğitim Durumları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

**Tablo 4.12** Ekonomik Durumları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Betimsel İstatistikleri

**Tablo 4.13** Ekonomik Durumları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

**Tablo 4.14** Algılanan Akademik Başarıları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Betimsel İstatistikleri

**Tablo 4.15** Algılanan Akademik Başarıları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

**Tablo 4.16** Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Durumları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin t Testi Tablosu

**Tablo 4.17** Algılanan Ebeveyn Tutumları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Betimsel İstatistikleri

**Tablo 4.18** Algılanan Ebeveyn Tutumları Açısından İnternet Bağımlılığına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

İletişim, belirli araçlar kullanarak vericiden alıcıya aktarılan ‘‘bilgi’’ ya da ‘‘anlam’’ dır. Hayatımızın her alanında yaşamsal öneme sahip olan iletişim insanların birbirleriyle etkileşime geçebilmeleri, bir duygu paylaşabilmeleri için oldukça önemlidir. Teknolojinin günden güne yenilenmesi ve değişmesi ile birlikte iletişim de değişmektedir. Geçmiş zamanlarda insanlar telgrafla, mektupla, çevirmeli telefonla iletişim kurar iken günümüzde bilişim teknolojilerinin gelişmesi ile birlikte en önemli iletişim aracın yerini internet almıştır. Bununla beraber internet, hem bilişim hem iletişim aracı olmasıyla insanlık tarihi açısından da bir dönüm noktası olmuştur.

İletişim aracı olan internet, birçok bilgisayar sisteminin birbirine bağlı olduğu, dünyada ve Türkiye’de yaygın olan ve sürekli ilerleyen bir iletişim ağıdır. Aynı zamanda internet, insanların her türlü bilgiye kolayca ulaşmasını ve diğer insanlarla hızlı bir şekilde etkileşim kurmasını sağlayan bir iletişim aracı olmuştur. Son zamanlarda bu iletişim aracının hemen hemen her eve girmesi ve kullanılması hızla artmıştır (Ceyhan, 2008).

Kısa bir zaman içinde evde, okulda, iş yerinde kısacası her yerde hayatımızın vazgeçilmez bir parçası olan internetin hızla yayılmasının ardında farklı dinamiklerin olduğu şüphesiz doğrudur. İnternet kullanımının dünya ve Türkiye çapında hızla yaygınlaşmasının en önemli nedenlerinden biri, güncel bilgilere kolay, ucuz, hızlı ve güvenli ulaşılabildiği gerçeğidir. (Şeker, 2005). Gün geçtikçe internet, hayatımızda olan diğer teknolojik aletler gibi vazgeçilmez bir parçamız olmaktadır. İnternet erişiminin hızlı ve kolay olması, bireylerin internette geçirdiği zamanın artmasına neden olmaktadır. Bu nedenle internet; bilgiye ulaşmada, paylaşmada ve haberleşmede büyük yarar sağlamanın yanında bireyler üzerinde olumsuz etkisinin olduğu da görülmektedir. Son dönemlerde araştırmacılar, bireylerin problemlı, sağlıksız ve patolojik internet kullanımı üzerine birçok çalışma yaptıkları bilinmektedir (Young, 1998; Özden, 2009). Özellikle internet kullanımı gençler arasında oldukça yaygın bir iletişim aracıdır. Dolayısıyla bu durum gençlerin aşırı internet kullanmasına neden olmaktadır.

Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'na göre, 2016 yılı Nisan ayında Türkiye'deki 16-74 yaş grubundaki bireylerde bilgisayar ve internet kullanım oranları sırasıyla % 54,09 ve 61,2'dir (TÜİK, 2016). Bu oranlar 2014 yılında sırasıyla 53,5 ve 53,8'dir (TÜİK, 2014). 2015 yılında ise 54,8 ve 55,9'dur (TÜİK, 2015). İnternet erişiminin artmasıyla birlikte bilgisayar ve internet kullanım oranı da her geçen yıl artmaktadır. İnternet kullanım oranının en yüksek olduğu yaş grubunun ise 16-24 olduğunu tespit edilmiştir. Ayrıca eğitim durumuna göre en çok bilgisayar ve internet kullananların üniversite, master ve doktora yapan öğrencilerin olduğu saptanmıştır (TÜİK, 2016). Bu istatistiksel bulgulara paralel olarak yapılan diğer araştırmalar, bilgisayar ve internet kullanımının üniversite öğrencilerinde daha yaygın olduğunu göstermektedir (Christos, Konstantinos ve Apostolos, 2010; Odacı ve Kalkan, 2010; Cengizhan, 2005; İşsever, 2016; Kandell, 1998).

İnternetin sunduğu hızlı ve kolay bağlanma, bilgi paylaşımı, vb. birçok olanak üniversite öğrencilerinin sosyal hayatını nitel ve nicel olarak geliştirme konusunda mühim bir araçtır (Douglas ve ark., 2008). Dolayısıyla üniversite öğrencilerinin hayatlarındaki psikolojik ve çevresel faktörler, onları aşırı internet kullanımına yani kısacası internet bağımlılığına sürükleyebilmektedir (Kandell,1998). Bu nedenle internet bağımlılığına en yatkın popülasyonun üniversite öğrencileri olduğu görülmektedir (Young, 2004; Kandell, 1998; Sargın, 2013).

İnternet kullanımının akademik başarı gibi olumlu sonuçlarının yanı sıra olumsuz sonuçların da oluşmasına yol açabilmektedir. Bu olumsuzluklardan en önemlilerinden biri internet bağımlılığıdır. Üniversite öğrencilerinin interneti yaygın kullanması ile beraber bu kullanımın düzeyi riskini belirlemek amacıyla birçok ölçek geliştirilmiş ve internet bağımlılığını yordayan değişkenler ilgili birçok araştırma yapılmıştır (Şahin, 2011; Ayaroğlu, 2002; Cengizhan, 2005; Kurtaran, 2008; Tetik, 2015; Yılmaz, 2013; Balcı ve Gülnar, 2009; Kır ve Sulak, 2014; Soydan, 2015).

İnternet bağımlılığıyla ilgili çalışmalara bakıldığında araştırmacılar depresyon (Soydan, 2015; Young ve Rodgers, 1998; Ceyhan, 2008; Palaz, 2016 ; Özdemir, 2016); dikkat (Tetik, 2015); yalnızlık (Batıgün ve Hasta,

2010; Ceyhan, 2008; Durualp ve Çiçekoğlu, 2013; Yao ve Zhong, 2014; Kim ve ark., 2009; Kurtaran, 2008; Morsünbül, 2014; Ayaroğlu, 2002); akran baskısı (Esen, 2007); benlik saygısı (Kurtaran, 2008); bağlanma stilleri (Ceyhan, 2016; Morsünbül, 2014; Lei ve Wu, 2007); yaşam doyumunu (Soydan, 2015; Wang ve ark., 2008; Esen ve Siyez, 2011); kişilik özellikleri (Özgen, 2016; Cao ve Su, 2007; Dong ve ark., 2012); psikolojik iyi oluş (Yılmaz, 2013); duygusal zeka (Beranuy ve ark., 2009; Parker ve ark., 2013, Ançel ve ark., 2015) gibi değişkenleri araştırmalarında kullandıkları görölmektedir. Yapılan araştırmalar dikkate alındığında internet bağımlılığını yordayan birçok değişkenin olduğu söylenebilir.

### **1.1. Araştırmanın Amacı ve Araştırma Soruları**

İnternet kullanımı gün geçtikçe tüm dünyada giderek artmaktadır. İnternet World Stats'ın bilgilerine göre, 31 Aralık 2016 tarihinde yaklaşık olarak dünyada 3 milyar 696 milyon kişinin internet kullandığını bildirmiştir. Dünya nüfusunun %49.2' si internet kullanıcısıdır. Bilişim ve teknolojiye son yıllarda büyük yatırımlar yapan Türkiye'de ise, internet kullanıcı sayısı 2000'li yılların başında Uluslararası Telekom Birliği' ne (ITU) göre yaklaşık 2 milyon iken son 10 yılda yüzde 1750 artmıştır. Türkiye, yaklaşık 78 milyonluk nüfusunun 35 milyonunu internete bağlarken, nüfusa göre doygunluk oranı yüzde 44' ü geçmiştir.

21. yüzyılın en önemli teknolojik gelişmelerinden biri olan ve hayatımızın bir parçası olan internet, doğru bir zamanda kullanıldığında istenilen her an her bilgiye ulaşmada ve haberleşmede kolaylığı sağlamakla birlikte doğru kullanılmadığında da özellikle üniversite öğrenciler üzerinde ciddi olumsuz etkilere sebep olabilmektedir.

Türkiye'de genç nüfusun fazla olması nedeni ile birlikte internet kullanımının son yıllarda yaygınlaşma hızının artması sonucunda birçok sorun ortaya çıkmıştır. Dolayısıyla internet bağımlılığı ile ilgili yapılacak birçok çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme beceriler açısından yordanıp

yordanmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Bunun yanı sıra araştırmanın bağımlı değişkeni olan internet bağımlılığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi de ele alınmıştır. Bu amaçlar doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı problem çözme becerileri tarafından anlamlı biçimde yordanmakta mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı duygusal zeka tarafından anlamlı biçimde yordanmakta mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının incelenmesi
  - 3.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre internet bağımlılık düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
  - 3.2. Üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre internet bağımlılık düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
  - 3.3. Üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim düzeyine göre internet bağımlılık düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
  - 3.4. Üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim düzeyine göre internet bağımlılık düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
  - 3.5. Üniversite öğrencilerinin ekonomik durumuna göre internet bağımlılık düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
  - 3.6. Üniversite öğrencilerinin algılanan akademik başarıya göre internet bağımlılık düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
  - 3.7. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki durumlarına göre internet bağımlılık düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?
  - 3.8. Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre internet bağımlılık düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

## **1.2. Araştırmanın Önemi**

İnternet sosyal iletişimi artıran bir araç iken, diğer taraftan problemlili ve patolojik kullanıldığında sosyal izolasyona ve kişilerarası problemlilerin yaşanmasına neden olabilmektedir. Dünyada hızla yaygınlaşan internet üzerinden iletişim, en fazla bağımlılık yapma olasılığı taşıyan bir etkinlik olmaya başlamıştır. Alan yazın incelendiğinde bu durumdan da en çok üniversite öğrencilerinin etkilendiği görülmektedir.

Literatürde incelendiği kadarıyla, internet bağımlılığıyla ilgili birçok değişken incelenmiştir. Ancak Türkiye’de internet bağımlılığı ile duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme değişkeninin az sayıda incelendiğine rastlanmıştır. Aynı zamanda alanda yapılan çalışmalar, internet bağımlılığı nedenlerini ortaya koyma konusunda yeterli olmamaktadır. Dünyada ve Türkiye’de internet bağımlılığının sebeplerine yönelik çalışmalar sınırlıdır ve yeni yeni araştırılmaktadır.

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı düzeylerinin duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme becerileri açısından yordanıp yordanmadığı tespit edilecektir. Araştırmadan elde edilen bulgular, internet bağımlılığının nedenlerini ortaya konulması açısından Türkiye’de yapılacak diğer çalışmalara katkı sağlayacağı için de oldukça önemlidir.

## **1.3. Araştırmanın Sayıtları**

1. Araştırma için kullanılan ölçme araçları, araştırmanın amacına ve içeriğine uygundur.
2. Kullanılan tüm ölçekler, geçerli ve güvenilirliir.
3. Araştırmaya katılmayı kabul eden üniversite öğrencilerinin, ‘Kişisel Bilgi Formu’, ‘İnternet Bağımlılığı Ölçeği’, ‘Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği-Kısa Form’ ve ‘Kişilerarası Problem Çözme Envanteri’ ni samimi ve gerçekçi şekilde cevaplandırdıkları kabul edilmiştir.

#### **1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Bu araştırmanın sınırlılıkları şunlardır:

1. Araştırmanın örneklem grubu 2016- 2017 eğitim öğretim yılında, İstanbul'da, Ankara'da ve Kocaeli'nde eğitim gören öğrencilerden toplanan verilerle sınırlıdır.
2. Araştırmada elde edilen veriler 'Kişisel Bilgi Formu', 'İnternet Bağımlılığı Ölçeği', 'Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği-Kısa Form' ve 'Kişilerarası Problem Çözme Envanteri ile toplanan bilgilerle sınırlıdır.
3. Araştırma, kullanılan istatistiksel analizlerle sınırlıdır.

#### **1.5. Tanımlar**

Aşağıda araştırma için gerekli olan bazı tanımlar yer almaktadır.

##### **1.5.1. İnternet**

Bireylere her tür bilgiye kolaylıkla ulaşmasını sağlayan ve diğer bireylerle hızlı bir şekilde iletişime geçmelerini sağlayan bir iletişim ve bilgi paylaşım aracıdır (Esen ve Siyez, 2011).

##### **1.5.2. İnternet Bağımlılığı**

İnternetin aşırı kullanılması isteği ve bu isteğinin önüne geçilememesi, internette geçirilen sürenin gittikçe artması, internete bağlı olmaksızın geçirilen zamanın önemini yitirmesi, yoksun kalındığında ise aşırı gerginlik, sinirlilik, huzursuzluk gibi durumların ortaya çıkması ve bireyin iş, sosyal ve aile hayatının giderek bozulması olarak tanımlanabilir (Young, 2004).

##### **1.5.3. Duygusal Zeka**

Bireyin kendisinin ve diğerlerinin hislerini tanımlayabilme, kendini motive edebilme ve kendi duygularını kontrol edebilme becerisidir (Goleman, 2000).



#### **1.5.4. Kişilerarası Problem Çözme**

Sosyal hayatta ortaya çıkan bir çatışma ya da anlaşmazlık üzerine bir çözüm belirlemeyi amaçlayan ve bu çatışmaya dahil olan tüm bireyler için uygun olan bilişsel ve kişilerarası bir süreçtir. (D'Zurilla ve ark., 2004).

## BÖLÜM II

### GENEL BİLGİLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde öncelikle internet kavramı ve tarihsel gelişimi, internet bağımlılığı, duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme ile ilgili kuramsal çerçeveye yer verilmiştir. Daha sonra ise konu ile ilgili yapılan araştırmalar ele alınmıştır.

#### 2.1. İnternet Bağımlılığı

##### 2.1.1. İnternet Kavramı ve Tarihsel Gelişimi

İnternet, kelime anlamı olarak bakıldığında, 'Interconnected set of Networks' yani birbirine bağlı bilgisayar ağları kelimelerinin İngilizcelerinden kısaltılmıştır. Ağların ağı anlamına gelen internet; dünya çapında milyonlarca bilgisayarı birbirine bağlayan bir sistem olarak bilinmektedir (Geray, 2002). Başka bir deyişle internet, dünyanın dört bir yanındaki bilgisayar ağlarını birbirine bağlayan, yaygınlığı dünya genelinde sürekli artan ve üretilecek bilginin dolaşım sistemi olacak bir iletişim sistemi olarak tanımlanmaktadır (Odabaşı ve ark., 2007).

Günümüzün en önemli iletişim teknolojisi ve son zamanların en popüler olgusu olan internetin tarihsel kökenine bakıldığında, sağlam ve özel bir bilgisayar ağı kurmak isteyen Amerika Birleşik Devletleri (ABD) hükümeti tarafından 1960 yılındaki araştırmalara dayanır (Balcı ve ark., 2013). Bunun nedeni ise; Soğuk Savaş döneminin en gerilimli yıllarında, dönemin Sovyet Sosyalist Cumhuriyet Birliği'nin yapay dünya uydusu olan Sputnik'i fırlatmaları üzerine, teknolojik ve bilimsel açıdan geri kalmak istemeyen ABD hükümeti tarafından internet fikri ortaya atılmıştır. Amerika Birleşik Devletleri'nin Savunma Bakanlığı'nın askeri personel ve sivil araştırmacıların savunma ile ilgili projelerde haberleşmelerini sağlamak amacıyla 1962 yılında bir grup bilgisayar bilimci tarafından Intergalactic Computer Network (ICW) adlı bir proje tasarlanıp gerekli altyapı çalışmalarına başlanmıştır (Timisi, 2003). Böylece tüm dünyada hayatımızın vazgeçilmez bir parçası olan internetin ilk adımları atılmıştır (İşsever, 2016).

Gerekli teknik altyapının ve bilgisayar teknolojilerinin geliştirilmesinin ardından 1969'da ABD'nin en önemli üniversiteleri dünya üzerindeki ilk bilgisayarlar arası ağ yapısı olan ARPANET (Advanced Research Projects Agency Networks) 'i kurmuştur. Yani ARPANET, Amerikan Gelişmiş Savunma Araştırmaları Dairesi Ağı kelimelerinin kısaltılması ile oluşmuştur. Bu ağ sistemin temel görevi, bağlı olan bir kaç üniversite ağları arasında bilimsel araştırmacıların birbirleri ile ağ üzerinden haberleşerek dosya paylaşımında bulunmalarınıdır. ARPANET'in işleyişi başlangıçta pek güvenilir olmadığından 1973-1983 yılları arasında ABD'li bilim adamları Robert Kahn ve Vinton Cerf tarafından ağ sistemi daha güvenilir bir hale gelmiştir.

Sonuç olarak, Soğuk Savaş bitimine kadar ARPANET, başarılı bir şekilde hizmet vermiştir. 1990'lı yılların İngiliz fizikçi ve bilgisayar bilimcisi Tim Berners-Lee 'nin World Wide Web (www)'i geliştirmesiyle 300 000 ev sahibi internetle tanışmıştır. Böylece günümüzde herkesin bilip kullandığı ikinci internet dönemi başlamıştır ve ARPANET de ABD hükümeti tarafından 28 Şubat 1990'da resmen kapatılmıştır (Kenan, 2009).

### **2.1.2. Türkiye'de İnternetin Tarihsel Gelişimi**

İnternetin Türkiye'ye gelişimi, 1990'lı yılların başına dayanır. Türkiye'de ilk internet bağlantısı çalışmaları 12 Nisan 1993 yılında Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu (TÜBİTAK) ve Orta Doğu Teknik Üniversitesi (ODTÜ) işbirliği ile gerçekleştirilmiştir. Dolayısıyla ODTÜ ve Bilkent Üniversitesi Türkiye'deki ilk web siteleridir. ODTÜ'den Ankara-Washington arasına kurulan kiralık hat ile internet bağlantısı gerçekleştirilmiştir ve olumlu sonuç alınmıştır (İşsever, 2016).

TR-NET ismiyle başlatılan proje, 64kbit/sn hızında olup Türkiye'de öncelikle akademik alanlarda yaygınlaşmıştır. Daha sonra sırasıyla Ege Üniversitesi, Bilkent Üniversitesi, Boğaziçi Üniversitesi ve İstanbul Teknik Üniversitesi (İTÜ) internet bağlantıları gerçekleştirilmiştir (Canan, 2010).

Haziran 1996 yılında TÜBİTAK aracılığıyla Ulusal Akademik Ağ ve Bilgi Merkezi (ULAKBİM) adıyla yeni bir merkez kurulmuştur. ULAKBİM'İN temel amacı; en iyi teknolojileri kullanarak Türkiye çapında

tüm eğitim ve araştırma kuruluşlarını birbirine bağlayacak hızlı bir iletişim ağı kurmaktır (İşsever, 2016).

2000'lerin başında ticari ağ yapısında büyük değişiklikler yapılmış ve yeni bir ağ olan TTnet oluşturulmuştur. Ticari kullanıcılar TTnet üzerinden, akademik kuruluşlar ve ilgili birimler ile Ulaknet üzerinden internet erişimine sahip olmaya başlamıştır ve bu iki ağ arasında yüksek hızlı bir bağlantı mevcuttur (Arısoy, 2009).

Askeri amaçlar için 1960'lı yıllarda Amerika'da kullanılmaya başlanan internet, aradan geçen 57 yıl içerisinde hızlı bir şekilde gelişmiş ve yayılmıştır. Özellikle 2000'li yıllardan sonra Türkiye'de internet kullanıcı sayısı oldukça artmıştır (Eftekin, 2015).

İnternetin hızla yaygınlaşması ve işleri kolaylaştırmadaki rolü aşırı kullanımına bağlı sorunların ortaya çıkmasına neden olmuştur ve bu sorunların en başında da internet bağımlılığı gelmektedir (Ceyhan, 2016). Özellikle internet kullanımı gençler arasında daha yaygındır. Dolayısıyla bu da gençlerin aşırı internet kullanmasına ve duygusal zeka ile kişilerarası problem çözmede sorunların yaşamasına sebebiyet vermektedir (Ançel ve ark.,2015; Yılmaz, 2016).

### **2.1.3. İnternet Bağımlılığı Tanımı**

İnternet sağladığı pek çok olanak sebebiyle insan yaşamını kolaylaştırmakta, çeşitlendirmekte ve geliştirmekte olduğu görülmektedir. Bununla beraber, insan yaşamını kolaylaştırdığı gibi kullanımına ilişkin birçok problemler yaşanmaktadır. Bu problemlerin en başında bağımlılık gelmektedir. Bağımlılık denildiğinde akla ilk gelen her ne kadar madde, alkol, kumar olsa da günümüzde bağımlılık türlerinden özellikle teknolojik aletlere bağımlılıkta artış olmaktadır (Doruk, 2007). Bu teknolojik aletlerden en önemlisi olan internetin bu denli hızla yaygınlaşması ve bilinçsiz kullanımı sonucu neticesinde 'internet bağımlılığı' kavramı üzerinde durulması gereken bir alan haline gelmiştir (Kır ve Sulak, 2014).

İnternet bağımlılığı (Internet addiction) kavramı uluslararası alan yazına ilk kez 1996 yılında psikiyatrist Ivan Goldberg tarafından meslektaşlarına

göndermiş olduğu şaka amaçlı bir maille girmiştir (Alaçam, 2012). Literatürde konu ile ilgili farklı araştırmacı ve klinisyenler tarafından farklı kavramlarla isimlendirilmiştir. Bu kavramlar: “İnternet Bağımlılığı (Internet Dependecy)” (Tvedt, 2007), “Patolojik İnternet Kullanımı (Pathological Internet Use)” (Young, 2004; Davis, 2001), “Problemlı İnternet Kullanımı (Problematic Internet Use)” (Caplan, 2002; Ceyhan, 2008), “Aşırı İnternet Kullanımı (Excessive Internet Use)” ( Yang ve ark., 2005), “Düzensiz İnternet Kullanımı (Internet Addiction Disorder)” (Simkova ve Cincera, 2004), “İnternet İstismarı (Internet Abuse)” (Young ve Case, 2004), “Yanlış İnternet Kullanımı (Internet Misuse)” ( Case ve Young, 2001), “Kompulsif İnternet Kullanımı (Compulsive Internet Use)” (Greenfield, 1999) vb. şekillerde ifade edilmektedir. Goldberg ve Young tarafından internet addiction kavramı kullanılsa da diğer araştırmacılar ‘problematic’ ve ‘pathological’ kavramına yöneldiği görülmektedir. Temelde bu kavramlar farklı kullanılsa da neticede aşırı ve problemlı internet kullanımı kapsamında ele alınmaktadır (Ceyhan ve ark., 2007).

Yukarıda görüldüğü gibi internet bağımlılığına ilişkin olarak birçok farklı tanımlar kullanılmıştır. Tüm bu terimler farklı olsa da, internet bağımlılığını; ağda geçirilen zamanın artma isteği, ağla ilgili hayal kurma, planlanandan daha uzun süre internette kalma, yoksunluk durumunda sinirlilik, kaygı gibi durumların ortaya çıkması ve tüm bunların bireyin diğer kişilerle ilişkilerine zarar vermesi ile tanımlamak mümkündür (Çalışgan, 2013). Widyanto ve Griffiths (2006) isimli araştırmacılar ise internet bağımlılığı terimini; insan ve mekanik etkileşimi içeren bir tür davranışsal bağımlılık olarak adlandırmıştır.

Uluslararası alan yazın çalışmalarında internet bağımlılığının farklı terimlerde kullanılmasının temel nedenlerinden biri, Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayınlanan “Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı”nda internet bağımlılığının halen bir hastalık olarak tanımlanmamasıdır. DSM V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) ’de bu tür kavram olmamakla birlikte “İnternet Oyun Oynama Bozuklukları” ifadesi (Internet Gaming Disorder) ileri çalışmalar için koşullar kısmında yer almaya

başlamıştır. Bu da ilerleyen zamanlarla internet bağımlılığı tanımının da DSM ölçütleri içinde yer alabileceğini düşündürmektedir (Eftekin, 2015).

İlgili literatürde internet bağımlılığına ilişkin yapılan çalışmaların çoğu, Young'ın DSM-IV' te dürtü kontrol bozukluğu kategorisi içinde tanımlanan kumar oynama bozukluğundan yola çıkarak geliştirdiği ‘‘İnternet Bağımlılık Testi’’ kullanılarak yapılmıştır (Greenfield, 1999).

Araştırmacılara göre internet bağımlılığının sebeplerinden biri; kişilerin sosyalleşme ihtiyacı olduğu söylenebilir. Bireylerin kendi kimliklerini saklayarak kendilerini olduğundan farklı ya da abartılı göstermeleri, yüz yüze iletişim kurmak yerine internette iletişimini daha kolay bulmaları ve bu şekilde sosyalleşebildikleri düşünmesi ile ilişkilendirilebilir. Bununla beraber, internete erişiminin hızlı ve kolay olması da internet bağımlılığının nedenleri arasında sayılabilir (Cengizhan, 2005).

Dinç (2010), ilerleyen yıllarda internetin kendi sahip olduğu özellikler ve kullanıcılarına sunduğu birçok olanaklar nedeniyle belki de diğer bütün bağımlılıklardan daha yaygın olabileceğini vurgulamıştır. Bu bağlamda internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar bağımlılığının hızlı bir şekilde yaygınlaştığını göstermektedir (Derin, 2015).

İnternet bağımlılığı kullanıcının yaşamını olumsuz yönde etkileyen çeşitli sonuçlar doğurduğu görülmektedir. Bu sonuçlar internet kullanıcısının akademik yaşamını, sosyal ilişkilerini, gündelik işlerini ve sağlığını etkilemektedir. Tolerans ve yoksunluk belirtileri internet bağımlılığının bileşenlerini oluşturmaktadır. Toleransın gelişmesiyle birlikte kullanıcının internette geçirdiği zaman artmaktadır. Gerginlik, huzursuzluk, sinirlilik gibi yoksunluk belirtileri internetin kullanımı azaldığında ortaya çıkmaktadır. İnternette geçirilen sürenin fazla olması sebebiyle bireyde birtakım psikolojik ve fizyolojik sorunlar yaşamaktadır. Özellikle gençlerdeki aşırı internet kullanımı, sosyal ilişkilerinin bozulmalara sebep olmaktadır (Özdemir, 2016).

Genç yetişkinlik dönemindeki bir birey kimliğini kaybetme korkusu olmaksızın başkaları ile yakınlaşması ve yakın ilişkiler geliştirmesi gibi niteliklere sahip olması gerekir. Kendi kimliğini yitirme korkusu olan ve yakın ilişki kurmaktan kaçınan bir genç yetişkin yalnızlık duygusu geliştirebilir. Bu bağlamda, internet bağımlısı olan bir bireyin sosyal ilişkilerin azaldığı ve kişilerarası problem yaşadıkları tespit edilmiştir ( Welsh, 1999).

Türkiye’de internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar gün geçtikçe artmaktadır. Özellikle internet bağımlısı olan genç yetişkin üniversite öğrencilerinde internet kullanım yaygınlığını tespit etme, psikososyal durumları belirleme ile ilgili değişkenleri saptamak amacıyla pek çok çalışmaların yapıldığı görülmektedir (Alaçam, 2012; Balcı, 2009; Özdemir, 2016; Yılmaz, 2013; Turnalar, 2008).

Son zamanlarda internet bağımlılığının artması ile birlikte Türkiye’de Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi’nde 2012 yılında İnternet Bağımlılığı Polikliniği açılmıştır. Ayrıca internet bağımlılığına karşı farkındalığı arttırmak, önleyici tedbirler almak ve çözüm yollarını tartışmak amacıyla bu alanda çalışan araştırmacıların katıldığı I. Uluslararası Teknoloji Bağımlılığı Kongresi düzenlenmiştir. Yapılan bu etkinlik, internet bağımlılığının Türkiye’de ve dünyada önemli bir problem haline geldiğini göstermektedir (İşleyen, 2013).

#### **2.1.4. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri**

Alan yazın incelendiğinde, bireylerin internet bağımlılığı düzeylerinin ve internet bağımlısı olup olmadıklarını ölçmek ve tanılamak amacıyla farklı araştırmacılar tarafından bazı tanı kriterleri belirlenmiştir. Bu tanı kriterlerinden bazılarını aşağıda yer verilmiştir.

### 2.1.4.1. DSM-5' te İnternette Oyun Oynama Bozukluğu Tanı Ölçütleri

1 yıllık süre içinde önerilen dokuz kriterden beş ya da daha fazla kriterin karşılanması ve internetin genellikle diğer oyuncularla oyunlar oynama ile klinik olarak önemli bir bozukluk ve sıkıntıya yol açan sürekli ve tekrarlayıcı kullanımı olarak tanımlanmıştır (American Psychiatric Association [APA], 2013).

1. Kişinin internet oyunlarıla takıntılı ya da meşgul olması.
2. İnternette oyun oynamadığında geri çekilme belirtileri. (Bu belirtiler genellikle sinirlilik, kaygı ya da üzüntü olarak tanımlanır, ama bunlar farmakolojik geri çekilmenin fiziksel işaretleri değildir).
3. Tolerans- internet oyunlarıla oynamak için daha çok zaman harcama ihtiyacı.
4. Kişinin internet oyunlarına girmeyi durdurması ya da vazgeçmesi ancak kontrol etmedeki başarısız girişimler.
5. İnternet oyunlarının bir sonucu olarak kişinin önceki hobi ve eğlencelerine ilgisini kaybetmesi.
6. Kişinin hayatını ne kadar etkilediğini bilmesine rağmen internet oyunlarının aşırı kullanımına devam etmesi.
7. Kişinin, internet oyun oynama miktarı hakkında diğerlerine yalan söylemesi.
8. Kişi, anksiyete ya da suçluluk duygusunu hafifletmek için internet oyunlarını kullanması.
9. Kişinin internet oyunları nedeniyle bir ilişkiyi ya da fırsatı riske atması ya da kaybetmesi.



### 2.1.4.2. Young Tanı Kriterleri

İnternet bağımlılığı konusunda bağımlılık kriterlerini ilk belirleyenlerden biri Young' dır. Young (1996), internet bağımlılığı için tanı ölçütlerini DSM-IV'te yer alan ve internet bağımlılığına en yakın bozukluk olduğunu düşündüğü patolojik kumar oynama kriterlerini temel almıştır. Young'ın tanımladığı 8 kriterden 5 tanesinin yaşanması durumunda bireyin bağımlı olduğunu göstermektedir. Daha sonra Young, bu sekiz kriterlik ölçme aracını 20 soruluk altılı likert tipi bir ölçeğe dönüştürmüştür.

Young (1996) tarafından ortaya konan tanı ölçütleri şunlardır:

1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılması planlanan bir sonraki etkinliği düşünme, vb),
2. İstenilen keyfi almak için giderek daha fazla oranda internet kullanma ihtiyacı duyma,
3. İnterneti kullanımını kontrol etme, azaltma ya da bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması,
4. İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, çökkünlük veya irritabilite hissedilmesi,
5. Başlangıçta planlanandan daha uzun süre internette kalma,
6. Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar, yaşama, eğitim veya kariyer ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atma ya da kaybetme,
7. Başkalarına (aile, arkadaş, terapist, vb.) internette kalma süresi ile ilgili yalan söyleme,
8. İnterneti problemlerden kaçmak veya olumsuz duygulardan (örn: çaresizlik, suçluluk, anksiyete, depresyon) uzaklaşmak için kullanma.

### 2.1.4.3. Goldberg Tanı Kriterleri

İnternet bağımlılığı kavramı ilk kez Goldberg (1996), DSM-IV ‘te “madde bağımlılığı” kriterlerin uyarlayarak tanımlamıştır. Sonrasında Goldberg (1997) internet bağımlılığı tanımını aşağıdaki ölçütlerle belirlemiştir;

On iki aylık bir dönem içinde herhangi bir zaman ortaya çıkan aşağıdakilerin 3’ü veya daha fazlasıyla kendini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulmaya ya da sıkıntıya yol açan uygunsuz internet kullanımı.

#### 1. Aşağıdakilerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi

- a. İstenen keyfin alınabilmesi için belirgin olarak artmış internet kullanım süresi
- b. Sürekli olarak aynı sürelerde internet kullanımı ile alınan keyifte azalma olması

#### 2. Aşağıda tanımlanan şekilde yoksunluk gelişmesi

Ağır ve uzun süreli internet kullanımı sonunda aşağıdakilerden en az 2 tanesinin günler içinde ortaya çıkması (1 ay içinde ortaya çıkabilir) ve kişilerin bunlardan dolayı iş, sosyal ve önemli işlevsel alanlarda sıkıntı yaşaması

- a. Psikomotor ajitasyon
- b. Bunaltı
- c. İnternette neler olduğu hakkında takıntılı düşünceler
- d. İnternet hakkında fanteziler ve hayal kurma
- e. İsteyerek ya da istemeyerek tuşlara basma hareketi yapma
- f. Bu sıkıntılı durumlardan kurtulmak için internete veya benzeri servislere bağlanma

#### 3. İnternet kullanımı genellikle planlandığından daha uzun süreler alır.

4. İnternet kullanımını bırakmak veya denetim altına almak için sürekli bir istek veya boşa çıkan çabalar vardır.

5. İnternet ile ilgili eylemlere çok uzun süreler ayrılır (internet kitapları almak, yeni internet tarayıcıları denemek, internetten indirilen dosyaları düzenlemek vb.).

6. İnternet kullanımı nedeniyle önemli toplumsal, mesleki etkinlikler veya boş zamanları değerlendirme etkinlikleri bırakılır veya azaltılır.

7. İnternet kullanımı, yol açtığı bilinen fiziksel, sosyal, mesleki veya psikolojik sorunlara (uykusuzluk, evlilik problemleri, işe ve randevulara geç kalma, mesleki sorumlulukları ihmal etme, vb.) rağmen aşırı olarak devam eder.

#### **2.1.4.4. Beard ve Wolf' un İnternet Bağımlılığına İlişkin Tanı Kriterleri**

Beard ve Wolf (2001) problemleri internet kullanımını, bireyin yaşamında psikolojik, sosyal, okul ve/veya iş zorluklarına yol açan bir kavram olarak tanımlamışlardır.

Aşağıdaki tüm maddeler (1-5) kişide mutlaka olmalıdır:

1. İnternete ilişkin zihnin sürekli meşgul olması
2. Kişinin internete ilişkin memnuniyeti (keyfi) sağlaması için giderek artan miktarda internet kullanımını ihtiyacı hissetmesi.
3. İnternet kullanımını durdurmak, azaltmak veya kontrol altına almak için başarısız çabaların olması.
4. Kişinin internet kullanımını kısımaya veya durdurmaya çalışırken kendisini huzursuz, karamsar, depresif veya sinirli hissetmesi.
5. Planladığından daha fazla süre internette kalmak.

Aşağıdakilerden en az biri, kişide olmalıdır:

1. İnternet kullanımından ötürü önemli ilişkileri, iş, eğitim veya kariyer fırsatlarını riske veya tehlikeye atmak.

2. İnternet kullanımından ötürü aile üyelerine, terapisteye veya başkalarına yalan söylemek.

3. İnterneti, sorunlardan kaçmak veya hoş gitmeyen duygularla durumlarından (örneğin; çaresizlik, suçluluk, anksiyete, depresyon duyguları) kurtulmak için kullanmak.

Beard ve Wolf (2001) ilk beş kriterin kişide gözlenmesi gerektiği ve son üç kriterden (6., 7., 8. ölçütlerden) en az birinin kişide olmasının ona internet bağımlılığı tanısı koymak için yeterli olduğunu ifade etmişlerdir. Son üç kriterin ilk beş kriterden ayrılmasının nedeni ise, bu üç kriterin patolojik internet kullanıcısının başa çıkma ve fonksiyonel olma yeteneğini (örneğin; depresif, kaygılı, sorunlardan kaçan) etkilediği ve aynı zamanda, yaşamındaki diğer insanlarla olan etkileşimini (örneğin; önemli dostluklar, iş, diğer insanlara yalan söylemek) etkilemektedir.

#### **2.1.4.5. Shapira ve Arkadaşlarının Tanı Ölçütleri**

Kullanılan tanı ölçütlerinden bir diğeri de Shapira ve arkadaşları (2003) tarafından oluşturulmuştur. Bu ölçütün üç temel değerlendirme alanı bulunmaktadır:

A. Aşağıdakilerden en az biriyle ortaya çıkan internet kullanımıyla ilgili aşırı zihinsel uğraşın olması

1. İnternet kullanımını kontrol altına alma çabasında başarısız olma,
2. Planlanandan daha uzun süre internet kullanma,

B. İnternet kullanımı veya aşırı zihinsel uğraş iş, sosyal yaşantı veya diğer önemli alanlarda işlev kaybına ya da klinik belirtilere yol açması

C. Aşırı internet kullanımının hipomani ya da mani epizotları sırasında ortaya çıkmaması ve başka bir Eksen I bozukluğu ile daha iyi açıklanamaması

Shapira ve arkadaşlarının (2003) ölçütlerine bakıldığında, internet bağımlılığının diğer bozukluklarla açıklanamadığı görülmektedir. Bu nedenle internet bağımlılığı ayrı bir patolojik tanı kategorisinde ele alınmaktadır.

## **2.1.5. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurt Dışı ve Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar**

Bu bölümde, internet bağımlılığı ile ilgili yurt dışında yapılmış çalışmalardan daha sonra yurt içinde yapılmış çalışmalardan söz edilecektir.

### **2.1.5.1. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

İnternet bağımlılığı ile ilgili uluslar arası alan yazın çalışmalarına bakıldığında, 1996 yılında bu kavrama dikkat çeken ilk isim Young olmuştur. Young, daha önce de bahsedildiği gibi internet kullanımını DSM IV 'ün patolojik kumar oynama ölçütlerini uyarlayarak oluşturmuştur. Young' ın araştırması, internet kullanıcılarını arayan bir ilana cevap verenlerin oluşturduğu (self-selected) bir örneklemdir. DSM-IV' ten uyarlanmış testte üç ya da daha yüksek olumlu cevabı verenler "internet bağımlısı" olarak tanımlanmışlardır. Daha sonra bu grup 100 kişilik "bağımlı olmayan internet kullanıcıları" grubu ile karşılaştırılmıştır. İnternet bağımlısı bireyler haftada 38.5 saat internet kullanırken, bağımlı olmayan bireyler haftada 4.9 saat internet kullanmaktadır. Böylelikle Young, katılımcıların çoğunun, online bağımlılık ve tolerans geliştirme, otokontrolün yitirilmesi, geri çekilme belirtileri, işlevselliğin azalması ve buna bağlı olarak akademik başarısızlık, sosyal, parasal ve mesleki sorunlarla karşılaşabileceğinin altını çizmiştir. (Young, 1996).

Morahan ve Schumacher (1997) tarafından yapılan araştırmada, 277 üniversite öğrencisinde patolojik internet kullanımı (PIK) incelenmiştir. İnternet bağımlısı olarak değerlendirilen öğrencilerin haftada ortalama 8.48 saat nette zaman geçirdiği görülmüştür. İnternette bu kadar zaman geçirmelerinin sebebi ise, iletişim kurabilecekleri insanların olmaması ve yakın çevrelerinin bulunmamasıdır. Ayrıca, bu öğrenciler "UCLA Yalnızlık Ölçeği"ne göre daha yalnız kişiler olarak bulunmuştur.

İnternet bağımlılığını incelemek üzere, Avrupa ve Amerika'da öğrenim gören erkek ve bayan sayıları eşit toplam 1302 kolej öğrencisiyle çalışma yapılmıştır (Anderson, 2001). Araştırma sonucunda "bağımlı" ve "bağımlı

olmayan” şeklinde gruplandırılan öğrencilerin %8,1’ inin internet bağımlısı olduğu ve %91,9’ unun internet bağımlısı olmadığı saptanmıştır. Bununla birlikte internet bağımlısı olan öğrencilerin %87,7’sinin erkek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

İnternet kullanan 531 öğrenci üzerinde yapılan çalışmada, madde istismarı ve bağımlılığı belirtilerine paralel 10 klinik belirtiyi içeren bir kontrol listesi oluşturulmuştur (Scherer ve Bost, 1997). Üç ya da daha fazla belirtiyi işaretleyenler ‘internet bağımlısı’ olarak sınıflandırılmıştır. Araştırmanın sonunda, internette harcanan süre haftada ortalama 8.1 saat olarak bulunmuştur. Ayrıca, internet kullanıcıların %13’nün akademik başarılarını, sosyal ilişkilerini etkilediği, %2’ sinin ise internet kullanımının yaşamlarını olumsuz etkilediği saptanmıştır.

Kandell (1998) tarafından yapılan çalışmada, en çok üniversite öğrencilerin internet bağımlılığını geliştirebileceğini ileri sürmüştür. Bunun nedenleri olarak ta öğrencilerin gelişimsel görevlerini tamamlamakta sorun yaşadıklarını, kişilerarası ilişkilerinde sıkıntı yaşadıklarını, stres, depresyon ve diğer psikolojik rahatsızlıklarla birlikte akademik alanda güçlük yaşadıklarını ve dolayısıyla bu sorunlardan kaçmak için internete yönelebileceğini öne sürmüştür.

Welsh (1999) 1000 kişilik üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada, internet bağımlılığı ölçütlerini karşılayanların %80’ inin erkek olduğu tespit edilmiştir.

191 erkek ve 381 bayan üniversite öğrencilerin katıldığı çalışmada, akademik performans problemleriyle internet bağımlılığı arasında herhangi bir ilişkinin olup olmadığı araştırılmıştır (Kubey ve ark., 2001). Katılımcıların 53’ü kendisini internet bağımlısı olarak tanımlamış ve aşırı internet kullanımları sebebiyle okuldaki işlerinde sorun yaşadıklarını, ders saatini kaçırdıklarını, suçluluk ve kontrol eksikliği hissettiklerini ifade etmişlerdir. Aynı zamanda bağımlı olan katılımcıların haftalık internet kullanım

sürelerinin, bağımlı olmayanlara göre yaklaşık üç kat daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

12- 26 yaş arasında olan 722 internet kullanıcısı üzerinde yapılan çalışmada, bir bireyin internet kullanım düzeyi artıkça daha çekingen olduğu tespit edilmiştir (Chak ve Leung, 2004). Ayrıca internet bağımlısı olan kişilerin özellikle e-mail, chat, internet oyunları gibi aktiviteleri daha çok kullandıkları belirlenmiştir.

Nichols ve Nicki (2004), 18-24 yaşları arasında olan üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada, internet bağımlılığını ölçme ve bilgisayar kullanımını yordayan değişkenleri incelemişlerdir. Araştırmada, katılımcıların %100'ü interneti kullandığı tespit edilmiştir. %78'i akademik, %91'i e-mail, %30'u oyun, %33,8'i chat, %40,6'sı müzik, %22,2'si sanal seks ve porno amaçlı kullandıkları belirlenmiştir. Bununla beraber, katılımcıların genelinin yalnızlığa ve sıkılganlığa eğilimlerinin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca 'Internet Addiction Scale''in güvenilir ve istikrarlı bir ölçüm olduğu görülmüştür.

97 erkek ve 143 kadından oluşan toplam 240 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada, içe ve dışa dönüklükle cinsiyetin internet kullanımı üzerindeki etkileri araştırılmıştır (Koch ve Pratarelli, 2004). Araştırmanın sonucunda; içedönük katılımcıların, sosyal aktiviteler açısından interneti daha çok kullandıkları görülmüştür. Ayrıca erkeklerin internet kullanım oranı bayanlara kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

DiNicola (2004) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında, öğrencilerin %20,7'si yeterli uyku konusunda, %14'ü dersleri kaçırmaya ya da derslere geç kalma, %7,9'u akademik başarıda, %1,2' si sosyal ilişkiler konusunda internet kullanımının olumsuz sonuçların doğurduğunu saptamıştır.

Üç farklı üniversiteden 1313 öğrencilerin katıldığı çalışma, öğrencilerin internete karşı tutumları ve yeteneklerini ortaya çıkarmak için yapılmıştır (Wu ve Tsai, 2006). Ayrıca internet karşısındaki tutum ve öz-yeterlik seviyesi

arasındaki korelasyon araştırılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda, öğrencilerin internet karşısındaki tutumları ile öz-yeterlik seviyeleri tahmin edilebildiği görülmüştür.

Engelberg ve Sjöberg (2004) tarafından yapılan çalışmada 41 üniversite öğrencilerin bireysel değerlerin, kişisel duygusal zekasının ve kişilik özelliklerinin internet kullanımında etkisi ve yalnızlık araştırılmıştır. Araştırmanın sonucunda, bireysel değerler ve yalnızlık internetle ciddi bir ilişkisi bulunurken duygusal zekanın etkisinin olmadığı tespit edilmiştir.

Rastgele seçilen 156 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada, internet kullanan öğrenciler ile akademik performans, kişilerarası ilişkiler, psikososyal uyum ve kendini değerlendirme arasındaki ilişki araştırılmıştır (Chen ve Peng, 2008). Öğrenciler soruları online olarak doldurmuştur. Araştırmanın sonucunda, interneti çok kullananlar ve kullanmayanlar arasında ciddi boyutta bir fark çıkmıştır. İnternet kullanımı az olan bireyler çok kullanan bireylere göre idari personel, akademik notlar ve öğrenme memnuniyetleri daha iyi olduğu saptanmıştır. Bununla beraber, interneti çok kullanan öğrenciler az kullanan öğrencilere göre daha depresyon, fiziksel hastalık, yalnız ve içedönük oldukları saptanmıştır.

Diğer bir çalışmada ise; uyumsuz internet ve cep telefon kullanımının stres ve duygusal zeka ile ilişkisi incelenmiştir. 365 öğrencinin katıldığı çalışmada, stresin uyumsuz internet ve cep telefonu kullanımıyla ilişkisi bulunurken, duygusal zekanın az derece de olsa bir etkisinin olduğu saptanmıştır (Beranuy ve ark., 2009).

18-21 yaşları arasındaki bir grupta yapılan çalışmada, internet bağımlılığı ile aleksitimi, dissosiyasyon, ve güvensiz bağlanma arasındaki ilişki incelenmiştir (Craparo, 2011). Çalışmanın sonucunda, internet bağımlılığı ile aleksitimi, dissosiyasyon ve güvensiz bağlanma arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu üç kavramın internetin bağımlılığının yordayıcısı olduğu belirlenmiştir.



408 (150 kadın, 258 erkek) üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada, internet bağımlılığı ile özsaygı ve depresyon arasındaki ilişki incelenmiştir (Bahrainian ve ark., 2014). Yapılan analizlere göre, % 40.7'sinin internet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte, özsaygı, depresyon ve internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki çıkmıştır. Araştırmanın sonucunda, depresyon ve özsaygı internet bağımlılığının yordayıcısı olarak düşünülmüştür.

### **2.1.5.2. İnternet Bağımlılığıyla İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar**

1043 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada; internet bağımlılığı, dissosiyatif belirtiler ve sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki araştırılmıştır (Canan, 2004). Dissosiyatif Yaşantılar Ölçeği, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve sosyodemografik formu veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, 101 öğrencinin internet bağımlılığı olduğu bulunmuştur. Katılımcıların 603'ünün sohbet, 156'sının video izleme, 149'unun oyun oynama, 77'sinin web-sörf, 32'sinin ders çalışma, 17'sinin e-posta amacıyla interneti kullandıkları saptanmıştır. Bununla beraber, alkol ve sigara kullanan öğrencilerin internet bağımlılığı eğilimi daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

440 üniversite öğrencinin katıldığı çalışmada, internet kullanım alışkanlıklarını belirleme amaçlanmıştır (Balcı ve ark., 2013). Araştırmanın sonucunda, erkeklerin kadınlara göre günlük daha uzun süre internet karşısında zaman geçirdikleri bulunmuştur. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin günlük internet kullanım süresi arttıkça internet bağımlılığı düzeyinin de arttığı saptanmıştır.

Esen (2007) tarafından yapılan çalışmada, 15-17 yaş arası liseye devam eden 479 öğrencinin akran baskısı ve sosyal etkiler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda, akran baskısı internet bağımlılığını pozitif yönde, sosyal etkiler ise negatif yönde etkilediği saptanmıştır.

Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitim Bölümü öğrencilerinden 57 kişinin katıldığı çalışmada, gençlerin aşırı internet kullanıp kullanmadıkları araştırılmıştır (Cengizhan, 2005). Çalışmaya katılan öğrencilerin %95' inin evinde bilgisayar var olup, %44' ünün ise ADSL internet erişimine sahip olduğu görülmüştür. Öğrencilere internet kullanımı ile ilgili yaşadıkları sorunlar sorulduğunda %50'sinin ders çalışma, ödev, projelere vakit ayıramadıklarını ve gereksiz işler için internette takıldıklarını belirtmişlerdir.

İnternet bağımlılığı ile yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla yapılan çalışmaya 213 kişi katılmıştır (Batıgün ve Hasta, 2010). İnternet Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, internete bağımlı olan bireylerin, olmayanlara göre kişilerarası iletişimde ketleyici tarzı daha çok kullandıkları ve yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte, internet bağımlısı olan bireylerin internet kullanım süresinin daha fazla olduğu ve diğer kişilerle daha çok etkileşim amaçlı kullandıkları görülmüştür.

Üniversite ve lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı, yalnızlık düzeyleri ve esenlik halleri arasındaki ilişki araştırılmıştır (Çağır ve Gürkan, 2010). Çalışmaya Balıkesir Üniversitesi Necati Bey Eğitim Fakültesi ve Susurluk Endüstri Meslek Lisesi'nde öğrenim gören toplam 646 öğrenci katılmıştır. 'UCLA Yalnızlık Ölçeği' ve 'Algılanan Esenlik Hali' veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, öğrencilerin problemleri internet kullanımları ile yalnızlık düzeyleri arasında pozitif yönde, problemleri internet kullanımları ile algılanan esenlik halleri arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Mersin ili merkezinde, genel, meslek ve Anadolu liselerinde öğrenim gören 650 öğrencinin katıldığı çalışmada, yalnızlık, depresyon ve benlik saygısı değişkenlerinin ergenlerin internet bağımlılığını yordayıp yordamadığı araştırılmıştır (Kurtaran, 2008). Araştırmanın sonucunda, internet bağımlılığının benlik saygısını negatif yönde, yalnızlığı ise pozitif yönde

anamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Ayrıca, depresyonunun istatistiksel olarak anlamlı olarak yordamadığı görülmüştür.

Trabzon ilinde devlet liselerinin 9., 10., 11. ve 12. sınıflarında öğrenim gören 385 öğrencinin katıldığı çalışmada, internet kullanımının benlik saygısı ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkisi araştırılmıştır (Özer, 2013). Elde edilen bulgulara göre, problemlı internet kullanımı ile benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bununla birlikte, benlik saygısı ve öznel iyi oluşun problemlı internet kullanımının anlamlı düzeyde yordayıcıları olduğu tespit edilmiştir.

İşsever (2016), üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının yaygınlığını incelemiştir. Üsküdar Üniversitesi'nde öğrenim gören 163 öğrenci bu çalışmanın örneğidir. Araştırmanın sonucuna göre, internet bağımlılığı yaygınlığı %25,8 olarak bulunurken, erkeklerin kadınlara göre daha çok internet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir.

İzmir ilinde Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullara devam eden 12-18 yaş grubunun katıldığı çalışmada, ergenlerin internet bağımlılığı yaygınlığı araştırılmıştır (Doğan, 2013). Elde edilen bulgulara göre, internet bağımlılığı yaygınlığı %12.6 olarak tespit edilmiştir. "Haftalık ortalama internet kullanım süresi", "Gün içinde internet kullanım zamanı", "Boş zaman aktiviteleri", "İnternet kullanımının günlük işleri aksatması", "İnternet kullanımının öğretmen ilişkilerini olumsuz etkilemesi", "İnternet kullanımının yeme düzenini etkilemesi" ve "İnternet kullanımının uyku düzenini etkilemesi", değişkenleri internet bağımlılığını yordayan değişkenler olarak saptanmıştır.

Beşaltı (2016), ergenlerde internet bağımlılığı ve kişilik özellikleri bazı değişkenlere göre incelemiştir. Araştırmaya, Şanlıurfa İli Birecik İlçesinde bulunan devlet okullarının 9., 10., 11. ve 12. Sınıfında öğrenim gören 369' u kız, 223' ü erkek olmak üzere toplam 592 öğrenci katılmıştır. İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Hacettepe Kişilik Envanteri veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden alınan puanlar cinsiyet, okul türü, okul başarısı, kardeş sayısı ve yaş gibi değişkenlere göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca, internet bağımlılığıyla kişilik özellikleri arasında negatif yönde ilişki saptanmıştır.

Eftekin (2015), ergenlik dönemindeki öğrencilerin internet bağımlılığı ve anne baba tutumları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırma, Kayseri ili, Talas İlçesinde öğrenim gören 186 kız, 157 erkek olmak üzere toplam 343 öğrenci katılmıştır. Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Anne Baba Tutum Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, patolojik internet bağımlısı öğrencilerin oranı % 9.6. olarak bulunmuştur. İnternet bağımlılığı ve algılanan anne baba tutumlarının cinsiyete göre değişmediği görülmüştür. Diğer taraftan; sınıf düzeyi, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, aylık gelir, evde internet bağlantısının olup olmaması ve internete nerden bağlanıldığı değişkenlerinde anlamlı bir şekilde farklılaşma saptanmıştır.

Kocaeli ili Gebze ilçesindeki ilköğretim okullarında bulunan 7. ve 8. sınıfta öğrenim gören 363' ü kız, 347' si erkek toplam 710 öğrencinin katıldığı araştırmada; 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyi araştırılmıştır (Şahin, 2011). Araştırmada elde edilen analizlere göre, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılığına daha yatkın olduğu görülmüştür. Ayrıca bu araştırmada, aile gelir düzeyi arttıkça öğrencilerin internet bağımlılığına yatkınlığının arttığı bulunmuştur. Bununla birlikte, internet bağımlılığına yatkınlık gösteren öğrencilerin internet kullanım sürelerinin internet bağımlılığı belirtisi göstermeyen öğrencilere göre daha fazla olduğu saptanmıştır.

Haliç Üniversitesi'nde öğrenim gören 184'ü kız, 209'u erkek olmak üzere toplam 393 öğrencinin katıldığı çalışmada, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişki araştırılmıştır (Soydan, 2015). İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri ve Yaşam Doyum Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre; katılan 393 öğrenciden 270'i (%68,7) bağımlı olmayan, 102'si (%26) muhtemel bağımlı ve 21'i (%5,3) ise internet bağımlısı olarak bulunmuştur. Bununla birlikte, internet bağımlılığı ile depresyon arasında orta ve pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır. İnternet Bağımlılık Ölçeği'nden alınan puan arttıkça Beck Depresyon Envanteri'nden

alınan puan da artmaktadır. İnternet bağımlılığı ile yaşam doyumu arasında zayıf ve negatif yönlü bir ilişki vardır. İnternet Bağımlılık Ölçeği'nden alınan puan arttıkça Yaşam Doyumu Ölçeği'nden alınan puan azalmaktadır. Cinsiyet, günlük internet kullanım süresi, akademik ortalama, yalnızlık hissi, sigara kullanımı, alkol kullanımı, internete bağlanılan cihaz ve interneti kullanım amaçları ile internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılaşma saptanmıştır. Ailenin aylık geliri ve anne-baba tutumu ile internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yaş ile internet bağımlılığı arasında zayıf ve negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

## **2.2. Duygusal Zeka**

### **2.2.1. Duygusal Zekanın Tanımı**

Bir çok araştırmacı duygusal zekayı çeşitli ifadelerle tanımlamaya çalışmıştır. Yapılan tanımlar, bireyin kendini ve diğerlerini algılama, duygularını anlama ve kontrol etme gibi duygusal zekanın dört temel boyutuna odaklanılmaktadır.

Duygusal zeka ile ilgili ilk çalışmaları yapan Salovey ve Mayer (1990), duygusal zekayı "Bireyin kendisinin ve diğerlerinin hislerini tanıma ve izleme, bunlar arasında ayırım yapma ve bu bilgiyi kendi düşünce ve eylemlerini yönlendirme kabiliyeti" olarak tanımlamışlardır.

1997 yılında Mayer ve Salovey, duygusal zeka kavramına yeni bir boyut getirmişlerdir. Böylelikle duygusal zeka; duyguları tanıma ve anlama yeteneği, duyguları düşüncede birleştirme, duygusal bilgiyi kullanma, entelektüel ve duygusal gelişimi destekleme, duyguları düzenleme yeteneği olarak tanımlamışlardır (Yılmaz, 2007).

Goleman (1995) duygusal zekayı; kendini harekete geçirebilme, aksiliklere rağmen yoluna devam edebilme, dürtüleri kontrol ederek tatmini erteleyebilme, ruh hâlini düzenleyebilme, sıkıntıların düşünmeyi engellemesine izin vermeme, kendini başkasının yerine koyabilme ve umut besleme olarak tanımlamaktadır.

Goleman, “İşbaşında Duygusal Zeka” adlı kitabında duygusal zekayı; ‘Kendimizin ve başkalarının hislerini tanıma, kendimizi motive etme, içimizdeki ve ilişkimizdeki duyguları iyi yönetme yetisi’ olarak tanımlamıştır (Goleman, 2000).

Bar-On (1998) ise duygusal zekayı, “Bireyin çevresel baskılar ve taleplerle başarılı şekilde baş edebilmesinde kişiye yardımcı olacak, kişisel, duygusal ve sosyal yeterlilik dizini” olarak tanımlamıştır (Köksal, 2007).

Cooper ve Sawaf’ a (2003) göre ise duygusal zeka, duyguların gücünü ve hızlı algılayışını insan enerjisi, bilgisi, ilişkileri ve etkisinin bir kaynağı olarak duyumsama, anlama ve etkin biçimde kullanma yeteneğidir (Turanlı, 2007).

Bu yaklaşımlar doğrultusunda duygusal zeka; bireyin kendi duygularını anlama, tanımlama, yönetme ve empati kurma gibi yetileri içerdiği gibi bireylerin kişilerarası ilişkilerini de kapsamaktadır.

### **2.2.2. Duygusal Zekanın Kavramsal Gelişimi**

Duygusal zeka kavramı, İngilizcedeki karşılığı olan “Emotional Intelligence” sözcüklerinin kısaltılmış hali EI olarak bilinse de literatür çalışmalarında daha çok EQ (Emotional Quotient) olarak kullanılmaktadır. Bu kavram, son 30 yılda çok incelenen bir kavram olmuştur.

Duygusal zeka terimi, 1920 yılında E.L.Thorndike tarafından geliştirilen sosyal zeka kavramı temeline dayanmaktadır. Thorndike sosyal zekayı ‘başkalarını anlayabilme ve kişilerarası ilişkilerinde akıllıca davranabilme’ olarak tanımlamıştır. Daha sonraki yıllarda diğer psikologlar bu kavram üzerinde durmuş ve çalışmaya başlamışlardır.

1983 yılında Howard Gardner tarafından yayımlanan “*Frames Of Mind (Zihin Çerçevesi)*” kitabında çoklu zeka teorisiyle tek bir zekanın şart olmadığını altını çizerek IQ (Intelligence Quotient) görüşüne karşı gelmiştir ve duygusal zeka kavramının temeli oluşmuştur (Goleman, 1995). Gardner bu

kitabında 9 önemli zeka tipini oluşturmuştur ki, bunlar mantıksal-matematiksel, uzamsal, sözel, müziksel, varoluşsal, kinestetik, kişilerarası zeka ve kişinin içsel zekalarıdır. Gardner' in çoklu zeka modelindeki son iki zeka tipi duygusal zeka ile ilişkilidir. Gardner 'kişisel zeka' yı, bireyin kendi duygularını tanıması, bunları ayırt edip davranışını buna göre yönlendirebilmesi; "kişilerarası zeka" yı ise, bireyin diğerlerinin duygularını, güdülerini, arzularını anlayıp ona uygun tepkiler verme kabiliyeti olarak tanımlamıştır (Gardner ve Hatch, 1989).

1985 yılında ABD'de doktora öğrencisi olan Wayne Leon Payne, "A study of emotion: Developing Emotional Intelligence; Selfintegration; Relation to fear, Pain and Desire (Theory, Structure of reality, Problem– Solving, contraction, expansion, tuning in/coming out/ letting go)" adlı çalışmasında ilk kez duygusal zeka terimini kullanmıştır (Salovey ve Mayer, 1990).

Duygusal zeka ile ilgili ilk kapsamlı kuramı hazırlayanlar psikolog John D. Mayer ve Peter Salovey (1990)'dir. Salovey ve Mayer duygusal zeka ile ilgili 'Hayal Gücü, Düşünce, Kişilik" (1990) ve ' Duygusal Gelişim ve Duygusal Zeka' (1997) adlı iki makale yayınlamışlardır. Bu araştırmacılar, insanların duygusal alandaki yetilerini ölçmeyi amaçlamışlardır. Elde ettikleri bulgulara göre, bazı bireylerin kendi duygularını tanıma, anlama ve değerlendirmelerinin diğer bireylerden daha iyi olabileceğini saptamışlardır (Mayer ve Salovey, 1993).

Mayer ve Solevey (1993)'in tanımından sonra duygusal zeka akademik alanlarda incelenmeye başlanmıştır. Daniel Goleman'ın 1995 yılında yayımladığı '*Duygusal Zeka Neden IQ' dan Daha Önemlidir (Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ)*' adlı kitabı duygusal zeka kavramını yaygınlaştıran ve birçok akademisyenler tarafından çalışılmasına öncülük eden bir kitap olmuştur. Bu kitapta, EQ'nun aile ve eğitim hayatındaki öneminden bahsedilmiştir (Goleman, 1995).

### 2.2.3. Duygusal Zeka Modelleri

Duygusal zekanın alan yazına girmesi ve tanımlanmasından sonra konu oldukça ilgi çekmiş ve bu alanda birçok çalışma yapılmıştır. Bu çalışmaların sonucunda farklı duygusal zeka modelleri geliştirilmiştir. Duygusal zeka ile ilgili farklı modeller geliştirilse de tüm araştırmacılar, duygusal zekanın sonradan öğrenildiği ve geliştirilmesi gerektiği konusunda fikir birliğindedir.

Yapılan çalışmalar neticesinde duygusal zeka, iki temel yaklaşımla ele alınmaktadır: *Yetenek Model* ve *Karma Model*. Yetenek modeli yaklaşımda duygusal zeka, duygusal bilgiyi işleme becerisini yansıtan bir zeka türü olarak ele alınmıştır. Karma modelde ise duygusal zeka; yetenek faktörleri ve kişisel özellikleri birbirine bağlayan bir zeka türüdür. Mayer ve Salovey'in geliştirdiği model, yetenek tabanlı duygusal modelini; Bar-On'un, Goleman'ın, Cooper ve Sawaf'ın modelleri ise karma modelleri oluşturmaktadır (Doğan ve Şahin, 2007).

#### 2.2.3.1. Mayer ve Salovey' in Duygusal Zeka Modeli

Mayer ve Salovey, duygusal zeka üzerinde ilk kapsamlı çalışma yapan araştırmacılarıdır. Duygusal zeka ile ilgili yaptıkları çalışmalar ışığında duygusal zekanın ilk tanımlamasını ve modellerini geliştirmişlerdir.

Mayer ve Salovey'e göre, duygusal zeka dört boyuttan oluşmaktadır.

1. Bireyin; duyguları doğru bir şekilde kavrayabilmesi, yorumlaması ve tanımlayabilme yetisini kapsamaktadır.

2. Bireyin kendisini ve diğerlerinin duygularına ulaşabilme ve onları üretebilme yetisini içermektedir.

3. Duyguların anlaşılıp analiz edilmesi, duyguların neler ifade ettiği ve nasıl ilerlediğini kapsamaktadır.



4. Duygusal ve entelektüel gelişime yardımcı olacak duyguları düzenleme yeteneğini içermektedir (Mayer, Salovey, Caruso ve Stenberg, 2000b).

Yukarıdaki dört hiyerarşi boyutun basamaklara göre Tablo 2.1’ de gösterilmiştir.

**Tablo 2.1 Mayer ve Salovey Duygusal Zeka Modeli**

Boyutlar	Yetenek Alanları
<b>Duyguları Algılama ve İfade Edilmesi</b>	-Kişinin kendi ve başkalarının duygularını anlaması ve ifade etmesi -Duyguların tam ifadesi ve gereksinimlerin iletilmesi. -Farklı duygusal ifadeleri ayırt etme.
<b>Duyguları Düşünceyle Canlandırma ve Kullanma</b>	-Duygusal bilgiye yön verir ve düşünmeyi sağlar. -Ruh hali kişinin algılamasını değiştirir ve değişik bakış açılarından anlamaya neden olur. -Duygusal durumlar problem çözmeye yaklaşımlarını teşvik eder.
<b>Duyguları Anlama ve Analiz Etme</b>	-Bir duygudan diğer duyguya geçişi adlandırma yeteneği -Karışık duyguları yorumlamak ve farklı duyguların bileşimini anlama yeteneği -Duygular arasındaki geçişleri anlayabilme yeteneği
<b>Duyguları Yönetme</b>	-Hislere açık kalabilme yeteneği -Kişisel ve kişilerarası gelişmeyi sağlayabilmek için duyguları ve duygusal ilişkiyi kontrol edebilme ve düzenleyebilme yeteneği

(Tufan, 2011)

### 2.2.3.2. Goleman’a göre Duygusal Zeka Modeli

Goleman’ın duygusal zeka modeli, Mayer ve Salovey’in temel yetenek modelinden geliştirilmiştir. Her ne kadar yetenek modelinden geliştirilse de Goleman’ın duygusal zeka tanımı; biliş, yetenekler, kişilik özellikleri, sosyal beceri ve motivasyon üzerine yoğunlaştığı için karma modeldir (Goleman, 1995).

Goleman'ın duygusal zeka modeli, temelde kişisel ve sosyal yeterliliği içermekte olup beş boyutta incelenmiştir: özbilinç, duyguların kontrolü, motivasyon, empati ve sosyal beceriler. Bu boyut ve bunları oluşturan etkenler Tablo 2.2 'de sunulmuştur.

**1. Özbilinç (Self-Awareness):** ‘‘Benlik bilinci’’ olarak ta bilinmektedir. Özbilinç, bireyin iç dünyasında yaşananların sürekli olarak farkında olmasıdır. Bu boyut aynı zamanda bireyin kendi duygularının diğerleri üzerindeki etkilerinin de farkında olmasıdır (Goleman, 1995).

**2. Duyguların Kontrolü (Emotional Self-Regulation):** Bireyin kendi duygularını ve tepkilerini kontrol altında tutabilmesi, dürtülerini kontrol edebilmesi, olası durumlar karşısında sakinliğini koruyarak diğerlerinden etkilenmeme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Goleman, 1995).

**3. Motivasyon (Motivation):** Kişinin tüm zorluklara rağmen başarıya odaklanabilmesi ve hedeflerine ulaşmada duygularını yönlendirebilme yetisidir. Goleman'a göre bir kişi hevesle, uygun düzey kaygıyla motive olursa başarılı olabilir (Goleman, 1995).

**4. Empati (Empathy):** ‘‘Başkalarının duygularını anlayabilme yetisi’’ olarak bilinir. Empati; insanların neler hissettiğini anlamak, onlar açısından bakabilmek olarak tanımlanmaktadır ve diğerleri ile kişilerarası ilişki kurmada temel yapı taşıdır (Goleman, 1995).

**5. Sosyal Beceriler (Social Skills):** Kişilerarası ilişkiyi etkili bir şekilde yürütebilme ve sürdürebilme yeteneğidir. Aynı zamanda, başkalarının duygularını anlayabilme ve bu duyguları yönlendirebilme, anlaşmazlıklarda uzlaşmacı, çözüm arayıcı olma ve işbirlikçi olabilmektir (Goleman, 2000).

**Tablo 2.2 Goleman'ın Duygusal Zeka Modeli**

Kişisel Yeterlilik			Sosyal Beceriler	
<u>Özbilinç</u> * Duygusal bilinç * Özdeğerlendirme * Özgüven	<u>Kendine yön verme</u> * Özdenetim * Güvenilirlik * Vicdanlılık * Uyumluluk * Yenilikçilik	<u>Motivasyon</u> * Başarma güdüsü * Bağlılık * İnsiyatif * İyimserlik	<u>Empati</u> * Başkalarını anlamak * Başkalarını geliştirmek * Hizmete yönelik olmak * Çeşitlilikten yararlanmak * Politik bilinç	<u>Sosyal beceriler</u> * Etki * İletişim * Çatışma yönetimi * Liderlik * Değişim katalizörlüğü * Bağ kurmak * İşbirliği * Takım yetenekleri

### 2.2.3.3. Reuven Bar-On' un Duygusal Zeka Modeli

Bar-On'un duygusal zeka modeli, temel olarak bilişsel olmayan zeka faktörlerine yoğunlaşmıştır. Bar-On'un kavramsal çalışması, kişisel farkındalık, kişisel bağımsızlık, ruh hali gibi zihinsel yeteneklerden ayrı kabul edilen bazı özellikleri birleştirdiği için karma modeldir.

Bar-On'un duygusal zeka modeli; kişisel beceriler, kişilerarası yetenek, uyumluluk, stresle başa çıkma ve genel ruhsal durum olmak üzere beş ana boyuttan oluşmaktadır (Bar-On,2000). Her bir kategori kendi içinde çeşitli alt becerilere ayrılmaktadır. Bu boyutları oluşturan alt yetenek grupları Tablo 2.3'de verilmiştir.

**1. Kişisel Beceriler:** Bireyin kendi iç dünyasını tanıması, kendi ve başkalarının duygularının farkına varması ve duygularını ifade etmesidir. Duygularının farkında olan, kendini net bir şekilde ifade edebilen, kendine güvenen, bağımsız olan bireyler bu boyuttan yüksek puan alabilirler (Yüksel, 2006). Bu kişiler, duygularını, düşüncelerini tanımlamakta zorlanmayan, kendine güvenen, bağımsız bireylerdir.

**2. Kişilerarası Yetenek:** Bireyin kişilerarası ilişkilerdeki yeteneğini içermektedir. Bu boyutun temelinde empatik yaklaşım vardır. Bu boyuttan yüksek alan kişiler, diğerleriyle ilişki kurmakta zorlanmayan, onların duygularını anlayan, sevgi verme ve alma konusunda zorluk yaşamayan bireyler olarak tanımlanmaktadır (Özer, 2013).

**3. Uyumluluk:** Bireyin çevre ile duyguları arasında bağlantılar kurmasını, sorunları algılayabilmesi ve buna uyum sağlayarak çözüm üretebilmesi, gerçekçi ve girişken olması olarak ifade edilmektedir (Bar-On, 2000).

**4. Stresle Başa Çıkma:** Bireyin strese karşı toleransını, stres ile etkili mücadelesi ve dürtü kontrolünü kapsamaktadır. Kısacası; bireyin duygularını doğru bir şekilde kontrol etmesi, gerildiği zamanlarda tepkisini kontrol ederek vereceği tepkiyi ertelemesi ve öfkesini kontrol ettikten sonra sıkıntıyla baş edebilmesidir.

**5. Genel Ruhsal Durum:** Bireyin yaşam doyumunu ve olaylara olumlu yaklaşım göstererek yaşamın güzel taraflarını görebilme olarak tanımlanmaktadır (Çakar, 2002). Birey, sürekli olarak bir pozitif ruh hali içerisinde. Bu boyutta yüksek puan alan birey, yaşamdan zevk almasını bilen, olumlu, neşeli, umutlu ve iyimser kişilerdir (Yüksek, 2006).

**Tablo 2.3 Bar-On'un Duygusal Zeka Modeli**

Boyutlar	Alt Yetenekler
Kişisel Beceriler	Öz-saygı, duygusal farkındalık, kendini ifade edebilme yeteneği, bağımsızlık, kendini gerçekleştirme
Kişilerarası Yetenek	Empati, kişilerarası ilişkiler, sosyal uyumluluk
Uyumluluk	Esneklik, gerçekçilik, problem çözme yeteneği
Stresle Başa Çıkma	Strese dayanıklılık, dürtü kontrolü
Genel Ruhsal Durum	Optimizim (pozitif ruh hali), iyimserlik

#### 2.2.3.4. Cooper ve Sawaf'ın Duygusal Zeka Modeli

Cooper ve Sawaf'ın modeli, zihinsel yeteneklerin yanı sıra geleceği yaratmak gibi kavramları içerdiğinden 'karma' bir model olarak tanımlanmaktadır. Bu model, özellikle duygusal zeka ve liderlik ilişkisi üzerinde durmaktadır.

1997 yılında yayımlanmış olan "Executive EQ (İdareci Duygusal Zeka)" adlı kitapta, duygusal zeka şu şekilde tanımlanmıştır: "Duygusal zeka duyguların gücünü ve zekasını, insan enerjisinin, bilgisinin, iletişiminin ve etkileme gücünün bir kaynağı olarak, hissetmek, anlamak ve etkili bir şekilde kullanabilme becerisidir (Cooper ve Sawaf, 1997).

Cooper ve Sawaf, modellerini 'dört köşe taşlı model' olarak adlandırmışlardır:

- 1) **Duygusal Okuryazarlık:** Duygusal dürüstlük, duygusal enerji, duygusal geribildirim ve duygusal sezgi
- 2) **Duygusal Zindelik:** Güven alanına sahip olma, özgün olma, yapıcı hoşnutsuzluk, esnek ve yenilikçi olma
- 3) **Duygusal Derinlik:** Otorite olmaksızın etrafını yönlendirebilme, kendine özgü potansiyel ve amaçlarının farkında olma, dürüst olma, görev ve sorumluluk bilincine ve ahlaki duyarlılığa sahip olma
- 4) **Duygusal Simya:** Fırsatları fark edebilme, geleceği yaratma, sezgisel akış ve zaman değişiminin kayması (Cooper ve Sawaf, 1997).

#### 2.2.4. Duygusal Zeka ile İlgili Yapılmış Yurtdışı ve Yurt İçi Çalışmalar

Bu bölümde, duygusal zeka ile ilgili yurtdışında ve yurtdışında yapılan çalışmalara yer verilecektir.

#### 2.2.4.1. Duygusal Zeka ile İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar

Schutte ve arkadaşları (1998), Salovey ve Mayer' in duygusal zeka modelini kullanarak 62 maddeden oluşan bir ölçek geliştirmişlerdir. Ortalama 29 yaşlarında 346 kişinin katıldığı araştırmada duygusal zekanın öğrencilerin başarısını belirlemede etkili olduğu bulunmuştur. Bununla beraber kızların duygusal zekasının erkeklerden yüksek olduğu ve duygusal zekanın bilişsel yetenekle ilişkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Yaşları ortalama 23 olan, 175 kadın ve 85 erkek olmak üzere toplam 260 kişinin katıldığı çalışmada; duygusal zeka ve cinsiyet arasındaki ilişki araştırılmıştır (Petrides ve Furnham, 2000b). Schutte ve arkadaşlarının geliştirdiği Duygusal Zeka Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Duygusal Zeka Ölçeği'nden elde edilen bulgulara göre, sosyal beceriler bölümünde kızların aldığı puan erkeklerinkinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Duygusal zeka değerlendirme anketinin sonucuna göre ise erkeklerin puanı kızlarınkinden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte, iki ölçeğin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Liseye devam eden 155 öğrencinin katıldığı çalışmada, duygusal zeka, psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir (De Lazzari, 2001). Araştırmanın sonucunda, duygusal zeka ile yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Aynı zamanda duygusal zekanın, psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı ve psikolojik iyi oluş varyansının %1,6'sını karşıladığı; ancak, yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur.

158 lisansüstü öğrencinin katıldığı çalışmada, duygusal zeka ve akademik başarı arasındaki ilişki araştırılmıştır (Jaeger, 2002). Araştırmada elde edilen bulgulara göre, duygusal zeka ve akademik başarı arasında pozitif bir korelasyon bulunmuştur. Problem çözme becerisi, kendine güvenen, bağımsız, esnek ve kendi duygularını tanıyan ve uyumlu olan öğrencilerin akademik başarı düzeyi daha yüksek olduğu saptanmıştır.

103 yüksekokul öğrencisinin katıldığı çalışmada, duygusal zeka ile kişilik özellikleri ve algılanan sosyal ilişki kalitesi arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır (Lopes ve ark., 2003). Elde edilen bulgulara göre, hem duygusal zekanın hem de kişilik özelliklerinin algılanan sosyal ilişki kalitesi ile ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte, yüksek duygusal zekaya sahip olan öğrencilerin hem aile desteği algılarının olumlu yönde olduğu ve hem de başkalarıyla olumlu ilişkiler içinde oldukları bulunmuştur. Ayrıca bu araştırmada, kişilerarası ilişkilerde genel tatmin, duygusal zeka ölçeği ile değerlendirilmiş ve kişilerarası ilişkilerde, genel tatmin ile nevrozizm ve dışadönüklük arasında negatif, duygu kontrolü ile pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Bireylerin kişilerarası ilişkilerinde genel tatmin düzeyleri arttıkça nevrozizm ve dışadönüklük düzeyleri azalmakta, duygu kontrolü düzeylerinin ise artmakta olduğu görülmüştür.

Yaşları 11-14, 71 öğrencinin katıldığı çalışmada; duygusal zeka ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişki araştırılmıştır (Jhonson, 2003). Elde edilen bulgulara göre, duygusal zeka ile saldırganlık arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Öğrencilerin duygusal zeka düzeyleri arttıkça saldırganlık düzeyleri azalmaktadır. Bununla birlikte; kızların duygusal zeka düzeyi, erkeklerinkinden anlamlı derece daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerin fiziksel saldırganlık ve toplam saldırganlık düzeyleri ise, kızlarinkinden anlamlı derecede yüksek olarak saptanmıştır.

51 sekizinci sınıf öğrencisiyle katıldığı araştırmada duygusal zeka ile okul başarısı, dereceler, program dışı aktiviteler, okula gitmeme, geç kalma ve disiplin suçları incelenmiştir (Gerber, 2004). Uygulanan eğitim programı sonunda ön test ve son test skorları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre, kızlar erkeklerden daha yüksek puanlar almışlardır. Aynı zamanda, duygusal zeka puan ortalamaları yüksek ve ortalamanın üstünde olanlar düşük duygusal zekaya sahip öğrencilerden daha yüksek ve tutarlı bir okul başarısına sahip oldukları tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerin katıldığı çalışmada; internet kullanımıyla kişilerarası beceriler, kişilik ve duygusal zeka arasındaki ilişki araştırılmıştır

(Engelberg ve Sjöberg, 2004). Araştırmanın sonucunda, kişilik ve duygusal zeka arasında bir ilişki bulunamamıştır. İnterneti sık kullanan kişilerin yalnız kaldığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte, problemlerini internet kullanan kişilerin duygusal zekalarının da düşük olduğu tespit edilmiştir.

Harrod ve Scheer (2005), 16-19 yaş arası 200 öğrencinin katıldığı çalışmada, öğrencilerin duygusal zekaları ile demografik özellikleri (yaş, cinsiyet, aile geliri, ebeveynlerin eğitim durumu ve yaşadıkları yer) arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonucunda, duygusal zekanın bayanlarla, ebeveynlerin eğitim durumu ve ailenin geliriyle pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Duygusal zeka puanları, erkekler ve bayanlar arasında anlamlı düzeyde fark olduğu, bayanların duygusal zeka düzeylerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, duygusal zeka ile yaş, gelir düzeyleri ve yaşadıkları yer arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ayrıca, duygusal zeka ile ailelerin eğitim durumu arasında da anlamlı fark bulunmuştur; eğitim düzeyleri arttıkça duygusal zeka düzeylerinin de arttığı tespit edilmiştir.

201 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada, internet bağımlılığıyla duygusal zeka ve sanal ortam arasındaki ilişki araştırılmıştır (Hamissi ve ark., 2013). Araştırmanın bulgularına göre; öğrencilerin %38.3'ü internet bağımlısı, %43.8'i hafif, %15.9'u orta, %2'si ağır bağımlı olduğu saptanmıştır. Ayrıca internet bağımlılığı ve duygusal zeka arasında ters yönlü bir ilişki bulunmuştur.

#### **2.2.4.2. Duygusal Zeka ile İlgili Türkiye’de Yapılan Çalışmalar**

225 lisans ve yüksek lisans öğrencisinin katıldığı çalışmada, duygusal zeka ve algılanan problem çözme becerisi arasındaki ilişki araştırılmıştır (İşmen, 2001). Araştırmanın diğer amacı, duygusal zekayı açıklamada bilgi işlem yaklaşımına veri sağlamaktır. Duygusal zeka ve problem çözme becerisi arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı tekniği kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, ‘‘19 yaş ve altı’’ ve ‘‘26 yaş ve üstü’’ yaş grubundaki öğrencilerin duygusal zeka ve problem çözme becerilerinin yaşa göre anlamlı farklılaşmadığı tespit edilmiştir.



Bununla birlikte, duygusal zekanın cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür. Kızların duygusal zeka puanı, erkeklerin puanından daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışmanın neticesinde, duygusal zeka seviyesi arttıkça sorun çözme becerisinin de arttığı saptanmıştır.

Yılmaz (2004) 'ın çalışmasında, okul öncesi öğretmen adaylarının duygusal zeka ve sosyodemografik özellikler (yaş, sosyoekonomik durum, yaşadığı şehir, sınıf düzeyi, anne babanın eğitim düzeyi) arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı araştırılmıştır. Araştırmanın sonucunda; öğretmen adaylarının yaşadığı şehir, sınıf düzeyi, anne babanın eğitim düzeyi ile duygusal zekaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte, yaş ile algılanan sosyoekonomik düzey açısından ise anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır.

Selçuk Üniversitesi'nin farklı fakültelerinde öğrenim görmekte olan 523 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada, duygusal zeka yetenekleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki incelenmiştir (Deniz ve Yılmaz, 2004). Çalışmanın diğer bir amacı ise, üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ve yaşam doyumlarının cinsiyet ve sınıf değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını araştırmaktır. Elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ile duygusal zeka alt boyutları olan kişisel beceriler, kişilerarası beceriler, uyumluluk, stresle başa çıkma ve genel ruh durumu boyutu ve toplam duygusal zeka puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı pozitif yönlü bir ilişki saptanmıştır. Bununla birlikte, duygusal zekanın cinsiyete ve sınıf değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur. Öğrencilerin yaşam doyum puanları cinsiyet ve sınıf değişkenine göre ise anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir.

Erdoğan (2008)' nun çalışmasında, 532 üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ölçeği puanlarının cinsiyete, öğrenim gördükleri alana, anne baba tutumlarına (demokratik-otoriter-ilgisiz) ve kendilerine yönelik değerlendirmelerine (içedönük-dışadönük) göre farklılaşma gösterip göstermediği incelenmiştir. Araştırmanın sonucuna göre, duygusal zeka cinsiyete göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin duygusal zeka ölçeği puanları, erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksektir. Bununla birlikte,

kendilerini dışadönük olarak değerlendiren öğrencilerin duygusal zekaları, içedönük olanlara göre yüksek bulunmuştur. Çalışmanın bir diğer sonucuna göre, öğrencilerin öğrenim gördüğü alanlar ve anne babanın demokratik tutumları duygusal zeka ölçeği puanlarına göre anlamlı farklılaşma olduğu tespit edilmiştir.

Güngör (2008), üniversite öğrencilerinde duygusal zekanın psikolojik sıkıntı belirtileri üzerindeki etkisini araştırmıştır. Çalışmanın örneklemini, Marmara Üniversitesi ve Kadir Has Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören 306 üniversite öğrencisidir. Bar-On Duygusal Zeka Ölçeği, SCL-90-R ve Kişisel Bilgi Formu veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin psikolojik sıkıntı belirtilerinin duygusal zeka ve sosyodemografik değişkenler (cinsiyet, anne babanın eğitim düzeyi, aile türü ve ekonomik düzey) tarafından yordandığı bulunmuştur. Bununla beraber, duygusal zeka ve psikolojik belirtilerinin sosyodemografik değişkenlere göre anlamlı bir farklılaşma olduğu tespit edilmiştir.

Buca eğitim fakültesinde öğrenim gören 100 öğrencinin katıldığı çalışmada, duygusal zeka düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki araştırılmıştır (Vural, 2010). Çalışmada verilerin analiz sonucunda, öğretmen adaylarının duygusal zeka düzeyleri ve problem çözme becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Çalışmanın bir diğer sonucuna göre, uyumluluğu daha yüksek olan öğrencilerin problem çözme becerilerinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğretmen adaylarının problemleri internet kullanımlarıyla özsayı, duygusal zeka düzeyleri ve duygusal zeka alt boyutları arasındaki ilişki araştırılmıştır (Reisoğlu ve ark., 2013). Çalışmanın örneklemini 11 üniversitenin eğitim fakültesinde okuyan 2200 öğrencidir. Elde edilen bulgulara göre, duygusal zeka ve problemleri internet kullanımı; özsayı ve problemleri internet kullanımı arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Bununla birlikte, kadın öğretmen adaylarının duygusal zekanın alt boyutları olan kişisel farkındalık, kişilerarası ilişkiler ve genel ruh hali ortalamalarının erkeklerden daha yüksek

olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın sonucunda, özsaygı ve duygusal zekanın problemlili internet kullanımının yordayıcıları olmadığı belirlenmiştir.

Üniversite öğrencilerinin problemlili internet kullanımını belirlemek ve problemlili internet kullanımı ile duygusal zeka ve bazı sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki incelenmiştir (Ançel ve ark., 2015). Çalışmaya 432 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın sonunda, problemlili internet kullanımı oranının %15.9 olduğu, İnternet Bilişsel Durum Ölçeği (İBDÖ) puanları ile Duygusal Zeka Ölçeği (DZÖ) puanları arasında negatif yönde, anlamlı bir ilişki olduğu, cinsiyet (erkek) ile öğrencinin okuduğu bölümün, internetin sosyal etkileşim amaçlı kullanılmasının ve duygusal zekanın problemlili internet kullanımını yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir.

Soykan (2015) çalışmasında, psikoloji ve mühendislik-mimarlık bölümlerinde okuyan 145 üniversite öğrencilerin duygusal zeka düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. ‘‘Bar-On Duygusal Zeka Ölçeği’’ ve ‘‘Kişisel Bilgi Formu’’ veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerin kişisel farkındalık, kişilerarası ilişkiler ve genel ruhsal durum düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte, sosyodemografik özelliklere göre (cinsiyet, okudukları bölüm ve sınıf) anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır.

İşeri (2016)’ nin çalışmasında, duygusal zeka ile sosyal duygusal öğrenme arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırmanın diğer bir amacı ise, duygusal zeka ve sosyal duygusal öğrenmenin cinsiyet ve sınıf seviyesi değişkenlerine göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını incelemektir. Araştırmanın örneklemini, Bursa Atatürk Anadolu Lisesi’nde öğrenim gören 648 lise öğrencisidir. Duygusal Zeka Ölçeği (DZÖ), Sosyal Duygusal Öğrenme Ölçeği (SDÖÖ) ve Kişisel Bilgi Formu veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, duygusal zeka düzeyleri ile sosyal duygusal öğrenme arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca, lise öğrencilerin duygusal zeka düzeyleri cinsiyet açısından anlamlı bir farklılaşma bulunmazken; sosyal duygusal öğrenme düzeyleri açısından erkek ve kadın lise öğrencileri arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu tespit

edilmiştir. Çalışmanın bir diğer bulgusu ise; duygusal zeka puan ortalamaları 9.,10.,11. ve 12. sınıf öğrencileri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

### **2.3. Kişilerarası Problem Çözme**

Bu bölümde problem, problem çözme ve kişilerarası problem çözme ile ilgili kavramların tanımlarına; ardından kişilerarası problem ile ilgili çalışmalara yer verilecektir.

#### **2.3.1. Problem ve Problem Çözme**

Problem, Latince bir kavram olup problema sözcüğünden gelmektedir. Problema sözcüğünün kökeni Yunancadaki proballein yani çaba sarfetmek sözcüğüne dayanmaktadır.

Problem kavramıyla ilgili alan yazın incelendiğinde birçok araştırma tarafından birbirinden farklı tanımlandığı görülmektedir. Heppner ve Krauskopf (1987)'a göre problem, günlük yaşamda karşılaşılan sorunlar ve psikolojik sıkıntılardır.

Problem kavramını açıklayan bir diğer araştırmacılar ise, D'Zurilla ve Goldfriend (1971)'dir. D'Zurilla ve Goldfriend'e göre problem, bireyin bir durumla karşılaştığında işlevselliğini devam ettirebilmesi için tepki ya da yanıt vermesidir. Problemler uzun ya da kısa süreli, basit ya da karmaşık olabilir. Bireyin belli bir amaca ulaşmasında karşılaştığı engellerin üstesinden gelebilmesi ve bununla başa çıkabilmesi gerekmektedir. D'Zurilla ve Goldfriend (1971), bir problem ya da engellerle karşılaşıldığında probleme değil, çözüme vurgu yapmışlardır. Onlara göre asıl sorun; durumun kendisi değil, karşılaşılan engel karşısında bireyin nasıl çözüm üretebildiğidir.

Bireyin hayatını sürdürebilmesi için karşılaşılan güçlüklerle ve istenmeyen durumlara hızlı ve kalıcı çözümler üretebilmesi gerekir. Bu konuda bireyin yaşam deneyimi önemli bir husustur. Karşılaşılan engellere ya da durumlara hızlı ve kalıcı çözüm üretmek ise bazen zaman alabilir. Bunun başlıca nedeni, problemin karmaşık olması değil, problemle daha önce hiç

karşılaşılmamış olmasından kaynaklanır. Bunun için de bireyin yeni yaklaşımlar geliştirerek, problem çözme becerisi edinmesi gerekmektedir.

Heppner ve Krauskopf (1987) tarafından problem çözme, bireyin kendisi ve çevresiyle tüm zorluklara uyum sağlayabilmesi için bilişsel ve duyuşsal işlemleri kullanması olarak tanımlanmıştır. Oluşturdukları bilgi işlem modelinde, problem çözüme temel olarak dört ana bilgi işleminden bahsetmektedirler. Bu dört bilgi işleme süreci şunlardır:

*1. Problemi Algılama*

*2. Hedef Belirleme*

*3. Planlama ve Örüntü Eşleştirmesi*

*4. Sorun Çözme İşlemi* (akt., Eskin,2009).

D'Zurilla ve çalışma arkadaşları (2004), bireyin akılcı, sistematik ve planlı uygulamalarla problemi çözebileceğinden bahsetmişlerdir. Onlara göre problem çözme, günlük hayatta karşılaşılan sorunları etkili bir biçimde çözebilmek için bireyin bilişsel-davranışsal süreçleri kullanması olarak tanımlamışlardır. Bunun için de önerdikleri sosyal problem çözme modelinde; bireylerin beş ana beceri kullandıklarını belirtmişlerdir:

*1. Problem Yönelimi:* Bireyin karşılaştığı problemlerin farkına varmasını sağlayan bilişsel yönelimdir.

*2. Problemin Tanımlanması ve Formüle Edilmesi:* Bireyin problemi somut bilgilerle betimlemesi ve problemin yapısını anlamasıdır.

*3. Alternatiflerin Oluşturulması:* Bireyin uygun çözüm listeleri üretmesi, keşfetmesi ya da meydana getirmesidir.

*4. Karar Verme:* Bireyin ürettiği alternatif çözüm yollarının olası sonuçlarını sistemli değerlendirmesi ve en uygun seçeneği seçmesidir.

*5. Çözüm Yolunun Uygulanması ve Değerlendirilmesi:* Bireyin seçtiği çözüm yolunu uygulaması ve bunun doğurduğu sonuçları gözlemleyip değerlendirmesini içerir.

Kneeland (2001)'in problem çözme modeline göre; problemi oluşturan ve problemin altında yatan iç dinamikler saptanmalıdır. Daha sonra problemle ilgili önemli veriler toplanıp değerlendirilmelidir. Problemin altında yatan gerçekleri saptayamayan ya da tanımlayamayan bir birey, problem çözme konusunda gösterdiği çaba hiçbir şekilde sonuç vermeyecektir. Bu yüzden birey karşılaştığı problemi etkili bir şekilde çözebilmesi için problemi tüm açılarıyla görmeli, mantıklı ya da kuramsal olarak en iyi seçenek olmasa da en gerçekçi ve en pratik çözüm yolu bulmalıdır (Baştürkçü, 2016).

### 2.3.2. Kişilerarası Problem Çözme

İnsan yaşamı boyunca çevresindekilerle sürekli iletişim ve etkileşim içerisinde. Kişilerarası iletişim, bireyin diğerlerini etkileyerek mesajlarını iletmesi ve onların mesajlarını alması durumudur. Bu iletişim sürecinde bazen iletişim kanalları tıkanabilir ve birey diğerleriyle problem yaşayabilir.

Bireyin günlük yaşamında karşılaştığı kişilerarası problem ya da çatışmanın sebepleri farklı olabilir. Sebep her ne olursa olsun, bireyin sahip olduğu kaynaklar, yaşadığı problemlerin olası sonuçlarını anlamada önemli bir değişkendir. Dolayısıyla, bireyin temel gereksinimi karşılayabilmesi için karşılaşılan problemleri başarılı bir şekilde tanımlaması ve çözümlemesi gerekir. Ögülmüş (2001)'e göre kişilerarası problem çözme, mevcut durumla amaçlanan hedef arasındaki farkın algılanması ve bu farkın yol açtığı gerginliği ortadan kaldırmaya yönelik çabaları içeren bilişsel ve davranışsal süreçlerdir. (Çam ve Tümkaya, 2006).

İlgili alan yazın incelendiğinde; kişilerarası problem çözme kavramı, D'Zurilla ve Goldfiend (1971) sosyal problem çözme modeline dayanmaktadır. Bu model, *probleme yönelim ve problem çözme becerileri* olarak iki süreçten oluşmaktadır. **Probleme yönelim**, bireyin karşılaştığı problem ile ilgili genel farkındalığı ve bu problemleri çözme konusundaki bireysel yeteneklerini içeren inançları, değerlendirmeleri ve duyguları yansıtan bir dizi bilişsel ve duygusal şemaların olduğu motivasyonel bir süreç olarak tanımlanmaktadır (D'Zurilla ve ark., 2004). **Problem çözme becerisi** ise, bir problem durumunda "en iyi" çözümü bulma amacıyla kullanılan tekniklerdir. D'Zurilla ve arkadaşlarına

(2004) göre; birey, diğerleriyle bir problem ya da çatışmayla karşılaştığında öncelikle bilişsel süreçlerini kullanarak problemin farkına varır ve anlamaya çalışır. Karşılaştığı problemi çözebilmek için uygun çözüm listeleri meydana getirir. Ürettiği alternatif çözüm yollarının olası sonuçlarını değerlendirip kendisine en uygun seçeneği seçer ve seçtiği bu çözüm yolunu uygular.

Bireyin, diğerleriyle yaşadığı problem konusundaki yaklaşımı problem çözümü ile doğrudan alakalıdır. Kimi birey yaşadığı çatışmadan ya da problemden kaçır ve problemle yüzleşmek istemez. Kimisi ise, karşılaştığı problemi öfke içeren davranışlarla çözmeye çalışır. Bazı bireyler ise, problem çözmeye yönelik iletişim kurar.

Kişilerarası probleme olumlu yönelen bireyler, problemlerin çözülebilir olduğuna inanırlar. Problemleri başarılı bir şekilde çözebileceklerine dair bireysel yeteneklerinin olduğuna inanırlar. Bununla birlikte, çözümün birden fazla yolu olduğunu düşünüp, farklı bakış açılarıyla problemleri çözebilirler. Problem çözmeye sürecinde duygularının farkındadırlar ve problemlerden kaçmak yerine onları çözmeye çalışırlar (Çam ve Tümkaya, 2006). Problemlere olumsuz yönelen bireyler ise, problemi çözebileceklerine dair bireysel yetenekleri konusunda şüphelidirler. Kısacası, probleme olumsuz yaklaşan bireylerin öz-yeterlikleri düşüktür. Bir problemle karşılaştıklarında kendilerini kolayca mutsuz ve engellenmiş hissederler (D’Zurilla ve ark., 2004). Böylece, birey kendi davranışını ceza mekanizmasıyla bilişsel yollardan pekiştirmektedir.

Çam ve Tümkaya (2007), D’Zurilla ve arkadaşlarının (2004) sosyal problem çözmeye modelini temel alarak, 18-30 yaş arası üniversite öğrencilerinin kişilerarası problem çözmeye becerilerini ölçmek amacıyla Kişilerarası Problem Çözme Envanteri’ni (KPÇE) geliştirmişlerdir. KPÇE 50 maddeden ve beş problem çözmeye alt boyutundan oluşmaktadır. Bunlar; probleme olumsuz yaklaşım, kendine güvensizlik, yapıcı problem çözmeye, sorumluluk almama ve ısrarcı-sebatkâr yaklaşımdır. Bu beş alt boyuttan ikisi (yapıcı ve ısrarcı-sebatkâr yaklaşım), etkili ve başarılı kişilerarası problem çözümdür. Diğer üç alt boyut (probleme olumsuz yaklaşım, kendine güvensizlik ve sorumluluk

almama) ise, bireyin diğerleriyle yaşadığı problemi ya da çatışmayı sürdürmesini ifade eder.

1. *Probleme olumsuz yaklaşım*: Bireyin kişilerarası bir problemle karşılaştığında çaresizlik ve karamsarlık gibi olumsuz duygu ve düşünceleri kapsamaktadır.

2. *Kendine güvensizlik*: Bireyin kişilerarası problemle karşılaştığında problemin çözümüne yönelik mevcut kaynaklara güvenmemesi durumudur.

3. *Yapıcı problem çözme*: Bireyin yaşadığı kişilerarası problemi etkili çözmeyi sağlayan duygu, düşünce ve davranışlarıdır.

4. *Sorumluluk almama*: Bireyin yaşadığı kişilerarası problem çözme konusunda sorumluluk almaması durumudur.

5. *Israrcı-sebatkâr yaklaşım*: Bireyin kişilerarası bir problemle karşılaştığında ısrarcı bir şekilde çaba sarfetmesini ifade eder.

### **2.3. 3. Kişilerarası Problem Çözme ile İlgili Yapılan Araştırmalar**

Heppner ve Anderson (1985), psikolojik uyum ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini, 671 öğrenci oluşturmaktadır. MMPI ve Problem Çözme Envanteri, veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin psikolojik uyumu ile problem çözme becerisi arasında anlamlı düzeyde bir ilişki saptanmıştır.

Rader (2010), çalışmasında duygusal-sosyal zeka ile sosyal problem çözme arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırmanın örneklemini, Northern Arizona Üniversitesi'nde öğrenim gören 140 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın sonunda, duygusal-sosyal zeka ile sosyal problem çözme becerisi arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Çam ve Tümkaya (2006), üniversite öğrencilerinde kişilerarası problem çözme becerisini araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini, Çukurova Üniversitesi'nde farklı 15 programda öğrenim gören 308'i kız, 315'i erkek olmak üzere toplam 623 lisans ve yüksek lisans öğrencisinden oluşturmaktadır.



Kişilerarası Problem Çözme Envanteri (Çam ve Tümkaya, 2006) veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, kız öğrencilerin probleme olumsuz yaklaşma ve ısrarcı-sebatkâr puan ortalamalarının erkek öğrencilerden; erkek öğrencilerin kendine güvensizlik puan ortalamaları ise kız öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Aynı zamanda, yapıcı problem çözme ve sorumluluk almama puanlarında ise cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı gözlemlenmiştir. Yaş değişkeni incelendiğinde, 23-30 yaş grubundaki üniversite öğrencilerin yapıcı problem çözme puanları 18-20 yaş grubunun ortalamasından daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Arslan ve arkadaşları (2010), ergenlerde saldırganlık ve kişilerarası problem çözme becerisi arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini, 180'i kız, 303'ü erkek olmak üzere toplam 483 ergen oluşturmaktadır. Veriler "Saldırganlık Ölçeği" ve "Kişilerarası Problem Çözme Envanteri" ile toplanmıştır. Araştırmanın sonucunda, saldırganlık ile kişilerarası problem çözme alt boyutlarından probleme olumsuz yaklaşım, kendine güvensizlik ve sorumluluk almama arasında pozitif; yapıcı problem çözme ve ısrarcı- sebatkâr yaklaşım alt boyutları arasında ise negatif bir ilişki saptanmıştır.

Topal (2011), Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören 517 öğrencinin kişilerarası problem çözme becerileri ve yönelimleri ile fonksiyonel olmayan tutumları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. "Kişilerarası Problem Çözme Envanteri" ve "Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği" veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerin kişilerarası problem çözme alt boyutlarından probleme olumsuz yaklaşma, kendine güvensizlik ve sorumluluk almama ile fonksiyonel olmayan tutumlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Kişilerarası problem çözme alt boyutlarından yapıcı problem çözme ve ısrarcı-sebatkâr yaklaşım ile fonksiyonel olmayan tutumlar arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bunun yanı sıra, kız öğrencilerin probleme olumsuz yaklaşma ve sorumluluk almama yaklaşımı erkek öğrencilere göre daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Fonksiyonel olmayan tutum düzeyi ise cinsiyetlere göre anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır.

Bedel ve Küçükköse (2014), kişilerarası problem çözme ve stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi ve kişilerarası problem çözmenin stresi anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini, 196'sı kız, 254'ü erkek olmak üzere toplam 450 lise öğrencisi oluşturmaktadır. "Kişilerarası Problem Çözme Envanteri" ve "Algılanan Stres Ölçeği" veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, kişilerarası problem çözme becerisinin stresi %26 oranında yordadığı bulunmuştur. Bunun yanı sıra, probleme olumsuz yaklaşma, yapıcı problem çözme ve kendine güvensizlik stresin yordayıcıları olduğu gözlemlenirken; probleme olumsuz yaklaşma stresin en güçlü yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Koç ve arkadaşları (2015), iletişim becerileri ile kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini, Ondokuz Mayıs Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinde öğrenim gören 444 öğrenci oluşturmaktadır. Elde edilen bulgulara göre, kişilerarası problem çözme alt boyutlarından kendine güvensizlik ve probleme olumsuz yaklaşımın iletişim becerilerini negatif yönde yordadığı; ısrarcı-sebatkâr ve yapıcı problem çözme yaklaşımının ise iletişim becerilerini pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı saptanmıştır. Aynı zamanda, cinsiyet ve kendine güvensizlik puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Erkeklerin kendine güvensizlik puan ortalamalarının kız öğrencilerinin puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Baştürkçü (2016), iş hayatında çalışan bireylerin duygusal zeka yeterliliklerinin kişilerarası problem çözme becerileri üzerindeki etkisini araştırmıştır. Araştırmaya 131'i kadın (%59,5), 85'i erkek (%38,6) ve cevapsız 4 olmak üzere toplam 220 kişi katılmıştır. "Duygusal Zeka Ölçeği" ve "Kişilerarası Problem Çözme Envanteri" veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme becerileri arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Yapılan regresyon analizine göre ise, duygusal zeka yeterliliklerinin kişilerarası problem çözme becerilerini %40 oranında etkilediği görülmüştür.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ile toplanan verilerin değerlendirilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemler üzerinde durulmuştur.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ile duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler ile bağımlı değişken olan internet bağımlılığının çeşitli değişkenlere göre incelenmesini amaçlayan bu araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline çerçevesince desenlenmiştir. İlişkisel tarama modelleri ise iki ya da daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2000).

#### 3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2016-2017 yılında İstanbul, Ankara ve Kocaeli ilinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden kolay örnekleme yöntemi ile seçilen 331 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcıların 182'si (%55 kadın) ve 149'u (%45) erkektir. Yaşları 18 ile 35 arasında değişen katılımcıların yaş ortalamaları 21.28 ve yaşlarının standart sapması 2.77'dir. Katılımcılar; psikoloji, tıp, biyoloji, kimya, inşaat mühendisliği, anestezi, çocuk gelişimi, mütercim tercümanlık, uluslararası ilişkiler, fizyoterapi, su ürünleri, gıda mühendisliği, harita ve makine mühendisliği, rehberlik ve psikolojik danışmanlık, iktisat, tarih, iç mimarlık, beden eğitimi, işletme ve çalışma ekonomisi gibi programlarda öğrenim gören üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Üniversite öğrencilerini temsil edebilecek oldukça kapsamlı bir şekilde öğrencilere ulaşılmak hedeflenmiştir. Katılımcılara ait ayrıntılı bilgiler Tablo 3.1'de sunulmuştur.

**Tablo3.1 Katılımcılara ait tanımlayıcı bilgiler**

	Kadın		Erkek		Toplam	
	<i>N</i>	%	<i>n</i>	%	<i>N</i>	%
<i>Sınıf</i>						
1. sınıf	72	39.6	41	27.5	113	34.1
2. sınıf	59	32.4	52	34.9	111	33.5
3. sınıf	23	12.6	26	17.4	49	14.8
4. sınıf	28	15.4	30	20.1	58	17.5
<i>Günde ortalama internet kullanımı</i>						
Her gün kullanmıyorum	2	1.1	5	3.2	7	2.1
1 – 3 saat arası	26	14.3	22	21.6	48	14.5
4 – 5 saat arası	48	26.4	43	28.9	91	27.5
6 – 8 saat arası	54	29.7	51	34.2	105	31.7
9 saat ve üzeri	52	28.6	28	18.8	80	24.2
<i>Akademik başarı algısı</i>						
Başarısız	34	18.7	31	20.8	65	19.6
Vasat	47	25.8	60	40.3	107	32.3
Başarılı	101	55.5	58	38.9	159	48.0

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerini elde etmek için “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Ayrıca araştırmanın bağımlı değişkeni olan katılımcıların internet bağımlılığı düzeylerini elde etmek için “İnternet Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Bunlara ek olarak, katılımcıların duygusal zeka düzeylerini belirleyebilmek için “Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği – Kısa Form” ve problem çözme becerilerini elde etmek için ise “Kişilerarası Problem Çözme Envanteri” kullanılmıştır. Veri toplama araçlarına ait detaylı bilgiler aşağıda yer almaktadır.

### 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formunda üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine, yaşlarına, öğrenim gördükleri bölümlere, ortalama gelir durumuna, ebeveyn tutumları vb. bilgilere yer verilmiştir (Ek 1).

### 3.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Hahn ve Jerusalem (2001) tarafından geliştirilen İnternet Bağımlılığı Ölçeği 19 (örn., İnternette önceden planladığımdan daha çok zaman harcıyorum) maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipi derecelendirmeye (1 = hiçbir zaman, 5 = her zaman) sahip olan İnternet Bağımlılığı Ölçeği Türkçeye uyarlaması Şahin ve Korkmaz (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe formu yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonrasında 19 maddenin doğrulandığı ifade edilmiştir; [ $\chi^2$  (sd=149,N=468)=580,17,  $p<.01$ , RMSEA=0.079, SRMR=0.045, GFI=0.90 AGFI=0.85, CFI=0.97, NNFI=0.96, IFI=0.95]. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık kat sayısı .86 olduğu belirtilmiştir. Ölçekten alınabilecek olası puanlar 19 ile 95 arasında değişmekte ve yükselen puanlar internet bağımlılığı düzeyinin de yükseldiğine işaret etmektedir (Ek 2).

### 3.3.2. Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği (TEIQue-SF)- Kısa Form

Petrides ve Furnham (2000a, 2001) tarafından geliştirilen Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği – Kısa Formu 20 (örn., Diğer insanların duygularını bir şekilde etkileyebilme yeteneğim vardır) maddeden oluşmaktadır. 7'li Likert tipi derecelendirmeye (1= kesinlikle katılmıyorum, 7 = Tamamen katılıyorum) sahip olan geliştirilen Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği – Kısa Formu' nun Türkçeye uyarlaması Deniz, Özer ve Işık (2013) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe formu yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonrasında Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği – Kısa Formu doğrulandığı ifade edilmiştir; [ $\chi^2$  /sd= 2.46, GFI=.95, AGFI=.92, CFI=.91, RMSEA=.056 ve SRMR=.060]. Ölçeğin Cronbach alfa içtutarlık kat sayısı .81 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısının .86 olduğu belirtilmiştir. Ölçekten alınabilecek toplam duygusal zeka puanının yükselmesi bireylerin de duygusal zeka düzeylerinin yükseldiğine işaret etmektedir (Ek 3).

### 3.3.3. Kişilerarası Problem Çözme Envanteri

Çam ve Tümkaya (2007) tarafından geliştirilen Kişilerarası Problem Çözme Envanteri 50 maddeden ve beş problem çözme alt ölçeğinden oluşmaktadır. Bu beş alt ölçek; probleme olumsuz yaklaşma (örn., bir problem yaşıyorsam çözülmeye kadar bunun dışında hiçbir şeye dikkatimi yoğunlaştıramam), yapıcı problem çözme (örn., kişilerarası problemlerimi kimseye zarar vermeyecek bir şekilde çözerim), kendine güvensizlik (örn., kişilerarası bir problem yaşadığımda, problemi çözebilmek için araya başkalarını sokarım), sorumluluk almama (örn., problem konusunda benim hatamın olmadığını düşünüyorsam çözüm için hiçbir girişimde bulunmam) ve ısrarcı-sebatkar yaklaşım (örn., bir problem yaşadığımda problem çözülmeye kadar inatla üstüne giderim) olarak nitelendirilmiştir. Envanter 5’li Likert tipi derecelendirmeye (1 = Hiç Uygun Değil, 5 = Tamamıyla Uygun) sahiptir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin toplam varyansın %38’ini açıkladığı ve maddelerin faktör yüklerinin .38 ile .73 arasında değiştiği belirtilmiştir. Güvenirlik sonuçları incelendiğinde; alt ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlılık değerleri .67 ile .91 arasında; test-tekrar test kararlılık katsayıları ise .69 ile .89 arasında değiştiği ifade edilmiştir (Ek 4).

### 3.4. Verilerin Çözümlemesi ve Yorumlanması

Araştırma kapsamında veri setinden elde edilen verilerin çözümlemesi “IBM SPSS Statistics 22.0” paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sorularına yanıt vermeden önce ilk olarak bağımlı değişken olan internet bağımlılığının tüm katılımcılar düzeyinde puanlarının normal dağılımı ele alınmıştır. Normal dağılımın değerlendirilmesinde çarpıklık ve basıklık katsayıları incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre çarpıklığın 0.81 ve basıklık 0.44 olduğu ve verinin normal dağıldığına karar kılınmıştır. Ayrıca araştırmanın bağımsız değişkenleri olan duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme becerileri alt ölçekleri de normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu değişkenlerin de çarpıklık (-0.14 ile 0.59 arasında) basıklık (-0.91 ile 0.44 arasında) katsayılarının normal değerler içerisinde olduğu anlaşılmıştır. Sonuç olarak elde edilen verilerle normallik varsayımını karşıladığı anlaşılmıştır ve parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının cinsiyetlerine ve romantik ilişki durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi kullanılmıştır. Diğer taraftan, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının yaşlarına, anne ve baba eğitim durumlarına, ekonomik durumlarına, algılanan akademik başarıya ve algılanan ebeveyn tutumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonuçlarında anlamlı farkın bulunduğu durumlarda farkın hangi ortalamalar arasındaki farklardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Tukey testi kullanılmıştır.

Son olarak, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme becerileri tarafından yordanıp yordamadığını değerlendirmek için çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Regresyon analizinde cinsiyet ve yaş kontrol değişkeni olarak ilk adımda yer verilmiştir. Regresyon analizi öncesinde değişkenler arasındaki ilişkileri ortaya çıkartabilmek adına Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı gerçekleştirilmiştir.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölüm, araştırmanın alt problemleri doğrultusunda yapılan analizlerin detaylı sonuçlarını içermektedir. Her bir araştırma alt problemlerine ilişkin elde edilen veriler sırasıyla ele alınacaktır:

#### 4.1. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Kişilerarası Problem Çözme Becerileri Tarafından Anamlı Biçimde Yordayıp Yordamadığına İlişkin Bulgular

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin kişilerarası problem çözme becerileri onların internet bağımlılığı düzeylerini anlamlı biçimde yordayıp yordamadığı test edilmiştir. Öncelikle internet bağımlılığı ile kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi öğrenmek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Bu amaçla, kişilerarası problem çözme becerileri; probleme olumsuz yaklaşma, yapıcı problem çözme, kendine güvensizlik, sorumluluk almama ve ısrarcı-sebatkar yaklaşım alt ölçekleri ile internet bağımlılığı analize dahil edilmiştir. Bu değişkenler arasındaki ilişkileri gösteren korelasyon katsayısı Tablo 4.1’de yer almaktadır.

**Tablo 4.1 Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler**

Değişken	1	2	3	4	5
1. İnternet bağımlılığı	-				
2. Probleme olumsuz yaklaşma	.45**	-			
3. Yapıcı problem çözme	-.14**	-.26**	-		
4. Kendine güvensizlik	.44**	.71**	-.25**	-	
5. Sorumluluk almama	.36**	.64**	-.22**	.64**	-
6. İsrarcı-sebatkâr yaklaşım	-.01	.07	.75**	.09	.01

Not. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$



Tablo 4.1’de görüldüğü üzere, internet bağımlılığı ile probleme olumsuz yaklaşma ( $r = .45, p < .01$ ), kendine güvensizlik yaklaşım ( $r = .44, p < .01$ ) ve sorumluluk almama ( $r = .36, p < .01$ ) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Diğer taraftan internet bağımlılığı ile yapıcı problem çözme arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır ( $r = -.14, p < .01$ ). İnternet bağımlılığının, ısrarcı-sebatkâr yaklaşım ile ise anlamlı bir ilişki içerisinde olmadığı belirlenmiştir ( $r = -.01, p > .05$ ).

Tablo 4.2’ de üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin yordanmasında kişilerarası problem çözme becerilerinin rolüne ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Cinsiyet ve yaş kontrol değişkeni olarak birinci adımda regresyon modeline dahil edilmiştir.

**Tablo 4.2 İnternet bağımlılığının yordayıcısı olarak kişilerarası problem çözme becerilerine ilişkin regresyon analizi sonuçları**

Adım	Değişkenler	$B$	$SH_B$	$B$	$T$	$R^2$	$\Delta R^2$	$F$
1	<i>Cinsiyet</i>	.93	1.71	.03	.54	.001	.001	.15
	<i>Yaş</i>	-.04	.31	.00	-.12			
2	<i>Cinsiyet</i>	3.12	1.60	.10	1.95	.24	.23	14.89**
	<i>Yaş</i>	-.03	.27	.00	-.11			
	Probleme olumsuz yaklaşma	.30	.08	.30	3.83**			
	Yapıcı problem çözme	-.06	.07	-.06	-.77			
	Kendine güvensizlik	.47	.19	.19	2.47**			
	Sorumluluk almama	.16	.22	.05	.70			
Israrcı-sebatkâr yaklaşım	.19	.19	.08	1.00				

Not. \*\*  $p < .01$

Tablo 4.2’de görülen çoklu hiyerarşik regresyon sonuçlarına göre kişilerarası problem çözme becerilerinin internet bağımlılığını yordadığı modelin anlamlı olduğu anlaşılmaktadır,  $F_{(7, 323)} = 14.89, p < .01$ . Kişilerarası problem çözme becerileri, internet bağımlılığı toplam varyansının %24’ünü açıklamaktadır ( $R^2 = .2246$ , düzenlenmiş  $R^2 = .23$ ). Regresyon modeli

incelendiğinde, probleme olumsuz yaklaşma ( $\beta = .30, p < .01$ ) ve kendine güvensizlik ( $\beta = .19, p < .01$ ) problem çözme alt ölçekleri üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini pozitif yönde anlamlı yordamaktadır. Diğer taraftan, geri kalan problem çözme becerilerinin ise üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini anlamlı biçimde yordamadığı belirlenmiştir.

#### 4.2. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Duygusal Zeka Tarafından Anlamlı Biçimde Yordanıp Yordanmadığına İlişkin Bulgular

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin onların duygusal zeka düzeyleri tarafından yordanıp yordanmadığını test etmek için de regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Bu analiz gerçekleştirilmeden önce değişkenler arasındaki ilişkileri öğrenmek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Bu değişkenler arasındaki ilişkileri gösteren korelasyon katsayısı Tablo 4.3’de yer almaktadır.

**Tablo 4.3 İnternet bağımlılığı ile duygusal zeka arasındaki ilişkiler**

Değişken	Duygusal zeka		N
	R	P	
İnternet bağımlılığı	-.30	.001	331

Tablo 4.3’ de görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ile duygusal zeka düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır; ( $r = -.30, p < .001$ ).

Tablo 4.4’ de üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin yordanmasında duygusal zekanın rolüne ilişkin regresyon analizi sonuçları yer almaktadır. Cinsiyet ve yaş kontrol değişkeni olarak birinci adımda regresyon modeline dahil edilmiştir.

**Tablo 4.4 İnternet bağımlılığının yordayıcısı olarak duygusal zekaya ilişkin regresyon analizi sonuçları**

Adım	Değişkenler	<i>B</i>	<i>SH<sub>B</sub></i>	$\beta$	<i>T</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	<i>F</i>
1	<i>Cinsiyet</i>	.93	1.71	.03	.54	.00	.00	.15
	<i>Yaş</i>	-.04	.31	.00	-.12			
2	<i>Cinsiyet</i>	1.16	1.64	.04	.71			
	<i>Yaş</i>	-.16	.30	-.03	-.54	.09	.08	10.86**
	Duygusal zeka	-.83	.15	-.30	-5.68**			

Not. \*\*  $p < .01$ ,

Tablo 4.4’de görülen regresyon sonuçlarına göre modelin anlamlı olduğu anlaşılmaktadır (  $F_{(3, 327)} = 10.86, p < .01$ ). Regresyon modeli incelendiğinde, bağımlı değişken olan internet bağımlılığı; duygusal zeka tarafından negatif yönde anlamlı biçimde yordanmaktadır ( $\beta = -.30, p < .01$ ). Duygusal zeka, internet bağımlılığı toplam varyansının %9’unu açıklamaktadır, ( $R^2 = .09$ , düzenlenmiş  $R^2 = .08$ ).

### 4.3. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Bulgular

#### 4.3.1. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Örneklem grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri cinsiyetleri açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan “*t*” testi tekniği kullanılmıştır. Analize yönelik bulgular Tablo 4.5’ de yer almaktadır.

**Tablo 4.5 Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından internet bağımlılığına ilişkin *t* testi tablosu**

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	T	Sd	P
İnternet bağımlılığı	Kadın	182	43.91	15.33	.53	329	.59
	Erkek	149	44.79	14.35			

Tablo 4.5’ de üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından internet bağımlılıklarına ait puan ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir. Tablo 4.5’de görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından internet bağımlılık düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır ( $t_{0.05; 329} = 0.53$ ,  $p > .05$ ). Bu sonuçlar değerlendirildiğinde, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin birbirilerine benzer/yakın oldukları ifade edilebilir.

#### **4.3.2. Üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?**

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki farklılıkların anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin öncelikle yaş ortalamaları ( $Ort = 21.28$ ) ve yaşlarının standart sapmaları ( $ss = 2.76$ ) hesaplanmıştır. Ortalama ve standart sapma göz önüne alınarak “19 ve aşağısı”, “20 ile 22 yaş arası” ve “23 ve üzeri” olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Bu yaş gruplarında olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerine ilişkin karşılaştırılmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Yaşlarına göre internet bağımlılığı puan ortalamaları Tablo 4.6’ da, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.7’de verilmiştir.

**Tablo 4.6 Yaşları açısından internet bağımlılığına ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Yaş aralıkları	N	$\bar{X}$	Ss
İnternet bağımlılığı	19 yaş ve aşağısı	89	42.92	14.42
	20 – 22 yaş arası	162	45.42	15.13
	23 yaş ve üzeri	80	43.59	14.91

Tablo 4.6’ da yaşları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.6’ da görüldüğü gibi, internet bağımlılığı düzeyinde en fazla puan ortalaması 20 ile 22 yaş arasında olan öğrencilere aittir. Ardından 23 yaş ve üzerinde olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları gelmektedir. İnternet bağımlılığı puan ortalaması en düşük olan ise 19 yaş ve aşağısında olan öğrencilere ait olduğu görülmektedir. Belirtilen bu yaş aralıklarına ilişkin anlamlı farkın olup olmadığına yönelik bulgu Tablo 4.7’ de sunulmuştur.

**Tablo 4.7 Yaşları açısından internet bağımlılığına ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
İnternet bağımlılığı	Gruplar arası	412.888	2	206.444	.932	.395
	Grup içi	72683.294	328	221.595		

Tablo 4.7’ de yaşları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre, yaşları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmaktadır ( $F_{2-328} = 0.932$ ,  $p > .05$ ). Bu sonuçlara göre yaşları “19 ve aşağısı”, “20 ile 22 yaş arası”

ve “23 ve üzeri” olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarının birbirlerinden anlamlı biçimde farklılaşmadığı başka bir ifadeyle birbirlerine benzer internet bağımlılığı düzeylerinin olduğu söylenebilir.

#### 4.3.3. Üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin annelerinin eğitim durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki farklılıkların anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla araştırmaya katılan ve annelerinin eğitim durumları “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “lisans-lisansüstü” olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerine ilişkin karşılaştırılmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Annelerinin eğitim durumlarına göre internet bağımlılığı puan ortalamaları Tablo 4.8’ de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.9’ da verilmiştir.

**Tablo 4.8 Annelerinin eğitim durumları açısından internet bağımlılığına ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Anne eğitim durumu	N	$\bar{X}$	Ss
İnternet bağımlılığı	İlkokul	90	42.41	15.36
	Ortaokul	55	41.91	12.88
	Lise	128	47.37	14.87
	Lisans – lisansüstü	58	42.76	15.16

Tablo 4.8’ de annelerinin eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.8’ de görüldüğü gibi, internet bağımlılığı düzeyinde en fazla puan ortalaması annesinin eğitim durumu lise olan öğrencilere aittir. Ardından sırasıyla, annesinin eğitim durumu; lisans – lisansüstü ile ilkokul olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları gelmektedir. İnternet bağımlılığı puan ortalaması en düşük olan ise annesinin

eğitim durumu ortaokul olan öğrencilere ait olduğu görülmektedir. Belirtilen bu eğitim durumlarına ilişkin anlamlı farkın olup olmadığına yönelik bulgu Tablo 4.9’ da sunulmuştur.

**Tablo 4.9 Annelerinin eğitim durumları açısından internet bağımlılığına ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
İnternet bağımlılığı	Gruplar arası	1977.484	3	659.161	3.031	.03
	Grup içi	71118.697	327	217.488		

Tablo 4.9’ da annelerinin eğitim durumları farklı olan niversite ğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre, annelerinin eğitim durumları farklı olan niversite ğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu saptanmıştır ( $F_{3-327} = 3.031, p < .05$ ). Bu farklılığın hangi anne eğitim durumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey oklu karşılaştırma testi sonucunda; farklılığın annesinin eğitim durumu lise olan niversite ğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 47.37, ss = 14.87$ ) ile annesinin eğitim durumu ortaokul olan niversite ğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 41.91, ss=12.88$ ) arasından kaynaklandığı görülmüştür. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; niversite ğrencilerinin annelerinin eğitim durumlarının lise ile ortaokul olması onların internet bağımlılığı düzeylerini anlamlı farklılaştırdığını başka bir ifade ile annesinin eğitim durumu lise olan niversite öğrencisinin annesinin eğitim durumu ortaokul olan niversite öğrencisinin internet bağımlılığı düzeyinden anlamlı biçimde daha yüksek olduğu ifade edilebilir.

#### 4.3.4. Üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin babalarının eğitim durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki farklılıkların anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla araştırmaya katılan ve babalarının eğitim durumları “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “lisans-lisansüstü” olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerine ilişkin karşılaştırılmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Babalarının eğitim durumlarına göre internet bağımlılığı puan ortalamaları Tablo 4.10’ da, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.11’ de verilmiştir.

**Tablo 4.10 Babalarının eğitim durumları açısından internet bağımlılığına ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Baba eğitim durumu	N	$\bar{X}$	Ss
İnternet bağımlılığı	İlkokul	47	44.06	18.08
	Ortaokul	51	44.16	16.65
	Lise	128	45.97	14.49
	Lisans – lisansüstü	105	42.46	12.72

Tablo 4.10’ da babalarının eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.10’ da görüldüğü gibi, internet bağımlılığı düzeyinde en fazla puan ortalaması babalarının eğitim durumu lise olan öğrencilere aittir. Ardından sırasıyla, babalarının eğitim durumu; ortaokul ile ilkokul olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları gelmektedir. İnternet bağımlılığı puan ortalaması en düşük olan ise babalarının eğitim durumu lisans – lisansüstü olan öğrencilere ait olduğu görülmektedir. Belirtilen bu eğitim durumlarına ilişkin anlamlı farkın olup olmadığına yönelik bulgu Tablo 4.11’ de sunulmuştur.



**Tablo 4.11 Babalarının eğitim durumları açısından internet bağımlılığına ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
İnternet bağımlılığı	Gruplar arası	716.696	3	238.899	1.079	.358
	Grup içi	72379.486	327	221.344		

Tablo 11’de babalarının eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre babalarının eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür ( $F_{3-327} = 1.079$ ,  $p > .05$ ). Bu sonuçlara göre babalarının eğitim durumu “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “lisans-lisansüstü” olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarının birbirlerinden anlamlı biçimde farklılaşmadığı başka bir ifadeyle birbirlerine benzer internet bağımlılığı düzeylerinin olduğu söylenebilir.

#### **4.3.5. Üniversite öğrencilerinin ekonomik durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?**

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin ekonomik durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki farklılıkların anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla araştırmaya katılan ve algılanan ekonomik durumları “1300 TL’ye kadar”, “1301 – 2500 TL arası”, “2501 – 3500 TL arası”, “3501 – 4500 TL arası” ve “4501 TL ve üzeri” olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerine ilişkin karşılaştırılmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Ekonomik durumlarına göre internet bağımlılığı puan ortalamaları Tablo 4.12’

de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.13’de verilmiştir.

**Tablo 4.12 Ekonomik durumları açısından internet bağımlılığına ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Ekonomik durum	N	$\bar{X}$	Ss
İnternet bağımlılığı	1300 TL’ye kadar	31	41.58	16.75
	1301 – 2500 TL arası	74	40.70	14.29
	2501 – 3500 TL arası	86	47.91	14.07
	3501 – 4500 TL arası	75	43.80	14.61
	4501 TL ve üzeri	65	45.52	15.17

Tablo 4.12’de ekonomik durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.12’de görüldüğü gibi, internet bağımlılığı düzeyinde en fazla puan ortalaması ekonomik durumu “2501 – 3500 TL arasında” olan öğrencilere aittir. Ardından sırasıyla, ekonomik durumu; 4501 TL ve üzeri, 3501 – 4500 TL arası ile 1300 TL’ye kadar olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları gelmektedir. İnternet bağımlılığı puan ortalaması en düşük olan ise ekonomik durumu 1301 – 2500 TL arası olan öğrencilere ait olduğu görülmektedir. Belirtilen bu ekonomik durumlara ilişkin anlamlı farkın olup olmadığına yönelik bulgu Tablo 4.13’de sunulmuştur.

**Tablo 4.13 Ekonomik durumları açısından internet bağımlılığına ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
İnternet bağımlılığı	Gruplar arası	2421.702	4	605.426	2.793	.026
	Grup içi	70674.479	326	216.793		

Tablo 4.13’ de ekonomik durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre ekonomik durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu saptanmıştır ( $F_{4-326} = 2.79$ ,  $p < .05$ ). Bu farklılığın hangi ekonomik durumlar arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda; farklılığın ekonomik durumu “1301 – 2500 TL arası” olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 40.70$ ,  $ss = 14.29$ ) ile ekonomik durumu “2501 – 3500 TL arası” olan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 47.91$ ,  $ss = 14.07$ ) arasından kaynaklandığı görülmüştür. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; üniversite öğrencilerinin ekonomik durumları “2501 - 3500 TL arası” ile “1301 – 2500 TL arası” olması onların internet bağımlılığı düzeylerini anlamlı farklılaştırdığını başka bir ifade ile ekonomik durumu “2501 - 3500 TL arası” olan üniversite öğrencisinin ekonomik durumu “1301 – 2500 TL arası” olan üniversite öğrencisinin internet bağımlılığı düzeyinden anlamlı biçimde daha yüksek olduğu ifade edilebilir.

#### **4.3.6. Üniversite öğrencilerinin algılanan akademik başarılarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?**

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin algılanan akademik başarılarına göre internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki farklılıkların anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla araştırmaya katılan ve algılanan akademik başarıları “başarısız”, “vasat” ve “başarılı” olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerine ilişkin karşılaştırılmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Algılanan akademik başarılarına göre internet bağımlılığı puan ortalamaları Tablo 4.14’ de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.15’ de verilmiştir.

**Tablo 4.14 Algılanan akademik başarıları açısından internet bağımlılığına ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Akademik başarı	N	$\bar{X}$	Ss
İnternet bağımlılığı	Başarısız	65	47.60	16.88
	Vasat	107	49.41	14.74
	Başarılı	159	39.52	12.50

Tablo 4.14’ de algılanan akademik başarıları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.14’ de görüldüğü gibi, internet bağımlılığı düzeyinde en fazla puan ortalaması akademik başarısını “vasat” olarak algılayan olan öğrencilere aittir. Ardından kendilerini “başarısız” olarak algılayan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları gelmektedir. İnternet bağımlılığı puan ortalaması en düşük olan ise kendilerini “başarılı” olarak algılayan öğrencilere ait olduğu görülmektedir. Belirtilen bu yaş aralıklarına ilişkin anlamlı farkın olup olmadığına yönelik bulgu Tablo 4.15’de sunulmuştur.

**Tablo 4.15 Algılanan akademik başarıları açısından internet bağımlılığına ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
İnternet bağımlılığı	Gruplar arası	7133.002	2	3566.501	17.73	.001
	Grup içi	65963.179	328	201.107		

Tablo 4.15’ de algılanan akademik başarıları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre akademik başarıları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu belirlenmiştir ( $F_{2-328} = 17.73$ ,  $p < .01$ ). Bu farklılığın hangi akademik başarı algıları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda; farklılığın kendilerini başarılı olarak

algılayan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 39.52$ ,  $ss = 12.50$ ) ile kendilerini vasat ( $\bar{X} = 49.41$ ,  $ss = 14.74$ ) ve başarısız ( $\bar{X} = 47.60$ ,  $ss = 16.88$ ) olarak algılayan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları arasından kaynaklandığı görülmüştür. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; üniversite öğrencilerinin akademik başarı algıları “başarılı” ile “vasat” ve “başarısız” olması onların internet bağımlılığı düzeylerini anlamlı farklılaştırdığını başka bir ifade ile kendilerini akademik olarak başarılı algılayanların diğerlerine göre anlamlı biçimde daha az internet bağımlılığı düzeyine sahip olduğu belirtilebilir.

#### 4.3.7. Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki durumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Örnekleme grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri romantik ilişki durumları açısından anlamlı farklılık gösterip göstermediğini incelemek için İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan “*t*” testi tekniği kullanılmıştır. Analize yönelik bulgular Tablo 4.16’da yer almaktadır.

**Tablo 4.16 Üniversite öğrencilerinin romantik ilişki durumları açısından internet bağımlılığına ilişkin *t* testi tablosu**

Değişken	Romantik ilişki	N	$\bar{X}$	<i>Ss</i>	<i>T</i>	<i>sd</i>	<i>P</i>
İnternet bağımlılığı	Var	141	46.95	15.55	2.82	329	.005
	Yok	190	42.34	14.09			

Tablo 4.16’ da üniversite öğrencilerinin romantik ilişki durumları açısından internet bağımlılıklarına ait puan ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir. Tablo 4.16’ da görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin romantik ilişki durumları açısından internet bağımlılık düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu belirlenmiştir, ( $t_{0.05; 329} = 2.82$ ,  $p < .01$ ). Romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları ( $\bar{X} = 46.95$ ,  $ss = 15.55$ ) romantik ilişkisi olmayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamalarından ( $\bar{X} = 42.34$ ,  $ss =$

14.09) anlamlı biçimde daha yüksektir. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde, romantik ilişkiye sahip olan üniversite öğrencilerinin, romantik ilişkisi olmayan üniversite öğrencilerine göre anlamlı biçimde daha yüksek internet bağımlılığı düzeyine sahip oldukları ifade edilebilir.

#### 4.3.8. Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre internet bağımlılığı düzeyleri anlamlı biçimde farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın katılımcılarını oluşturan üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn göre internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki farklılıkların anlamlı olup olmadığını incelenmiştir. Bu amaçla araştırmaya katılan ve algılanan ebeveyn tutumları “değişken ve tutarsız”, “demokratik ve ilgili”, “koruyucu ve kollayıcı”, “ilgisiz ve ihmalkâr” ve “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter” olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerine ilişkin karşılaştırmaları tek yönlü varyans analizi (ANOVA) tekniği ele alınmıştır. Algılanan ebeveyn tutumlarına göre internet bağımlılığı puan ortalamaları Tablo 4.17’de, puan ortalamaları arasındaki farkların anlamlı olup olmadığını belirlemeye yönelik tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 4.18’de verilmiştir.

**Tablo 4.17 Algılanan ebeveyn tutumları açısından internet bağımlılığına ilişkin betimsel istatistikleri**

Değişken	Ebeveyn tutumu	N	$\bar{X}$	Ss
İnternet bağımlılığı	Değişken ve tutarsız	85	46.74	14.25
	Demokratik ve ilgili	79	38.56	13.49
	Koruyucu ve kollayıcı	95	40.53	13.14
	İlgisiz ve ihmalkâr	53	51.11	13.85
	Suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter	19	57.21	17.55

Tablo 4.17’de algılanan ebeveyn tutumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları ve standart sapmalarına yer verilmiştir. Tablo 4.17’de görüldüğü gibi, internet bağımlılığı düzeyinde en fazla puan ortalaması ebeveyn tutumunu “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter” olarak algılayan olan öğrencilere aittir. Ardından sırasıyla;

ebeveyn tutumlarını “ilgisiz ve ihmalkâr”, “değişken ve tutarsız” ve “koruyucu ve kollayıcı” olarak algılayan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları gelmektedir. İnternet bağımlılığı puan ortalaması en düşük olan ise ebeveyn tutumunu “demokratik ve ilgili” olarak algılayan öğrencilere ait olduğu görülmektedir. Belirtilen bu ebeveyn tutumlarına ilişkin anlamlı farkın olup olmadığına yönelik bulgu Tablo 4.18’ de sunulmuştur.

**Tablo 4.18 Algılanan ebeveyn tutumları açısından internet bağımlılığına ilişkin varyans analizi tablosu**

Değişken	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
İnternet bağımlılığı	Gruplar arası	10092.219	4	2523.055	13.05	.001
	Grup içi	63003.962	326	193.264		

Tablo 4.18’ de algılanan ebeveyn tutumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerine ait puan ortalamaları arasındaki farkı belirten varyans analizi sonuçları verilmektedir. Elde edilen sonuçlara göre ebeveyn tutumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu saptanmıştır ( $F_{4-326} = 13.05$ ,  $p < .01$ ). Bu farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda; farklılığın ebeveyn tutumunu “demokratik ve ilgili” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 38.56$ ,  $ss = 13.49$ ) ile ebeveyn tutumlarını “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter” ( $\bar{X} = 57.21$ ,  $ss = 17.55$ ), “ilgisiz ve ihmalkâr” ( $\bar{X} = 51.11$ ,  $ss = 13.85$ ) ve “değişken ve tutarsız” ( $\bar{X} = 46.74$ ,  $ss = 14.25$ ) olarak algılayan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları arasından kaynaklandığı görülmüştür. Bunun yanı sıra; ebeveyn tutumunu “koruyucu ve kollayıcı” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin puan ortalamaları ( $\bar{X} = 40.53$ ,  $ss = 13.14$ ) ile ebeveyn tutumlarını “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter”, “ilgisiz ve ihmalkâr” ve “değişken ve tutarsız” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin puan

ortalamaları arasından kaynaklanan farklılık da söz konusudur. Bu sonuçlar değerlendirildiğinde; ebeveyn tutumunu “demokratik ve ilgili” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ebeveyn tutumlarını “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter”, “ilgisiz ve ihmalkâr” ve “değişken ve tutarsız” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinden anlamlı biçimde daha düşük olduğu anlaşılmıştır. Benzer biçimde; ebeveyn tutumunu “koruyucu ve kollayıcı” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ebeveyn tutumlarını “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter”, “ilgisiz ve ihmalkâr” ve “değişken ve tutarsız” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinden anlamlı biçimde daha düşük olduğu ifade edilebilir.



## B ÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde; araştırmanın örneklemini oluşturan üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ve kişilerarası problem çözme becerilerinin internet bağımlılığını yordayıp yordamadığına dair sonuçlar ilgili literatürle yorumlanmıştır. Bununla beraber, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile diğer değişkenlere ait sonuçlar yorumlanmış ve bu sonuçlar doğrultusunda tartışmalara yer verilmiştir.

#### **5.1. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığının Kişilerarası Problem Çözme Becerileri Tarafından Anlamli Biçimde Yordanıp Yordanmadığına Dair Bulguların Tartışılması**

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanları ile kişilerarası problem çözme alt boyutlarından probleme olumsuz yaklaşma, kendine güvensizlik ve sorumluluk almama arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Diğer taraftan, internet bağımlılığı ile yapıcı problem çözme becerisi arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Israrcı-sebatkâr yaklaşım ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Araştırmanın sonucunda, probleme olumsuz yaklaşma ve kendine güvensizlik internet bağımlılığını pozitif yönde yordadığı gözlemlenmiştir. Diğer alt boyutların internet bağımlılığını yordamadığı görülmüştür.

İlgili alan yazın incelendiğinde internet bağımlılığı ile kişilerarası problem çözme arasında ilişkinin araştırılmadığına rastlanmıştır. Ancak bu çalışmaya yakın olarak, internet bağımlılığı ile problem çözme becerisi arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmaların olduğu görülmektedir. Yüksel ve Yılmaz (2016) tarafından yapılan, lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme beceri puanları arasında pozitif anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Konu ile ilgili literatür incelendiğinde, internet bağımlılığını etkileyen birçok unsurun olduğu görülmüştür. Bu araştırma ile kişilerarası problem

çözme becerisinin de internet bağımlılığını etkilediği görülmüştür. Araştırmada elde edilen bulgular, internet bağımlılığının nedenlerini ortaya konulması açısından Türkiye’de yapılacak diğer çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## **5.2. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Duygusal Zeka Tarafından Anlamli Biçimde Yordanıp Yordanmadığına İlişkin Bulguların Tartışılması**

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ile duygusal zeka düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Araştırmanın sonucunda; bağımlı değişken olan internet bağımlılığı, duygusal zeka tarafından negatif yönde anlamlı biçimde yordandığı gözlemlenmiştir.

Ançel, Açıköz ve Ayhan (2015) tarafından yapılan, problemlı internet kullanımı ile duygusal zeka arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada benzer sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmanın sonucunda, problemlı internet kullanımı ile duygusal zeka arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunup, duygusal zekanın internet kullanımının yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Araştırma bulgularıyla benzerlik taşıyan bir diğer çalışmada ise, internet bağımlılığıyla duygusal zeka ve sanal ortam arasındaki ilişki araştırılmıştır (Hamissi ve ark., 2013). Araştırmanın sonucunda, internet bağımlılığı ve duygusal zeka arasında ters yönlü bir ilişki bulunmuştur.

Literatürdeki benzer çalışmaların aksine duygusal zekanın internet bağımlılığıyla çok fazla ilişkili olmadığı çalışmalara da rastlanmıştır. Reisoğlu, Gedik ve Gökteş (2013) tarafından yapılan, öğretmen adaylarının problemlı internet kullanımlarıyla özsaygı, duygusal zeka düzeyleri ve duygusal zeka alt boyutları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, duygusal zeka ile problemlı internet kullanımı arasında zayıf ilişki bulunmuştur. Araştırmanın sonucunda, duygusal zekanın problemlı internet kullanımının yordayıcısı olmadığı görülmüştür.

### **5.3. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Bulguların Tartışılması**

#### **5.3.1. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ile Cinsiyete İlişkin Bulguların Tartışılması**

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından internet bağımlılık düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Araştırmanın bulgularına göre, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin birbirilerine yakın olduğu görülmüştür.

Batıgün ve Hasta (2010) tarafından yapılan, internet bağımlılığı ile yalnızlık ve kişilerarası ilişkinin araştırıldığı çalışmada benzer sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmanın sonucunda, internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Turan (2015) 'ın yaptığı çalışmada da benzer bulguların bulunduğu görülmüştür. Başkent Üniversitesi öğrencilerinin internet bağımlılığının incelendiği çalışmada, internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark saptanmamıştır.

İşsever (2016), internet bağımlılığının üniversite öğrencilerinde yaygınlığını incelediği çalışmada ise internet bağımlılığı yaygınlığının erkeklerde daha fazla olduğunu bulmuştur. Yapılmış pek çok çalışmada, erkeklerde internet bağımlılığının kızlardan daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Welsh, 1999; Anderson, 2001; Koch ve Pratarelli, 2004; Balta ve Horzom, 2008; Canan, 2010; Reisoğlu, Gedik ve Göktaş, 2013).

Bu araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde, kadın ve erkek üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin birbirine yakın olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılığının cinsiyete göre değişmemesinin sebebi, internet bağımlılığı ölçüm biçiminden kaynaklandığı düşünülmektedir. Bununla birlikte, çalışmanın yurt dışında farklı araştırmacılar tarafından geliştirilmesi ve kültürel farklılıkların da sonuçları etkilediği düşünülmektedir.

### 5.3.2. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeyleri ile Yaşa İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, yaşları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı bulunmuştur. Bunun nedeni; üniversite öğrencilerinin yaşlarının birbirine yakın olduğundan kaynaklandığı düşünülmektedir.

İlgili alan yazın incelendiğinde internet bağımlılığı ile yaş arasındaki farklılığa bakılmıştır ve farklı sonuçlar elde edilmiştir. Yapılan bazı çalışmalarda internet bağımlılığında yaş açısından anlamlı farklılık saptanmazken, bazı çalışmalarda yaş belirtilmeksizin genç erişkinlerde daha sık görüldüğü tespit edilmiştir (Greenfield, 1999; Bölükbaş, 2003).

Soydan (2015) tarafından yapılan çalışmada, internet bağımlılığı ile yaş arasında negatif yönlü istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre, yaş değişkeni arttıkça internet bağımlılığı puanları azaldığı görülmüştür.

Şahin (2011), ilköğretim okulundaki öğrencilerle yaptığı çalışmada internet bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı bir fark bulamamıştır.

Alaçam (2012), üniversite öğrencileriyle çalıştığı araştırmasında internet bağımlılığı ve yaş arasında anlamlı bir fark bulamamıştır.

Mevcut araştırmalara bakıldığında çelişkili sonuçlar bulunduğu görülmektedir. Ancak, yurtiçinde yapılan çalışmaların birçoğu internet kullanımının üniversite öğrencilerinde daha yaygın olduğu bilinmektedir (Cengizhan, 2005; Odacı ve Kalkan, 2010; Soydan, 2015; İşsever, 2016; Özdemir,2016). Özellikle internet kullanım oranının en yüksek olduğu yaş grubu 16-24 olduğu tespit edilmiştir (TÜİK, 2016). Çalışmamıza katılan öğrencilerin büyük bir kısmı bu aralıktadır. Bu çalışmada, internet bağımlılığı düzeyinde en fazla puan ortalaması 20 ile 22 yaş arasında olan öğrencilere ait olduğu görülmüştür. Ardından 23 yaş ve üzerinde olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları gelmektedir. İnternet bağımlılığı puan ortalaması en düşük olan ise 19 yaş ve aşağısında olan öğrencilere aittir.

### **5.3.3. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ile Anne ve Babalarının Eğitim Durumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması**

Annelerinin eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu saptanmıştır. Elde edilen bulgulara göre, annesinin eğitim durumu lise olan üniversite öğrencisinin annesinin eğitim durumu ortaokul olan üniversite öğrencisinin internet bağımlılığı düzeyinden anlamlı biçimde daha yüksek olduğu görülmüştür.

Babalarının eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür. Elde edilen bulgulara göre, babalarının eğitim durumu “ilkokul”, “ortaokul”, “lise” ve “lisans-lisansüstü” olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarının birbirlerinden anlamlı biçimde farklılaşmadığı yani birbirlerine benzer internet bağımlılığı düzeylerinin olduğu görülmüştür.

İlgili alan yazın incelendiğinde, internet bağımlılığı ile anne ve baba eğitim düzeyi ile farklı bulgulara ulaşılmıştır. Ünsal (2015), üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin annenin eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılaşma bulamazken, babanın eğitim düzeyine göre ise istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma olduğunu bulmuştur. Buna göre, babası lise mezunu olan üniversite öğrencileri en yüksek internet bağımlılığı düzeyine sahipken, yüksek lisans/doktora mezunu babaya sahip üniversite öğrencileri en düşük internet bağımlılığı riski taşıdıkları saptanmıştır. Oysa ki; bu çalışmada, babalarının eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılaşma görülmezken; annesinin eğitim durumu lise olan üniversite öğrencileri ile annesinin eğitim durumu ortaokul olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyi arasında anlamlı bir farklılık görülmüştür.

#### **5.3.4. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeyleri ile Ekonomik Durumlarına İlişkin Bulguların Tartışılması**

Ekonomik durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu saptanmıştır. Elde edilen bulgulara göre, ekonomik durumu “2501 - 3500 TL arası” olan üniversite öğrencisinin ekonomik durumu “1301 – 2500 TL arası” olan üniversite öğrencisinin internet bağımlılığı düzeyinden anlamlı biçimde daha yüksek olduğu görülmüştür.

İlgili literatür incelendiğinde, internet bağımlılığı ile sosyoekonomik düzey arasında farklı sonuçların bulunduğu gözlemlenmiştir. Bazı çalışmacılar, internet bağımlılığı ile ekonomik düzey arasında anlamlı farklılaşma bulurken (Şahin,2011; Bayraktar, 2001); bazı çalışmacılar bir farklılaşma bulamamışlardır (Balta ve Horzum, 2008; Alaçam, 2012).

Ekonomik düzeyi yüksek olan üniversite öğrencileri ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunması internetin belli bir ücrete tabi olması ve internet erişimi için bilgisayar, tablet veya akıllı telefonlara ihtiyaç duyulmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Ekonomik düzey ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmaması ise internet erişimin hızlı ve ucuz ulaşılabilir olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

#### **5.3.5. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Akademik Başarıları ile İnternet Bağımlılığı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Akademik başarıları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Araştırma sonucunda; kendilerini akademik olarak başarılı algılayan üniversite öğrencilerinin diğerlerine göre anlamlı biçimde daha az internet bağımlılığı düzeyine sahip olduğu görülmüştür.

Soydan (2015) tarafından yapılan çalışmada da benzer bulgulara rastlanmıştır. Akademik genel not ortalaması yüksek olan üniversite öğrencilerinin diğerlerine göre daha düşük internet bağımlılığı olduğu görülmüştür.

İlgili alan yazın incelendiğinde, araştırmacıların birçoğu akademik başarı artıka internet bağımlılığının azaldığı görüşünü savunmaktadır (Young, 1996; Kandell, 1998; Anderson, 2001; Soydan, 2015).

### **5.3.6. Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişki Durumu ile İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Arasındaki Bulguların Tartışılması**

Romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları romantik ilişkisi olmayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamalarından anlamlı biçimde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

İlgili literatür incelendiğinde, internet bağımlılığı ile romantik ilişki arasındaki ilişkinin incelenmediği görülmüştür. Bu konu ile ilgili daha çok araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Günümüzdeki gençler internet aracılığıyla arkadaşları ve duygusal ilişki yaşadıkları partnerleriyle iletişime geçtiğini gözlemlemekteyiz. Romantik ilişkisi olan üniversite öğrencilerinin diğerlerine göre daha çok internet bağımlısı olmasının sebebi, internet erişiminin kolay ve hızlı olduğundan kaynaklandığı düşünülmektedir.

### **5.3.7. Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Ebeveyn Tutumu ile İnternet Bağımlılığı Düzeylerine İlişkin Bulguların Tartışılması**

Bu çalışmada, ebeveyn tutumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür. Ebeveyn tutumunu “demokratik ve ilgili” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ebeveyn tutumlarını “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter”, “ilgisiz ve ihmalkâr” ve “değişken ve tutarsız” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinden anlamlı biçimde daha düşük olduğu saptanmıştır. Benzer biçimde; ebeveyn tutumunu “koruyucu ve kollayıcı” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ebeveyn tutumlarını “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter”, “ilgisiz ve ihmalkâr” ve “değişken ve tutarsız” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinden anlamlı biçimde daha düşük olduğu görülmüştür.

Soydan (2015) tarafından yapılan çalışmada, anne-baba tutumu ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Ancak, üniversite öğrencilerinin algıladıkları “ilgisiz” anne- baba tutumu diğer anne-baba tutumu gruplarına göre daha az olmasına rağmen internet bağımlılığı puan ortalamaları daha yüksek olduğu görülmüştür.

Eftekin (2015) tarafından yapılan çalışmada ise, ergenlerin internet bağımlılığı düzeyi ile algılanan anne –baba tutumu (demokratik, koruyucu istekçi ve otoriter) arasında anlamlı biçimde farklılaşma saptanmıştır.

İnternet bağımlılığı ve anne-baba tutumu arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların oldukça kısıtlı olduğu gözlemlenmiştir. Bu konu ile ilgili yapılacak araştırmaların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.



## BÖLÜM VI

### SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırma sonuçlarına ve önerilere yer verilmiştir.

#### 6.1. Sonuçlar

Araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde;

1. İnternet bağımlılığı ile kişilerarası problem çözme alt boyutlarından probleme olumsuz yaklaşma, kendine güvensizlik ve sorumluluk almama arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Diğer taraftan internet bağımlılığı ile yapıcı problem çözme arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. İnternet bağımlılığı ile ısrarcı-sebatkâr yaklaşım arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

2. Probleme olumsuz yaklaşma ve kendine güvensizlik alt ölçekleri üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini pozitif yönde anlamlı biçimde yordamaktadır. Diğer alt boyutlar (yapıcı problem çözme, sorumluluk almama ve ısrarcı-sebatkâr yaklaşım) üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerini anlamlı biçimde yordamamaktadır.

3. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ile duygusal zeka düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler saptanmıştır. İnternet bağımlılığı, duygusal zeka tarafından negatif yönde anlamlı biçimde yordanmaktadır.

4. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri açısından internet bağımlılık düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır.

5. Yaşları “19 ve aşağısı”, “20 ile 22 yaş arası” ve “23 ve üzeri” olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puanlarının birbirlerinden anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır.

6. Annelerinin eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmaktadır. Annesinin eğitim durumu lise olan üniversite öğrencilerinin

internet bağımlılığı düzeyleri annesinin eğitim durumu ortaokul olan üniversite öğrencilerinden anlamlı biçimde daha yüksektir.

7. Babalarının eğitim durumları farklı olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı biçimde farklılaşmamaktadır.

8. Ekonomik durumu “2501 - 3500 TL arası” olan üniversite öğrencisinin ekonomik durumu “1301 – 2500 TL arası” olan üniversite öğrencisinin internet bağımlılığı düzeyinden anlamlı biçimde daha yüksektir.

9. Kendilerini akademik olarak başarılı algılayan üniversite öğrencilerinin diğerlerine göre anlamlı biçimde daha az internet bağımlılığı düzeyine sahiptir.

10. Romantik ilişkiye sahip olan üniversite öğrencilerinin, romantik ilişkisi olmayan üniversite öğrencilerine göre anlamlı biçimde daha yüksek internet bağımlılığı düzeyine sahiptir.

11. Ebeveyn tutumunu “demokratik ve ilgili” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ebeveyn tutumlarını “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter”, “ilgisiz ve ihmalkâr” ve “değişken ve tutarsız” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinden anlamlı biçimde daha düşüktür. Benzer biçimde; ebeveyn tutumunu “koruyucu ve kollayıcı” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ebeveyn tutumlarını “suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter”, “ilgisiz ve ihmalkâr” ve “değişken ve tutarsız” olarak algılayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinden anlamlı biçimde daha düşüktür.

## **6.2. Öneriler**

1. İnternet bağımlılığı ve kişilerarası problem çözme becerileri ile ilgili yapılacak diğer çalışmalar literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
2. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığını önleyici ve duygusal zekayı geliştirici yaklaşımlar uygulanmalıdır.

3. İnternet bağımlılığı ve anne baba tutumu arasındaki ilişki ile ilgili yapılacak diğer çalışmalar alan yazına katkı sağlayabilir.
4. Ebeveynler, çocuklarının doğru ve bilinçli internet kullanımıyla ilgili bilinçlendirilmelidir.
5. İlgisiz, ihmalkâr, suçlayıcı, engelleyici ve baskıcı aile tutumu olan üniversite öğrencilerinin daha çok internet bağımlısı olduğu görülmüştür. Dolayısıyla gençlerin istekleri hakkında konuşulmasına ve fikirlerini açıklamalarına izin verilmelidir. Ailelerin yargılayıcı ve eleştirel tutum sergilememeleri gerekmektedir.
6. Üniversite öğrencilerinin internet kullanımı ile baş edebilme ve kişilerarası problem becerilerini geliştirebilmesi için üniversitelerde bireysel ya da grup çalışmaları yapılabilir.
7. Öğrencilerin sosyal amaçlı internet kullanımlarını önlemek adına kampüs içindeki aktiviteler arttırılmalıdır.
8. İnternet bağımlılığı gençler arasında gün geçtikçe yaygınlaşmaktadır. “İnternet Bağımlılığı Merkezleri” açılmalıdır ve gençler bilinçlendirilmelidir.

## KAYNAKÇA

- Alaçam, H. (2012). Denizli Bölgesi Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Görülme Sıklığı ve Yetişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu ile İlişkisi. Uzmanlık tezi, Pamukkale Üniversitesi.
- American Psychiatric Association (APA) (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). Fifth Edition.
- Ançel, G., Açıkgöz, İ. ve Yavaş Ayhan, A.G. (2015). Problemlili İnternet Kullanımı ile Duygusal Zeka ve Bazı Sosyodemografik Değişkenler Arasındaki İlişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16: 255-263.
- Anderson, K. J. (2001). İnternet Use Among College Students: An Exploratory Study. *Journal of American College Health*, 50, 21-26.
- Arısoy, G. (2009). İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.
- Arslan, Ç., Hamarta, E., Arslan, E. ve Saygın, Y. (2010). Ergenlerde Saldırganlık ve Kişilerarası Problem Çözmenin İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 9: 379-388.
- Ayaroğlu, N.S. (2002). The Relationship Between İnternet Use and Loneliness of University Students. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü.
- Balcı, Ş. ve Gülnar, B. (2009). Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı Ve İnternet Bağımlılarının Profili. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*; (6): 5-22.
- Balcı, Ş., Gölcü, A.A. ve Öcalan, M. E. (2013). Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Kullanım Örüntüleri. *Selçuk İletişim*, 7 (4), 5-22.

- Balta, Ç. Ö. ve Horzum, B. M. (2008). Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 41 (1), 187-205.
- Bahrainian, S.A., Alizadeh, K.H., Raeisoon, M.R., Gorji, O.H. ve Khazaee, A. (2014). Relationship of Internet Addiction with Self-esteem and Depression in University Students. *Journal of Preventive Medicine and Hygiene*, 55(3), 86-89.
- Bar-On, R. ve Parker, J.D.A. (2000). The Handbook of Emotional Intelligence, San Francisco: Jossey Bass.
- Baştürkçü, B. (2016). İş Yaşamında Çalışanların Duygusal Zeka Yeterliliklerinin Kişilerarası Sorun Çözme Becerilerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, SBE, İşletme Anabilim Dalı.
- Batıgün, A. D. ve Hasta, D. (2010). İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişilerarası İlişki Tarzları Açısından Bir Değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 11, 213- 219.
- Bayraktar, F. (2001). İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: EÜ. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bedel, A. ve Küçükköse, İ. (2014). Lise Öğrencilerinde Kişilerarası Sorun Çözme ve Stresin İncelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(3), 15-28.
- Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X. ve Chamarro, A. (2009). Problematic Internet and Mobile Phone Use and Clinical. Symptoms in College

Students: The Role of Emotional Intelligence. *Computers in Human Behavior*, 25(5), 1182-1187.

Beşaltı, M. (2016). Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Kişilik Özelliklerinin Bazı Sosyo-Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Bölükbaş K. (2003). İnternet Kafeler ve İnternet Bağımlılığı Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma: Diyarbakır Örneği, Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı.

Canan, F. (2010). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Dissosiyatif Belirtiler ve Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki. Tıpta Uzmanlık Tezi, Düzce Üniversitesi.

Cao, F. ve Su, L. (2007). Internet Addiction Among Chinese Adolescents: Prevalence and Psychological Features. *Child Care Health Development*. 33(3), 275-281.

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, 553–575.

Case, J.C. ve Young, K.S. (2001). A Preliminary Investigation of Employee Internet Misuse. *Issues in Information Systems*. 1: 43-49.

Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanımında Yeni Bir Boyut: İnternet Bağımlılığı. Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, Sayı:22, 83-98.

Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürcan, A. (2007). The Validity and Reliability of the Problematic Internet Usage Scale. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 7 (1), 411-416.

- Ceyhan, E. (2008). Ergen Ruh Sağlığı Açısından Bir Risk Faktörü: İnternet Bağımlılığı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(2), 109-116.
- Ceyhan, E. (2016). İnternet Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ve Duygu Düzenlemeyle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Van: Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri.
- Chak, K. ve Leung, L. (2004). Shyness and Locus of Control as Predictors of Internet Addiction and Internet Use. *Cyberpsychology & Behavior*, 7 (5), 559-570.
- Chen, Y.F. ve Peng, S.S. (2008). University Students' Internet Use and Its Relationships with Academic Performance, Interpersonal Relationships, Psychosocial Adjustment, and Self-Evaluation. *CyberPsychology & Behavior*, 11(4), 467-469.
- Christos,C.F., Konstantinos,C.F. ve Apostolos, K. (2010). Internet Addiction among Greek University Students: Demographic Associations with the Phenomenon, Using the Greek Version of Young's Internet Addiction Test. *International Journal of Economic Sciences and Applied Research*, 3(1), 49-74.
- Cooper, R. ve Sawaf, A. (1997). Liderlikte Duygusal Zekâ: Yönetim ve Organizasyonlarda Duygusal Zekâ. (çev. B. Sancar). İstanbul: Sistem Yayınları.
- Craparo, G. (2011). Internet Addiction, Dissociation, and Alexithymia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1051 – 1056.
- Çağır, G. ve Güręan, U. (2010). Lise ve Üniversite Öğrencilerinin Problemlİ İnternet Kullanım Düzeyleri İle Algılanan İyilik Halleri ve Yalnızlık

Düzeyleri Arasındaki İlişki, *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13 (24), 70-85.

Çalışgan, H. (2013). İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Siber Zorbalık. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı. İstanbul.

Çam, S. ve Tümkaya, S. (2006). Üniversite Öğrencilerinde Kişilerarası Problem Çözme, *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(2), 119-132.

Çam, S. ve Tümkaya, S. (2007). Kişilerarası Problem Çözme Envanteri'nin (KPÇE) Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 95-111.

Davis, R. A. (2001). A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.

Deniz, M. E. ve Yılmaz, E. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zeka Yetenekleri ve Yasam Doyumları Arasındaki İlişki. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi (68-77). İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Malatya.

Deniz, M. E., Özer, E. ve Işık, E. (2013). Duygusal Zeka Özellik Ölçeği-Kısa Formu (TEIQue-SF) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 38 (169).

Derin, S. (2015). Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.



- De Lazzari, S. A. (2001). Emotional Intelligence, Meaning, and Psychological Wellbeing: A Comparison Between Early and Late Adolescence. Unpublished Master's Thesis, Trinity Western University, Langley, B. C., Canada.
- DiNicola, M. D. (2004). Pathological Internet Use Among College Students: The Prevalance of Pathological Internet Use and Its Correlates. Unpublished Doctorate's Thesis, Ohio University.
- Doğan, S. ve şahin, F. (2007). Duygusal Zekâ: Tarihsel Gelişimi ve Örgütler için Önemine Kavramsal Bir Bakış. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16 (1), 231-252.
- Doğan, A. (2013). İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı. *Yüksek Lisans Tezi*, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Dong, G., Wang, J. Yang, X. ve Zhou, H. (2012). Risk Personality Traits of Internet Addiction: A Longitudinal Study of Internet-Addicted Chinese University Students. *Asia-Pacific Psychiatry*, 5(4), 316-321.
- Doruk, D. (2007). Öğrenme İsteksizliğinin İnternet Kullanımıyla İlişkilendirilmesi (Ergen Boyutunda), Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Durualp, E. ve Çiçekoğlu, P. (2013). Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin İnternet Bağımlılığı ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 15(1), 29-46.
- D'Zurilla T. J. ve Goldfried M. R. (1971). Problem Solving and Behavior Modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78(1), 107-126.

D’Zurilla, T. J., Nezu, A. M. ve Maydeu-Olivares, A. (2004). What is social problem solving?: Meanings, models, and measures. In E. C. Chang, T. J. D’Zurilla ve L.J. Sanna, (Eds.), *Social problem solving: Theory, research, and training. Washington, D.C.: American Psychological Association*, 11-27.

Eftekin, P. (2015).Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı ve Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Kayseri: Erciyes Üniversitesi.

Engelberg, E. ve Sjöberg, L. (2004). Internet Use, Social Skills, and Adjustment. *Cyberpsychology & Behavior*, 7 (1), 41-47.

Erdoğdu, M. Y. (2008). Duygusal Zekanın Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7 (23), 62-76.

Esen, K. N. (2007). Akran Baskısı ve Algılanan Sosyal Destek Değişkenlerine göre, Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Yordanması. Ülkemizde bağımlılıkla ilgili gelişmeler. *I. Uluslararası Bağımlılık Kongresi*, İstanbul. 1-9.

Esen, E. ve Siyez, D.M. (2011). Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 127-138.

Eskin, M. (2009). Sorun Çözme Terapisi. Ankara: HYB Basım Yayın.

Gardner, H. ve Hatch, T.(1989). Multiple Intelligence Go to School. *Educational Research*, 18 (8), 576-584.

Geray, H. (2002). İletişim ve Teknoloji, Ütopya Yayınları, Ankara.

- Gerber, C. (2004). The Relationship Between Emotional Intelligence and Success In School For a Sample Of Eighth Grade Students, Fairleigh Dickinson University, USA.
- Goleman, D. (1995). Duygusal Zekâ Neden IQ'dan Daha Önemlidir? Çeviren:Yüksel, B. S., İstanbul:Varlık-Bilim Yayınları.
- Goleman, D. (2000). İş Başında Duygusal Zeka. Handan Balkara (çev.). 1. Baskı. İstanbul: Varlık Yayınları (orijinal baskı tarihi 1998).
- Greenfield, D. N. (1999). Psychological Characteristics of Compulsive Internet Use: A Preliminary Analysis. *Cyberpsychology and Behaviour*. 2: 403-12.
- Güngör, S. (2008). Üniversite Öğrencilerinde Duygusal Zekanın Psikolojik Sıkıntı Belirtileri Üzerindeki Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Hamissi, J., Babaie, M., Hosseini, M. ve Babaie, F. (2013). The Relationship between Emotional Intelligence and Technology Addiction among University Students. *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health*, 5, 310-319.
- Hahn, A. ve Jerusalem, M. (2001). Internetsucht: Reliabilität und validität in der onlineForschung.[http://psilab.educat.huberlin.de/ssi/publikationen/internetsucht\\_online-forschung\\_2001b.pdf](http://psilab.educat.huberlin.de/ssi/publikationen/internetsucht_online-forschung_2001b.pdf)
- Harrod, N.R. ve S.D. Scheer (2005). An Exploration of Adolescent Emotional Intelligence in Relation to Demographic Characteristics, *Adolescence*, Vol. 40:159-503.

- Heppner, P.P. ve Anderson (1985). The Relationship Between Problem-Solving and Self-Appraisal and Psychological Adjustment. *Cognitive Therapy and Research*, 9(4), 415-427.
- Heppner, P. P. ve Krauskopf, C.J. (1987). An Information-Processing Approach to Personal Problem Solving. *Counseling Psychologist*, 15: 371-447.
- İşeri, İ. (2016). Lise Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- İşleyen, F. (2013). Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Kişisel ve Ailesel Faktörlerle İlişkisinin İncelenmesi. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı.
- İşmen, E. (2001). Duygusal Zeka ve Problem Çözme. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi. 13, 111-124.
- İşsever, N. K.(2016). İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencilerinde Yaygınlığının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Jaeger, A. J. (2002). Job Competencies and The Curriculum: An Inquiry into Emotional Intelligence in Graduate Professional Education. Raleigh, NC: North Carolina State University, 44: 615-39.
- Johnston, A. W. (2003). A Correlational Study of Emotional Intelligence and Aggression in Adolescents. Unpublished Master Thesis, University of Windsor, Windsor, Ontario, Canada.

- Kandell, J. J. (1998). Internet Addiction on Campus: The Vulnerability of College Students. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 11-17.
- Karasar, N. (2000). Bilimsel Araştırma Yöntemi. (10. Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kenan, E. (2009). İnternet Tüketicisinin Satın Alma Davranışlarının İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Ana Bilim Dalı.
- Kim, J., Larose, R. ve Peng, W. (2009). Loneliness as The Cause and the Effect of Problematic Internet Use: The Relationship between Internet Use and Psychological Well-Being. *CyberPsychology and Behavior*, 12(4), 451-455.
- Kır, İ. ve Sulak, Ş. (2014). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(51):150-167.
- Kneeland, S. (2001). Problem Çözme. Çeviren: Nurdan Kalaycı, Ankara: Gazi Kitabevi.
- Koch, W.H. ve Pratarelli, M. E. (2004). Effects of Intro/Extraversion and Sex on Social Internet Use. *North American Journal of Psychology*, 6 (3), 371- 382.
- Koç, B., Terzi, Y. ve Gül, A. (2015). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ile Kişilerarası Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. *Uluslar arası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 4(1), 369- 390.

- Köksal, A. (2007). Üstün Zekalı Çocuklarda Duygusal Zekayı Geliştirmeye Dönük Program Geliştirme Çalışması. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi.
- Kubey, W. R., Lavin, J. M. ve Barrows J. R. (2001). Internet Use and Collegiate Academic Performance Decrements: Early findings. *International Communication Association*, 51, 366–382.
- Kurtaran, G. T. (2008). İnternet Bağımlılığını Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Lei, L. ve Wu, Y. (2007). Adolescents' Paternal Attachment and Internet Use. *Cyberpsychology & Behavior*, 10,633–639.
- Lopes, P. N., Salovey, P. ve Straus, R. (2003). Emotional Intelligence, Personality and The Perceived Quality of Social Relationships. *Personality and Individual Differences*, 35, 641-658.
- Mayer, J. D. ve Salovey, P. (1993). The Intelligence of Emotional Intelligence. *Intelligence*, 17(4). 433-442.
- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D.R. ve Stenberg, R. (Ed.). (2000b). Models of Emotional Intelligence. Handbook of Emotional Intelligence, Cambridge Universty Press. UK. 396-420.
- Morahan-Martin, J. ve Schumacher, P. (1997). Gender Differences in Internet Usage, Behaviors and Attitudes. In: *Paper presented at the Joint Meeting of the 7th International Conference on Human-Computer Interaction and 13th Symposium on Human Interface (Japan)*, San Francisco, CA.

- Morsünbül, Ü. (2014). The Association of Internet Addiction with Attachment Styles, Personality Traits, Loneliness and Life Satisfaction. *Journal of Human Sciences*, 11(1), 357-372.
- Nichols, L. A. ve Nicki, R. (2004). Development of a Psychometrically Sound Internet Addiction Scale: A Preliminary Step. *Psychology of Addictive Behaviors*, 18 (4), 381–384.
- Odabaşı, F., Kabakçı, I. ve Çoklar, A. N. (2007). İnternet, Çocuk ve Aile (2. basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Odacı, H. ve Kalkan, M. (2010). Problematic Internet Use, Loneliness and Dating Anxiety Among Young Adult University Students. *Computers in Human Behavior*, 55, 1091-1097.
- Öğülmüş, S. (2001). Kişilerarası Sorun Çözme Becerileri ve Eğitimi (3.baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Özdemir, G. (2016). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Depresyon Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi. Tıpta Uzmanlık Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, Tıp Fakültesi.
- Özden, A. (2009). İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*. 1:55-67.
- Özer, Ş. (2013). Problemlı İnternet Kullanımının Benlik Saygısı ve Öznel İyi Oluş ile Açıklanabilirliği. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Özer, E. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Sağlamlık Düzeylerinin Duygusal Zeka ve Beş Faktör Kişilik Özellikleri Açısından

İncelenmesi. Doktora Tezi, Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi,  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Özgen, F. (2016). Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Kişilik İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale: Onsekiz Mart Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Palaz, E. (2016). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Parker, J. D. A, Summerfeldt, L.J., Taylor, R.N., Kloosterman, P.H. ve Keefer, K. V. (2013). Problem Gambling, Gaming and Internet Use in Adolescents: Relationship Between Emotional Intelligence in Clinical and Special Needs Samples. *Personality and Individual Differences*, 55(3), 288-293.

Petrides, K. V. ve Furnham, A. (2000a). On the Dimensional Structure of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*. 29, 313-320.

Petrides, K. V. ve Furnham, A. (2000b). Gender Difference in Measured and Self-Estimated Trait Emotional Intelligence, *Sex Roles*, 42, 449-4461.

Rader, M. E. (2010). The Relationship Between Emotional-Social Intelligence and Social Problem Solving. Doctor of Philosophy. Arizona: Northern Arizona University Educational Psychology.

Reisoğlu, İ., Gedik, N. ve Göktaş, Y. (2013). Öğretmen Adaylarının Özsaygı ve Duygusal Zeka Düzeylerinin Problemlerle İnternet Kullanımıyla İlişkisi. *Eğitim ve Bilim*, 38, 170.



- Salovey, P. ve Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9 (3), 185-211.
- Sargın, N. (2013). Üniversite Öğrencilerinin İnternete Yönelik Tutumları ve Problemler İnternet Kullanımları. *Turkish Journal of Education*, 2(2), 44-53.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S. ve Dan, S. J. (2003). Problematic Internet Use: Proposed Classification and Diagnostic Criteria. *Depression and Anxiety*, 17, 207–216.
- Sherer, K. ve Bost, J. (1997). Internet Use Patterns: Is There Internet Dependency on Campus? Paper Presented at the 105th Annual Convention of the American Psychological Association, Chicago, Illinois.
- Simkova, B. ve Cincera, J. (2004). Internet Addiction Disorder and Chatting in the Czech Republic. *CyberPsychology & Behavior*, 7(5): 536-539.
- Soydan, Z. M. (2015). Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Depresyon ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Soykan, H. (2015). Psikoloji Bölümü ve Mühendislik-Mimarlık Bölümünde Okuyan Öğrencilerin Duygusal Zekaları Bakımından Karşılaştırılması: Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şahin, C. ve Korkmaz, G. (2011). İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması. Selçuk Üniversitesi, Ahmetkeleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi, 32, 101-115.

- Şahin, M. (2011). İlköğretim Okulu Öğrencilerindeki İnternet Bağımlılığı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şeker, T. B. (2005). İnternet ve Bilgi Açığı (s. 67). Konya: Çizgi Kitabevi Yayınları.
- Tetik, B. (2015). İnternet Bağımlılığı ile Dikkat Süreçleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Timisi, N. (2003). Yeni İletişim Teknolojileri ve Demokrasi, Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.
- Topal, H. (2011). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Kişilerarası Problem Çözme Becerileri ve Yönelimleri ile Fonksiyonel Olmayan Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Adana: Çukurova Üniversitesi, SBE.
- Tufan, Ş. (2011). Geliştirilen Duygusal Zeka Eğitimi Programının Ortaöğretim Dokuzuncu Sınıf Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeylerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Turan, R.T. (2015). Başkent Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Sıklığı ve İlişkili Faktörler. Uzmanlık Tezi. Başkent Üniversitesi. Tıp Fakültesi.
- Turanlı, A. (2007). İlköğretim Okulu Müdürlerinin Duygusal Zeka ve Öğretmenlerin İş Doyum Düzeyleri. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi.

- TÜİK (2014). *Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması sonuçları*.  
<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=16198> (22Ağustos  
2014).
- TÜİK (2015). *Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması sonuçları*.  
<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=18660> (18  
Ağustos 2015).
- TÜİK (2016). *Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması sonuçları*  
<http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21779> (22Nisan  
2016).
- Tvedt, H. (2007). Internet Use and Related Factors Among Fifth-Graders.  
Unpublished Master's Thesis, Umea University, Department of  
Psychology.
- Vural, D. E. (2010). Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Duygusal Zekâları İle  
Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. *Journal of New World  
Sciences Academy*, 5 (3), 972-980.
- Wang, E. S., Chen, L. S., Lin, J. Y. ve Wang, M. C. (2008). The Relationship  
Between Leisure Satisfaction and Life Satisfaction of Adolescents  
Concerning Online Games. *Adolescence*, 43(169), 177-184.
- Welsh, L. (1999). Internet Use: An Exploration of Coping Style, Locus of  
Control and Expectancies. Unpublished Doctoral Dissertation,  
Northeastern University.
- Widyanto, L. ve M. Griffiths. (2006). Internet Addiction: A Critical Review.  
*International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 31-51.

- Wu, Y.T. ve Tsai, C.C. (2006). University Students Internet Attitudes and Internet Self-Efficacy: A Study at Three Universities in Taiwan. *Cyberpsychology & Behavior*, 9 (4), 441-450.
- Ünsal, Ş. G. (2015). İstanbul'daki Dört Vakıf Üniversitesi Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yang, C. K., Choe, B. M. ve Baity, M. (2005). SCL-90-R and 16PF Profiles of Senior High School Students With Excessive Internet Use. *Canadian Journal of Psychiatry*, 50 (7), 407.
- Yao, M.Z. ve Zhong, Z.J. (2014). Loneliness, Social Contacts and Internet Addiction: A cross-lagged panel study. *Computers in Human Behavior*, 30, 164-170.
- Yılmaz, M. (2004). Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Duygusal Zeka Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, 6- 9 Temmuz 2004. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Malatya.
- Yılmaz, S. (2007). Duygusal Zeka ve Akademik Başarı Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Yılmaz, F. M. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşlarının Problemlerini İnternet Kullanımı ve Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi EBE.

- Young, K. (1996). Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. *Cyberpsychology and Behaviour*. 3: 237- 244.
- Young, K. S. (1998). Center for Internet Addiction. Internet Addiction Test (IAT). Erişim Tarihi:21 Mart 2008
- Young, K. S. ve Case, C. J. (2004). Internet Abuse in the Workplace: New Trends in Risk Management. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(1). 105-111.
- Young, K.S. (2004). İnternet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *The American Behavioral Scientist*, 48(1), 402-441.
- Young, K.S. ve Rodgers, R.C. (1998). The Relationship Between Depression and İnternet Addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 1: 25–28.
- Yüksel, M. (2006). Duygusal Zeka ve Performans İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yüksel, M. ve Yılmaz, E. (2016). Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeyleri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 15(3), 1031-1042.

## EK 1

### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli öğrenciler;

Aşağıdaki kişisel bilgi formu ve ilgili ölçekler yüksek lisans tez çalışmasına veri sağlamak için hazırlanmıştır. Elde edilen veriler tez çalışması dışında kullanılmayacak ve kimseyle paylaşılmayacaktır. Araştırma sonuçlarının geçerli ve güvenilir olabilmesi için her soruyu okuyarak samimi ve içten bir şekilde cevaplamanız gerekmektedir. Lütfen kendi durumunuza en uygun seçeneği seçiniz ve cevapsız soru bırakmayınız.

Bilimsel amaçla hazırlanan bu çalışmaya cevaplarınızla yapacağınız katkılardan dolayı şimdiden teşekkür ederim.

**İstanbul Arel Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi**

1) **Cinsiyetiniz:**Kadın ( ) Erkek ( )

2) **Yaşınız:**.....

3) **Günlük İnternet Kullanım Süresi**

Her gün kullanmıyorum ( )

1-3 saat ( )

4-5 saat ( )

6-8 saat ( )

8 saat ve üzeri Toplam( )

4) **Bölümünüz:**.....

5) **Sınıf:** 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( )

6) **Annenizin eğitim düzeyi:** İlkokul( ) Ortaokul( ) Lise( ) Üniversite( )  
Lisansüstü ( )

**Babanızın eğitim düzeyi:** İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( )  
Lisansüstü( )

7) **Ekonomik Düzeyiniz:** 1300 tl ye kadar( ) 1301-2500 ( ) 2501-  
3500 ( ) 3501-4500 ( ) 4501 ve üstü( )

8) **Bu dönem derslerdeki başarınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?**

Çok başarısız ( ) Başarısız ( ) Vasat ( ) Başarılı ( ) Çok başarılı( )

9. **Romantik ilişki durumu:** Romantik bir ilişkim var ( ) Romantik bir ilişkim yok ( )

10. **Ebeveynlerinizin size karşı genel tutumu nasıldır?**

( ) Değişken ve tutarsız

( ) Demokratik ve ilgili

( ) Koruyucu ve kollayıcı

( ) İlgisiz ve ihmalkâr

( ) Suçlayıcı, engelleyici, baskıcı ve otoriter

**EK 2**  
**İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ**

<p><b>AÇIKLAMA:</b> Aşağıda internet kullanımıyla ilgili çeşitli durumlar verilmiştir. Sizden, her ifadeyi dikkatlice okumanız ve kendiniz için doğru olan ifadenin üzerine (X) işaretini koymanız istenmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız ve her durum için bir işaretleme yapınız.</p> <p style="text-align: right;">Doç.Dr. Cengiz ŞAHİN Doç.Dr. Özgen KORKMAZ</p>		(1) Hiç uygun değil	(2) Biraz uygun	(3) Uygun	(4) Oldukça uygun	(5) Tamamen uygun
1.	İnternete uzun süreli bağlanmadığımda aklım internetle meşguldür.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2.	İnternete bağlı olup online olmadığımda aklım sürekli olarak internete takılıp kalıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3.	Çok uzun süre internette uzak kalmışsam, huzursuz ve sinirli oluyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4.	İnternette önceden planladığımdan daha çok zaman harcıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5.	İnternette birkaç dakikalığına sörf yapmayı girip, bir türlü bırakamıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6.	İnternette geçirdiğim zamanı azaltmayı denedim ama sonuç alamadım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7.	İnternet için harcayabileceğim paradan çok daha fazlasını harcıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8.	İnternette geçirdiğim zaman, başlangıçtaki dönemle karşılaştırılınca gitgide artıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9.	İnternete daha fazla zaman ayırma isteğim, geçmişe göre sürekli artıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10.	Başlangıçta sadece yapmam gereken işler için online etkinliklere vakit ayırırken, şimdi internete daha fazla zaman ayırıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11.	İnternet etkinlikleri günlük yaşamımı giderek daha fazla yönlendiriyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12.	İnternet kullanmaya başladığımdan beri, bazı arkadaşlarım benden uzaklaştı.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13.	Çok değer verdiğim kişiler, internette çok fazla zaman harcadığımdan benden şikâyetçi oluyorlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14.	Okul/meslek/aile ve benzeri yaşamımdaki verimliliğim internet kullanmam yüzünden azalıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15.	Çok değer verdiğim kişiler bende, internet kullanmaya başladığımdan beri olumsuz yönde değişiklikler olduğunu söylüyorlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16.	İnternette daha fazla zaman geçirebilmek için sık sık sorumluluklarımı aksatıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17.	İnternet yüzünden bazen randevularımı kaçırıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18.	Online dünyasını keşfettiğim andan itibaren başkalarıyla daha az zaman geçiriyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19.	İnternete öylesine sık ve yoğun meşgul oluyorum ki bazen işverenlerimle /okulla /aile bireyleri ve benzeri ile sorunlarım oluyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

### EK 3

#### DUYGUSAL ZEKA ÖZELLİĞİ ÖLÇEĞİ (TEIQue-SF) KISA FORM

**Yönerge:** Lütfen aşağıdaki her ifadeyi o ifadeye katılma ya da katılmama derecenizi yansıtan rakamı daire içine alarak cevaplayınız İfadelerin tam anlamı hakkında çok uzun düşünmeyiniz. Hızlı ilerleyiniz ve kesin cevaplar vermeye çalışınız. İfadelerin tam anlamı hakkında çok uzun düşünmeyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur.

1-Hiç katılmıyorum 7-Tamamen katılıyorum arasında 7 cevap seçeneğiniz vardır. İlginiz ve zaman ayırdığınız için teşekkürler.

1 . . . . . 2 . . . . . 3 . . . . . 4 . . . . . 5 . . . . . 6 . . . . . 7

**Kesinlikle Katılmıyorum**

**Kesinlikle katılıyorum**

1. Genel anlamda, yüksek motivasyonlu birisiyim.	1	2	3	4	5	6	7
2. Duygularımı düzenlemekte genellikle zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
3. İnsanlarla etkin bir biçimde başedebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
4. Verdiğim kararlarımı sıklıkla değiştirme eğilimim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
5. Çoğu zaman hangi duyguyu hissettiğimi ayırt edemem.	1	2	3	4	5	6	7
6. Birçok iyi özelliğe sahip olduğumu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
7. Haklarımı savunmak benim için genellikle zordur.	1	2	3	4	5	6	7
8. Diğer insanların duygularını bir şekilde etkileyebilme yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Olayların akışına göre hayatımı düzenlemek benim için genellikle zordur.	1	2	3	4	5	6	7
10. Genelde stresle başedebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
11. Yakınlarıma, duygularımı göstermekte genelde zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Motivasyonumu devam ettirmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
13. Genel olarak, hayatımdan memnunum.	1	2	3	4	5	6	7
14. Sonradan pişman olacağım şeyleri yapma eğilimim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
15. Sıklıkla duraksar ve hissettiklerimi düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
16. Kişisel donanımlarımın, güçlü yönlerimin tam olduğuna inanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
17. Tartışırken haklı olduğumu bilsem dahi, geri çekilmeye meyilliyim.	1	2	3	4	5	6	7
18. Genellikle, hayatımda işlerin yolunda gideceğine inanırım.	1	2	3	4	5	6	7
19. Bana çok yakın olan kişilerle bile, aramda bağ oluşturmak benim için zordur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, yeni çevreye uyum sağlama yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6	7



## EK 4

### Kişilerarası Problem Çözme Envanteri

(Çam ve Tümkaya, 2007)

Bu envanter, insanların kişilerarası sorunlar karşısında yaşadıkları duygu ve düşünceleri ile gösterdikleri davranışları nasıl değerlendirdiklerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Aşağıda kişilerarası ilişkilerde yaşanan sorunlara yönelik ifadeler yazılmıştır. Sizden istenen bu ifadeleri tek tek okumanız ve her ifade için kendinizi değerlendirmenizdir. Eğer ifade size **Hiç Uygun Değil** ise **(1)**, **Biraz Uygun** ise **(2)**, **Uygun** ise **(3)**, **Çoğunlukla Uygun** ise **(4)** ve **Tamamıyla Uygun** ise **(5)**'i işaretleyiniz. Tüm ifadelere yönelik işaretleme yapmanız önemlidir. Hiçbir ifadeyi boş bırakmamaya özen gösteriniz. Bu ifadelere vereceğiniz yanıtların doğru veya yanlış bir şekilde değerlendirilmesi söz konusu değildir. Yapacağınız işaretleme sizin için doğru kabul edilecektir. Bu açıdan bir ifadedeki durumla ilgili kendinizi nasıl değerlendiriyorsanız öyle işaretleme yapmanız önemlidir. Buraya yapacağınız işaretlemeler gizli tutulacaktır. Katkılarınız için teşekkür ederim.

	Hiç Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Çoğunlukla Uygun	Tamamıyla Uygun
1.Kişilerarası ilişkilerimde bir problem yaşadığımda onu mutlaka çözmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
2.Problem yaşadığım kişinin gözüyle problemi görmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
3.Problem yaşadığımda ne olursa olsun, problem hemen çözülsün isterim.	1	2	3	4	5
4.Bir problemi çözerken “mutlaka bir sonuca ulaşmalıyım” diye düşünürüm.	1	2	3	4	5
5.Bir problem yaşadığımda kendimi çaresiz hissedirim.	1	2	3	4	5
6.Bir sorunun nedeni benden kaynaklanıyorsa karamsarlığa kapılırım.	1	2	3	4	5
7.Problemin çözümü konusunda başarısız olacağımı düşünsem de onu çözmek için çabalarım.	1	2	3	4	5
8.Bir sorun yaşadığımda hemen kendimi suçlarım.	1	2	3	4	5
9.Bir problem yaşadığımda tüm hayatımın allak-bullak olduğunu hissedirim.	1	2	3	4	5
10.Bir problemle karşılaştığımda önce bunun hayatımdaki önemini gözden geçiririm.	1	2	3	4	5
11.Bir sorun durumunda ne olursa olsun ilk adımın atılmasını karşı taraftan beklerim.	1	2	3	4	5
12.Bir problem yaşadığımda, bununla ilgili uzun süre yoğun üzüntü yaşarım.	1	2	3	4	5
13.Yaşadığım bir problemi çözmek için, önce adım adım neler yapabileceğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5

	Hiç Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Çoğunlukla Uygun	Tamamıyla Uygun
14.Bir problem durumunda, problem yaşadığım kişinin problemle ilgili neler düşünüyor olabileceğini tahmin etmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
15.Bir problemin çözümü için birden çok çözüm yolu bulmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
16.Yaşadığım bir problemi çözmeye girişmeden önce, çözümün kolay ya da zor bir çözüm olup olmayacağını araştırırım.	1	2	3	4	5
17.Bir problem yaşadığımda öfkelenirim.	1	2	3	4	5
18.Bir problemle karşılaştığımda bu problem, hayatımın tamamını etkiler.	1	2	3	4	5
19.Bir sorunla karşılaştığımda, bununla ilgili yaşadıklarımı nasıl ifade edeceğimi düşünüp planlarım.	1	2	3	4	5
20. Ne yaparsam yapayım kişilerarası ilişkilerimde yaşayacağım bir problemin önüne geçemem.	1	2	3	4	5
21.Bir problem durumunda ne olursa olsun, haklılığımı ispat edip üste çıkmak için sonuna kadar kendimi savunurum.	1	2	3	4	5
22.Bir sorun yaşadığımda baştan, çözüm için ne kadar çaba harcarsam da sonuçta sorunun çözülemeyeceğini düşünürüm.	1	2	3	4	5
23.Kişilerarası ilişkilerde problem yaşadığımda çözümün sonucu konusunda karamsarlığa kapılırım.	1	2	3	4	5
24.Bir sorun yaşadığımda, çözüm için ne yaparsam yapayım içinde bulunduğum durumu değiştiremem.	1	2	3	4	5
25.Yaşadığım yeni bir sorun karşısında, daha önce yaşadığım sorunlar için yaptıklarımın yararlanırım.	1	2	3	4	5
26.Kişilerarası bir sorun yaşadığımda, bunu hiç yaşamamış gibi davranırım.	1	2	3	4	5
27.Bir sorun yaşadığımda, onu çözme konusunda kendimden kuşulanırım.	1	2	3	4	5
28.Bir sorunu anlamaya çalışırken, sorun yaşadığım kişinin bakış açısıyla sorunu göremem.	1	2	3	4	5
29.Problemimi çözerken attığım her adımdan, karşımdaki kişinin davranışlarının bundan nasıl etkilenebileceğini tahmin etmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
30.Kişiler arası ilişkilerde bir sorun yaşadığımda, bu durum bana sanki hayatın sonuymuş gibi gelir.	1	2	3	4	5
31.Bir ilişkide benim açımdan bir problem olduğunda bunu o kişiye hemen ifade ederim.	1	2	3	4	5
32.Bir problem yaşadığımda, ilk önce bu problemin üstesinden gelip gelmeyeceğime yönelik kendi kendimi değerlendiririm.	1	2	3	4	5
33.Çözemediğim bir sorun olduğunda o anda “orada olmamak, birden yok olmak” isterim.	1	2	3	4	5
34.Bir problem yaşadığımda, başarılı çözüm için nelere ihtiyacımın olduğunu araştırırım .	1	2	3	4	5
35.Yaşadığım problemin bana veya başkalarına doğrudan ya da dolaylı etkilerini düşünürüm.	1	2	3	4	5
36. Problemlerden ders çıkartılacak durumlar olduğunu düşünerek olaya pozitif bakarım.	1	2	3	4	5
37. Problemin çözümünde karşımdakiyle ortak bir çaba göstermeye çalışırım.	1	2	3	4	5
38.Biriyle bir problem yaşadığımda karşı taraf öztür dilemedikçe durumu değiştirmek için uğraşmam.	1	2	3	4	5
39.Bir problem yaşadığımda hata karşı taraftaysa surat asarım.	1	2	3	4	5

	Hiç Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Çoğunlukla Uygun	Tamamıyla Uygun
40.Problemi yakınlarımla yaşıyorsam büyük bir hayal kırıklığına uğrarım.	1	2	3	4	5
41. Eğer yaşadığım problem büyükse dünya başıma yıkılmış gibi hissedirim.	1	2	3	4	5
42.Problem konusunda benim hatamın olmadığını düşünüyorsam çözüm için hiçbir girişimde bulunmam.	1	2	3	4	5
43.Bir problem yaşadığımda “her kötü şey beni bulur” diye düşünürüm.	1	2	3	4	5
44.Kişilerarası bir problem yaşadığımda, problemi çözebilmek için araya başkalarını sokarım.	1	2	3	4	5
45.Bir problem yaşadığımda kendimi tutamam, hemen ağlarım.	1	2	3	4	5
46.Bir problem yaşadığımda problem çözülünceye kadar inatla üstüne giderim.	1	2	3	4	5
47.Problemlerle karşılaştığımda “keşke hiçbir zaman sorun yaşamam” diye düşünürüm.	1	2	3	4	5
48.Bir problem yaşıyorsam çözülünceye kadar bunun dışında hiçbir şeye dikkatimi yoğunlaştıramam.	1	2	3	4	5
49.Yaşadığım bir problemi etkili bir şekilde çözebilmem için kendimi ve problem yaşadığım kişiyi olduğu gibi kabul ederim.	1	2	3	4	5
50.Kişilerarası problemlerimi kimseye zarar vermeyecek bir şekilde çözerim.	1	2	3	4	5

## ÖZGEÇMİŞ

### **Kişisel Bilgiler**

Adı Soyadı: Bedriye Ceren Erkoyuncu Terzioğlu

Doğum Yeri ve Tarihi: İstanbul- 23/08/1989

Medeni Hali: Evli

E-mail: erkoyuncuceren@gmail.com

### **Eğitim Durumu**

2015-2017 İstanbul Arel Üniversitesi- Klinik Psikoloji (Tezli)

2008- 2013 Fatih Üniversitesi – Psikoloji (İngilizce)

2003-2007 Mensucat Santral Anadolu Lisesi (YDA)

1995- 2003 Ahmet Merter İlkokulu

### **Staj Deneyimi**

2012 -İstanbul Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi

2013- Pedam

### **İş Deneyimi**

2013- 2014- Harikalar Diyarı Anaokulları

2016- 2017- Özel Derin Çocuk Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi

### **Akademik Bildiriler**

Altın, S., Aydın, B., Erkoyuncu, B.C., Göral, F. (2012). Travmatik Beyin

Hasarının Bilişsel Fonksiyonlara Etkisi, 17. Ulusal Psikoloji Kongresi

(2. Versiyon), 2, 7,130.

Beydzhet, E.B., Erkoyuncu, B.C, & Ömür, M. (2012). Huzurevinde ve

Kendi Evinde Yaşayan Yaşlıların Depresyon Düzeylerinin

Karşılaştırılması, Türk Geriatri Dergisi 2012 Kongresi, 15.