

## İNTERNET VE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ ÖĞRENCİLERİN PERFORMANSLARINA ETKİLERİ ÜZERİNE BİR YAZIN TARAMASI<sup>1</sup>

### A LITERATURE REVIEW ON THE EFFECTS OF INTERNET AND SOCIAL MEDIA ADDICTION ON THE STUDENTS' PERFORMANCES

Eda BÜYÜKGEBİZ KOCA\*, Mustafa Zihni TUNCA\*\*

\* Dr., Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme ABD, eda\_bykgbz@hotmail.com,  
https://orcid.org/0000-0001-6944-8266

\*\* Prof. Dr., Süleyman Demirel Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, İşletme Bölümü,  
mustafatunca@sdu.edu.tr, https://orcid.org/0000-0003-2315-905X

#### ÖZ

Teknolojinin hızla gelişmesiyle birlikte İnternet ve sosyal medya bireylerin ihtiyaç ve arzularını karşılama noktasında her geçen gün daha da önemli bir konuma gelmektedir. İnternet, eğitimden eğlenceye, alışverişten iletişime kadar çeşitli imkânlar sağlamaktadır. İnternet ve sosyal medyanın hayatın her alanında sağladığı kolaylıklarına rağmen aşırı derecede kullanımı bireyler için önemli bir sorun haline gelmektedir. Çünkü İnternet ve sosyal medya kullanımı zaman içerisinde alışkanlığa, alışkanlıktan da bağımlılığa dönüşebilme riskine sahiptir. Özellikle orta ve yüksek öğrenim öğrencileri İnternet ve sosyal medyayı aşırı kullanmaları nedeniyle bağımlılık riski altındadır. Bu çalışmada öncelikle bağımlılık ve çeşitleri hakkında bilgi verilmektedir. İkinci bölümünde İnternet ve sosyal medya bağımlılığına ilişkin temel kavramlar yer almaktadır. Son olarak 2000-2018 yılları arasında yerli ve yabancı akademik dergilerde yer alan öğrencilerin İnternet ve sosyal medya bağımlılığı üzerine çalışmalara ilişkin bir yazın taraması gerçekleştirilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** İnternet, İnternet Bağımlılığı, Sosyal Medya Bağımlılığı.

**Jel Kodları:** I12, L86, O3, O33.

#### ABSTRACT

As a result of technologic developments, the Internet and social media are becoming more and more important for the needs and desires of individuals. From education to entertainment, shopping to communication, Internet provides a wide range of benefits. In spite of the convenience provided by the Internet and social media in every aspects of life, they also cause important problems for individuals since Internet and social media usage have the risk of being transformed into habit or addiction. Especially, secondary and higher education students are at the risk of being addicted due to excessive use of the Internet and social media. In this paper, firstly the addiction problem and its types are explained. In the second section, Internet and social media addiction problems have been defined. Finally, in the last section a literature review on Internet and social media addiction of the students have been given for the period between 2000 and 2018.

**Keywords:** Internet, Internet Addiction, Social Media Addiction.

**Jel Codes:** I12, L86, O3, O33.

<sup>1</sup> Bu çalışma Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim dalında 2018 yılında Prof. Dr. Mustafa Zihni Tunca danışmanlığında tamamlanmış olan Eda Büyükgebiz Koca'nın "Sosyal Medya Bağımlılığının Öğrencilerin Performanslarına Etkileri Üzerine Bir Uygulama" adlı doktora tezinden türetilmiştir.

## 1. GİRİŞ

İnternet, insanlar tarafından kullanılmaya başladıktan sonra kısa bir süre içinde her yaşta bireyin istek ve ihtiyaçlarını kolaylıkla karşılamalarını sağlayan önemli bir teknolojik devrim haline gelmiştir. Bireyler ihtiyaç duydukları bilgilere daha hızlı ulaşabilmekte, iletişim kurabilmekte, İnternet üzerinden oyunlar oynayabilmekte, film ve dizi seyredebilir ürün veya hizmet alıp satabilmektedir. İnternet çeşitli faydalarının yanı sıra önemli sorunlara da sebebiyet verebilmektedir. Bunlardan en önemlisi ise İnternet bağımlılığı olarak görülmektedir. İnternet'in özellikle çocuklar ve ergenler için sorun teşkil ettiği düşünülse de yetişkin bireyler de İnternet bağımlısı olabilmektedir. Bireyler özel ve iş hayatlarında olumsuz etkilenmekte ve yerine getirilmesi gereken sorumlulukları yerine getirememektedir (Boyd ve Ellison, 2007: 211).

Bu çalışmanın ikinci bölümünde bağımlılık ve çeşitleri hakkında bilgi verildikten sonra, üçüncü bölümde İnternet ve sosyal medya bağımlılığına ilişkin temel kavramlar incelenmektedir. Takip eden bölümde ise 2000 ile 2018 yılları arasında yerli ve yabancı yazında öğrencilerin İnternet ve sosyal medya bağımlılığı üzerine yapılmış olan başlıca çalışmalar hakkında bilgi verilmektedir.

## 2. BAĞIMLILIK VE TÜRLERİ

### 2.1. Bağımlılık Kavramı

Bağımlılık, olumsuz davranış ve olumsuz sonuçlarla neticelenen, bilişsel bozukluğun sebep olduğu hatalı bir irade gücü hastalığı olarak adlandırılmaktadır (Campbell, 2003: 669). Bir başka tanıma göre ise bağımlılık, bireylerin zihinsel, bedensel ve sosyal yaşantısını bozan patolojik bir davranış olarak tanımlanmaktadır (Demirci, 2016: 26). Genel itibarıyla kavramsal olarak bağımlılık çoğunlukla fiziksel ve ruhsal olarak herhangi bir maddeye olan tutkuyu ifade edebilmek için kullanılmaktadır (Holden, 2001).

### 2.2. Bağımlılık Çeşitleri

Bağımlılık, maddesel ve davranışsal olarak iki ana grup altında incelenebilir:

#### 2.2.1. Maddesel Bağımlılıklar

Madde bağımlılığı; ilaç özelliğinde olan maddenin zihinsel faaliyetleri etkilemesi sonucunda ortaya çıkan, haz veren ve verdiği bu mutluluğu hissedebilmek amacıyla sürekli ya da aralıklı olarak madde alma isteği içerisinde olan ve bazı davranış bozukluklarıyla kendisini gösteren bir patolojik beyin rahatsızlığıdır (Uzbaş, 2009: 10).

Maddesel bağımlılık bireyin madde alımı üzerindeki kontrolünü kaybetmesi, maddenin bireyin yaşamında merkezi bir konuma yerleşmesi, maddeye bağlı bedensel ve psikolojik sorunların baş göstermesi durumudur. Bir bireyin madde bağımlısı olduğunu öne sürmek için aşağıdaki tanı ölçütlerinden en az üçünün asgari olarak 12 aylık bir süre zarfında klinik açıdan belirgin bir rahatsızlığa ve sorunlara yol açacak şekilde bulunuyor olması gerekmektedir. Bu ölçütler şu şekildedir (Tarhan ve Nurmedov, 2013: 154-155):

- Kullanılmakta olan maddenin etkisinin azalması sonucunda istenilen tatmini elde edebilmek için kullanılan madde miktarında artışa gidilmesi,
- Kullanılmakta olan madde miktarı azaltıldığında ya da kullanım tamamen bırakıldığında madde eksikliğinde ortaya çıkan yoksunluk belirtilerinin meydana gelmesi,
- Kullanılmakta olan maddeye karşı bireyin kendini durduramaması,
- Bireyin kullanmış olduğu maddeden kurtulabilme çabasına rağmen madde kullanımını bırakamaması,
- Bireyin madde kullanırken veya madde etkisi altındayken aşırı derece vakit kaybı yaşaması,

- Sosyal hayatı ve yerine getirmesi gereken mesleki sorumluluklara, katılması gereken etkinliklere katılmaması ya da ayırması gerekenden daha az zaman ayırması, sorumluluklarını yerine getirememesi ve
- Bireyin birçok problem yaşamış olmasına rağmen madde kullanımına devam etmesidir.

Kontrol altına alınamayan madde kullanımı, bilişsel davranış bozuklukları ve fizyolojik belirtilerin mevcudiyeti madde bağımlılığının temel özelliklerini oluşturmaktadır. Madde bağımlılığı, beynin yapı ve işlevlerini bozan kronik bir hastalık haline gelmektedir. Tanı ölçütleri arasında yer almasa da bağımlı olunan maddeyi kullanabilmek amacıyla duyulan aşırı istek ve dürtü ile ortaya çıkan madde arayışı birçok bağımlıda görülmektedir (Tarhan ve Nurmedov, 2013: 155).

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından yayınlanan ve “DSM-5” şeklinde bir kısaltmayla kullanılan “Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayısal El Kitabı’nda (APA, 2013) tanımlanan madde bağımlılığı; alkol, kafein, kannabis, hallüsinojenler, uçucular, opiyatlar, sedatif, hipnotik ve anksiyolitikler, uyarıcılar, tütün ve diğer bilinmeyen maddeler olarak on farklı kategoride incelenmektedir. DSM-V, alkol ve madde kullanımından kaynaklanan bozuklukları madde kullanımına bağlı bozukluklar ve maddenin sebebiyet verdiği bozukluklar olarak iki kategoriye ayırmaktadır.

### 2.2.2. Davranışsal (Olgusal) Bağımlılıklar

Her nesne bağımlıya sebebiyet verebilmektedir, bu yüzden bireyler herhangi bir madde veya nesneye bağımlı olabildiği gibi madde dışı varlıklara da bağımlı hâle gelebilmektedir. Diğer bir ifade ile her varlığın bir bağımlılık yaratma olasılığı bulunmaktadır. Bağımlılık yaratma riski yüksek olan madde veya olgulara bireyler daha sık ve kolay bir biçimde bağımlı olmaktadır (Ögel, 2001: 59). Madde dışı olgulara olan bağımlılıklar

davranışsal bağımlılıklar olarak ifade edilmekte olup bu bağımlılık türleri de tıpkı maddesel bağımlılıklarda olduğu gibi birey hayatı üzerinde istenmeyen sonuçlara sebebiyet verebilmektedir. Bu durumun temelinde ise her bireyin belli bir seviyede ilave bir desteğe, kimse olmasa dahi egosunu tatmin edecek başka bir nesneye ihtiyaç duyabilmesidir. Davranışsal bağımlılıklar sekiz ana başlık altında toplanmaktadır (Ögel, 2001: 59):

1. İnsan/İlişki Bağımlılığı
2. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı
3. Kumar Bağımlılığı
4. Yeme Bağımlılığı
5. Cinsel Bağımlılık/Seks Bağımlılığı
6. Alışveriş Bağımlılığı
7. Elektronik Alet Bağımlılığı
8. İnternet Bağımlılığı

### 3. İNTERNET BAĞIMLILIĞI

İnternet kullanımının giderek ve yoğun bir şekilde artması sonucunda İnternet bağımlılığı terimi ilk olarak Goldberg (1996) tarafından DSM-IV’te (APA, 1994) yer alan madde bağımlılığı tanı kriterlerinin İnternet kullanımı için uyarlanmasıyla kullanılmıştır. Goldberg’in ardından Young (1996) DSM-IV’ün patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini İnternet bağımlılığı için uyarlamıştır. Young, İnternet bağımlılığı vakalarını tespit edip, bildirmeye başlamış ve İnternet bağımlısı bireylerin tedavisi için İnternet Bağımlılığı Merkezi’ni kurmuştur (O’Reilly, 1996: 1882).

İnternet bağımlılığı patolojik kumar bağımlılığına benzemektedir. Her iki durumda da bir madde kullanımı söz konusu olmaması sebebiyle dürtü-kontrol bozukluğu durumu mevcuttur (Young, 1996: 240-242). Patolojik kumar oynamada görülen yoksunluk belirtileri gibi İnternet bağımlılığında da yoksunluk belirtilerine rastlanmaktadır. Patolojik İnternet kullanımı; aşırı İnternet kullanımı, uygun olmayan İnternet kullanımı gibi farklı

biçimlerde isimlendirilmektedir fakat İnternet bağımlılığı APA tarafından henüz bir hastalık olarak tanımlanmamaktadır (Günay vd., 2018: 80).

İnternet kullanımındaki hızlı artış, bazı bireyler için sorunlu kullanım hatta bağımlılık olgusunu ortaya çıkarmıştır. Bireyler bütün bu durumların bilincinde olmasına rağmen İnternet kullanmayı sürdürmektedir ve bu süre giderek artmaktadır (Young, 1999: 30). İnternet'e bağımlı olan bireylerle İnternet üzerinden diğer bağımlılıklarını tatmin etmeye çalışan bireylerin ayrımı önemlidir (Griffiths, 2000: 415). Bireyler İnternet kullanımında zaman içerisinde kontrol kaybı yaşamaktadırlar. Buna bağlı olarak da bireyler kendini sıkıntılı ruh halleri içinde bulmakta ve bunun sonucunda da bireylerin günlük aktivitelerinde işlevsel bozulmalar yaşanmaktadır (Shapira vd., 2003: 208).

İnternet bağımlılığının herhangi bir yaş sınırlaması yoktur. Bu bağımlılık bütün bireylerde görülebilmektedir fakat en büyük risk grubunu bir kimlik arayışı içerisinde olan ergenler oluşturmaktadır (Öztürk vd., 2007: 39). Birey İnternet'ten yoksun kaldığı zamanlarda ise aşırı bir şekilde sinirlilik ve saldırganlık hali içerisinde olmaktadır. Buna bağlı olarak da bireyin iş, sosyal ve ailevi hayatı zamanla daha kötü hal alıp kalıcı bir bozukluğa sebep olabilmektedir (Arısoy, 2009: 56).

İnternet bağımlılığı, teknoloji bağımlılığının özel bir hali olması sebebiyle davranışsal bağımlılıklar arasında yer almaktadır. İnternet kullanımının düzeyi düşükten yükseğe doğru aşamalar izlemektedir. Bu aşamalar şu şekildedir (Ögel, 2012: 102-103):

1. **İnternet'in ihtiyaç duyulduğunda kullanımı:** Birey yalnızca gerektiği ve ihtiyaç duyduğu zaman İnternet kullanmaktadır.
2. **Sık ve düzenli İnternet kullanımı:** İnternet birey için bir hoş vakit geçirme aracıdır ve bireyler boş zamanlarını İnternet'te geçirmeyi tercih etmektedirler.

3. **Sorunlu İnternet kullanımı:** İnternet kullanımı kontrol altına alınmadığı için bireyin yaşantısında çeşitli sorunları ortaya çıkarmaktadır.

4. **İnternet bağımlılığı:** Patolojik İnternet kullanımı, obsesif-kompulsif İnternet kullanımı, İnternet kullanımı, siber bağımlılık gibi terimler de bu kapsam içerisinde yer almaktadır.

Bir bireye İnternet bağımlısı diyebilmek için aşağıdaki belirtilerden bir kısmının gerçekleşmesi gerekmektedir (Ögel, 2012: 103-104):

- İnternet kullanmayı durdurmakta zorlanmak,
- İnternet kullanmayı bırakmaya niyet etse de İnternet kullanımına devam etmek,
- Diğer bireyler tarafından İnternet'i daha az kullanma konusunda bireye karşı uyarıların olması,
- Diğer bireylere ve aktivitelere vakit ayırmak yerine, İnternet'e bağlanmayı ve İnternet kullanımını tercih etmek,
- Uyku saatleri içerisinde İnternet kullanmayı tercih etmek,
- İnternet'e bağlanmadığı zamanlarda bile İnternet ile ilgili şeyler düşünmek,
- İnternet'e bağlanacağı zamanını sabırsızlıkla beklemek,
- İnternet'i daha az kullanmanın gerekliliğine inanmak,
- İnternet'te olduğundan daha az vakit geçirmeye çabalamak ama bunu başaramamak,
- İnternet'e erişemeyince kendini kararsız ve rahatsız hissetmek,
- İnternet kullanımından dolayı fiziksel rahatsızlıkların ortaya çıkması,
- İnternet'e erişim sağlayabilmek amacıyla işten eve gelişte acele etmek,
- Yerine getirilmesi gereken günlük yükümlülükleri İnternet yüzünden yerine getirememek,

- Herkesten gizli bir şekilde İnternet'e bağlanmak,
- İnternet'te geçirilen süreyi diğer bireylerden saklamak,
- Kendini mutsuz hissettiği zaman İnternet'e bağlanma isteği duymak,
- İnternet'i üzüntülerden ve olumsuz düşüncelerden kurtulmak için kullanmak.

Sigara ve alkol gibi madde bağımlılıklarında bağımlılık yapan maddeden uzak durmak tedavi sürecinde mümkünken, İnternet bağımlılığında bu durum daha farklıdır. Çünkü İnternet günlük hayattaki birçok işte kullanılmaktadır ve sosyal medya uygulamalarını da içinde barındıran İnternet'ten uzak durmak ya da hayattan çıkarmak mümkün olmamaktadır (Tutgun-Ünal, 2015: 85).

### 3.1 Yoğunluğuna Göre İnternet Kullanımı

İnternet kullanımı; sağlıklı İnternet kullanımı, günlük kullanımdan sorunlu kullanıma geçiş ve patolojik İnternet kullanımı şeklinde üç ana başlığa ayrılmaktadır. Patolojik İnternet kullanımı ise Özgül Patolojik (Sorunlu) İnternet Kullanımı (ÖPİK) ve Genel Patolojik (Sorunlu) İnternet Kullanımı (GPİK) olmak üzere iki alt başlığa ayrılmıştır.

#### 3.1.1 Sağlıklı İnternet Kullanımı

İnternet kullanımı iletişim, eğitim, ticaret, seyahat, alışveriş gibi çok geniş bir yelpazede bilgi erişimine olanak sağlamaktadır. Bireyler İnternet üzerinden kolayca alışveriş yapabilmekte, toplumlar arasında bilgi çok hızlı bir şekilde yayılabilmektedir (Demir, 2006: 9).

İnternet kullanımının olumlu etkileri içerisinde çocuklarda, ergenlerde hatta özgüveni düşük bireylerde bile özgüven artışı sağlanması ve bireylerin kimlik duygularının gelişimine katkıda bulunması gösterilebilir. Çünkü bireyler sanal bir ortamda kendilerini daha iyi bir şekilde ifade edebilmekte ve daha güvenli bir

ortamda hissetmektedirler (Siyez ve Baş, 2013: 141).

Sağlıklı İnternet kullanıcıları, İnternet üzerinden gerçekleştirdikleri iletişimi gerçek yaşamdaki iletişimden sağlıklı bir şekilde ayırabilmektedirler. İnternet'i bir varoluş sebebi olarak değil de onu kendilerine yardımcı bir araç olarak görmektedirler (Ögel, 2012: 116)

#### 3.1.2. Günlük Kullanımdan Sorunlu Kullanıma Geçiş

Sorunlu İnternet kullanımı bireylerin düşünce yapılarından ve davranış biçimlerinden kaynaklanmaktadır. Bu düşünceler ise farklı davranışların çeşitlenip derinleşmesinde veya uyumsuz davranışların kalıcı bir hale bürünmesinde rol oynamaktadır (Ögel, 2012: 134). Bireylerde, özellikle ergenlerde, gelişim aşamalarında değişik kimlik denemeleri yapmak, buna bağlı olarak da değişik heyecanlar aramak, risk barındıran davranışlar sergilemek ve bir ortama ait olmak, güç sahibi olmak, özgürlük peşinde koşmak, eğlence arayışı içerisinde olmak gibi psikolojik ihtiyaçları tatmin etme çabaları yoğun bir biçimde gözlenmektedir. Bu durum bütün bireyler için gerçekleşmektedir.

Yetişkin ve ergenlerde İnternet'in sunduğu anonimlik, ulaşılabilirlik ve özgürlük gibi olanaklara rahatça sahip olabilmek bireylerin gerçek yaşamlarını ihmal etmelerine sebep olmaktadır. Bu durum da bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri için İnternet'e başvurmalarına ve böylece de sağlıksız İnternet kullanımına yol açmaktadır (Çetin ve Ceyhan, 2014: 8). Bazı farklı görüşlere göre ise sorunlu İnternet kullanımı çevrimiçi mecralardaki eylemlerini kontrol etmekte güçlük çekmeye başlamaktadır (Ögel, 2012: 134).

Bireyler, aile ve arkadaşlarından sosyal destek göremediği zaman ya da arkadaşları tarafından sosyal açıdan tecrit edildiği zaman günlük İnternet kullanımından sorunlu İnternet kullanımına geçebilmektedir. Çünkü bireylerin İnternet

ortamında sahip olduğu sosyal ilişkiler ve pekiştirmeler bireyin sanal sosyal yaşamda kalma ihtiyacının daha da artmasına sebebiyet vermektedir (Ögel, 2012: 135). Yapılan araştırmalar sonucunda ise problemlerli İnternet kullanımı ve depresyon ya da yalnızlık arasında önemli ilişkiler olduğunu sonucuna ulaşılmaktadır (Caplan, 2002: 554).

### 3.1.3. Patolojik İnternet Kullanımı

Patolojik İnternet kullanımı ise özgül patolojik İnternet kullanımı (ÖPİK) ve genel patolojik İnternet kullanımı (GPİK) şeklinde iki alt dala ayrılmaktadır.

#### 3.1.3.1. Özgül Patolojik (Sorunlu) İnternet Kullanımı (ÖPİK)

Özgül patolojik İnternet kullanımı, İnternet'in bazı özelliklerini aşırı veya kötüye kullanmak anlamına gelmektedir. Birey kötü alışkanlıklarını İnternet üzerinden devam ettirmektedir. Örneğin, birey İnternet üzerinden kumar oynayıp cinsel içerikli sitelerde vakit geçirmektedir. Bu bireyler İnternet'i doğrudan kullanmak yerine, bir hedefe ulaşabilmek amacıyla kullanmayı tercih etmektedirler (Ögel, 2012: 131). Özgül patolojik İnternet kullanımının klinik ve medya alanındaki kullanımı, İnternet aracılığıyla cinsel ve kumar bağımlılığı olan bireyleri kapsamaktadır (Derin, 2013: 27).

Özgül tip İnternet kullanımı çevrimiçi bir eylem ile daha önce var olan psikopatolojik durumun bir araya gelmesinin sonucudur. Mevcut olan psikopatolojik sorunlar çevrimiçi aktiviteler sırasında ortaya çıkmaktadır. Takıntılı bir şekilde kumar oynayan bir birey, İnternet üzerinden kumar oynadığında özgül tip İnternet kullanıcısı olabilmektedir (Davis, 2001: 192).

#### 3.1.3.2. Genel Patolojik (Sorunlu) İnternet Kullanımı (GPİK)

Genel patolojik İnternet kullanımına (GPİK) sebep olan ana etken bireylerin içinde bulunduğu sosyal hayatlarıyla ilgili olmaktadır. Bireyler sosyal yaşantısında bazı eksikliklere maruz kalırlarsa bu durum bireylerde genel patolojik İnternet

kullanımına yol açmaktadır (Ögel, 2012: 132). Genel patolojik İnternet kullanıcısı belirli bir amaca dönük olmaksızın sohbet odalarında İnternet aracılığıyla uzun saatler geçirmektedir (Davis, 2001; Gönül, 2002; Ögel, 2012: 132). GPİK, bireyler tarafından yaygın bir şekilde kullanılan sohbetler ya da elektronik postaların kullanımıyla bağlantılı olmaktadır.

Bireyler içinde buldukları hayattan alamadıkları hazzı sosyal yaşamda gidermeye çalışmaktadırlar. Bu yüzden de birey sürekli İnternet ortamında vakit geçirmeye başlamaktadır. Bireyler sosyal sorumluluklarından kaçış yolu olarak İnternet kullanımını tercih etmektedirler. Bu yüzden bireyler elektronik postalarında herhangi bir hareket olup olmadığına bakmak için posta hesaplarına giriş çıkış yapmaktadırlar. Bireyler gereksiz yere herhangi bir amacı gerçekleştirmeden günlerini tamamlamaktadırlar. Böylece yapılması gereken işler, yerine getirilmesi gereken sorumluluklar birikmektedir. Bu durum ise özel hayat ve iş hayatında problemlere neden olmaktadır (Ögel, 2012: 132). Bu durumdaki bireylerin patolojik durumları önemli derecede sorun yaratmaktadır. Çünkü bu bireyler İnternet'in olmadığı ortamlarda bulunmak dahi istememektelerdir.

Bireyler henüz bağımlı duruma gelmeden önce değişik ruh hallerine bürünmektedirler ve hatalı düşünce ve davranışlar sergilemektedirler. İçinde buldukları ruh hallerini ve durumlarını ifade edecekleri bir yol bulamadıkları için çözümü İnternet'te aramaktadırlar. Bireyler yaşadıkları strese dolayısı ile daha agresif bir hal almaktadırlar ve bu durum günden güne daha kötü bir hal alıp bağımlılığa dönüşmektedir (Ögel, 2012: 133). Bu kriterlere sahip olan bireyler sorumluluklarını yerine getirmemektelerdir; örneğin “öğrencilerde alması gerekenin altında not alma, herhangi bir işte çalışanların iş performansının düşmesi” gibi İnternet'te vakit geçirmekten dolayı bireylerde “sosyal, psikolojik ve mesleki bozukluk” durumlarına rastlanmaktadır (Gürcan ve Hamarta, 2013: 103). Bireyler İnternet'e giremezlerse

kendilerini çıkmazda hissetmektedirler ve İnternet'i bu ruh halinden çıkabilmek için tek çıkış noktası olarak görmektedirler (Davis, 2001: 192-193).

#### 4. YAZIN TARAMASI

Bu bölümde yurt içi ve yurt dışında 2000-2018 yılları arasında İnternet ve sosyal medya bağımlılıklarının gençler üzerine etkilerine odaklanan çalışmalara ilişkin bir tarama gerçekleştirilmiştir. Bu amaçla, yurt içinde Dergipark'ta yer alan, yurtdışında ise Cambridge, Elsevier (Science Direct), Emerald, Oxford, Sage, Springer, Taylor & Francis, ve Wiley yayınevleri tarafından yayınlanan süreli, hakemli ve uluslararası indeksler tarafından taranan dergiler araştırma kapsamında incelemeye dâhil edilmiştir.

İlgili dergilerin 2000 – 2018 yılları arasında yayınlanan sayılarında yer alan makalelerin başlık, özet ya da anahtar kelimelerden en az ikisi içerisinde “İnternet bağımlılığı” ve/veya “sosyal medya bağımlılığı” ifadeleri yer alan makaleler öncelikle tespit edilmiştir. Ardından, ilgili makalelerin özetleri tek tek incelenerek çocuklar, ergenler, ya da gençler gibi çeşitli gruplar altında incelenen öğrencilerin İnternet / sosyal medya bağımlılıkları üzerine yapılan çalışmalar bu taramanın evrenini oluşturmuştur.

Birden fazla indekste yer alan dergilerde yer alan makalelerin filtrelenme sürecini kolaylaştırmak amacıyla taramanın indeksler üzerinden değil, belli başlı yayınevlerinin veri tabanları üzerinden gerçekleştirilmesi çalışmanın bir kısıtını oluşturmaktadır. Çalışmanın bir diğer kısıtı ise kitaplar, kitap bölümleri, konferans bildirileri ve tezlerin taramaya dâhil edilmemesidir. Ayrıca, yayın dili Türkçe ve/veya İngilizce olmakla birlikte Dergipark'ta taranan dergilerin tümü yurt içi dergiler olarak kabul edilmiştir.

Şekil 1 ve Şekil 2’de sırasıyla yurt içi ve dışında yayınlanan dergilerde yayınlanan makalelerin yıllara göre dağılımları görülmektedir. Gerek yurt içinde gerekse yurt dışında gerçekleştirilen çalışma sayısı artış trendi göstermeye devam etmekle birlikte, yurt içinde gerçekleştirilen yayın sayısındaki artış oranının yurt dışına göre daha yüksek olduğu ve 2018 itibariyle yurt dışındaki dergilere göre daha fazla çalışma yayınlandığı görülmektedir.

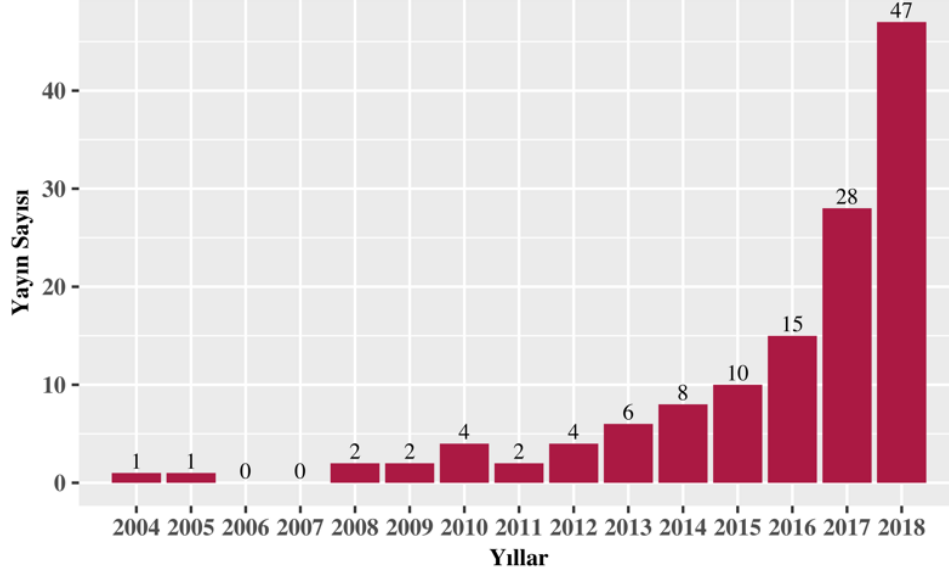
Tablo 1 ve 2’de ise çalışmaların yurt içi ve yurt dışı kaynaklı dergilere dağılımları yer almaktadır. Her iki grupta da en çok yayının yapıldığı dergilerin başında bağımlılık alanında yayınlar kabul eden dergiler yer almaktadır.

Şekil 3’te yurt içi ve yurt dışı kaynaklı dergilerde yapılan yayınların çalışma örneklemlerine göre dağılımları verilmiştir. Yurt içi çalışmaların önemli bir kısmı üniversite öğrencilerine odaklanırken, yurt dışında ergenler ve üniversite öğrencileri üzerine yayın sayısı çoğunluktadır. Ayrıca, her iki grupta da ikiyeşer çalışmaya ergenlerin yanı sıra ailelerinin de incelemeye dâhil edildiği görülmektedir.

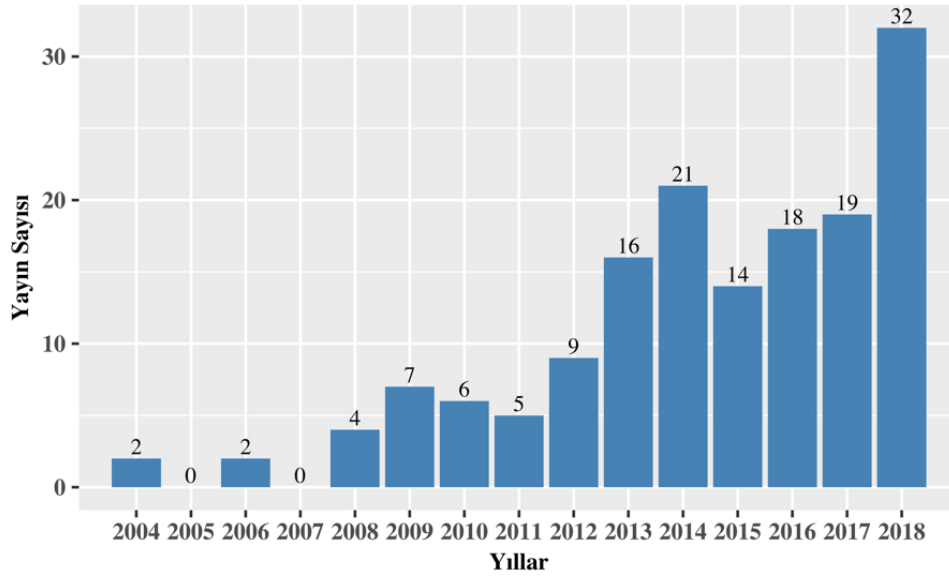
Şekil 4’te ise yayınların disiplinlere göre dağılımı yer almaktadır. Yurt içi yayınların önemli bir kısmı sosyal bilimler alanındaki disiplinlerde çalışmalardan oluşurken, yurt dışı yayınlarda sağlık bilimleri alanındaki disiplinlerde de oldukça yüksek sayıda çalışma gerçekleştirildiği görülmektedir.

Yayınlarda çalışma konularına göre dağılımları ise Şekil 5’de görülmektedir. Yapılan çalışmalar genel olarak davranış, ölçek geliştirme ve performans başlıkları altında toplanmaktadır. Yayınların önemli bir kısmını oluşturan davranışsal çalışmalarda daha çok İnternet veya sosyal medya bağımlısı öğrencilerin davranışsal değişimleri incelenmektedir. Sınırlı sayıda çalışma ise ölçek geliştirmek ya da bağımlılığın öğrencilerin performanslarına etkilerini incelemek üzere gerçekleştirilmiştir.

Şekil 1: Yurt İçi Kaynaklı Dergilerde Yer Alan Yayınların Yıllara Göre Dağılımı



Şekil 2: Yurt Dışı Kaynaklı Dergilerde Yer Alan Yayınların Yıllara Göre Dağılımı





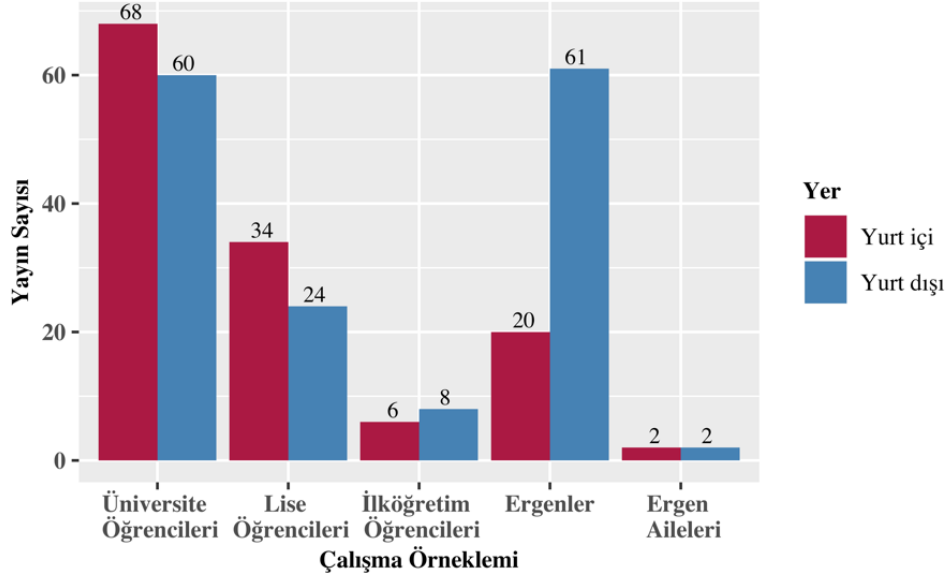
Tablo 1: Yurt İçi Kaynaklı Dergilerde Yer Alan Yayın Sayıları

Dergi Adı	Makale Sayısı	Dergi Adı	Makale Sayısı
Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying	10	Bilgi Ve Belge Araştırmaları	1
Addicta: The Turkish Journal on Addictions	7	Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi	1
Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi	6	Dicle Tıp Dergisi	1
Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi	4	Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi	1
OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi	4	e-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi	1
Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi	4	Education Sciences	1
Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi	3	Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi	1
Bağımlılık Dergisi	3	Eğitim Bilimleri Dergisi	1
Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama	3	Electronic Journal of Education Sciences	1
Kastamonu Eğitim Dergisi	3	Ejovoc	1
MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi	3	Ekonometri ve İstatistik e-Dergisi	1
Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi	2	Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi	1
Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi	2	Eurasian Journal of Educational Research	1
İlköğretim Online	2	Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi	1
Erciyes İletişim Dergisi	2	Gazi Eğitim Bilimleri Dergisi	1
Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi	2	Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi	1
İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi	2	İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi	1
İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi	2	International Journal of Educational Researchers	1
Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi	2	Inonu University Journal of the Faculty of Education	1
Öğretim Teknolojileri & Öğretmen Eğitimi Dergisi	2	International Journal of Science Culture and Sport	1
Sakarya Tıp Dergisi	2	Journal of Contemporary Medicine	1
Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi	2	International Journal of Social Sciences and Education Research	1
Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi	2	Journal of Dependence	1
Adıyaman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi	1	Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi	1
Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi	1	Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi	1
Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi	1	Konuralp Tıp Dergisi	1
Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi	1	Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi	1
Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi	1	Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi	1
Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi	1	Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi	1
Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi	1	Pamukkale Tıp Dergisi	1
Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi	1	Sakarya University Journal of Education	1
Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi	1	SDU International Journal of Educational Studies	1
Sosyal Bilimler Dergisi	1	SDÜ Sağlık Bilimleri Dergisi	1
Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi	1	Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi	1
The Journal of International Scientific Researches	1	Uluslararası Spor Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi	1
Toplum ve Demokrasi Dergisi	1	Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi	1
Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care	1	Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi	1
Türkiye Halk Sağlığı Dergisi	1	Zeynep Kamil Tıp Bülteni	1
Türkiye Spor Bilimleri Dergisi	1	Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi	1
Ulusal Eğitim Akademisi Dergisi	1		

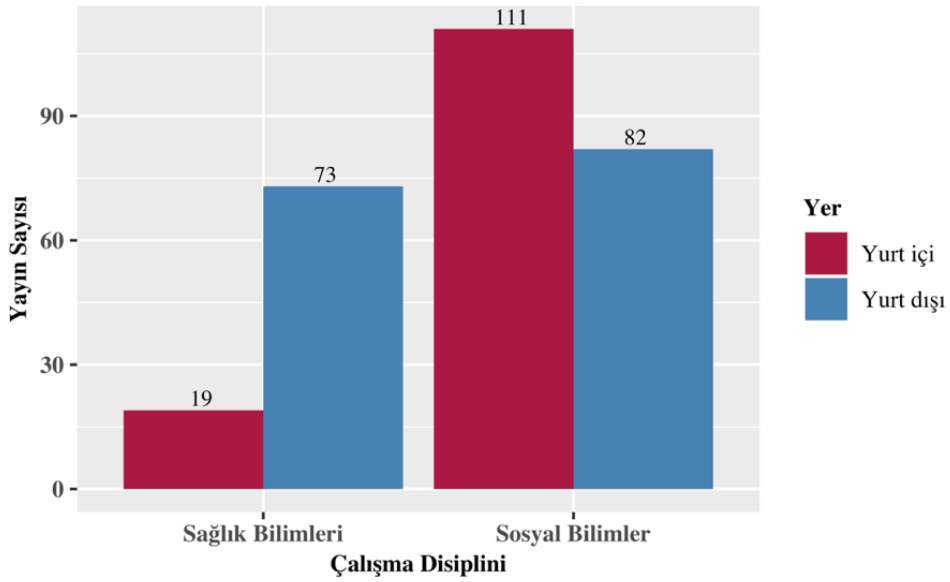
Tablo 2: Yurt Dışı Kaynaklı Dergilerde Yer Alan Yayın Sayıları

Dergi Adı	Makale Sayısı	Dergi Adı	Makale Sayısı
International Journal of Mental Health and Addiction	11	European Journal of Psychology of Education	1
Psychiatry and Clinical Neurosciences	10	Global Knowledge, Memory and Communication	1
European Journal of Public Health	8	Health Communication	1
BMC Public Health	5	Health Psychology and Behavioral Medicine	1
Addiction Research & Theory	3	Information and Communication Technology for Sustainable Development	1
Social Science Computer Review	3	International Journal of Culture and Mental Health	1
Academic Psychiatry	2	International Journal of Epidemiology	1
Addiction	2	International Journal of Mental Health Nursing	1
Asia Pacific Journal of Public Health	2	International Journal of Neuropsychopharmacology	1
Asia Pacific Psychiatry	2	Journal of Adolescent Research	1
Australian Journal of Psychology	2	International Journal of Psychology	1
BMC Psychiatry	2	Internet Addiction	1
Child and Adolescent Mental Health	2	Issues in Mental Health Nursing	1
Current Psychology	2	Journal for Specialists in Pediatric Nursing	1
Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity	2	International Journal of Psychiatry in Clinical Practice	1
International Journal of Adolescence and Youth	2	Journal of Child & Adolescent Substance Abuse	1
Internet Research	2	Journal of Child and Family Studies	1
Journal of Abnormal Child Psychology	2	Journal of Clinical Psychology	1
Journal of Sleep Research	2	Journal of Educational Computing Research	1
Pediatrics International	2	Journal of Enterprise Information Management	1
Perspectives in Psychiatric Care	2	New Media & Society	1
Psychiatric Quarterly	2	Journal of Medical Systems	1
Psychological Reports	2	Journal of Pediatric Psychology	1
Scandinavian Journal of Psychology	2	Journal of Psychoeducational Assessment	1
Journal of Computer-Mediated Communication	1	Journal of Public Health	1
Journal of Pediatric Psychology	1	Journal of Religion and Health	1
Addiction Biology	1	Journal of School Health	1
Addictive Behaviors	1	Library Review	1
Advanced Technology in Teaching	1	Medical Science Educator	1
Advances in Computer Science, Intelligent System and Environment	1	Journal of Information, Communication and Ethics in Society	1
Alcohol and Alcoholism	1	International Journal of Social Psychiatry	1
Annals of General Psychiatry	1	Nursing & Health Sciences	1
Australian & New Zealand Journal of Psychiatry	1	European Journal of Developmental Psychology	1
Australian and New Zealand Journal of Psychiatry	1	Computer Applications for Graphics, Grid Computing, and Industrial Environment	1
Behavioral and Brain Functions	1	Personality and Individual Differences	1
Behaviour & Information Technology	1	Online Information Review	1
BMC Pediatrics	1	Pediatric Obesity	1
Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health	1	Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology	1
Child and Adolescent Social Work Journal	1	School Psychology International	1
Child Indicators Research	1	Sexual Addiction & Compulsivity	1
Child Psychiatry & Human Development	1	Public Health Nursing	1
Child: Care, Health and Development	1	SpringerPlus	1
Clinical Psychological Science	1	Stress and Health	1
Cluster Computing	1	Studies in Media and Communications	1
Community Mental Health Journal	1	The Anthropologist	1
Psychiatry and Clinical Psychopharmacology	1	The Asia-Pacific Education Researcher	1
Current Psychiatry Reports	1	The Canadian Journal of Psychiatry	1
Data Science and Big Data Analytics	1	The Journal of Early Adolescence	1
Deviant Behavior	1	The Psychological Record	1
Early Intervention in Psychiatry	1	Western Journal of Nursing Research	1
Eating Disorders	1	Young Consumers	1
Obesity	1		

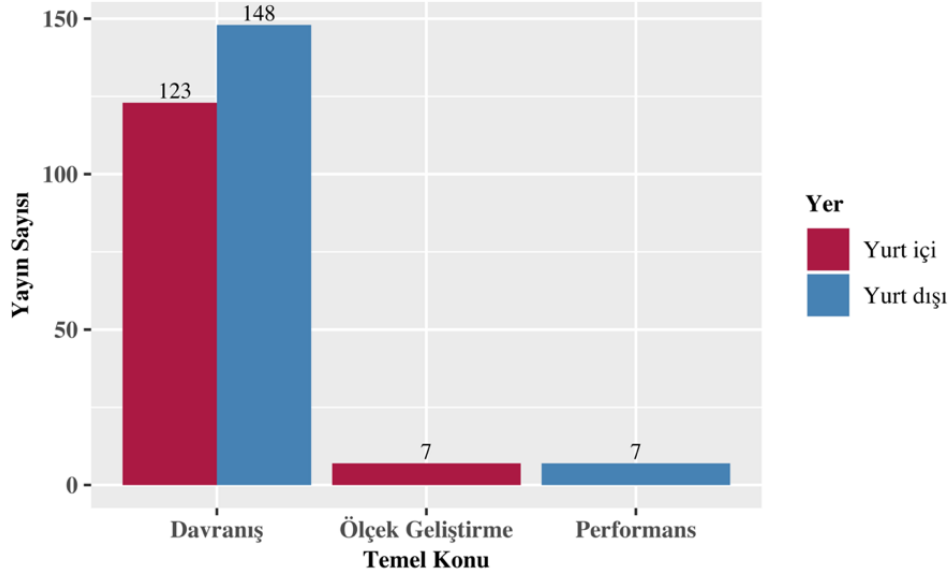
Şekil 3: Yayınların Çalışma Örneklerine Göre Dağılımı



Şekil 4: Yayınların Disiplinlere Göre Dağılımı



Şekil 5: Yapılan Yayınların Çalışma Konularına Göre Sayıları



Aşağıda, yurt içi ve yurt dışında yayınlanan çalışmalar arasından seçilen bazı araştırmaların kapsam ve bulguları kronolojik olarak yer almaktadır:

Morahan-Martin ve Schumacher (2000) İnternet bağımlılığı açısından yüksek risk taşıdıkları düşünülen 277 kolej öğrencisinde yaptıkları çalışmada patolojik İnternet kullanımı olarak adlandırdıkları davranışı incelemiştir. Araştırma sonucunda; patolojik kullanıcıların daha çok erkekler olduğu ve yoğun olarak teknolojik olarak gelişmiş sitelerde yer alan çevrimiçi oyunları tercih ettikleri ortaya konulmuştur.

Anderson (2001) üniversite öğrencilerinin İnternet kullanımlarının sosyal hayatlarını ve akademik hayatlarını nasıl etkilediğini araştırmak amacıyla toplam 1296 üniversite öğrencisi üzerine bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, İnternet bağımlısı olan bireylerin vakitlerinin çoğunu İnternet'te geçirdikleri ve yeni arkadaş edinmede, ödevlerini yapmada ve uyku düzenlerinde bağımlı olmayanlara kıyasla daha fazla sorun yaşadıkları sonuçları elde edilmiştir.

Kubey vd. (2001) tarafından yapılan bir araştırmada İnternet bağımlılığının öğrencilerde derslere geç kalma, derslerini kaçırma, derse uykusuz ve yorgun gitme gibi olumsuz sonuçlara yol açabileceği tespit edilmiştir.

Tsai ve Lin (2003) tarafından 700'den fazla Tayvanlı 16-17 yaş arasındaki lise öğrencileriyle İnternet bağımlılığı üzerine bir araştırma yapılmıştır. Yapılan araştırmada yaklaşık 60 öğrencinin İnternet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir. Bu 60 öğrenci arasından 10 öğrenci seçilip seçilen öğrencilerle derinlemesine mülakat gerçekleştirilmiştir. Görüşme yapılan öğrencilerin çoğunda İnternet bağımlılığı semptomlarına ulaşılmıştır. Ayrıca bu kişilerin aile, okul, finans ve sağlıkla ilgili sorunlar da yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Morahan-Martin ve Schumacher (2003) üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve İnternet'in sosyal kullanımı üzerine bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Bu çalışmalarında bireylerin sosyal ilişkilerini İnternet üzerinden gerçekleştirip gerçekleştiremediklerini incelemiştir. Araştırmanın sonucunda yalnızlık hisseden bireylerin sosyalleşme davranışlarını İnternet aracılığıyla sanal olarak arkadaşlar

edinerek gerçekleştirdikleri ve duygusal destek için İnternet'i bir araç olarak gördükleri sonucuna ulaşılmıştır.

DiNicola (2004) tarafından patolojik İnternet kullanımının yaygınlığı üzerine gerçekleştirilen çalışmada, yaşları 18-24 arasında değişen 731 üniversite öğrencisi incelenmiş olup dört veya daha fazla bağımlılık belirtisi gösteren öğrenciler patolojik İnternet kullanıcıları olarak değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre patolojik İnternet kullanımına daha eğilimli oldukları gözlenmiştir.

Young (2007) İnternet bağımlılığına yönelik Bilişsel Davranış Terapisi'nin etkinliği üzerine bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırmada, İnternet bağımlılığı problemi yaşayan 114 katılımcının zaman yönetimi, gelişmiş sosyal ilişkiler, gelişmiş cinsel yaşam, bireylerin motivasyonu ve sorunlu uygulamalardan kaçınma yetenekleri değerlendirilmiştir.

Gökçearslan ve Günbatar (2012) lise öğrencilerinin cinsiyet, anne ve baba öğrenim durumu, kişisel bilgisayar sahipliği ve sosyal ağları kullanım sürelerinin İnternet bağımlılığı ile ilişkili olup olmadığı tarama modeliyle incelemiştir.

Balkaya Çetin ve Ceyhan (2014) ergenlerin İnternet üzerinde kimlik arayışı denemelerini betimlemeyi ve ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının, kimlik statülerinin, heyecan arama ve yaşam doyumu düzeylerinin ergenlerin problemleri İnternet kullanım düzeylerini etkileyip etkilemediği üzerine bir çalışma yapmışlardır. Bu çalışmanın sonucuna göre ergenlerin büyük bir kısmının İnternet'te başka birisiymiş gibi davranarak kimlik denemesi yaptıkları ortaya çıkmıştır. Ayrıca ergenler çoğunlukla "insanları daha kolay tanımak için" ve "daha kolay konuşmak için" İnternet'te kimlik denemeleri yaptıklarını ifade etmişlerdir.

Kamiloğlu ve Yurttaş (2014) 1498 lise öğrencisi üzerinde yaptıkları bir alan araştırması ile öğrencilerin Facebook'tan

bilgi edinme durumlarının, ilgi duydukları bilgilerin içeriğinin, bu bilgiye ulaşma süreçlerinin ve kişisel gelişimlerine yansıtma biçimlerinin tespiti amaçlamıştır. Araştırmanın sonucu gençlerin ihtiyaç duydukları veya herhangi bir konuda bilgiyi oldukça yüksek bir oranda İnternet'ten ve özellikle Facebook'tan ulaştıklarını göstermektedir.

Tanrıverdi ve Sağır (2014) 1167 lise öğrencisi üzerine yaptıkları çalışma sonucunda lise öğrencilerinin sosyal ağ kullanım amaçlarının ve sosyal ağları benimseme düzeylerinin başarı düzeyleri üzerinde anlamlı etkilerinin olduğu belirlemiştir.

Karaaziz ve Keskindağ (2015) akıllı telefon bağımlılığı yaşayan bireylerin kişisel özellikleri, psikolojik risk faktörleri, cep telefonu ve İnternet kullanımı yaygınlığını incelemiştir. Çalışma sonucunda dışa dönük kişilik özelliğine sahip bireylerin, içe dönük kişilik özelliğine sahip bireylere oranla daha fazla akıllı telefon bağımlılığı riski altında olduklarını bildirmişlerdir.

Erden ve Hatun (2015) bilişsel-davranışçı yaklaşım temelli psikolojik danışma uygulaması aracılığıyla İnternet bağımlılığıyla başa çıkma becerileri geliştirmek ve söz konusu yaklaşımın etkililiğini sınavabilmek için 14 yaşında, İnternet bağımlısı bir kız ergenle yedi oturum gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma sonucunda, bağımlılık düzeyinde düşüş olduğu, sağlıklı İnternet kullanım davranışı kazandığı, ayrıca çalışma sonucunda okul başarısında, aile ve arkadaş ilişkilerinde olumlu yönde ilerlemeler kaydettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Ümmet ve Ekşi (2016) Türkiye'deki genç yetişkinlerde gerçek ve sanal ortamdaki yalnızlık arasındaki ilişkileri ve gerçek yaşam yalnızlığı ile sanal yalnızlığın İnternet bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisi üzerine bir araştırma yapmışlardır. Araştırma sonuçlarına göre gerçek yaşamdaki yalnızlık ile sanal ortamdaki yalnızlığın genç yetişkinlerin İnternet bağımlılığını yüksek oranda yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Altıntaş ve Öztapak (2016) ortaokul öğrencilerindeki problemlili İnternet kullanımını ile algılanan anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine yaptıkları çalışmada öğrencilerin aşırı İnternet kullanım düzeyini yüksek olarak, problemlili İnternet kullanım düzeyini ise düşük olarak tespit etmişlerdir. Öğrencilerin algıladıkları anne-baba tutumları arasındaki ilişki sonunda ise; düşük düzeyde otoriter tutum, orta düzeyde koruyucu-istekçi tutum ve yüksek düzeyde de demokratik tutum olduğu sonucuna varmışlardır.

Kayri ve Günüş (2016) yüksek ve düşük sosyo-ekonomik koşullara sahip öğrencilerin İnternet bağımlılığı açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi üzerine bir çalışma yapmışlardır. Çalışma sonucunda yüksek ve düşük sosyoekonomik düzeylere sahip öğrencilerin bağımlılık oranlarında önemli bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu yüzden de sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan ailelerin çocuklarının İnternet bağımlısı olma ihtimallerinin daha fazla olduğu ifade edilmiştir.

Doğan ve Tosun (2016) lise öğrenimi gören öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri ve sosyal ağ siteleri kullanımları ile problemlili akıllı telefon kullanımları arasındaki ilişkiler araştırmıştır. Araştırmanın sonucuna göre lise öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyleri ve problemlili akıllı telefon kullanımında cinsiyetler arasında farklılığa rastlanırken, sosyal kaygı düzeyleri ile sosyal ağ siteleri kullanımı ve problemlili akıllı telefon kullanımı arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Lise öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyleri arttıkça sosyal ağ kullanımlarının da arttığı, aynı şekilde sosyal kaygı düzeyleri arttıkça problemlili akıllı telefon kullanım düzeylerinin de arttığı ortaya çıkmıştır.

Doğan ve Karakaş (2016) 496 lise öğrencisi üzerinde bir çalışma yapmıştır. Çalışmada öğrencilerinin sosyal ilişkilerinde, aile ilişkilerinde ve duygusal ilişkilerindeki yalnızlıklarının sosyal ağ sitelerinin kullanımını yordayıp yordamadığının tespit edilmesi amaçlanmıştır. Çalışma sonucunda

romantik ilişkilerde yalnızlık ve aile ilişkilerinde yalnızlığın sosyal ağların kullanımını yordadığı fakat sosyal ilişkilerde yalnızlığın sosyal ağların kullanımını yordamadığı görülmüştür. Ayrıca romantik ilişkilerde yalnızlık ve aile ilişkilerinde yalnızlık ile sosyal ağların kullanımını arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Eroğlu ve Yıldırım (2017) üniversite öğrenimi görmekte olan, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliğinden 169, Dış Hekimliği Fakültesinden ise 99 olmak üzere toplamda 268 öğrencinin sosyal medya ağlarını kullanım amacı ve bağımlılığının uyku kalitesi ile ilişkisi araştırmışlardır. Araştırmanın sonucuna göre Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin Dış Hekimliği Fakültesi öğrencilerine göre sosyal medya ağları bağımlılıklarının daha yüksek düzeyde olduğu, uyku kalitelerinin ise daha kötü düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Demir vd. (2017) ergenlerin problemlili İnternet kullanımında anne-baba izlemesinin rolünü incelemek amacıyla İstanbul ilinde ikamet etmekte olan 14-18 yaş arasındaki 250 lise öğrencisine bir anket çalışması uygulamıştır. Çalışmanın sonucunda ise babanın eğitim düzeyi ile anne-baba bilgisayar izlemesiyle ergenlerin problemlili İnternet kullanımının anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Anne eğitim düzeyi ve cep telefonu izlemesinin model içerisinde bir katkısı bulunmamıştır.

Eroğlu ve Bayraktar (2017) 120 kişinin İnternet bağımlılığı ile ilişkili değişkenlerin belirlenmesi üzerine bir anket çalışması yapmıştır. Araştırmanın sonucunda ise cinsiyet, yaş, eğitim durumu, günlük İnternet kullanım saati, yaşam doyumu, benlik saygısı değişkenleri ile İnternet bağımlılığı arasında anlamlı herhangi bir ilişkiye rastlanmazken yalnızlık ile bilişim suçları arasında bir bağ olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yalnızlık arttıkça İnternet bağımlılığı da artmakta azaldıkça azalmaktadır.

Kılınç ve Gündüz (2017) lise öğrencilerinin sahip oldukları insani değerler ile İnternet bağımlılığı ve siber zorbalığa duyarlılık arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla farklı illerde öğrenim gören 774 lise öğrencisi üzerinde bir araştırma yapmıştır. Araştırma sonucunda İnternet bağımlılık oranı yüksek olanların insani değer puanlarının düşük olduğu sonucuna varılmıştır fakat İnternet bağımlılığı ve siber zorbalık arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Kız öğrenciler siber zorbalığa karşı duyarlılıkları erkeklerden yüksek bulunurken ailesiyle birlikte kalan öğrencinin yurttan kalanlara nazaran insani değerlerin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Müezzın (2017) lise öğrencilerinde İnternet bağımlılığının yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozulma ve sosyal izolasyon bağlamında incelenmek üzere 511 öğrenci üzerine bir anket çalışması yapmıştır. Araştırma sonucuna göre öğrencilerin büyük bir bölümünün risk ve eşik grubunda olduğu sonucuna varılmıştır ve kullanım süresiyle yoksunluk, kontrol güçlüğü, işlevsellikte bozukluk, sosyal izolasyon ve toplam İnternet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir şekilde farklılık olduğu bulunmuştur.

Şahan ve Eraslan Çapan (2017) ergenlerin kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve sosyal kaygı düzeyleri ile problemlı İnternet kullanımları arasındaki ilişkiyi incelemek üzere farklı liselerde öğrenim gören 312 öğrenci üzerine bir anket çalışması yapmıştır. Bu çalışma sonucuna göre ergenlerin problemlı İnternet kullanımları ve kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ve erkeklerin kızlardan daha baskın olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Aktürk vd. (2018) 1156 lise ve üniversite öğrencisinin katıldığı bir anket çalışması ile akıllı telefon bağımlılığı ve yalnızlık arasında herhangi bir ilişki olup olmadığını karşılaştırmak amacıyla bir çalışma yapmışlardır. Araştırma sonucunda akıllı

telefon bağımlılığı ve yalnızlık arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır.

Günay vd. (2018) üniversite öğrencilerinin İnternet bağımlılığı ve depresyon düzeylerini incelemek üzere Tıp, Mühendislik ve İktisadi ve İdari Bilimler Fakültelerinde öğrenim gören 1288 öğrenci üzerinde bir çalışma yapmışlardır. Çalışma sonucuna göre İnternet bağımlılığı puanları ve depresyon puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kırcaburun ve Griffiths (2018) kişilik ve sosyal ağ sitesi bağımlılığı arasında herhangi bir ilişki olup olmadığını incelemek üzere 752 üniversite öğrencisine anket çalışması uygulamıştır. Çalışmada Instagram'ın bağımlılık yaratan kullanımı ve bunun altında yatan faktörleri incelenmiştir. Bireylerin kendini beğenmesine kısmen Instagram bağımlılığı ile ilişkisinin aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Kim vd. (2018) Kore Ulusal Bilgi Ajansı'nın online anket sonuçlarını kullanarak Güney Kore'deki aile ortamı, öz kontrol, arkadaşlık ve ergenlerin akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Aile içi şiddete maruz kalan, irade sorunu olan ve arkadaşlık sorunu yaşayan ergenlerin akıllı telefon bağımlılığına yatkın olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Machado vd. (2018) ergenlik dönemindeki kişilerde İnternet bağımlılığı açısından risk teşkil eden davranışları incelemek üzere bir çalışma yapmışlardır. Özel ve devlet okullarında eğitim görmekte olan 12-16 yaş aralığındaki 91 ergene anket uygulanmıştır. Anket sonucunda ergenlerde bulunan İnternet bağımlılığı ve davranış sorunları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur.

Sami vd. (2018) ergenlerdeki uyku bozukluğu ve İnternet bağımlılığının intihar düşüncesi üzerindeki etkilerini araştırmak için 12-18 yaş aralığında çeşitli ortaokul ve liselerden rastgele şekilde seçilen 631 öğrenciye anket çalışması uygulamışlardır. Çalışma sonucunda intihar düşüncesi olan

ergenlerin uyku bozukluğu, İnternet bağımlılığı ve depresif belirtilere daha fazla sahip olduğu görülmüştür.

Taş (2018) ergenlerde İnternet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi üzerine İstanbul'da çeşitli liselerde öğrenim görmekte olan 421 öğrenci üzerinde bir anket çalışması uygulamıştır. Araştırma sonucunda İnternet bağımlılığı ile psikolojik belirtiler arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Anne baba tutumu, cinsiyet, yaş, sınıf değişkeni ve İnternet'te kalma süresi arasında bir bağ olduğu sonucuna varılmıştır.

Wang vd. (2018) tarafından İnternet oyun bozukluğu ve depresyon arasındaki ilişkiyi araştırmak için 14-39 yaş aralığında 7,200 kişinin katıldığı bir online anket çalışması yapılmıştır. Çalışma sonucunda depresyonun oyun bozukluğunu tetiklediği sonucuna ulaşılmıştır.

Aktan (2018) Aksaray Üniversitesi'nde öğrenim gören farklı bölümlerdeki öğrencilerin sosyal kaygı durumlarını incelemiş ve araştırma sonucunda katılımcıların sosyal medyada paylaşılan içerik, gizlilik endişesi ve öz değerlendirme kaygılarının yüksek; buna karşın etkileşim kaygılarının ise düşük olduğu ortaya konulmuştur. Araştırmada kadınların erkeklere göre sosyal medyada daha fazla sosyal kaygı düzeyine sahip oldukları sonucuna da ulaşılmıştır.

Bekdemir ve Tağrikulu (2018) Eğitim Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan 12 öğrenci ile görüşmeler yaparak sosyal medya kullanımının üniversite öğrencileri üzerindeki akademik ve sosyal etkilerini ortaya koymayı amaçlamışlardır. Görüşmelerden elde edilen veriler, sosyal medya kullanımının öğrenciler üzerinde önemli etkileri olduğunu ortaya koymaktadır.

Silkü-Bilgili (2018) 436 üniversite öğrencisinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları ile sosyal medya bağımlılık düzeylerinin ne yönde olduğunu belirlemek için bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya

bulguları öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı ile cinsiyet ve sosyal medyada aktif kalınan süre arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

Çakmak ve Müezzın (2018) sosyal medya kullanımının iletişim becerileriyle ilişkisini incelemek için 174 üniversite öğrencisiyle bir araştırma gerçekleştirmişlerdir. Araştırma sonucuna göre öğrencilerin medya ile iletişim becerileri arasında ilişki olduğuna ve sosyal medya kullanımının bir bağımlılık riski oluşturabilecek düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Deniz ve Gürültü (2018) 6 farklı okulda öğrenim gören 473 lise öğrencisinin sosyal medya bağımlılıkları üzerine bir çalışma yapmışlardır ve öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarını belirlemek amacıyla "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre lise öğrencilerinin sosyal medyaya orta seviyede bağımlı olduğu tespit edilmiştir.

Işık ve Kaptangil (2018) Bitlis Eren Üniversitesinde öğrenim gören 343 öğrencinin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ve sosyal medya kullanımının, Beş Faktör Kişilik özelliği ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda öğrencilerin kişilik özellikleri ile akıllı telefon bağımlılığı ve sosyal medya kullanımları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuş, aynı zamanda sosyal medya kullanımının akıllı telefon bağımlılığını artırdığı tespit edilmiştir.

Savcı ve Aysan (2018) kişilerarası yetkinlik, yalnızlık, olumsuz değerlendirilme korkusu, ödül ve cezanın sosyal medya bağımlılığını yordayıp yordamadığını ve sosyal medya kullanan ve kullanmayan ergenleri hangi doğruluk düzeyinde sınıflandırdığını incelemişlerdir. Araştırmanın sonuçlarına göre kişilerarası yetkinlik, yalnızlık, olumsuz değerlendirilme korkusu, ödül ve cezanın sosyal medya bağımlılığını ve sosyal medya kullanıp kullanmamayı etkilediği görülmüştür.

Taşçı ve Ekiz (2018) 228 kişinin katılımıyla sosyal medya bağımlılığını araştırmışlardır.



Araştırmada cinsiyete göre yapılan karşılaştırmalarda, kadınların erkeklere göre sosyal medya ile daha fazla meşgul olduğu ve sosyal medyadan daha çok duygusal destek aldığı, erkeklerin ise, sosyal medya ile çatışma halinde olduğu, diğer bir ifade ile olumsuz etkilendiği ortaya çıkmıştır. Yaş, günlük kullanım süresi, ne kadar süredir kullanıldığı, uygulama sayısı vs. göre de farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anlı (2018) İnternet bağımlılığı ile sosyal ve duygusal yalnızlık arasındaki ilişkiyi incelemek amacı ile lise öğrenimi gören 311 öğrenci ile bir araştırma yapmıştır. Yapılan araştırma sonucunda İnternet bağımlılığının; sosyal ilişkilerde yalnızlık, duygusal ilişkilerde yalnızlık ve aile ilişkilerinde yalnızlık ile pozitif yönlü olarak ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

## SONUÇ

Bu çalışmada bağımlılık ve bağımlılık türleri hakkında bilgi verildikten sonra öğrencilerde İnternet ile sosyal medya bağımlılığı üzerine yapılmış çalışmalara yönelik bir yazın taraması sunulmuştur. 2000 – 2018 yılları arasında akademik dergilerde yer alan çalışmaları kapsayan tarama sonucunda çalışmaların önemli bir kısmı yurt dışında yapılmış olmakla birlikte, son yıllarda yurt içindeki yayınların sayısındaki artışın ciddi oranda artış gösterdiği gözlenmiştir.

Ayrıca, alana olan ilgi artması sonucunda, son yıllarda gerek yurt içinde, gerekse yurt dışında teknoloji bağımlılığı temalı dergilerin sayısında artış yaşanmıştır. Özellikle İnternet ve sosyal medya bağımlılığının ergenler ve üniversite öğrencilerinin davranışları üzerine etkileri

üzerine yoğunlaşan çalışmaların önemli bir kısmı sosyal bilimler alanındaki disiplinler tarafından incelenirken, sağlık bilimleri alanındaki çalışmaların önemli bir kısmının özellikle yurt dışı kaynaklı dergilerde yer aldığı gözlenmektedir.

Yapılmış olan çalışmaların bulguları arasında ise önemli farklılıklar bulunmakla birlikte gençlerin yalnızlık duyguları ile patolojik İnternet kullanımı arasında pozitif yönlü ilişkisi olduğu görülmektedir. Ayrıca, çalışmaların önemli bir kısmında; İnternet kullanımı ile refah seviyesi arasında kuvvetli ilişkinin varlığı, genç erkeklerin genç kızlara göre bağımlılık belirtilerinin daha fazla ön plana çıktığı, ergenlerde bağımlılık problemlerinin zaman içerisinde artış gösterdiği, depresyon, yeme bozukluğu ve uykusuzluk gibi sorunlar yaşayan gençlerde bağımlılık belirtilerinin yüksek olduğu, kendini ifade etmekte zorlanan ve romantik ilişkilerde yalnızlık korkusu yaşayan gençlerde patolojik İnternet kullanımı görüldüğü ve bireylerin sosyal kaygı düzeyleri arttıkça sosyal ağ kullanımlarının ve problemlili akıllı telefon kullanım düzeylerinin arttığı yönünde bulgular sıklıkla yer almaktadır.

Bu bulgular ışığında, gelecekte gençlerin bağımlılığa sebep olabilecek düzeyde İnternet ve sosyal medya kullanımlarını tetikleyen faktörler ile bunları önleyici unsurların belirlenmesine yönelik çalışmalara önem ve öncelik verilmesi uygun olacaktır.

Ayrıca, araştırmaların önemli bir kısmının sınırlı sayıda katılımcı üzerinde gerçekleştirilen anket çalışmalarından oluşması sebebiyle gelecek çalışmalarda deney ve derinlemesine mülakat gibi nitel yöntemlere daha fazla verilmesi uygun olacaktır.

## KAYNAKÇA

1. AKTAN, E. (2018). "Sosyal Medya ve Sosyal Kaygı: Sosyal Medya Kullanıcıları Üzerine Bir Araştırma", Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi, 11(2): 35-53.
2. AKTÜRK, Ü. BUDAK, F. GÜLTEKİN, A. ve ÖZDEMİR, A. (2018). "Comparison Of Smartphone Addiction And Loneliness In High School And University

- Students” Perspectives in Psychiatric Care, 54(4): 564-570.
3. ALTINTAŞ, S. ve ÖZTABAK, M. (2016). “Ortaokul Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımları ile Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Eğitim Ve İnsani Bilimler Dergisi: Teori Ve Uygulama, 7(13): 109-128.
  4. ANDERSON, K.J. (2001). “İnternet Use Among College Students: An Exploratory Study”, Journal of American College Health, 50(1), 21-26.
  5. ANLI, G. (2018). “İnternet Bağımlılığı: Sosyal ve Duygusal Yalnızlık”, Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Dergisi, 3(2): 389-397.
  6. APA. (1994). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th edition (DSM-IV), American Psychiatric Association, Washington, DC.
  7. APA. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th edition (DSM-5), American Psychiatric Association, Washington, DC.
  8. ARISOY, Ö. (2009). “İnternet Bağımlılığı Ve Tedavisi”, Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 1(1): 55-67.
  9. BALKAYA ÇETİN, A. ve CEYHAN, A.A. (2014). “Ergenlerin İnternette Kimlik Denemeleri ve Problemlı İnternet Kullanım Davranışları”, Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 1(2), 5-46.
  10. BEKDEMİR, Ü. ve TAĞRİKULU, P. (2018). “Üniversite Öğrencilerinin Akademik Başarıları ve Sınıf İçi Etkileşimleri Üzerinde Sosyal Medya Kullanımının Etkisi”, Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7(1): 316-348.
  11. BOYD D.B. ve ELLISON, N.B. (2007). “Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship”, Journal of Computer-Mediated Communication, 13(1): 210-230.
  12. CAMPBELL, W.G. (2003). “Addiction: A Disease of Volition Caused by Cognitive Impairment”, The Canadian Journal of Psychiatry, 48(10): 669-674.
  13. CAPLAN, S.E. (2002). “Problematic İnternet Use And Psychological Well-Being: Development Of A Theory-Based Cognitive-Behavioral Measurement Instrument”, Computers in Human Behavior, 18(5): 553-75.
  14. ÇAKMAK, S. ve MÜEZZİN, E.E. (2018). “Sosyal Medya Kullanımının İletişim Becerileriyle İlişkinin İncelenmesi”, Yeni Medya Elektronik Dergisi, 2(3): 196-203
  15. ÇETİN, A.B. ve CEYHAN, A.A. (2014). “Ergenlerin İnternette Kimlik Denemeleri Ve Problemlı İnternet Kullanım Davranışları”, The Turkish Journal on Addictions, 1(2), 5-46.
  16. DAVIS, R.A. (2001). “A Cognitive-Behavioral Model Of Pathological İnternet Use”, Computers in Human Behavior, 17(2): 187-195.
  17. DEMİR, E. (2006). Birey ve Aile Yaşamına İlişkin Konularda İnternet Kullanımının Etkisinin Belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
  18. DEMİR, İ. YILDIZ, C. ÖZZORLU, E. KÖSE, T. ve YELKENCİ, Y. (2017). “Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımında Anne-Baba İzlemesinin Rolü”, Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi, 1(2): 103-114.
  19. DEMİRCİ, M. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Madde Bağımlılığı ve İntihar İlişkisi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
  20. DENİZ, L. ve GÜRÜLTÜ, E. (2018). “Lise Öğrencilerinin Sosyal Medya

- Bağımlılıkları” Kastamonu Education Journal, 26(2): 355-367.
21. DERİN, S. (2013). Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş, Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
22. DINICOLA, M.D. (2004). “Pathological Internet Use Among College Students: The Prevalence Of Pathological Internet Use And Its Correlates”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ohio Üniversitesi, ABD.
23. DOĞAN, U. ve KARAKAŞ, Y. (2016). “Lise Öğrencilerinin Sosyal Ağ Sitleri Kullanımının Yordayıcısı Olarak Yalnızlık”, Sakarya University Journal of Education, 6(1): 57-71.
24. DOĞAN, U. ve TOSUN, N.İ. (2016). “Lise Öğrencilerinde Problemlili Akıllı Telefon Kullanımının Sosyal Kaygı ve Sosyal Ağların Kullanımına Aracılık Etkisi”, Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 1(1): 99-128.
25. ERDEN, S. ve HATUN, O. (2015). “İnternet Bağımlılığı İle Başa Çıkmada Bilişsel Davranışçı Yaklaşımın Kullanılması: Bir Olgu Sunumu”, Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 2(1): 53-83.
26. EROĞLU, A. ve BAYRAKTAR, S. (2017). “Investigation of Variables Associated with Internet Addiction”, International Journal of Social Sciences and Education Research, 3(1): 184-199.
27. EROĞLU, O. ve YILDIRIM, Y. (2017). “Sosyal Medya Ağlarının Kullanım Amacı ve Bağımlılığının Uyku Kalitesi İle İlişkisinin İncelenmesi”, Türkiye Spor Bilimleri Dergisi, 1(1): 1-10.
28. GOLDBERG, I. (1996). “Internet Addiction Disorder”, <http://users.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html>, 15.10.2018.
29. GÖKÇEARSLAN, Ş. ve GÜNBATAR, M.S. (2012). “Ortaöğrenim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı”, Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama, 2(2): 10-24.
30. GÖNÜL, A.S. (2002). “Patolojik İnternet Kullanımı (İnternet Bağımlılığı/Kötüye Kullanımı)” Yeni Symposium, 40(3): 105-110.
31. GRIFFITHS, M.D. (2000). “Internet Addiction: Time o be Taken Seriously?” Addiction Research. 8: 413-418.
32. GÜRCAN, N. ve HAMARTA, E. (2013). “Problemlili İnternet Kullanımı ve Uyum”, s.95-114, (Ed.) KALKAN M. ve KAYGUSUZ C., İnternet Bağımlılığı Sorunlar ve Çözümler, Anı Yayıncılık, Ankara.
33. GÜNAY O., ÖZTÜRK A., ERGÜN-ARSLANTAŞ E. ve SEVİNÇ N. (2018). “Internet Addiction And Depression Levels in Erciyes University Students”, Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 31: 79-88.
34. HOLDEN, C. (2001). “Behavioral Addictions: Do They Exist?” Science, 294: 980-982.
35. IŞIK, M. ve KAPTANGİL, İ. (2018). “Akıllı Telefon Bağımlılığının Sosyal Medya Kullanımı ve Beş Faktör Kişilik Özelliği İle İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinden Bir Araştırma”, İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 7(2): 695-717.
36. KAMILOĞLU, F. ve YURTTAŞ, Ö.U. (2014). “Sosyal Medyanın Bilgi Edinme ve Kişisel Gelişim Sürecine Katkısı ve Lise Öğrencileri Üzerine Bir Alan Çalışması” Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi, 21, 129-150.
37. KARAAZİZ, M. ve KESKİNDAG, B. (2015). “Akıllı Telefonumu Seviyorum: Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Psikolojik Risk Faktörleri Üzerine

- Gözden Geçirme”, *Bağımlılık Dergisi*, 16(2): 78-85.
38. KAYRI, M. ve GÜNÜÇ, S. (2016). “Yüksek ve Düşük Sosyoekonomik Koşullara Sahip Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Açısından Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi”, *The Turkish Journal on Addictions*, 3(2): 165-183.
39. KILINÇ, İ. ve GÜNDÜZ, Ş. (2017). “Lise Öğrencilerinin Siber Duyarlılık, İnternet Bağımlılığı ve İnsani Değerlerinin İncelenmesi”, *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2): 261-283.
40. KIRCABURUN, K. ve GRIFFITHS, M.D. (2018). “Instagram Addiction and The Big Five of Personality: The Mediating Role of Self-Liking”, *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1): 158-170.
41. KIM, H-J., MIN, J-Y., MIN, K-B., LEE, T-J. ve YOO, S. (2018). “Relationship Among Family Environment, Self-Control, Friendship Quality, And Adolescents' Smartphone Addiction in South Korea: Findings From Nationwide Data”, *PLoS ONE* 13(2):1-13. e0190896.
42. KUBEY, R.W. LAVIN, M.J. ve BARROWS, J.R. (2001). “Internet Use and Collegiate Academic Performance Decrements: Early Findings”, *Journal of Communication*, 52(2), 366-382.
43. MACHADO, M-R. BRUCK, I. CAT, M.N.L. SOARES, M.C. ve SILVA, A.F. (2018). “Internet Addiction And its Correlation With Behavioral Problems And Functional Impairments – A Cross-Sectional Study”, *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 67(1): 34-38.
44. MORAHAN-MARTIN, J. ve SCHUMACHER, P. (2000). “Incidence and Correlates Of Pathological Internet Use Among College Students” *Computers in Human Behavior*, 16(1): 13-29.
45. MORAHAN-MARTIN, J. ve SCHUMACHER, P. (2003). “Loneliness and Social Uses of the Internet” *Computers in Human Behavior*, 19(6): 659-671.
46. MÜEZZİN, E. (2017). “Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yoksunluk, Kontrol Güçlüğü, İşlevsellikte Bozulma ve Sosyal İzolasyon Bağlamında İncelenmesi”, *Sakarya University Journal of Education*, 7(3): 541-551.
47. O'REILLY, M. (1996). “Internet Addiction: A New Disorder Enters The Medical Lexicon”, *CMAJ*, 154(12):1882-1883.
48. ÖGEL, K. (2001). *İnsan, Yaşam ve Bağımlılık; Tartışmalar ve Gerçekler*, IQ Kültür Sanat Yayıncılık, İstanbul.
49. ÖGEL, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak*, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul.
50. ÖZTÜRK, Ö. ODABAŞIOĞLU, G. ERASLAN, D. GENÇ, Y. ve KALYONCU, Ö.A. (2007). “İnternet Bağımlılığı: Kliniği Ve Tedavisi”, *Bağımlılık Dergisi*, c. 8, S. 1, s. 36-41.
51. SAMI, H. DANNIELLE, L. LIHI, D. ELENA, S. (2018). “The Effect Of Sleep Disturbances And İnternet Addiction On Suicidal Ideation Among Adolescents in The Presence of Depressive Symptoms”, *Psychiatry Research*, 267: 327–332
52. SAVCI, M. ve AYSAN, F. (2018). “#Kişilerarası Yetkinlik, Yalnızlık, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Ödül Ve Cezanın Sosyal Medya Bağımlılığını Yordama ve Sosyal Medya Kullanan-Kullanmayan Ergenleri Doğru Sınıflandırma Düzeyi” *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5(3): 431–471.
53. SHAPIRA, N.A., LESSIG, M.C., GOLDSMITH, T.D., SZABO, S.T. , LAZORITZ, M., GOLD, M.S. ve STEIN, D.J. (2003). “Problematic Internet Use: Proposed Classification

- and Diagnostic Criteria”, *Depression and Anxiety*, 17(4): 207-216.
54. SİYEZ, D.M. ve UZ BAŞ, A. (2013). “İnternet Bağımlılığı ve Psikososyal Faktörler”, s.115-150, (Ed.) KALKAN M. ve KAYGUSUZ, C., *İnternet Bağımlılığı Sorunlar ve Çözümler*, Anı Yayıncılık, Ankara.
55. SİLKÜ-BİLGİLİER, H.A. (2018). “Sosyal Medya Kullanımı ile Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma: Ege Üniversitesi Örneği”, *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(4): 351-369.
56. ŞAHAN, M. ve ERASLAN ÇAPAN, B. (2017). “Ergenlerin Problemleri İnternet Kullanımında Kişilerarası İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmaların ve Sosyal Kaygının Rolü”, *Ege Eğitim Dergisi*, 18(2): 887-913.
57. TANRIVERDİ, H. ve SAĞIR, S. (2014). “Lise Öğrencilerinin Sosyal Ağ Kullanım Amaçlarının ve Sosyal Ağları Benimseme Düzeylerinin Öğrenci Başarısına Etkisi”, *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(18): 775-822.
58. TARHAN, N. ve NURMEDOV, S. (2013). *Bağımlılık: Sanal veya Gerçek*. Timaş Yayınları, 2.Baskı, İstanbul.
59. TAŞ, İ. (2018). “Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Psikolojik Belirtilerin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, c. 6(1): 31-41.
60. TAŞÇI, B. ve EKİZ, S. (2018). “Serbest Zaman Aktivitesi Olarak Sosyal Medya Bağımlılığı”, 2. Uluslararası İletişimde Yeni Yönelimler Konferansı: Eğlence ve Ürün Yerleştirme, 224-235
61. TSAI, C. ve LIN, S. (2003). “Internet Addiction of Adolescents in Taiwan: An Interview Study”, *Cyberpsychology ve Behavior*, 6(6): 649-652.
62. TUTGUN ÜNAL, A. (2015), *Sosyal Medya Bağımlılığı: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma*, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
63. UZBAY, İ.T. (2009). “Madde Bağımlılığının Tarihçesi, Tanımı, Genel Bilgiler ve Bağımlılık Yapan Maddeler” *Türk Eczacıları Birliği Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*, 21-22: 5-15.
64. ÜMMET, D. ve EKŞİ, F. (2016). “Türkiye’deki Genç Yetişkinlerde İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Sanal Ortam Yalnızlık Bağlamında Bir İnceleme”, *Addicta: The Turkish Journal On Addictions*, 3(1): 29-53.
65. WANG, H.R. CHO, KIM, H.D. (2018). “Prevalence And Correlates Of Comorbid Depression in A Nonclinical Online Sample With Dsm-5 Internet Gaming Disorder”, *Journal of Affective Disorders*, 226: 1-5.
66. YOUNG, K.S. (1996). “Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder”, *CyberPsychology and Behavior*, 1(3): 237-244.
67. YOUNG, K.S. (1999). “Internet Addiction: Symptoms, Evaluations and Treatment. In *Innovations in Clinical Practice: A Source Book*”, Edited by VandeCreek L, Jackson TL. Sarasota, FL: Professional Resource Press, c. 17, s. 19-31
68. YOUNG, K.S. (2007). “Cognitive Behavior Therapy with Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications”, *CyberPsychology and Behavior*, 10(5), 671-679.