

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI, YALNIZLIK VE ALGILANAN SOSYAL DESTEK

Vesile OKTAN

Karadeniz Teknik Üniversitesi, Fatih Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ABD, Trabzon

İlk Kayıt Tarihi: 23.01.2014

Yayına Kabul Tarihi: 17.02.2014

Özet

Günümüzde internetin bir iletişim, eğlence ve bilgi kaynağı aracı olarak kullanımı hızlı bir biçimde artış göstermektedir. İnternet insan yaşamını olumlu yönde etkilemekle birlikte, bazı olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir. Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin problemli internet kullanımı ile yalnızlık ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Çalışmada araştırma grubunu, Karadeniz Teknik Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 319 kız 144 erkek olmak üzere toplam 463 öğrenci oluşturmuştur. Veriler; Problemli İnternet Kullanımı Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği ile elde edilmiştir. Verilerin analizinde çoklu regresyon analiz yöntemlerinden hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Bulgular; bir günde internette geçirilen süre vecinsiyet gibi bireysel özellikler, algılanan sosyal destek ve yalnızlık değişkenlerinin, problemli internet kullanımının anlamlı yordayıcıları olduklarını göstermiştir.

Anahtar sözcükler: Problemli internet kullanımı, yalnızlık, algılanan sosyal destek.

PROBLEMATIC INTERNET USE, LONELINESS AND PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AMONG UNIVERSITY STUDENTS

Abstract

Nowadays, the use of the internet as a communication and information source has been rapidly increasing. As much as the internet has a positive impact on human life, it also brings about some problems. This study aims to explore the relationship between the university students' problematic internet use, loneliness and their perceived support scores. In this study, the participants were a total of 463 students (319 females and 144 males) studying in different departments at Karadeniz Technical University. Problematic Internet Usage Scale, Multidimensional Scale of Perceived Support, and UCLA Loneliness Scale were utilized as the measuring instruments. According to the results are a significant predicting problematic

internet usage, perceived social support, loneliness, gender, and time spent on-the-net per day.

Keywords: *Problematic internet use, Loneliness, Perceived social support*

1. Giriş

İnternet, insanların bilgiye çok kısa zamanda ulaşmasını ve diğer insanlarla çok hızlı bir şekilde iletişim kurabilmesini sağlayarak, insan yaşamına önemli katkılar sunan bir iletişim aracıdır. İnternetin gün geçtikçe artan kullanım yaygınlığı, insan yaşamını olumlu yönde etkilemekle birlikte bazı olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir. Bazı kullanıcılar uzun bir süre internette kalmakta ya da günlük yaşamlarına ilişkin etkinlikleri ihmal edecek, geciktirecek veya erteleyecek bir biçimde interneti kullanabilmektedirler. Bu kullanıcılar, sağlıklı internet kullanım davranışı nedeniyle giderek yaşamlarında daha çok sorunla ve psikolojik bozulmalar ile karşılaşır hale gelmektedirler.

Problemlili internet kullanımı kavramı, bireylerin internet kullanımından dolayı yaşamlarının aile ve iş gibi önemli boyutlarında yaşanan bozulmalar, sürekli olarak kullanımı kontrol etmede yaşanan başarısızlık ve kompulsif kullanım ile tanımlanmaktadır (Kim ve Davis, 2009). Uzun süreli internet kullanımının, yalnızlık, depresyon, toplumsal ilişkilerde zayıflama ve yakın arkadaş ilişkilerinde azalmayla beraber sosyal ortamlardan uzaklaşma gibi bazı sorunlara neden olduğu birçok araştırmayla belirlenmiştir (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Sanders ve diğ., 2000; Pawlak, 2002; Ceyhan ve Ceyhan, 2008).

Yalnızlık, bireyin arzu ettiği ilişkileri kurmada kendini kişisel olarak yetersiz hissettiğinde ortaya çıkan ve istenilen kişilerarası ilişkiler ile var olan kişilerarası ilişkiler arasında fark yaşandığında hissedilen bir durumdur (De Jong-Gierveld, 1998). Yalnızlığın temelinde, yaşanan sosyal ilişkilerin yetersizliği ve bu ilişkilerden alınan doyum düzeyinin düşüklüğü bulunmaktadır. Yalnızlık ile problemlili internet kullanımı arasındaki ilişkiye dikkati çeken birçok araştırma mevcuttur (Caplan, 2002; Morahan-Martin ve Schumacher, 2003; Caplan, 2006; Özcan ve Buzlu, 2007). Bazı araştırmacılar problemlili internet kullanımı yalnızlık düzeyini arttırmadığını, yalnızlık sonucunda problemlili internet kullanımının ortaya çıktığını belirtirken (Amichai-Hamburger ve Ben-Artzi, 2003; Morahan-Martin ve Schumacher, 2003; Ceyhan ve Ceyhan, 2008), bazı araştırmacılar ise yalnızlığın problemlili internet kullanımının bir sonucu olduğunu öne sürmektedirler (Kraut ve diğ., 1998; Morahan-Martin, 1999).

Algılanan sosyal destek ile ilgili olarak da, aynı şekilde neden sonuca ilişkin farklı araştırma sonuçlarına rastlanmaktadır. Sosyal destek, bireyin sorunlarının çözümünde, önlenmesinde ve tedavisinde ve böylece ruh sağlığını koruyabilmesinde farkında olduğu güçlü kaynaklardır. Lepore, Evans ve Schneider (1991)'a göre ise bireylerin sevdiklerine, korunduklarına inandıkları bir sosyal sisteme bağlanması, gerçek kabul ettikleri yardımı sağlamaları veya önemli, değerli bulunduğu sosyal gruba bağlılık geliştirmeleri olarak tanımlanmaktadır. Artan veya yaygınlaşan internet kullanımıyla birlikte, internet bireylerin başkalarından destek aradığı kaynaklardan biri haline

gelmektedir. Problemlı internet kullanımı ile sosyal destek arasında negatif bir ilişki bulunurken, düşük sosyal desteğin de problemlı internet kullanımı açısından risk faktörlerinden biri olabileceği görüşü ortaya koyulmuştur (Özcan ve Buzlu, 2005; Chen, Li, ve Long, 2007).

Türkiye’de internet kullanıcılarının yaş grubu son derece dikkat çekicidir (Şahin, 2012). Türkiye İstatistik Kurumu’nun verilerine göre interneti en sık kullanan bireyler 16–24 yaşları arasında olan gençler ve genç yetişkinlerdir (TUİK, 2007). Dolayısıyla bu yaş grubundaki bireyler problemlı internet kullanımı için bir risk grubu olarak kabul edilebilir. Bu araştırmada, bu yaş aralığının önemli bir bölümünü oluşturan ve internet kullanımının yaşamlarında önemli bir yer tuttuğu üniversite öğrencileri arasında problemlı internet kullanımı, yalnızlık ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır.

2. Yöntem

Model

Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan bazı değişkenleri incelemeyi amaçlayan bu araştırma ilişkisel tarama modeli bir yordama çalışması niteliğindedir.

Araştırma grubu

Araştırmanın grubunu 2011-2012 Eğitim öğretim yılında, Karadeniz Teknik Üniversitesi’nin farklı bölümlerinde (Matematik öğretmenliği, fizik öğretmenliği, biyoloji öğretmenliği, kimya öğretmenliği, orman mühendisliği, peyzaj mimarlığı ve işletme) öğrenim gören ve tesadüfi olarak seçilmiş 319 kız 144 erkek olmak üzere toplam 463 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin yaşlarının aritmetik ortalaması 20.31 (S=0,43)’dir.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada ölçme aracı olarak Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği (PİKÖ), Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ), UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği (PİKÖ): Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan (2007) tarafından, internetin sağlıklı ve sağlıksız olarak kullanım düzeylerini ortaya koymak amacıyla geliştirilmiştir. 33 maddeden oluşan ölçekten alınabilecek yüksek puanlar, bireylerin internet kullanımlarının sağlıksızlaştığının, internetin yaşamlarını olumsuz bir şekilde etkilediğinin ve bağımlılık gibi bir patolojiye eğilim oluşturabileceğinin işareti olarak değerlendirilmelidir. Ölçeğin değerlendirilmesinde 1 ile 5 arasında puan verilmektedir. Toplam puan 33 ile 165 arasında değişmektedir. PİKÖ ile Davis’in İnternette Bilişsel Durum Ölçeği Türkçe adaptasyonu (Özcan ve Buzlu, 2005) arasındaki korelasyon 0.61 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı ise 0.94 olarak elde edilmiştir. Madde toplam puan güvenilirliği katsayıları ise 0.31 ile 0.70 arasındadır (Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan, 2007).

UCLA Yalnızlık Ölçeği (UYÖ): Bireylerin yalnızlık durumlarını değerlendirmek üzere Russel, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen ölçeğin, Türkçe uyarlama çalışmaları Demir (1989) tarafından yapılmıştır. 20 maddeden oluşan dörtlü Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin 72 denek üzerinde, beş hafta ara ile uygulanan test-tekrar test puanları arasındaki korelasyon katsayısı, .94, ölçeğin güvenilirlik katsayısı ise .96 olarak belirlenmiştir. 44 ve üzerinde puan alan bireyler “yalnız” olarak değerlendirilmiştir (Demir, 1989).

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ): Eker, Arkar ve Yıldız (2001) tarafından geliştirilmiş, üç farklı kaynaktan alınan sosyal desteğin yeterliliğini öznel olarak değerlendiren bir ölçektir. Aile, arkadaş ve özel bir insandan (aile ve arkadaşların dışında kalan bir kişi) alınan destek üç farklı kaynağı oluşturmaktadır. 12 maddeden oluşan bir ölçektir. Her madde 7 aralıklı bir ölçek kullanılarak derecelendirilmektedir. Her alt ölçekteki dört maddenin puanlarının toplanması ile alt ölçek puanı elde edilmekte ve bütün alt ölçek puanlarının toplanması ile de ölçeğin toplam puanı elde edilmektedir. Elde edilen puanın yüksek olması algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu ifade eder. Ölçeğin yapılan güvenilirlik çalışmasında Cronbach alfa yöntemi kullanılmış ve değerler üç farklı örneklem grubu için 0.80 ile 0.95 arasında değişmiştir. Alt ölçekler kabul edilir düzeyde iç tutarlılığa sahiptir. Ölçeğin geçerlik çalışması, yine üç farklı örneklem grubunda ve UCLA Yalnızlık Ölçeği, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Belirti Tarama Listesi ve Beck Umutsuzluk Ölçeği ile korelasyonlara bakılarak gerçekleştirilmiştir. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin diğer ölçekler ile korelasyonları 0.50 ile 0.73 arasında değişmektedir (Eker, Arkar ve Yıldız, 2001).

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyet, yaş, internette kalış süresi ve interneti kullanım amacı gibi çeşitli bilgileri araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ile elde edilmiştir.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Ölçme araçları ve Kişisel Bilgi Formu araştırmacı tarafından öğrencilere gruplar halinde sınıf ortamında uygulanmıştır. Uygulamadan önce araştırmanın amacı ve ölçme araçlarının ne şekilde cevaplanacağı konusunda gerekli açıklamalar yapılmıştır.

Verilerin çözümlenmesinde SPSS 16.0 programından yararlanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ve hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır.

3. Bulgular

Araştırmanın temel problemi hiyerarşik regresyon analizi ile test edilmeden önce değişkenler arası ilişkiler incelenmiş ve Pearson korelasyon katsayıları incelendiğinde üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımını puanları ile algılanan sosyal destek, yalnızlık, değişkenleri arasında anlamlı düzeyde ilişkinin olduğu bulunmuştur. Sonuçlar Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Üniversite öğrencilerinin problemlı internet kullanımı, sosyal destek ve yalnızlık düzeyleri arasındaki korelasyon sonuçları

	1	2	2
1.Problemlı internet kullanımı	1	,217(**)	-,133(**)
2. Sosyal destek		1	-,084
3.Yalnızlık			1
Ortalama	140,47	65,51	48,64
Standart sapma	17,218	13,42	5,04

** $p < 0.01$

Yapılan analiz sonuçlarına göre Problemlı internet kullanımı ile çok boyutlu sosyal destek ($r = .217$, $p < 0.01$) ile olumlu yönde, yalnızlık ile olumsuz yönde ($r = -.133$, $p < 0.01$) anlamlı korelasyonlar olduğu belirlenmiştir.

Araştırmada, sosyal desteğin, yalnızlığın, bir günde internette geçirilen sürenin ve cinsiyetin problemlı internet kullanımının yordayıcıları olup olmadığını incelemek için, değişkenler önce çoklu regresyon analizine alınmış ve $R = 615$; $R^2 = 36.2$ olarak bulunmuştur. Anlamlı olan bu modelde ($F = 22.624$; $p < .001$) problemlı internet kullanımının yordayıcısı olan değişkenleri bulmak için t-değerleri incelenmiştir. T-değerleri anlamlı olan değişkenlerin standardize edilmiş beta değerlerine göre en büyükten küçüğe doğru sıralandığında bir günde internette geçirilen süre (3-4 saat ve 5-7 saat), ve cinsiyet gibi bireysel özellikler, algılanan sosyal destek, ve yalnızlık üniversite öğrencilerinin problemlı internet kullanımı puanlarının anlamlı yordayıcıları oldukları bulunmuştur. Sonuçlar Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2. Üniversite öğrencilerinin problemlı internet kullanımı puanlarının yordanmasına ilişkin hiyerarşik regresyon analizi sonuçları

		Bir günde internette geçen süre			Sosyal destek puanları	Yalnızlık puanları
		5-7 saat	3-4 saat	Cinsiyet (Kadın)		
1. Aşama	β	.487	.234			
	t	11.462	5.503			
	p	.001	.001			
R= .487; F=69.01 R ² = .229; p=.001						
2. Aşama	β	.475	.231	-.189		
	t	11.444	5.575	-4.702		
	p	.001	.001	.001		
R= .528; F=43.92 R ² =.273; p=.001						

		Bir günde internette geçen süre			Sosyal destek puanları	Yalnızlık puanları
		5-7 saat	3-4 saat	Cinsiyet (Kadın)		
3. Aşama	β	.479	.235	-.187	-.196	
	t	11.839	5.813	-4.776	-5.015	
	p	.001	.001	.001	.001	
R= .563; F=42.04 R ² = .309; p=.001						
4. Aşama	β	.473	.233	-.202	-.183	143
	t	11.876	5.842	-5.203	-4.732	3.692
	p	.001	.001	.001	.001	.001
R=.580; F=38.28 R ² =.328 ; p=.001						

Tablo 2'ye bakıldığında problemlı internet kullanımı puanlarının yaklaşık %23'ünü açıklayan bir günde internette geçirilen süre (3-4 saat ve 5-7 saat) değişkeni bir grup değişkeni olarak 1. aşamada analize alınmıştır. Bu değişken ile problemlı internet kullanımı arasındaki ilişkinin pozitif olduğu ve anlamlı bir model (F=69,01; p<,001) sunduğu görülmektedir. 2. Aşamada açıklanan varyansa en fazla ikinci katkıyı getiren bireysel özellikler (cinsiyet) değişkeni de bir grup değişkeni olarak analize alınmıştır. Bu değişkenin dahil edilmesiyle açıklanan varyansa %4,4'lük bir artış getirerek model problemlı internet kullanımı puanlarının %27'sini açıklar duruma gelmiştir. Ayrıca Tablo 2'ye bakıldığında bu değişken ile problemlı internet kullanımı puanları arasındaki ilişkinin negatif yönde olduğu ve anlamlı bir model (F=43,92; p<,001)sunduğu görülmektedir. 3. Aşamada ise varyansa üçüncü sırada katkı yapan algılanan sosyal destek puanları modele dahil edilmiştir. Bu değişkenin dahil edilmesi açıklanan varyansa %3,6'lık bir artış getirerek model, problemlı internet kullanımı puanlarının %31'ini açıklar duruma gelmiştir. Tablo 2'ye bakıldığında bu değişken ile problemlı internet kullanımı puanları arasındaki ilişkinin negatif yönde olduğu ve anlamlı bir model (F=42,04; p<,001)sunduğu görülmektedir. 4. Aşamada toplam varyansa en fazla ikinci katkıyı getiren yalnızlık puanları analize alınmıştır. Bu değişkenin modele dahil edilmesiyle toplam varyansa %1,9'luk bir artış getirerek problemlı internet kullanımı puanlarının yaklaşık %33'ü açıklanır duruma gelmiştir. Tablo 2'ye bakıldığında bu değişken ile problemlı internet kullanımı puanları arasındaki ilişkinin pozitif yönde olduğu ve anlamlı bir model (F=38,28; p<,001) sunduğu görülmektedir. İlk ikisi grup değişkeni olan bu dört değişkenli modelin birlikte problemlı internet kullanımında açıkladıkları ve bütün modelin anlamlı olduğu görülmektedir.

4. Tartışma

Araştırmanın temel problemine dayalı olarak bulgularına bakıldığında üniversite öğrencilerinin problemlı internet kullanımı puanları öncelikle "bir günde internette geçen süre" ile yordanmaktadır. Buna göre, günde 3 saat ve daha fazla bir süre internette kaldığında problemlı internet kullanımının da arttığını, internette kalma

süresinin problemlı internet kullanımının önemli bir ölçütü ve yordayıcısı olduğunu belirtmek mümkün görünmektedir. Bu bulgu yapılan çalışmalarla tutarlı bulunmuştur. Durndell ve Haag (2002), internet kullanım süresinin artışıyla problemlı internet kullanımının da arttığını belirtmiştir. Morahan-Martin ve Schumacher (2000), yaptıkları çalışmada problemlı internet kullanıcılarının haftada ortalama 8,5 saat internette kaldıklarını belirtmişlerdir. Ancak patolojik internet kullanımının internet kullanım süresinden çok internete gömülme (absorbsiyon) ve olumsuz sonuçlarla daha yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir. Rotunda ve arkadaşları (2003) internet kullanımının aşırı, patolojik veya bağımlılık düzeyinde olduğunu söyleyebilmek için sadece internet kullanım süresinin belirleyici faktör olarak ele alınmasının yanıltıcı olabileceğini, yalnızca internet kullanım süresine bakmanın internetin hangi bağlamda kullanıldığını ve internet kullanımıyla ilişkili diğer faktörlerin göz ardı edilmesine yol açabileceğini de ifade etmişlerdir.

Araştırmada problemlı internet kullanımı için ikinci önemli yordayıcı cinsiyet olarak görülmüştür. Bulgular, kadınların problemlı internet kullanımı puanlarının daha az olduğunu göstermektedir. Literatürde yer alan çalışmalardan ağırlıklı olarak sonuçlar araştırmada elde edilen sonuca paralel şekilde kadınların erkeklerden daha az problemlı internet kullanımı gösterdiğini belirtirken (Armstrong, Phillips ve Saling, 2000; Chou ve Hsiao, 2000; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Koch ve Pratarelli, 2004; Wu ve Tsai, 2006; Ferraro ve diğ., 2007; Özcan ve Buzlu, 2007; Mythily, Qiu, ve Winslow, 2008), bazı çalışmalarda da problemlı internet kullanımının cinsiyete göre farklılaşmadığı belirtilmektedir (Pawlak, 2002; Hills ve Argyle, 2003; Bayraktar ve Gün, 2007; Jang, Hwang ve Choi, 2008). Az sayıda çalışmada ise internet bağımlılığının kadınlarda daha fazla görüldüğü belirtilmektedir (Griffiths ve Dancaster, 1995; Griffiths, 1996; O'Reilly, 1996).

Araştırmadan elde edilen bir diğer sonuç, yalnızlığın problemlı internet kullanımını yordayıcılarından biri olduğudur. Problemlı internet kullanımı ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi ortaya koymaya çalışan birçok çalışma, problemlı internet kullanımı ve yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki olduğuna işaret etmiştir (Sanders ve diğ., 2000; Shaw ve Gant, 2002; Whang, Lee ve Chang, 2003; Ceyhan ve Ceyhan, 2008)

Yapılan bazı çalışmalar, interneti patolojik düzeyde kullananların daha yalnız olduklarını (Morahan-Martin, 1999; Chou ve Hsiao, 2000; Caplan, 2002; Kraut ve diğ., 2002; Pawlak, 2002; Whang, Lee ve Chang, 2003; Nalwa ve Anand, 2003; Engelberg ve Sjöberg, 2004) ortaya koymuşlardır. Morahan-Martin (1999), problemlı internet kullanımının internette geçirdikleri zamanın yüz yüze iletişime, diğer sosyal etkinliklere zarar verdiğini, aşırı internet kullanımının bireyi toplumdan ve gerçek dünyadan yalıtarak aidiyet duygusundan mahrum bıraktığını belirtmişlerdir. Chou ve Hsiao (2000) yaptıkları çalışmada, internetin sosyal yalnızlaşmaya neden olarak gerçek sosyal ilişkileri azalttığını ve problemlı internet kullanımına sahip bireylerin daha yüksek düzeyde yalnızlık bildirdiklerini bulmuşlardır.

Diğer yandan bazı araştırmalar da internet kullanımının yalnızlığı arttırmaktan daha çok kendini yalnız hisseden bireylerin internet bağımlısı olmaya daha eğilimli olduklarını öne sürmüşlerdir (Kraut ve diğ., 1998; Amichai-Hamburger ve Ben-Artzi,

2003; Caplan, 2006; Subrahmanyam ve Lin, 2007; Ceyhan ve Ceyhan, 2008). Morahan- Martin ve Schumacher (2000) yalnız insanların daha çok internet kullandıkları ve interneti daha çok başkalarıyla iletişim kurmak, yeni insanlarla tanışmak ve duygusal destek almak için kullandıklarını bildirmiştir. Caplan (2006), yalnız yaşayan bireylerin problemleri internet kullanımına daha yatkın olduklarını belirtmiştir. Yalnız yaşayan kişiler sosyal desteği internetteki sosyal aktivitelerle sağlamakta ve bu tür aktivitelerle kişi keyif ve rahatlama hissetmektedir. Bu durum kişinin tekrar internetle meşgul olması ihtimalini arttırmaktadır. Bu nedenle yalnızlığın problemleri internet kullanımını tetikleyen en önemli faktörlerden biri olduğunu ifade etmiştir. Sonuçlara bakarak, problemleri internet kullanımı ile yalnızlık arasındaki ilişkide neden- sonuç ilişkisi kurmaya çalışmak mümkün görünmemektedir. Bunun yerine yalnızlık ve problemleri internet kullanımının ortaklaşa etkisi üzerinde durmak daha anlamlı olacaktır.

Yalnızlık kavramı sosyal ve duygusal yalnızlık olmak üzere iki boyutta ele alınmaktadır. Duygusal yalnızlık bireyin yaşamındaki özel kişilerin kaybı durumunda yaşanmaktadır. Sosyal yalnızlık ise genel arkadaşlıkların kurulamamasını ifade etmektedir. Moody (2001), yaptığı çalışmada internette kurulan yüz yüze yüksek düzeyde iletişim ile düşük düzeyde sosyal yalnızlığın ve yüksek düzeyde duygusal yalnızlığın ilişkili olduğunu belirtmiştir. Dolayısıyla problemleri internet kullanımı ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaların bu iki tür yalnızlık bağlamında ele alınması faydalı olacaktır.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu, problemleri internet kullanımı ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkidir. Araştırma sonucuna göre problemleri internet kullanımı ile algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Literatüre bakıldığında problemleri internet kullanımı ve algılanan sosyal destek arasında hem negatif hem de pozitif yönde ilişkilerin olduğunu gösteren çalışmalara rastlamak mümkündür. Problemleri internet kullanımı ve algılanan sosyal destek arasında negatif yönde ilişkinin varlığını ortaya koyan birçok çalışma mevcuttur (Kiesler ve Kraut, 1999; Armstrong, Phillips ve Saling, 2000; Kraut ve diğ., 2002; Özcan ve Buzlu, 2005; Mossbarger, 2008). Kraut ve arkadaşları (1998) yaptıkları bir çalışmada, internetin sosyal bağ kurma amacıyla kullanımı arttıkça, bireylerin aileleri ve arkadaşlarıyla olan temasının azaldığını; internet kullanımı ve algılanan sosyal destek arasında olumsuz bir ilişki olduğunu bildirmişlerdir (Kraut ve diğ., 1998). Algılanan sosyal destek düzeyi düşük öğrencilerde problemleri internet kullanımının görülme oranının yüksek olduğu (Li ve Chung, 2006) ve düşük sosyal desteğin problemleri internet kullanımı için risk faktörleri arasında yer aldığı ifade edilmektedir (Chen, Li ve Long, 2007). Bu durumda ergenlerin kendileri için önemli bireylerden algılanan sosyal desteklerinin artırılması, problemleri internet kullanımının giderilmesinde bir önlem olarak belirtilebilir.

Literatürde problemleri internet kullanımı ve algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu gösteren çalışmalara da rastlanmaktadır (Winzelberg, 1997; Silverman; 1999; Shaw ve Gant, 2002). Ergenlerin yoğun internet kullanma nedenlerine ilişkin yapılan bir çalışmada, interneti bilgi edinmekten daha çok arkadaşlarıyla çevrimiçi oyunlar oynamak veya sohbet odalarında arkadaşları ve ya-

bancılarla konuşmak amacıyla kullandıkları görülmüştür. Bu durum, onların arkadaşlarından duydukları destek ve iletişim ihtiyacını karşılamak istediklerini ve internet kullanımıyla destek ihtiyaçlarını karşıladıklarını göstermektedir (Mossbarger, 2008).

Bu çalışma ile problemlı internet kullanımı açısından bir risk grubu niteliği taşıyan üniversite öğrencilerinin problemlı internet kullanımı, yalnızlık ve algılanan sosyal destek düzeyleri incelenmiştir. İnternet kullanımının ciddi bir gereksinim olduğu günümüzde, problemlı internet kullanımını önlemeye dönük müdahalelerin yapılması bir gereklilik olarak görülmektedir. Problemlı internet kullanımı ile ilgili etmenler değerlendirilmeli ve bu sonuçlar ruh sağlığı çalışanları, öğretmenler ve ebeveynlerle paylaşılmalıdır. Üniversite öğrencilerinin iletişim ve sosyal becerilerinin geliştirilmesi, destek alma ve verme becerilerinin geliştirmesi problemlı internet kullanımının önlenmesinde ve tedavisinde etkili olacaktır. Ayrıca üniversite öğrencilerinin çeşitli aktivitelere katılabilecekleri ortamların artırılması ve geliştirilmesi, öğrencilere grup içinde yer alma ve iletişim olanakları sağlama fırsatı sunacaktır.

5. Kaynakça

- Amichai-Hamburger, Y. & Ben-Artzi, E. (2003). Loneliness and internet use. *Computers in Human Behavior*, 19, 71–80.
- Armstrong, L., Phillips, J.G., & Saling, L.L. (2000). Potential determinants of heavier internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies*, 53, 537-550.
- Bayraktar, F., & Gün, Z. (2007). Incidence and correlates of internet usage among adolescents in North Cyprus. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 191-197.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: Development of a theory based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behaviour*, 18, 553-575.
- Caplan, S. E. (2006). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 10 (2), 234-242.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. & Gürcan, A. (2007). Problemlı internet kullanımı ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları [The validity and reliability of the problematic internet usage scale]. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi [Educational Sciences: Theory & Practice]*, 7 (1), 387-416.
- Ceyhan, A., & Ceyhan, E. (2008). Loneliness, depression, and computer self-efficacy as predictors of problematic internet use. *CyberPsychology and Behavior*, 11(6), 699–701.
- Chen, X., Li, F. H., & Long, L. L. (2007). Prospective study on the relationship between social support and internet addiction. *Chinese Mental Health Journal*, 21(4), 240-243.
- Chou, C., & Hsiao, M.C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college students' case. *Computers and Education*, 35, 65–80.
- De Jong Gierveld, J. (1998). A review of loneliness : Concept and definitions, determinants and consequences. *Review in Clinical Gerontology*, 8, 73-80.
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. [Validity and reliability of the UCLA loneliness scale]. *Türk Psikoloji Dergisi [Turkish Journal of Psychology]*, 7, 14–18.
- Durndell, A. & Haag, Z. (2002). Computer self efficacy, computer anxiety, attitudes towards the internet and reported experience with the internet, by gender, in an East European sample. *Computers in Human Behavior*, 18, 521-535.

- Eker, D., Arkar, H., & Yaldız, H. (2001). Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin Gözden Geçirilmiş Formunun Faktör Yapısı, Geçerlik ve Güvenirliği [Factorial structure, validity, and reliability of revised form of the multidimensional scale of perceived social support]. *Türk Psikiyatri Dergisi [Turkish Journal Of Psychiatry]*, 12, 17-25.
- Engelberg, E., & Sjöberg, L. (2004). Internet use, social skills, and adjustment. *CyberPsychology and Behaviour*, 7, 41-47.
- Ferraro G., Caci B., D'Amico A., & Blasi M. (2007). Internet addiction disorder: An Italian study. *CyberPsychology & Behavior*, 10 (2), 170-175.
- Griffiths, M.D., & Dancaster, I. (1995). The effect of type a personality on physiological arousal while playing computer games. *Addiction Behaviours*, 20, 543-548.
- Griffiths, M.D. (1996). Behavioral addictions: An issue for everybody?. *Journal of Workplace Learning*, 8, 19-25.
- Hills, P., & Argyle, M. (2003). Uses of the internet and their relationships with individual differences in personality. *Computers in Human Behavior*, 19, 59-70.
- Jang, K.S., Hwang, S. Y. & Choi, J. Y. (2008). Internet addiction and psychiatric symptoms among Korean adolescents. *Journal of School Health*, 78, 165-171.
- Kiesler, S., & Kraut, R. (1999). Internet use and ties that bind. *American Psychologist*, 54(9), 783-784.
- Kim, H. K., & Davis, K. E. (2009). Toward a comprehensive theory of problematic internet use: Evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and the self-rated importance of internet activities. *Computers in Human Behavior*, 25, 490-500.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox. A social technology that reduces social involvement and Psychological well-being?. *American Psychologist*, 53, 1017-1031.
- Kraut, R., Kiesler, S., Boneva, B., Cummings, J., Helgeson, V., Crawford, A. (2002). Internet paradox revisited. *Journal of Social Issues*, 58, 49-74.
- Koch, W. H., & Pratarelli, M. E. (2004). Effects of intro/extraversion and sex on social internet use. *North American Journal of Psychology*, 6, 371-382.
- Lepore, S.J., Evans, G.W. & Schneider, M.L. (1991). Dynamic role of social support in the link between chronic stress and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(6), 899-909.
- Li, S.-M., & Chung, T.-M. (2006). Internet function and internet addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 22, 1067-1071.
- Moody, E. J. (2001). Internet use and its relationship to loneliness. *CyberPsychology and Behaviour*, 4(3), 393-401.
- Morahan-Martin, J. (1999). The relationship between loneliness and internet use and abuse. *CyberPsychology and Behavior*, 2, 431-440.
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16, 13-29.
- Morahan-Martin, J., & Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the internet. *Computers in Human Behavior*, 19(6), 659-671.
- Mossbarger, B. (2008). Is internet addiction addressed in the classroom? A survey of Psychology text books. *Computers in Human Behavior*, 24, 468-474.
- Mythily, S., Qiu, S., & Winslow, M. (2008). Prevalence and correlates of excessive internet use among youth in Singapore. *Annals Academy of Medicine*, 37(1), 9-14.
- Nalwa, K., & Anand, A. (2003). Internet addiction in students: a cause of concern. *Cyberpsychology and Behavior*, 6 (6), 653- 656.

- O'Reilly, M.(1996). Internet addiction: A new disorder enters the medical lexicon.*Canadian Medical Association Journal*, 54, 1882-1883.
- Özcan, N.K.,& Buzlu, S. (2005). An assistive tool in determining problematic internet use: validity and reliability of the "online cognition scale" in a sample of university students. *Journal of Dependence*, 6, 19–26.
- Özcan, N.K.,& Buzlu, S. (2007). Internet use and its relation with the psychosocial situation for a sample of university students. *Cyberpsychology and Behaviour*, 10, 767-772.
- Pawlak, C. (2002). Correlates of internet use and addiction in adolescents. *Dissertation Abstracts International Section A: Humanities&Social Sciences*, 63(5-A), 1727.Rotunda, R.,Kass, S.J., Sutton, M.A. at all.(2003). Internet use and misuse: Preliminary findings from a new assesment instrument. *Behaviour Modification*, 27, 484-504.
- Sanders, C.E.,Field, T.M., Diego, M., & Kaplan, M. (2000). The relationship of internet to depression and social isolation among adolescents. *Adolescence*, 35 (138), 237-242.
- Shaw, L.H.,&Gand, L. M. (2002). Indefense of theinternet: The relationship between internet communication and depression, loneliness, self-esteem, and perceived social support. *CyberPsychology&Behavior*, 5(2), 157-171.
- Silverman, T. (1999). The Internet and relational theory. *American Psychologist*, 54, 780–781.
- Subrahmanyam, K.,& Lin, G. (2007). Adolescents on the net: Internet use andwell-being. *Adolescence*, 42, 659-677.
- Şahin, M. (2012). The relationship between the cyberbullying/cybervictimization and loneliness among adolescents. *Children and Youth Services Review*, 34, 834-837.
- TUIK (Turkish Statistical Institute). (2007). Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması. [Information technology usage survey house holds]. Retrived on 18.01.2012 from. News Bulletin. <http://www.tuik.gov.tr>
- Whang, L.S-M., Lee, S., &Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: A behavior sampling analysis on internet addiction. *CyberPsychology&Behavior*, 6 (2), 143-150.
- Winzelberg, A. (1997). The Analysis of an electronic support group for individuals with eating disorders. *Computers in Human Behavior*, 13(3), 393-407.
- Wu, Y-T.,&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.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction: *The Internet is a means of communication that facilitates people to have access to information in a very short period of time and to communicate with other people in a very fast fashion, and thereby makes significant contribution in human life. The internet penetration that increases day by day has a positive impact on human life whereas it is also accompanied by some adversities. Some users stay on-the-line for a very long period of time or use the internet in such a manner that they may neglect, impede or delay the activities of their daily lives.*

It has already been determined by many studies that excessive use of the internet can result in some problems including loneliness, depression, weakened social and close-friend relations and alienation from the social milieu (Morahan-Martin & Schumacher, 2000; Sanders et al., 2000). Loneliness is a situation that comes about when an individual feels himself/herself

inadequate in establishing the relations he/she desires, and is felt when there is a difference between the desired interpersonal relations and the actual interpersonal relations (De Jong-Gierveld, 1998).

Similarly, concerning the social support perceived, there are different research results about the cause-effect relationship. Social support is the strong resources that an individual perceives and is aware of in solution, prevention and treatment of his/her problems and thereby in preservation of the psychological health. There is a negative correlation between the problematic internet use and social support, and it was also found that low social support could be a risk factor in terms of the Internet addiction (Özcan & Buzlu, 2005; Chen, Li, & Long, 2007).

Purpose: *This study aims to explore the relationship between the university students' problematic internet use, loneliness, perceived social support, internet usage time, and gender.*

Method: *The research group is composed of 319 female and 144 male university students – 463 in total – who were randomly selected and studying in various departments of the Black Sea Technical University in the 2011-2012 education year. This study utilized the Problematic Internet Usage Scale (PIUS), the Multi-Dimensional Scale of Perceived Social Support (MDSPSS), the UCLA Loneliness Scale and Personal Information Form as the tools of measurement.*

Findings and Comments: *As we analyze, the variable of time spent on the internet per day (3-4 hours and 5-7 hours) that explains approximately 23% of the problematic internet usage scores was analyzed in the 1st level as a group variable. It is seen that the correlation between this variable and problematic internet usage is positive and presents a significant model ($F=69,01$; $p<,001$). In the 2nd level, the variable of personal attributes (gender) that makes the second highest contribution in the variance explained was also analyzed as a group variable. In the 3rd Level, the perceived social support scores that make the third highest contribution into the variance were included into the model. Addition of this variable into the variance brought about a 3.6% increase in the variance explained, and the model was thus improved to explain 31% of problematic internet usage scores. In the 4th Level, the loneliness scores that make the fourth highest contribution into the total variance were included into the model. Addition of this variable into the variance brought about a 1.9% increase in the variance explained, and the model was thus improved to explain 33% of problematic internet usage scores.*

Conclusions and Recommendations: *When we look at findings related to the main problem of the study, problematic internet usage scores of university students are first predicted through “the time spent on the internet per day”. Another result of the study is that loneliness and the social support perceived are predictors of problematic internet usage.*

This study examined problematic internet usage, loneliness and perceived social support of university students which constitute a risk group for the social support perceived. Today, as the internet usage is a serious need, it is also considered as needed to take measures in order to avoid problematic internet use. Factors that affect the social support perceived should be evaluated and the results should be shared with psychological health workers, teachers and parents. Improvement of communication and social skills of university students and improvement of their skills to receive and provide support will be influential in prevention and therapy of problematic internet usage. Moreover, increasing the number of environments in which university students can participate in various activities will provide university students with an opportunity to be in a group and to find communication possibilities.