

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE SANAL ORTAM YALNIZLIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE INTERNET ADDICTION AND VIRTUAL ENVIRONMENT LONELINESS LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS

Latife KABAKLI ÇİMEN¹

Öz

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile sanal ortam yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubu İstanbul’da bir vakıf üniversitesinin farklı fakültelerinde öğrenim gören 280 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin genel internet bağımlılık düzeyleri ile kontrol kaybı ve daha fazla online kalma isteği düzeylerinin orta seviyede, sosyal ilişkilerde olumsuzluk düzeylerinin ise düşük seviyede olduğu belirlenmiştir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin sanal sosyalleşme düzeyleri “orta”, sanal paylaşım düzeyleri “düşük”, sanal yalnızlık ve genel sanal ortam yalnızlıklarının ise “orta” düzeyde olduğu belirlenmiştir. İnternet bağımlılığı alt boyutları kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk birlikte öğrencilerin sanal ortam yalnızlık düzeyleri ile anlamlı ilişkiler göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile sanal ortam yalnızlık düzeyleri cinsiyete, yaşa ve internete günlük bağlanma süresine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Üniversite öğrencilerinin sanal ortam yalnızlık düzeyleri ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı ilişki saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, İnternet Bağımlılığı, Üniversite öğrencileri, Yalnızlık, Sanal Ortam Yalnızlığı.

Abstract

In this study, it is aimed to investigate the relationship between the internet addiction and virtual environment loneliness level of university students. The study group of the research consists of 280 students studying at different faculties of a foundation university in Istanbul. The Internet Addiction Scale and the Virtual Environment Loneliness Scale were used as a data collection tool in the study. According to the results of the study, it was determined that the internet addiction levels were generally moderate, the levels of loss of control and desire to stay online were moderate, and the levels of negativity in social relations were low. Furthermore, the virtual socialization levels of university students were determined to be “moderate”, virtual sharing levels “low”, virtual loneliness levels and total virtual environment loneliness “moderate”. The loss of control, staying online, negativity in social relations, the sub-dimensions of the internet addiction are significantly associated with the Virtual Environment Loneliness Levels of students. These three variables together explain 26% of the variance in the virtual environment loneliness level. The levels of internet addiction and loneliness of virtual environment of university students are significantly different according to the gender, age and internet connection a day. There was a significant relationship between internet loneliness levels and internet addiction levels of university students.

Keywords: Addiction, Internet Addiction, University students, Loneliness, Virtual Environment Loneliness.

¹ Dr. Öğretim Üyesi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, latife.cimen@izu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-4973-3630

1. GİRİŞ

Teknoloji günümüzde insan hayatına getirdiği sayısız faydalarla hayranlık uyandırmakta ve cazibe merkezi olarak görülmektedir. Teknoloji kullanımı ise bir yandan bireyler için statü kazanma vasıtası olarak görülürken diğer yandan kişinin teknoloji kullanımı üzerinde kontrolünün kaybolması ve teknolojiyi ölçsüz ve sınırsız kullanması birçok problemi beraberinde getirmekte internet bağımlılığı ve bunun sonuçları bütün dünyada tartışmalar ve çözüm arayışlarına sebep olmaktadır.

İnternet bağımlılığı genel olarak, bilgisayar başında internette bağlı olarak gereğinden fazla zaman geçirme problemi olarak tanımlanmaktadır (Young, 1999). İnternet bağımlılığının patolojik olarak tanımı ise; internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, bağlı olamadan geçirilen zamanın önemini yitirmesi, erişim olmadığında aşırı sinirlilik hali ve saldırganlık olması, kişinin aile ve sosyal yaşantısında bozulmalar olmasıdır (Griffiths, 2000; Young, 1999). Oluşan bağımlılığın, aslında internete değil, daha çok içeriğe ya da internet ortamında sunulan fırsatlara olduğu kabul edilmektedir. İnternet bağımlılığı ile ilgili ilk bilimsel çalışmaları yapan Young ve birçok araştırmacı internet bağımlısı kişilerin aslında internet kullanma davranışına değil internet üzerinden gerçekleştirdikleri kumar oynama, sohbet etme, alışveriş yapma, oyun oynama gibi davranışlara bağımlı olduklarını düşünmektedir (Davis, 2001; Griffiths, 2000; Young, 1999).

Alanyazında bağımlılık ifadesinin kullanılmasının nedeni, olumsuz bir ifade katma, bir madde ya da davranışı kullanmayı bırakamama veya kontrol edememe anlamı verebilmek içindir. Bağımlılık deyince akla madde bağımlılığı gelmektedir ancak bireyler sadece bir maddeye değil bir problemli davranışı yapmaya da bağımlı olabilirler. Özellikle son zamanlarda yemek yeme, alışveriş yapma, bilgisayar oyunlarını oynama, televizyon izleme, kumar oynama gibi birçok davranış bağımlılık yapmaktadır. İnternet bağımlılığı da bir davranışın yapılmasına engel olunamadığı için davranış tabanlı bağımlılık olarak ifade edilebilir. Bu noktada tartışılan internet bağımlısı kişilerin aslında interneti başka bağımlılıklarını (oyun, kumar vb.) tatmin amaçlı kullanmasıdır. Bu yüzden internet bağımlılığının teşhisinde ilk başlarda madde bağımlılığının ölçütleri kullanılmıştır.

İnternet bağımlılığı veya problemli internet kullanımının en önemli nedenlerini Davis (2001); depresyon, yalnızlık, sosyal kaygı ve madde bağımlılığı olarak sıralarken, Tokunaga ve Rains (2010), 22 ülkede gerçekleştirilen 94 çalışmayı aktardığı araştırmasında, yalnızlığın internet bağımlılığı veya problemli internet kullanımının en önemli nedenlerinden biri olduğunu belirtmektedir. Benzer şekilde, Caplan (2007), sosyal kaygının yalnızlık ve internet kullanımı arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini belirtmekte ve bu durumun bireyin internet kullanımından olumsuz şekilde etkilenmesine yol açtığı üzerinde durmaktadır. Odacı ve Kalkan (2010) da problemli internet kullanımı ile yalnızlık, iletişim kaygısı, popüler olamama kaygısı gibi psikolojik göstergeler arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu üzerinde durmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması 2016 verilerine göre Türkiye’de bilgisayar ve internet kullanım oranları 16-74 yaş grubundaki bireylerde sırasıyla %54,9 ve %61,2 olduğu belirlenmiştir. Bu oranlar erkeklerde %64,1 ve %70,5 iken, kadınlarda %45,9 ve %51,9 olarak tespit edilmiştir.

Yalnızlık ve Sanal Ortam Yalnızlığı

Yalnızlık ile ilgili birçok tanım yapılmıştır. Peplau ve Perlman (1982) yalnızlığı, bireyin var olan ile olmasını istediği sosyal ilişkisi arasındaki farklılığı algılaması sonucunda ortaya çıkan olumsuz durum olarak; Weiss (1973) ise kişinin ihtiyaç duyduğu sosyal ilişkilerin olmaması veya değişik sosyal ilişkileri bulunmasına rağmen, bu ilişkilerde yakınlığın içtenliğin bulunmaması hali olarak tanımlamaktadır. Yalnızlıkla ilgili literatür

incelendiğinde yalnızlığın kuramsal olarak iki şekilde açıklandığı görülmektedir. Birinci bakış açısı yalnızlığı çeşitli ilişkilerin yoğunluk ve nitelik olarak eksikliklerinden kaynaklanan tek boyutlu bir yapı olarak değerlendirirken (Russell, 1982; Russell, Cutrona, Rose ve Yurko, 1984), ikinci bakış açısı ise yalnızlığın duygusal ve sosyal olmak üzere iki boyuttan oluştuğuna işaret etmektedir (Weiss, 1973; 1987). Weiss'e göre duygusal yalnızlık özellikle aile, eş, sevgili gibi yakın ilişkilerin eksikliğinden, sosyal yalnızlık ise arkadaş, komşu, işyerindeki arkadaşlıklarla ilgili yakın ilişkilerin eksikliğinden ya da yokluğundan kaynaklanmaktadır. Cüceloğlu (2010)'na göre; yalnızlık bireylerin ergenlik ve yaşlılık dönemlerinde yaşadığı bir süreçtir. Ergenlikteki yalnızlık özellikle, ergenlik döneminin verdiği sıkıntılar ve eleştirel bakıştan kaynaklanmaktadır. Çağımızda yalnızlığın, özellikle modernleşme ile birlikte farklı bir boyutta yaşandığı ifade edilmektedir. Artık bireyler, istedikleri an istedikleri bilgiye veya istedikleri kişiye ulaşabilecekleri kitle iletişim ve iletişim araçlarını istedikleri zaman kullanabilmektedir.

Günümüzde bireyler problemlerini çözmek, üzüntü ve endişelerini paylaşmak ve yalnızlıktan kurtulmak için diğer insanlarla yüz yüze iletişime geçmek yerine sanal ortamlar üzerinden iletişime geçmeyi tercih eder hale gelmişlerdir (Amichai-Hamburger ve Ben-Artzi, 2003: 71; Özdemir vd., 2014: 284-285). Sanal ortamlar bireye sundukları bu özellikler ve iletişim, eğlence gibi imkânları ile gerçek hayatın yerine tercih edilebilmektedir (Morahan-Martin, 1999). Bireyler sanal ortamlarda sınırlarını kendilerinin belirlediği, sosyal kaygılardan uzak, bir nevi görünmez halde, daha rahat ve kolay bir biçimde ilişkiler geliştirebilmekte ve gerçek hayatta karşı karşıya kaldıkları yalnızlıklarını bu şekilde azaltma yoluna gidebilmektedir (Morahan-Martin ve Schumacher, 2003: 659). Sanal ortamlar bireyleri gerçek hayattan uzaklaştırarak kendi içine çekebilmekte sanal ortamlarda yalnızlıklarını giderdiklerini düşünen bireyler aslında bu şekilde gerçek yaşamdan koparak daha da yalnız hale gelmektedir. Morahan-Martin ve Schumacher (2003: 660-661) çalışmalarında sanal ortamların bireylerin zamanlarının çoğunu alarak gerçek yaşamdan kopmalarını sağladığını ve bunun da yalnızlığı artırıcı bir unsur olduğunu belirtmişlerdir.

Bireyler özellikle sosyal hayatlarının en hareketli olduğu, kişiliklerinin oturmaya başladığı bir dönemde üniversite eğitimlerini almaya başlamaktadır. Özellikle üniversite yerleşkeleri ile yaşanan şehir arası mesafe, ders yükümlülüğü veya okumak için başka bir şehre geçiş süreçlerinde öğrenciler sosyal çevrelerini değiştirmek zorunda kalmaktadır. Bu kapsamdan hareketle üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri üzerine çalışmalar yapılmaktadır. Sınırların olmadığı bir ortamın içinde birey ihtiyaç olarak gördüklerinin arkasından giderken zamanla neyin ihtiyaç, neyin istek veya onu çok ilgilendirmeyen bir konu olduğunu karıştırma veya başka işlerle meşgul olma durumuna gelebilmektedir. Böylece toplumdaki ilişkileri ve sorumlulukları olan birey kendisini bireysel anlamda meşgul eden ortamlarda zaman geçirmeye başladığında toplumdan uzaklaşmaya da başlayabilmektedir. Kişinin internetin başında geçirdiği zaman arttıkça toplum hayatından uzaklaştığı, sosyal ilişkilerinin zayıfladığı, aile ve çevre ile daha az iletişimde bulunduğundan dolayı kendini daha yalnız hissettiği ifade edilmektedir (Şan ve Hira, 2005; Kraut vd.,1998).

Sosyal hayatın içinde interneti çok sık kullananlar işlerine, okula, ailesine ve sorumluluklarına karşı çeşitli problemler yaşarken, bu durum sosyal ortamlarda yalnız olanlar için pozitif bir hale dönüşmektedir (Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Young, 1999). Toplum bireyden statü ve rollerine uygun sosyal ilişkiler kurmasını toplumsal norm ve değerlere uygun davranışlarda bulunmasını beklemektedir. Oysa sanal ortamlarda kişinin kurduğu ilişkiler bu beklentilerden uzaklaşarak 'ağların duyu ve duygularıyla' gerçekleşebildiği için kişiyi üzüntü, öfke, korku ve kaygı gibi ortamlardan tamamen uzaklaştırabilmektedir. En önemlisi de kimse kimseyi görünüşü, görüşü, hareketleri, elbiseleri ve kiloları vb. konular hakkında bilgi sahibi olmadığı için rahatsız etmeyecektir. Bu bağlamda

toplum içinde bireyin yalnızlığı sıkıntılı ve problemlili bir durum olarak görülürken, sanal yalnızlık sadece bireyin kendisi tarafından yaşanılmakta ve kendisi tarafından fark edilmediği sürece de problem olarak algılanamamaktadır.

Yapılan bazı çalışmalar yalnız insanların kişilerarası iletişim ve ilişkileri ile ilgili sorunları olduğunu göstermektedir (Jones vd., 1982; Spitzberg ve Canary, 1985). Ayrıca Tsai (2009) yalnız insanların, yalnız olmayan insanlara göre kendilerini daha az arkadaş canlısı olarak gösterme eğiliminde olduğunu belirlemiştir. Sloan ve Solano (1984)'ya göre, yalnız insanlar daha az konuşma eğilimindedir. Yalnız insanların ilgi ve katılımı daha düşük seviyelerdedir (akt. Jin ve Park, 2012: 1095-1096). Engelberg ve Sjöberg (2004), daha zayıf sosyal becerilere sahip yalnız insanların interneti daha sık kullanma eğiliminde olduklarını bulmuşlardır.

Görüldüğü üzere yalnızlık ve sanal ortam yani internet kullanımı aslında ilişkili iki unsurdur. Şöyle ki bireylerin hayatına internet ne kadar çok nüfuz ederse bireyler o denli gerçek hayattan kopabilecek ve sosyal ilişkileri zayıflayarak yalnızlığa kapılabilecektir. Bunun yanı sıra bireyler kendilerini gerçek yaşamda yalnız hissettikleri zaman daha rahat ve kolay bir biçimde ilişkiler geliştirebileceği sanal ortamlara yönelerek yalnızlığını bu şekilde gideremeye çalışabilecektir.

İnternet Bağımlılığı

Günümüzde yaygın kullanımı ve içerik zenginliğiyle dikkat çeken en yeni kitle iletişim aracı olan internet, bireylerin internet kullanım sürelerini arttırmanın yanı sıra kendisine bağımlı hale getirmektedir (Özcan ve Buzlu, 2005: 5). İnternet bağımlılığı genel olarak bireyin interneti aşırı kullanma isteğine engel olamaması, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın anlamını kaybetmesi, internetten yoksun kalması durumunda aşırı sinirlilik halinin görülmesi ve saldırgan olması ayrıca iş, sosyal ve aile hayatının da internet kullanımından olumsuz bir şekilde etkilenmesi olarak tanımlanmaktadır (Griffiths, 2000). İnternet bağımlılığın nedenleri arasında, erişim kolaylığının yanı sıra gündelik hayatta vazgeçilmez olması bulunmaktadır. Her bağımlılığın bireyi asosyalleştirdiği bilinmektedir. Sadece internet kullanan bireylerin ise kendilerini yalnız hissetmedikleri veya kendilerinin yalnız olduklarını kabul etmedikleri düşünülmektedir. İstenilen bilgiye/kişiye istenilen anda erişilebilmesi bu düşüncenin yerleşmesine ortam sağlamaktadır. Ancak bireyler günlük yaşantılarında arkadaş sohbetlerini, gerçek mekanlarda yaptıkları sohbetler yerine, sanal ortamlar, sosyal paylaşım ağlarında, forum sitelerinde ve sohbet programları aracılığıyla yapmaktadır.

İnternet'in bireyleri yalnızlığa sürüklediği yapılan birçok araştırmayla kanıtlanmıştır. Kraut ve diğ. (1998: 1017-1031), güçlü bir iletişim aracı olan internetin, gerçek hayatta oluşturulan sosyal aktivitelerin ve sıkı bağların yerini aldığını; insanların gerçek sosyal yaşamdan ayrılarak sanal sosyal aktivitelere yönelmeye başladığını ifade etmektedirler. Ancak sanal bağlar, yapısı ve özellikleri itibarıyla gerçek bağlardan daha zayıftır (Özen ve Sarıcı, 2010). Yetişkinler ve genç ergenlere yönelik yapılan bazı araştırmalar, aşırı internet kullanımının yalnızlık hissi ve yalnızlık durumu ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Kraut vd., 1998: 1017-1031). Aynı zamanda aşırı internet kullanımının eğitsel performansın azalması, ev dışındaki sosyal aktivitelere daha az zaman ayrılması ve bireylerin ebeveyn ve arkadaşları ile daha zayıf ilişkiler kurması gibi sonuçlar doğurduğu (Sanders vd., 2000: 237-242) da iddia edilmektedir. Kraut vd., (1998: 1017-1031) araştırma için, internet bağlantısı için tüm ihtiyaçlarını karşıladıkları doksan üç aileyi iki yıl boyunca izlemiş, iki yılın sonunda aile içi iletişimde ve karşılıklı sosyal destekte azalma olduğunu tespit etmişlerdir.

İnternetin yalnızlığa sebep olduğu görüşünü benimseyen araştırmacılar, sanal alemin kişilerin gerçek hayat ile bağlantısını kestiği görüşünde birleşirler. Bunlara göre internet kullanımı bireyleri gerçek dünyadan uzaklaştırarak onları aidiyet duygusundan ve gerçek dünya etkileşimlerinden mahrum bırakır. Bireylerin internet kullanarak sanal alemde fazla vakit geçirmeleri, suni çevrimiçi ilişkilere yönelmeleri, beraberinde bireylere yalnızlığı getirir. Hatta sanal alem birbirlerini önceden tanıyan bireyler arasında sınırlar oluşturarak onları teknolojik yalnızlığa iter. Yalnız bireylerin internetin sağladığı geniş sosyal ağ ve değişen internet ilişkilerinden dolayı internet kullanımıyla daha çok meşgul oldukları görüşünü destekleyenlere göre; “yalnızlık, bireyin sosyal ilişkiler ağı daha küçük olduğunda veya kişinin herhangi bir durumda arzu ettiğinden daha az tatmin olması durumunda ortaya çıkar” (Frieze vd., 1979: 54). Yalnız bireyler, aidiyet duygusunu tatmak, arkadaşlıklar kurmak ve sosyal hayatlarını geliştirmek, aktif olabilmek için bazı çevrimiçi sosyal aktivite gruplarına katılır. Sosyal etkileşim özellikle yalnız olan bireyler için çekici olabilecek çevrimiçi yollara dönüşür. Birçok yalnız birey için, bu durum internet kullanımının artışı ve kişilerin hayatlarında internet ile ilgili problemlerin doğmasına yol açar (Morahan ve Schumacher, 2003: 433).

İnternet’te çok fazla zaman geçirilmesinin insanları yalnızlığa sürüklediği, bireyleri ait olduğu sosyal çevreden uzaklaştırdığı, akrabalık ve arkadaşlık ilişkilerini zayıflattığı, gerçek hayatta kendini ifade edemeyen bireylerin sanal ortamlarda daha rahat edebildiği konular sürekli tartışılmaktadır (Özen ve Sarıcı, 2010: 149).

Yaşları, statüleri ve yaşadıkları ortam dolayısıyla internet bağımlılığı ve sanal ortam yalnızlığı yaşama riski bulunan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık ve sanal ortam yalnızlık düzeyleri ile bunları etkileyen faktörlerin bilimsel araştırmalarla incelenmesinin; akademik başarısızlık, derslere devamsızlık gibi öğretim problemlerinin yanı sıra, kontrol kaybı, sosyal ilişkilerde bozulma ve sanal yalnızlık gibi sosyal ve psikolojik sorunların çözümlenmesinde önemli bir rol oynayacağı düşünülmektedir. Araştırma sonuçlarının öğrencilere, velilere, öğretim elemanlarına, konu uzmanlarına, karar vericilere; internet bağımlılığı ve sanal ortam yalnızlığından oluşabilecek psikolojik, sosyal ve akademik yaşamla ilgili sorunları çözümlerinde yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık ve sanal ortam yalnızlık düzeylerine etki eden faktörleri belirlemek amacıyla yapılmış ve aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile sanal ortam yalnızlıkları hangi düzeydedir?
2. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile sanal ortam yalnızlık düzeyleri; cinsiyete, yaşa ve günlük internet kullanım süresine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile sanal ortam yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile sanal ortam yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkileri incelenmek amacıyla ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. İlişkisel tarama modellerinde iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimin varlığı veya miktarı tespit edilmeye çalışılmaktadır (Karasar, 2012).

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni 2016-2017 eğitim yılında İstanbul'da bir vakıf üniversitesinin eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencileri oluşmaktadır. Eğitim fakültesinde öğrenim gören lisans öğrencilerinin toplam sayısı 1.104'dür. Çalışmada örneklem seçi yöntemlerinden Tabakalı Örneklemleme metodu kullanılmıştır. %5 hata payına göre örneklem büyüklüğü hesaplanmış ve 221 sayısına ulaşılması gerektiği tespit edilmiştir. Anket toplam 280 öğrenciye uygulanmış olup evrendeki öğrencilerin % 25.3'üne ulaşılmıştır. Örneklemi oluşturan toplam 280 öğrencinin 213'ü (%76.1) kadın, 67'si (% 23,9) ise erkektir ve yaşları 18 ve altı 14 (% 5), 18 ile 25 (% 89.3) ve 26 ve üstü 16 (% 5.7)'dir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada "İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ)", "Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği (SOYÖ)" ve araştırmacı tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu" veri toplama araçları olarak kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmaya katılan öğrencilere ait çeşitli kişisel ve demografik bilgileri elde etmek amacıyla hazırlanan formda; yaş, cinsiyet, gelir, dindarlık düzeyi, bölüm, sınıf düzeyi, internete kolay ulaşım ulaşılmadığı, internete hangi yolla erişim sağladığı ve günlük en az/en çok internet kullanım süresi ile ilgili sorular sorulmuştur.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği: (İBÖ) Farklı yaş gruplarından bireylerin internet bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla Hahn ve Jerusalem (2001) tarafından geliştirilmiş ve Şahin ve Korkmaz (2011) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılmıştır. Ölçek 19 maddeden ve 3 faktörden oluşmaktadır. Bu faktörlerden birincisi "*Kontrol Kaybı*", ikincisi "*Daha Fazla Online Kalma İsteği*" ve üçüncüsü ise "*Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk*"tur. *Kontrol Kaybı*, bireyin interneti ölçüsüz kullanması ve bu tutumundan bir türlü vazgeçememesi neticesinde çeşitli sorunlar yaşamasını ifade eder. *Daha Fazla Online Kalma İsteği*, internet kullanımında harcanan zamanı gösterir ve internet kullanımında aşırılığın başlangıç dönemiyle karşılaştırıldığında açıkça daha da yükselmiş olduğunu ortaya koyar. *Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk* ise, aşırı internet kullanımı nedeniyle insanlar arasındaki ilişkilerde meydana gelen sorunları ifade eder (Şahin ve Korkmaz, 2011). Bu ölçekten elde edilebilecek olan en yüksek toplam puan 95, en düşük puan ise 19'dur. Ölçeğin puanlarının yüksekliği bireylerin internet bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Şahin ve Korkmaz (2011) tarafından yapılan Türkçe uyarlama çalışması sonucunda, Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.85 olarak belirlenmiştir. Faktörlerin iç tutarlılık katsayıları sırasıyla 0.90; 0.88 ile 0.92 arasında değerler almaktadır. Bu çalışma için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.94'dür. Kontrol kaybı 0.87, daha fazla online kalma isteği 0.88, sosyal ilişkilerde olumsuzluk 0.93 olarak belirlenmiştir. Bayram (2004)'a göre güvenilirlik için hesaplanan iç tutarlılık katsayısının en az .70 olması gerekir. Buna göre, ölçekten elde edilen iç tutarlık katsayılarına göre ölçümlerin güvenilirliğinin yüksek olduğu söylenebilir. Yapılan tüm analizler, ölçeğin öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerini ölçmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu ortaya koymuştur.

Tablo 1. İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ) Puanları ve Anlamı

	Madde	Düşük	Orta	Yüksek
İnternet Bağımlılığı	Tümü	9.00-44.33	4.34-69.67	9.68-95.00
Kontrol Kaybı	1...7	7.00-16.33	6.34-25.67	5.68-35.00
Daha Fazla Online Kalma İsteği	8...11	3.00-7.00	7.01-11.00	1.01-15.00
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	2...19	8.00-18.66	18.67-9.33	9.34-40.00

Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği (SOYÖ): Korkmaz ve arkadaşları (2014) tarafından bireylerin sanal ortamlarda sosyalleşme düzeylerini ve sanal ortamların bireylerin sosyalleşmelerine etkilerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. SOYÖ beş dereceli Likert tipi bir ölçek olup 3 alt boyut ve 20 maddeden oluşmaktadır. Alt boyutlar Sanal sosyalleşme (8 md) : (1.2.3.4.5.6.7.8), sanal paylaşım (7 md) : (9.10.11.12.13.14.15) ve sanal yalnızlık (5 md) : (16.17.18.19.20). *Sanal sosyalleşme*, çeşitli dezavantajları olan, bireylere sosyal ortamlara katılma fırsatları sunmakta ve sosyal ağlar ile gerçek bir zaman içinde diğerleri ile iletişime ve etkileşime geçmesini sağlamaktadır (Chana ve Dicianno, 2011). Bu iletişim ve etkileşim sonucu olarak bireyler sosyalleşirler ve çeşitli grup aktivitelerine katılarak, grup içindeki bireylerden biri olarak sayılırlar. Bu bireylerin sanal sosyal ortamda kendilerine güvenlerini artırarak “sosyal uygunluk” gösterdikleri görülmüştür (Mangan, 2008). *Sanal paylaşım* faktörü sanal ortamda kişilerarası iletişimde her türlü bilgi, resim, müzik, görüş, ideoloji vb. gibi paylaşımaya dayalı faaliyetler içermektedir. *Sanal yalnızlık* ise sanal ortamlarda birey olarak var olan ancak başkaları ile etkileşime girmeye ve bir şeyler paylaşmaya pek yanaşmayan, istemeyerek de olsa zaman zaman yanlış anlaşılma yaşama durumudur. Ölçeğin Korkmaz ve ark. (2014) tarafından yapılan Türkçe uyarlama çalışması sonucunda, Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.81 olarak bulunmuştur. Alt boyutlara ilişkin Cronbach Alpha değerleri ise sanal sosyalleşme = 0.84; sanal paylaşım = 0.80, sanal yalnızlık = 0.61’dir. Bu çalışma için hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.80, alt boyutlar sanal sosyalleşme 0.77, sanal paylaşım 0.88, sanal yalnızlık 0.69 olarak belirlenmiştir. Bayram (2004)’a göre güvenilirlik için hesaplanan iç tutarlılık katsayısının en az .70 olması gerekir. Buna göre, SOYÖ’nin iç tutarlılık katsayılarının güvenilir olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği (SOYÖ) Puanları ve Anlamı

Aritmetik ortalama	Gösterge
1.00-1.79	Çok düşük
1.80-2.59	Düşük
2.60-3.39	Orta
3.40-4.19	Yüksek
4.20-5.00	Çok yüksek

2. 4. Verilerin Analizinde Kullanılan İstatistiksel Teknikler

Araştırmada kullanılan Sanal Ortam Yalnızlık Düzeyi Ölçeği ile İnternet Bağımlılığı ölçeklerinden elde edilen verilerin normal dağılım gösterebilmeleri için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin -2 ile +2 arasında değişmesi gerekmektedir. Buna göre, SOYÖ’den elde edilen toplam puanların (skewness=.253; kurtosis=.146) ve İBÖ’den elde edilen toplam puanların (skewness=.418; kurtosis=-.669) normallik şartını sağladığı ortaya çıkmıştır. İki değişken ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığı için t testi, ikiden fazla değişken ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığı içinde tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. SOYÖ ve İBÖ’nden alınan puanlar arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere pearson çarpım moment korelasyon analizi, internet bağımlılığı alt boyutlarının sanal ortam yalnızlık düzeyini yordama gücünü ortaya koymak amacıyla da çoklu regresyon analizi kullanılmıştır.

3. BULGULAR

Üniversite öğrencilerinin Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve alt boyutları ile İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve alt boyutlarının betimsel istatistiklerine Tablo 3’te yer verilmiştir.

Tablo 3. Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve Alt Boyutları ile İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Betimsel İstatistikleri

Ölçekler		N	Ortalama	Stan.Sap.
Sanal Ortam Yalnızlık	Sanal Sosyalleşme	280	25.87	5.90
	Sanal Paylaşım	280	14.73	6.51
	Sanal Yalnızlık	280	16.77	4.28
	Toplam	280	57.38	11.31
İnternet Bağımlılığı	Kontrol Kaybı	280	18.16	6.40
	Online kalma	280	10.38	4.16
	Sosyal İliş. Ol.	280	15.85	7.76
	Toplam	280	44.40	16.11

Tablo 3’te görüldüğü gibi SOYÖ alt boyutlarının ortalaması 14.73 ile 25.87 arasında ve İBÖ alt boyutlarının ortalaması ise 10.38 ile 18.16 arasında değişmektedir. Şahin ve Korkmaz’ın (2011) belirttiği ölçütler dikkate alındığında üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının genel olarak orta düzeyde, kontrol kaybı online kalma isteği düzeylerinin orta ve sosyal ilişkilerdeki olumsuzluk düzeylerinin düşük olduğu görülmektedir.

SOYÖ alt boyutu sanal sosyalleşmeden elde edilen puan ortalamasının madde sayısına oranı $(25.87/8) = 3.23$ olarak hesaplanmıştır. Buna göre öğrencilerin sanal sosyalleşmeleri “orta”, sanal paylaşımları $(14.73/7) = 2.10$, “düşük” sanal yalnızlıkları $(16.77/5) = 3.35$ “orta” ve genel sanal ortam yalnızlıklarının $(57.38/20) = 2.86$ “orta” düzeyde olduğu belirlenmiştir.

SOYÖ ve alt boyutları ile internet bağımlılığı ve alt boyutlarının cinsiyete göre t Testi sonuçları Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4. Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve Alt Boyutları ile İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre t Testi Sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	sd	t	p
Sanal ortam yalnızlık ölçeği	Kadın	213	25.35	5.65	278	2.68	.008*
		67	27.55	6.40			
	Erkek	213	13.98	6.08	278	3.51	.001*
		67	17.11	7.27			
	Kadın	213	56.15	10.67	278	3.32	.001*
		67	61.21	12.44			
İnternet bağımlılık ölçeği	Kadın	213	17.74	6.31	278	1.97	.049**
		67	19.50	6.55			
	Erkek	213	15.25	7.72	278	2.31	.022**
		67	17.74	7.64			
	Kadın	213	43.20	16.17	278	2.24	.026**
		67	48.22	15.43			

*p<0.01 **p<0.05

SOYÖ alt boyutlarından sanal sosyalleşme puanları cinsiyete göre anlamlı farklılıklar göstermektedir $[t(278)=2.68, p<.01]$. Erkeklerin sanal sosyalleşme puanları ($\bar{x}=27.55$) kadınlara göre ($\bar{x}=25.35$) anlamlı olarak daha yüksektir.

SOYÖ alt boyutlarından sanal paylaşım puanları cinsiyete göre anlamlı farklılıklar göstermektedir $[t(278)=3.51, p<.01]$. Erkeklerin sanal paylaşım puanları ($\bar{x}=17.11$) kadınlara göre ($\bar{x}=13.98$) anlamlı olarak daha yüksektir.

SOYÖ puanları cinsiyete göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$t(278)=3.32, p<.01$]. Erkeklerin sanal yalnızlık ölçeği puanları ($\bar{x}=61,21$) kadınlara göre ($\bar{x}=56,15$) anlamlı olarak daha yüksektir.

İBÖ alt boyutlarından kontrol kaybı puanları cinsiyete göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$t(278)=1.97, p<.05$]. Erkeklerin kontrol kaybı puanları ($\bar{x}=19.50$) kadınlara göre ($\bar{x}=17.74$) anlamlı olarak daha yüksektir. İBÖ alt boyutlarından sosyal ilişkilerde olumsuzluk puanları cinsiyete göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$t(278)=2.31, p<.05$]. Erkeklerin sosyal ilişkilerde olumsuzluk puanları ($\bar{x}=17.74$) kadınlara göre ($\bar{x}=15.25$) anlamlı olarak daha yüksektir. İnternet Bağımlılık ölçeği puanları cinsiyete göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$t(278)=2.24, p<.05$]. Erkeklerin internet bağımlılığı puanları ($\bar{x}=48.22$) kadınlara göre ($\bar{x}=43.20$) anlamlı olarak daha yüksektir. Sanal yalnızlık ve online kalma alt boyut puanlarında gruplar arasında gözlenen farklar anlamlı bulunmamıştır.

Öğrencilerin Sanal Ortam Yalnızlık ölçeği ve Alt Boyutları ile İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Yaş Düzeyine Göre Anova Sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. Öğrencilerin Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve Alt Boyutları ile İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Alt Boyutları Yaş Düzeyine Göre Anova Sonuçları

Değişkenler		N	$\bar{X} \pm S$	Varyansın Kaynağı	K.T	sd	K.O	f	P
Sanal sosyalleşme	18 ve alt	14	23.35±6.86	Gruplararası	24.06	2	124.3	3.62	.028**
	19-25	250	26.20±5.86	Gruplariçi	948.8	277	34.23		
	26 ve üstü	16	23.00±4.57	Toplam	9729.8	279			
Sanal paylaşım	18 ve alt	14	14.64±6.67	Gruplararası	262.8	2	131.4	3.14	.045**
	19-25	250	14.99±6.51	Gruplariçi	11569.7	277	41.76		
	26 ve üstü	16	10.81±5.39	Toplam	11832.4	279			
Sanal toplam	18 ve alt	14	53.64±12.31	Gruplararası	1407.7	2	703.8	5.68	.004*
	19-25	250	58.12±11.17	Gruplariçi	34318.2	277	123.8		
	26 ve üstü	16	49.18±9.08	Toplam	35726,8	279			
Kontrol kaybı	18 ve alt	14	19.00±6.57	Gruplararası	357.7	2	177.3	4.43	.013**
	19-25	250	18.41±6.40	Gruplariçi	11088.5	277	40.03		
	26 ve üstü	16	13.62±4.45	Toplam	11443.5	279			
Online kalma	18 ve alt	14	9.28±3.75	Gruplararası	124.7	2	62.37	3.65	.027**
	19-25	250	10.60±4.18	Gruplariçi	47235.5	277	17.05		
	26 ve üstü	16	7.93±3.41	Toplam	4848.3	279			
Sosyal işlerde Olumsuz.	18 ve alt	14	13.07±6.43	Gruplararası	377.2	2	188.6	3.17	.043**
	19-25	250	16.24±7.84	Gruplariçi	16432.7	277	59.32		
	26 ve üstü	16	12.06±6.10	Toplam	16809.2	279			
İnternet toplam	18 ve alt	14	41.35±15.52	Gruplararası	2173.5	2	1086	4.28	.015**
	19-25	250	45.26±16.12	Gruplariçi	70307.2	277	253.8		
	26 ve üstü	16	33.62±12.69	Toplam	72481.2	279			

* $p<0.01$ ** $p<0.05$

Tablo 5'e göre SOYÖ alt boyutlarından sanal sosyalleşme puanları öğrencilerin yaşlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(2-277)=3.62, p<.05$]. Sanal sosyalleşme puanları öğrencilerin yaşlarına göre 26 ve üstü ($\bar{x}=23.00$), 18 ve altı ($\bar{x}=23.35$) ve 19-25 yaş ($\bar{x}=26.20$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş sanal sosyalleşmenin 19-25 yaş gençlerinde 26 ve üstü yaşında olanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür.

Analiz sonuçlarına göre SOYÖ alt boyutlarından sanal paylaşım puanları öğrencilerin yaşlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(2-277)=5.68, p<.05$]. Sanal paylaşım puanları öğrencilerin yaşlarına göre 26 ve üstü ($\bar{x}=10.81$), 18 ve altı ($\bar{x}=14.64$) ve 19-25 yaş ($\bar{x}=14.99$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş sanal paylaşımın 19-25 yaş gençlerinde 26 ve üstü yaşında olanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür.

Analiz sonuçlarına göre SOYÖ puanları öğrencilerin yaşlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(2-277)=5.68, p<.05$]. SOYÖ puanları öğrencilerin yaşlarına göre 26 ve üstü ($\bar{x}=49.18$), 18 ve altı ($\bar{x}=53.64$) ve 19-25 yaş ($\bar{x}=58.12$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş Sanal Ortam Yalnızlık durumu 19-25 yaş gençlerinde 26 ve üstü yaşında olanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür.

Analiz sonuçlarına göre İBÖ alt boyutlarından kontrol kaybı puanları öğrencilerin yaşlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(2-277)=4.43, p<.05$]. Kontrol kaybı puanları öğrencilerin yaşlarına göre 26 ve üstü ($\bar{x}=13.62$), 19-25 yaş ($\bar{x}=18.41$) 18 ve altı ($\bar{x}=19.00$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş kontrol kaybının 19-25 yaş gençlerinde 26 ve üstü yaşında olanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür.

Analiz sonuçlarına göre İBÖ alt boyutlarından online kalma puanları öğrencilerin yaşlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(2-277)=3.65, p<.05$]. Online kalma puanları öğrencilerin yaşlarına göre 26 ve üstü ($\bar{x}=7.93$), 18 ve altı ($\bar{x}=9.28$) ve 19-25 yaş ($\bar{x}=10.60$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş online kalmanın 19-25 yaş gençlerinde 26 ve üstü yaşında olanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür.

Analiz sonuçlarına göre İBÖ alt boyutlarından sosyal işlerde olumsuzluk puanları öğrencilerin yaşlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(2-277)=3.17, p<.05$]. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk puanları öğrencilerin yaşlarına göre 26 ve üstü ($\bar{x}=12.06$), 18 ve altı ($\bar{x}=13.07$) 19-25 yaş ($\bar{x}=16.24$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş sosyal işlerde olumsuzluk 19-25 yaş gençlerinde 26 ve üstü yaşında olanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür.

Analiz sonuçlarına göre İBÖ puanları öğrencilerin yaşlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(2-277)=4.28, p<.05$]. İBÖ puanları öğrencilerin yaşlarına göre 26 ve üstü ($\bar{x}=33.62$), 18 ve altı ($\bar{x}=41.35$) 19-25 yaş ($\bar{x}=45.26$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş internet bağımlılığı 19-25 yaş gençlerinde 26 ve üstü yaşında olanlara göre daha fazla olduğu görülmüştür. Diğer alt testlerden elde edilen puanların yaşa göre farklılaşma durumuna göre gözlenen farklar anlamlı değildir.

Üniversite öğrencilerinin sanal ortam yalnızlık ölçeği ve alt boyutları ile internet bağımlılığı ölçeği ve alt boyutlarının günde en az kaç saat internete bağlanmalarına göre Anova sonuçları Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6. Öğrencilerin Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve Alt Boyutları ile İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Günde En Az Kaç Saat İnternete Bağlanmalarına Göre Anova Sonuçları

Değişkenler		N	$\bar{X} \pm S$	Varyansın Kaynağı	K.T	sd	K.O	f	P
Sanal sosyalleşme	2 saatten az	138	24.42±5.51	Gruplararası	695.49	3	231.83	7.08	.000
	3-6 saat	105	26.78±5.95	Gruplariçi	9034.38	276	32.73		
	7-10 saat	18	28.22±6.38	Toplam	9729.87	279			
	11 saat ve üstü	19	29.26±5.23						
Sanal paylaşım	2 saatten az	138	13.27±6.10	Gruplararası	888.42	3	296.14	7.46	.000
	3-6 saat	105	15.28±6.28	Gruplariçi	10944.01	276	39.65		
	7-10 saat	18	18.94±6.64	Toplam	11832.44	279			
	11 saat ve üstü	19	18.31±7.36						
Sanal toplam	2 saatten az	138	54.24±10.84	Gruplararası	3764.00	3	1254.67	10.83	.000
	3-6 saat	105	58.80±10.97	Gruplariçi	31962.54	276	115.80		
	7-10 saat	18	65.05±11.80	Toplam	35726.56	279			
	11 saat ve üstü	19	65.10±7.35						
Kontrol kaybı	2 saatten az	138	15.98±5.36	Gruplararası	1670.40	3	556.80	15.72	.000
	3-6 saat	105	19.35±6.39	Gruplariçi	9772.70	276	35.40		
	7-10 saat	18	23.72±6.08	Toplam	11443.11	279			
	11 saat ve üstü	19	22.21±7.24						
Online kalma	2 saatten az	138	9.48±3.89	Gruplararası	351.78	3	117.26	7.19	.000
	3-6 saat	105	10.70±4.05	Gruplariçi	4496.56	276	16.29		
	7-10 saat	18	13.27±4.17	Toplam	4848.34	279			
	11 saat ve üstü	19	12.42±4.77						
Sosyal i. olumsuzluk	2 saatten az	138	13.89±6.67	Gruplararası	1467.18	3	489.06	8.79	.000
	3-6 saat	105	16.83±8.05	Gruplariçi	15342.51	276	55.58		
	7-10 saat	18	22.00±8.10	Toplam	16809.70	279			
	11 saat ve üstü	19	18.73±8.72						
İnternet toplam	2 saatten az	138	39.36±14.08	Gruplararası	9510.97	3	3170.32	13.89	,000
	3-6 saat	105	46.89±16.19	Gruplariçi	62970.42	276	228.15		
	7-10 saat	18	59.00±13.61	Toplam	72481.39	279			
	11 saat ve üstü	19	44.40±16.11						

Tablo 6'ya göre SOYÖ alt boyutlarından sanal sosyalleşme puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir[f(3-276)=7.08, p<.01]. Sanal sosyalleşme puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre 11 saat ve üstü ($\bar{x}$ =29.26), 7-10 saat ($\bar{x}$ =28.22), 3-6 saat ($\bar{x}$ =26.78) ve 2 saatten az ($\bar{x}$ =24.42) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş sanal sosyalleşmenin 2 saatten fazla bağlananların aleyhine daha yüksek çıkmıştır. Diğer bir ifade ile 2 saatten fazla internete bağlı kalanlar daha çok sanal sosyalleşme yaşamaktadır.

Analiz sonuçlarına göre SOYÖ alt boyutlarından sanal paylaşım puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir[f(3-276)=7.46, p<.01]. Sanal paylaşım puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre 7-10 saat ($\bar{x}$ =18.94), 11 saat ve üstü ($\bar{x}$ =18.31), 3-6 saat ($\bar{x}$ =15.28) ve 2 saatten az ($\bar{x}$ =13.27) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş sanal paylaşımın 2 saatten fazla bağlananların aleyhine daha yüksek çıkmıştır. Diğer bir ifade ile 2 saatten fazla internete bağlı kalanlar daha çok sanal paylaşımlar yaşamaktadır.

Analiz sonuçlarına göre SOYÖ puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(3-276)=10.83$, $p<.01$]. SOYÖ puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre 11 saat ve üstü ($\bar{x}=65.10$), 7-10 saat ($\bar{x}=65.05$), 3-6 saat ($\bar{x}=58.80$) ve 2 saatten az ($\bar{x}=54.24$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş sanal ortam yalnızlık düzeyinin 2 saatten fazla bağlananların aleyhine daha yüksek çıkmıştır.

Analiz sonuçlarına göre İBÖ alt boyutlarından kontrol kaybı puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(3-276)=15.72$, $p<.01$]. Kontrol kaybı puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre 7-10 saat ($\bar{x}=23.72$), 11 saat ve üstü ($\bar{x}=2.21$), 3-6 saat ($\bar{x}=19.35$) ve 2 saatten az ($\bar{x}=15.98$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş kontrol kaybı düzeyinin 2 saatten fazla bağlananların aleyhine daha yüksek çıkmıştır.

Analiz sonuçlarına göre İBÖ alt boyutlarından online kalma puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(3-276)=7.19$, $p<.01$]. Online kalma puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre 7-10 saat ($\bar{x}=13.27$), 11 saat ve üstü ($\bar{x}=12.42$), 3-6 saat ($\bar{x}=10.70$) ve 2 saatten az ($\bar{x}=9.48$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş online kalma düzeyinin 2 saatten fazla bağlananların aleyhine daha yüksek çıkmıştır.

Analiz sonuçlarına göre İBÖ alt boyutlarından sosyal ilişkilerde olumsuzluk puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(3-276)=8.79$, $p<.01$]. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre 7-10 saat ($\bar{x}=22.00$), 11 saat ve üstü ($\bar{x}=18.73$), 3-6 saat ($\bar{x}=16.83$) ve 2 saatten az ($\bar{x}=13.89$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş sosyal ilişkilerde olumsuzluk düzeyinin 2 saatten fazla bağlananların aleyhine daha yüksek çıkmıştır.

Analiz sonuçlarına göre İBÖ puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre anlamlı farklılıklar göstermektedir [$f(3-276)=13.89$, $p<.01$]. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk ölçeği puanları öğrencilerin günde en az kaç saat internete bağlanma durumlarına göre 7-10 saat ($\bar{x}=59.00$), 11 saat ve üstü ($\bar{x}=44.40$), 3-6 saat ($\bar{x}=46.89$) ve 2 saatten az ($\bar{x}=39.36$) şeklinde sıralanmaktadır. Gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığı Scheffe testi ile test edilmiş internet bağımlılığı düzeyinin 2 saatten fazla bağlananların aleyhine daha yüksek çıkmıştır.

Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nden alınan puanlar arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Pearson çarpım moment korelasyon analizi sonuçları Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve İnternet Bağımlılığı Ölçeği’nden Alınan Puanlar Arasındaki İlişkiyi Belirlemek Üzere Yapılan Pearson Çarpım Moment Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler ve alt boyutları		İnternet Bağımlılığı Ölçeği Genel	Kontrol Kaybı alt boyutu	Daha Fazla Online Kalma İsteği alt boyutu	Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk alt boyutu
Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği Genel	r p	.500* .000	.491* .000	.420* .000	.408* .000
Sanal Sosyalleşme alt boyutu	r p	.379* .000	.393* .000	.400* .000	.249* .000
Sanal Paylaşım alt boyutu	r p	.647* .000	.590* .000	.480* .000	.599* .000
Sanal Yalnızlık alt boyutu	r p	-.185* .002	-.141* .018	-.171* .004	-.176* .003

* p<.05

Tablo 7’de görüldüğü gibi; *İnternet Bağımlılığı Ölçeği genelinden* ($r=.500;p<.05$), *Kontrol Kaybı* alt boyutundan ($r=.491;p<.05$), *Daha Fazla Online Kalma İsteği* alt boyutundan ($r=.420;p<.05$) ve *Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk* alt boyutundan ($r=.408;p<.05$) alınan puanlarla *Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği* genelinden alınan puanlar arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yani, üniversite öğrencilerinin genel internet bağımlılığı, kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği arttıkça; genel sanal ortam yalnızlık düzeyleri de artmaktadır.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği genelinden ($r=.379;p<.05$), *Kontrol Kaybı* alt boyutundan ($r=.393;p<.05$), *Daha Fazla Online Kalma İsteği* alt boyutundan ($r=.400;p<.05$), ve *Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk* alt boyutundan ($r=.249;p<.05$) alınan puanlarla *Sanal Sosyalleşme* alt boyutundan alınan puanlar arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yani, üniversite öğrencilerinin genel internet bağımlılığı, kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği arttıkça; sanal sosyalleşme düzeyleri de artmaktadır.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği genelinden ($r=.647;p<.05$), *Kontrol Kaybı* alt boyutundan ($r=.590;p<.05$), *Daha Fazla Online Kalma İsteği* alt boyutundan ($r=.480;p<.05$), ve *Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk* alt boyutundan ($r=.599;p<.05$) alınan puanlarla *Sanal Paylaşım* alt boyutundan alınan puanlar arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yani, üniversite öğrencilerinin genel internet bağımlılığı, kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği arttıkça; sanal paylaşım düzeyleri de artmaktadır.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği genelinden ($r=-.185;p<.05$), *Kontrol Kaybı* alt boyutundan ($r=-.141;p<.05$), *Daha Fazla Online Kalma İsteği* alt boyutundan ($r=-.171;p<.05$), ve *Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk* alt boyutundan ($r=-.176;p<.05$) alınan puanlarla *Sanal Yalnızlık* alt boyutundan alınan puanlar arasında istatistiksel açıdan negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Yani, üniversite öğrencilerinin genel internet bağımlılığı, kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği arttıkça; sanal yalnızlık düzeyleri de azalmaktadır.

Öğrencilerin internet bağımlılığı alt boyutlarından hangilerinin sanal ortam yalnızlığını daha iyi yordama gücüne sahip olduğunu ölçmek amacıyla yapılan regresyon analizine Tablo 8’de yer verilmiştir.

Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Sanal Ortam Yalnızlık Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	β	T	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	40.81	1.80		22.65	.000		
Kontrol Kaybı	.589	.144	.333	4.098	.000	.50	.23
Online Kalma	.260	.211	.096	1.226	.220	.42	.07
Sosyal İlişkilerde olum.	.200	.102	.137	1.971	.050	.41	.12
R=0,52 R²=0.26							
F(3-276)=32,36 P<.000							

Tablo 8’e göre; kontrol kaybı, online kalma, sosyal ilişkilerde olumsuzluk birlikte öğrencilerin sanal ortam yalnızlık düzeylerinde yordayıcı olduğu görülmektedir. (R=0.52, R²=0.26, p<0.001). Adı geçen üç değişken birlikte sanal ortam yalnızlık düzeyindeki varyansın sadece % 26’sını açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin sanal ortam yalnızlık düzeyi üzerindeki göreceli önem sırası; kontrol kaybı, sosyal ilişkilerde olumsuzluk ve online kalma davranışlarıdır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde ise kontrol kaybı ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk davranışlarının sanal ortam yalnızlık düzeyi üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

4. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ve sanal ortam yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin, çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırmada aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır: Üniversite öğrencilerinin sanal ortam yalnızlık boyutlarının ortalaması 2.86’dır. Buna göre öğrencilerin şiddetli olmasa da sanal ortam yalnızlığı yaşadıkları söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinin sanal ortam yalnızlığı yaşadığını belirleyen çalışmalar; (Özen ve Korukçu-Sarıcı, 2010; Korkmaz vd., 2014; Morahan-Martin ve Schumacher 2003; Özdemir vd., 2017). Özgür, (2013) çalışmasında öğretmen adaylarının yalnızlık durumlarının orta düzeyin üzerinde olduğunu belirlemiştir. Kraut vd., (1998)’ne göre internette fazla zaman geçiren çocuk ve gençler giderek yalnızlaşmakta ve yüz yüze ilişki kurmada güçlük yaşamaktadır. Ümmet ve Ekşi (2016)’nin çalışmalarında gençlerin yüzde 51.2’sinin ortalamanın üzerinde yalnızlık çektiği, yaklaşık yüzde 18’inin yüksek düzeyde yalnızlık yaşadığı ve yüzde 40’ı ise sanal ortamda bulunmalarına rağmen sosyal paylaşımlardan uzak durduğunu saptanmıştır.

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının genel olarak orta düzeyde, kontrol kaybı online kalma isteği düzeylerinin orta ve sosyal ilişkilerdeki olumsuzluk düzeylerinin düşük olduğu belirlenmiştir. İnternet bağımlılığı ile ilgili olarak yapılan çalışmalarda üniversite öğrencilerinin orta düzeyde internet bağımlısı olduğunu gösteren çalışmalar; (Çuhadar, 2012; Sarıkaya ve Seferoğlu, 2013; Durualp ve Çiçekoğlu, 2013; Şahin vd., 2016) bulunmakta ve bu çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir. Üniversite

öğrencilerinin internet bağımlısı olmadığını gösteren çalışmalar (Karakulak, 2017; Şahin, 2016; Kır ve Sulak, 2014) bulunmaktadır.

Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin sanal ortam yalnızlık düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Buna göre erkeklerin sanal sosyalleşme, sanal paylaşım ve sanal ortam yalnızlık düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışma sonuçları erkeklerin kadınlardan daha fazla yalnızlık yaşadığını göstermektedir (Çeçen, 2007; Özen, 2009; Karakoç ve Taydaş, 2013; Bingöl, 2017) gösterirken; Özdemir vd., (2017), erkek üniversite öğrencilerinin, kız öğrencilere göre daha fazla sanal paylaşımında bulunduklarını; sanal ortamda daha sosyal olduklarını ve şiddetli olmasa da sanal ortam yalnızlığı yaşadıklarını belirlemişlerdir. Özen (2009), üniversiteli erkek öğrencilerin, kızlara oranla sanal sohbet ortamlarını yalnızlıklarına destek unsuru olarak daha çok kullandıkları, yalnız hisseden erkeklerin daha çok çevrimiçi arkadaş edindikleri ve çevrimiçi arkadaşlıklarıyla daha çok zaman geçirip problemlerini paylaştıkları, bir nevi sanal arkadaşlıklara daha bağımlı olduklarını belirlemiştir. Yine bu çalışmada, sanal sosyalleşme boyutunda erkek öğrencilerin, kız öğrencilere göre sanal ortamda daha sosyal olduklarını belirlemişlerdir.

Araştırma sonucuna göre; öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri cinsiyete göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. Buna göre erkeklerin kontrol kaybı, sosyal ilişkilerde olumsuzluk ve internet bağımlılığı düzeyleri kadınlardan daha yüksek bulunmuştur. Sanal yalnızlık ve online kalma alt ölçekleri puanlarında gruplar arasında gözlenen farklar anlamlı bulunmamıştır. Erkeklerde internet bağımlılığı yaygınlığının daha fazla olduğunu gösteren; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Balta ve Horzum, 2008; Kelleci vd., 2009; Günüş, 2009; Odacı ve Kalkan, 2010; Esen ve Siyez, 2011; Liberatore v.d., 2011; Gençer 2011; Güneri ve Tanıdır, 2011; Durkee v.d., 2012; RTÜK 2012; Çuhadar 2012; Toraman 2013 ve Yılmaz 2013; Sırakaya ve Seferoğlu, 2013; Eroğlu, Pamuk ve Pamuk, 2013; Akdağ vd., 2014; Aksoy 2015; Şahin 2016) çalışma sonuçları bu araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Başkaları ile iletişim kurma konusunda kendilerini yalnız hisseden erkeklerin internet kullanma oranlarının da artacağı söylenebilir. Erkeklerin kadınlara nazaran daha teknoloji odaklı olduğu ve kadınların teknolojiye karşı daha fazla olumsuz tutum sergiledikleri belirtilmektedir (Durndell ve Haag, 2002). Türkiye’de (TÜİK, 2016) erkeklerin %70.5’i internet kullanırken, kadınlarda bu oran %51,9 olarak tespit edilmiştir. İnternet bağımlılığı ve cinsiyet arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalarda farklı sonuçlar bulunmaktadır. Bazı çalışmalarda cinsiyetler arasında fark bulunmamıştır (Kim ve ark., 2006; Jang, Hwang ve Choi, 2008; Doğan, Işıklar ve Eroğlu, 2008; Balcı ve Gülnar, 2009; Batıgün, 2010; Ceylan, 2011; Dikme 2014; Filiz vd., 2014). Bu farklılığın, araştırmalardaki internet bağımlılığı ölçüm biçiminden veya kültürel farklılıklardan kaynaklandığı söylenebilir.

Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin sanal sosyalleşme, sanal paylaşım ve sanal ortam yalnızlık düzeylerinin 19-25 yaşta kişilerde 26 ve üstü yaşında olanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde internet bağımlılığı ve alt boyutları yaşa göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. İnternet bağımlılık düzeyi ile kontrol kaybı, online kalma ve sosyal işlerde olumsuzluk düzeylerinin 19-25 yaş gençlerinde 26 ve üstü yaşında olanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ümmet ve Ekşi (2016) çalışmalarında 12-18 yaş aralığındaki ergenlerin, yüzde 36’sının internet bağımlılığı profili olarak kabul edilirken, yüzde 21.8’inin ise internet bağımlılığı sınırında olduğunu belirlemişlerdir. Dünyada ve Türkiye’de 16-24 yaş grubundakilerle yapılan çalışmalar internet kullanımına ilişkin oldukça farklı sonuçlar ortaya koymaktadır. Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırmasına göre internet ve bilgisayar kullanımının en sık 16-24 yaş grubunda olduğu belirlenmiştir. (TÜİK, 2015). Yapılan bazı çalışmada internet bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, bir diğer çalışmada ise internet bağımlılığının genç erişkinlerde daha sık

görüldüğü belirlenmiştir (Greenfield, 1999; Bölükbaş, 2003). Dikme (2014) meslek lisesi öğrencilerinde en düşük bağımlılık düzeyini 14 yaş grubunda tespit edilmiştir. 17 yaşındaki öğrencilerin bağımlılık düzeylerinin ise kendisinden önce olan tüm yaş gruplarından fazla olduğu tespit edilmiştir. Burada yaşla ilgili dikkat çekici olan 18 yaş ve üstü olan öğrencilerin, 14, 15 ve 16 yaşındaki öğrencilerden fazla 17 yaşındakilerden ise düşük puanlar almış olmalarıdır. Bununla birlikte kontrol kaybı, sosyal ilişkilerde olumsuzluk boyutlarında en az puanı 14 yaş grubu alırken en yüksek puanı 17 yaş grubu almıştır.

Intel'in "Genç Türkiye Araştırması" (2012) yaş arttıkça internet kullanımının azaldığını göstermektedir. 13-17 yaş aralığındakiler internette günde ortalama 222 dakika geçirirken, 18-24 yaş grubundakilerin 210 dakika, 25-29 yaş grubundakilerin ise internette 192 dakika geçirdiği belirlenmiştir. Farklı çalışmalar da daha küçük yaştaki çocukların fazla internet kullanımı ve gerçeklikten kaçma değişkenlerinden belirgin olarak daha yüksek puanlar aldıkları ortaya konmuştur (Andreou ve Svoli 2013). Son (geç) ergenlik dönemi, çalışmanın başında da belirtildiği üzere ergenlik döneminin yaygın kimlik krizlerinin kısmen neticelendiği bir dönemdir bu nedenle bu dönemde internet kullanımına duyulan gereksinimin de azaldığı söylenebilir.

Araştırma sonuçlarına göre İnternet Bağımlılığı öğrencilerin internete bağlanma süresine göre anlamlı farklılıklar göstermektedir. İnternet bağımlılığı ile kontrol kaybı, online kalma ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk düzeyi günde 2 saatten fazla internete bağlananlarda daha yüksek düzeydedir. Bu da haftada 14 saati aşan bir süre anlamına gelmektedir. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri günlük internet kullanım sürelerine göre farklılaştığını ve 2 saatten fazla internet kullananlarda bağımlılık düzeyinin arttığını gösteren çalışmalar arasında; (Balcı ve Gülnar, 2009; Batıgün ve Hasta, 2010; Yılmaz, Şahin, Haseski ve Erol, 2014; Sarıkaya ve Sefereoğlu, 2013; Kır ve Sulak, 2014; Chen ve Chou, 1999; Aksoy, 2015; Satan, 2013; Toraman, 2013; Bayram ve Gündoğmuş, 2016; Karakoyun, 2017) sayılabilir.

Bu konuda birbirinden oldukça farklı süreler bildirilmektedir. Haftada 20 saat ve üzerinde internete bağlı olanların bağımlı olduğunu gösteren çalışmalar; Young (1998) ortalama 39 saat, Üçkardeş (2010) haftada 40 ve üzeri saat, Yang ve Tung (2004) 21 saat, Lin ve Tsai (2001) 20 saat, Chen (1998) 19 saat; Chou vd., (1999) haftada 20 saat, Yen ve Yen (2007) 20 saat, Chao ve Hsiao (2000) ise haftada 20–25 saat internette vakit geçirdiklerini belirtmişlerdir. Bunun yanında Brenner (1997) haftada 13 saat, Morahan-Martin ve Schumacher (2000) haftada 8.48 saat, Eijnden vd., (2008) 9 saat olarak belirlemişlerdir. Bu durumun, bağımlılık tanımında kullanılan ölçütlerin farklılığı ve buna bağlı olarak seçilen ölçme araçlarından kaynaklandığı, araştırmalarda kullanılan yöntemin de etkili olduğu belirtilmektedir.

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin sanal ortam yalnızlık düzeyleri ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı ilişki saptanmıştır. İnternet bağımlılığı alt boyutları olan kontrol kaybı, online kalma, sosyal ilişkilerde olumsuzluk birlikte öğrencilerin sanal ortam yalnızlık düzeyleri ile anlamlı ilişkiler göstermekte ve sanal ortam yalnızlık düzeyindeki varyansın sadece %26'sını açıklamaktadır. Yani internet bağımlılığı alt boyutları kontrol kaybı, bireyin interneti ölçsüz kullanması ve bu tutumundan bir türlü vazgeçememesi neticesinde çeşitli sorunlar yaşaması, daha fazla online kalma isteği, internet kullanımında harcanan zamanın ve internet kullanımında aşırılığın başlangıç dönemiyle karşılaştırıldığında açıkça daha da yükselmiş olduğu ve aşırı internet kullanımı nedeniyle insanlar arasındaki ilişkilerde meydana gelen sorunlar sosyal ilişkilerde olumsuzluk arttıkça sanal ortam yalnızlık düzeyinin yükseldiğini göstermektedir.

Yalnızlık ve internet bağımlılığı arasındaki anlamlı ilişkileri gösteren birçok araştırma (Nalva ve Anand, 2003; Engelberg ve Sjoberg, 2004; Özcan ve Buzlu, 2005; Ceyhan, vd., 2007; Kurtaran, 2008; Tomruk, 2008; Kim vd., 2009; Özen, 2009; Morahan- Martin (2010); Esen ve Siyez, 2011; Ezoe ve Toda, 2013; Ayas ve Horzum, 2013; Demirer ve diğ., 2013; Halley vd., 2014; Ümmet ve Ekşi, 2016) yalnızlığın genç yetişkin fark etmeksizin internet bağımlılığı üzerindeki güçlü etkisini vurgulamaktadır. Morahan-Martin (1999)'e göre, internet kullanımı öncelikle sosyal ilişkilerde gerçek yaşamın yerini almakta, böylece kullanıcılar da bu kötü döngüye yakalanmaktadır. Dünyanın birçok yerinde olduğu gibi Türkiye'de de yalnızlık duygusunun internet bağımlılığında itici bir etken olduğu açıktır. Birey eksik hissettiği sosyal ihtiyaçlarını doyurmak için sanal ortamlara başvurmakta ve bu ihtiyacını sanal ortamlarda sınırsızca giderebilmektedir. Bu durum gittikçe vazgeçilmez hâle gelebilmekte ve bağımlılık noktasına ulaşmaktadır.

Bu çalışma sonucunda; üniversite öğrencilerinin sanal ortam yalnızlık düzeyleri ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı ilişki belirlenmiştir. İnternetin ölçsüz kullanması ve bu tutumdan bir türlü vazgeçilmemesi sonucunda insanlar arası ilişkilerde sorunlar meydana geldiği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk arttıkça sanal ortam yalnızlık düzeyinin yükseldiği görülmektedir. Bu sonuçlardan hareketle üniversite öğrencilerinin gerek üniversite ortamında gerekse sosyal sorumluluk projelerinde yüz yüze iletişimlerini arttıracak sosyal etkinlik ortamlarının oluşturulması ve öğrencilerin bu etkinliklere katılmaları için teşvik edilmesi ve fırsatlar oluşturulması önerilir.

KAYNAKÇA

- Akdağ, M., Şahan Y, Özhan-Uğur, B ve Şan, İ. (2014). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (İnönü Üniversitesi örneği), *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 73-96.
- Aksoy, V. (2015). İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin fen lisesi öğrencilerinin demografik özelliklerine göre değişimi ve akademik başarılarına etkisi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(19), 365-383.
- Amichai-Hamburger, Y. & Ben-Artzi, E. (2003). Loneliness and internet use. *Computers in Human Behavior*, 19(1): 71-80.
- Andreou, E., & Svoli, H. (2013). The association between internet user characteristics and dimensions of internet addiction among Greek adolescents. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 11(2), 139-148.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.
- Ayas, T. ve Horzum, M.B. (2013). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), 46-57.
- Balcı, Ş. ve Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili, *Selçuk İletişim*, 6(1), 5-22.
- Balta, Ö. Ç. ve Horzum, M. B. (2008). Web tabanlı öğretim ortamındaki öğrencilerin internet bağımlılığını etkileyen faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41(1), 187-205.
- Batıgün AD. ve Hasta, D. (2010). İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve Kişiler Arası İlişki Tarzları Açısından Bir Değerlendirme, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11, 213-219.

- Bayram, N. (2004). *Sosyal Bilimlerde SPSS İle Veri Analizi*, Bursa: Ezgi Kitabevi.
- Bayram, S. ve Gündoğmuş, G. (2016). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı eğilimlerinin ve yalnızlık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi, *Akademik Bakış Dergisi*, 54, 307-318.
- Bingöl, A. (2017). Virtual Environment Loneliness as a Predictor of Academic Achievement, 8th *International Advanced Technologies Symposium (IATS'17)*, 19-22 October 2017, Elâzığ, Turkey.
- Brenner, V. (1996) An initial report on the online assessment of Internet addiction: The first 30 days of the Internet usage survey. *Psychological Reports*, 70, 179-210.
- Bölükbaş, K. (2003). *İnternet cafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir araştırma: Diyarbakır örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans Tezi, Dicle Üniversitesi, Diyarbakır.
- Caplan, S. E. (2007). Relationship among loneliness, social anxiety, and problematic internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 239-242.
- Ceyhan E., Ceyhan A.A. ve Gürcan, A. (2007). Problemli internet kullanımı ölçeği'nin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri (KUYEB) Dergisi*, 7, 387-416.
- Ceylan A. A. (2011). Ergenlerin Problemli İnternet Kullanım Düzeylerinin Yordayıcıları, *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 18 (2), 85-94.
- Chana, W. M., Dicianno B. E. (2011). Virtual socialization in adults with spina bifida. *PM&R*, 3(3), 219-225.
- Chen SH. (1998). An Internet addiction measurement for Taiwan college students. Paper presented in TANET, Taipei.
- Chou, C., Chou, J., & Tyan, N. N. (1999). An exploratory study of Internet addiction, usage and communication pleasure: the Taiwan's case. *International Journal of Educational Telecommunications*, 5(1), 47-64.
- Chou C., & Hsiao, M. C. (2000) Internet Addiction, Usage, Gratification, and Pleasure Experience: The Taiwan College Students Case, *Computers & Education*, 35 (1), 65-80.
- Cüceloğlu D. (2010). Ergenlik ve Yalnızlık Sorusu, <http://www.dogancuceloglu.net/yazilar/188-ergenlik-ve-yalnizlik-sorusu>, erişim tarihi: 08.07.2017.
- Çakır, V. ve Çakır, V. (2011). Yalnızlık ve televizyon kullanımı, *Selçuk İletişim*, 7(1), 131-147.
- Çeçen, A. R. (2007). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve yaşam doyumu düzeylerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi, *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 180-190.
- Çuhadar, C. (2012). Exploration of problematic internet use and social interaction anxiety among turkish pre-service teachers. *Computer and Education*, 59(2), 173-181.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187-195.
- Demirer, V., Bozoglan, B., & Şahin, İ. (2013). Pre-service teachers' Internet addiction in terms of gender, Internet access, loneliness, and life satisfaction. *International Journal of Education in Mathematics, Science and Technology*, 1(1), 56-63.

- Dikme, E. (2014). *Meslek lisesi öğrencilerinin internet bağımlılıklarının çeşitli değişkenler bağlamında incelenmesi*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- Doğan, H., Işıklar, A., ve Eroğlu, E. S. (2008). Ergenlerin problemli internet kullanımının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 106–124.
- Durkee T. v.d., (2012). Prevalence of pathological internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors, *Addiction*, 107, 2210-2222.
- Durualp, E. ve Çiçekoğlu, P. (2013). Yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin yalnızlık düzeylerinin internet bağımlılığı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(1), 29-46.
- Engelberg, E., & Sjöberg, L. (2004). Internet use, social skills and adjustment. *CyberPsychology & Behavior*, 7, 41-48.
- Eroğlu, M., Pamuk, M. ve Pamuk, K. (2013). Investigation of problematic internet usage of university students with psychosocial levels at different levels. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 103, 551-557.
- Esen, E. ve Siyez, D. M. (2011). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 127-136.
- Ezoe, S. and Toda, M. (2013). Relationships of loneliness and mobile phone dependence with Internet addiction in Japanese medical students, *Open Journal of Preventive Medicine*, 3(6), 407-412.
- Filiz, O., Osman, E. R. O. L., Dönmez, F. İ., & Kurt, A. A. (2014). BÖTE bölümü öğrencilerinin sosyal ağ siteleri kullanım amaçları ile internet bağımlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Instructional Technologies & Teacher Education*, 3(2).
- Frieze, I., D. Bar-Tel, J. Carroll. (1979). *New Approaches to Social Problems*, San Francisco: Jossey-Bass, 54.
- Greenfield (1999) Psychological characteristics of compulsive Internet use: a preliminary analysis. *Cyber Psychology and Behavior*, 2(5), 403-412.
- Griffiths M.D. (2000). Internet addiction: Time to be taken seriously? *Addiction Research*, 8, 413-418.
- Günüç, S. (2009). *İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenlere ile internet arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Güneri Ö. Ş. ve Tanıdır C. (2011). Bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirmesi: kesitsel bir çalışma, *Psikiyatri ve Nörobilim Bilimleri Dergisi*. 24, 256-272.
- Halley, M. P., Mark, D. G., & Ivone, M. P. (2014). Internet addiction and loneliness among children and adolescents in the education setting: *An empirical pilot study*. *Aloma*, 32(1), 91–98.
- Habitat (2016). Türkiye’de gençlerin iyi olma hali raporu.

- Intel Genç Türkiye Araştırması (2012) http://www.halklailiskiler.com.tr/Intelden_Genc_Turkiye_Arastirmasi..php 08.09.2017 de ulaşılmıştır.
- İlhan, T. (2012). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık: cinsiyet rolleri ve bağlanma stillerinin yalnızlığı yordama güçleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(4), 2377-2396.
- Jin, B., & Park, N. (2012), Mobile voice communication and loneliness: Cell phone use and the social skills deficit hypothesis, *New Media & Society*, 15(7), 1094–1111.
- Karasar, N. (2012). Bilimsel araştırma yöntemi (24. basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karakoyun, F. (2017). Öğretmen adaylarının internet bağımlılık düzeylerinin incelenmesi: Dicle üniversitesi örneği, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(64), 1440-1449.
- Karakoç, E. ve Taydaş, O (2013) Bir Serbest Zaman Etkinliği Olarak Üniversite Öğrencilerinin İnternet Kullanımı İle Yalnızlık Arasındaki İlişki: Cumhuriyet Üniversitesi Örneği, *Selçuk İletişim*, 7(4), 33-45.
- Kelleci M., Güler, N., Sezer, H., ve Gölbaşı, Z. (2009). Lise öğrencilerinde internet kullanma süresinin cinsiyet ve psikiyatrik belirtilerle ilişkisi, *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(3), 223-230.
- Kır, İ. ve Sulak, Ş. (2014). Eğitim fakültesi öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(51), 150-167.
- Kim, J., Larose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 12(4), 451–455.
- Kraut R, Patterson M, Lundmark V, Kiesler S, Mukhopadhyay T, Scherlis W. (1998) Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological wellbeing? *American Psychologist* 53(9), 1017-1031.
- Korkmaz, O., Usta, E., ve Kurt, I. (2014). Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği (SOYÖ) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Hacettepe University Journal of Education*, 29(2), 144–159.
- Kurtaran, G. T. (2008). *Variables that predict Internet addiction*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Liberatore KA, Rosario K, Colón-De Martí LN, Martínez KG. (2011). Prevalence of Internet Addiction in Latino Adolescents with Psychiatric Diagnosis, *Cyberpsychology, Behavior and Social Net Working*, 14(6), 399-402.
- Lin, S. S. J., & Tsai, C. C. (2001). *Sensation seeking and Internet dependence of Taiwan high school adolescents*. Paper presented at the annual convention of American psychological Association, Boston, MA.
- Mangan, K. (2008). Virtual worlds turn therapeutic for autistic disorders. *Chronical High Education*, 54(18), A26-A26.
- Morahan-Martin, J. (1999). The relationship between loneliness and Internet use and abuse. *Cyber Psychology 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(1), 13–29.
- Morahan-Martin, J. and Schumacher, P. (2003). Loneliness and Social Uses of The Internet. *Computers in Human Behavior*, 19(6): 659-671.

- Nalwa, K. and Anand, A. (2003) Internet addiction in students: A cause of concern. *Cyberpsychology and Behavior*, 6, 653-656.
- Odacı, H., & Kalkan, M. (2010). Problematic Internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. *Computers & Education*, 55, 1091-1097.
- Oruç, T. (2013). *Üniversite öğrencilerinde psikososyal değişkenlere göre yalnızlık ile otomatik düşünceler ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Özcan, N. ve Buzlu, S. (2005). Problemlerli internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: internet bilişsel durum ölçeği'nin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirliği. *Bağımlılık Dergisi*, 6 (1), 19-26.
- Özdemir, S., Akçakanat, T. ve İzgüden, D. (2017). İnternet çağında sanal ortam yalnızlığı: üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma, *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 8(19),125-136.
- Özdemir, Y., Kuzucu, Y. ve Ak, Ş. (2014). Depression, loneliness and internet addiction: how important is low self-control? *Computers in Human Behavior*, 34: 284-290.
- Özen, Ü. ve Sarıcı, M. B. (2010). Yalnızlık Olgusu ve Sanal Sohbetin Yalnızlığın Paylaşımına Etkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*. 24(1),149-158.
- Özgür, H. (2013). Öğretmen adaylarının sosyal ağ bağımlılığı, etkileşim kaygısı ve yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 10(2), 667-690.
- Özsarı, A Karaduman, G.B. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin sosyal medya kullanımı ve yalnızlıklarının incelenmesi, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5, özel sayı, 380-389.
- Öztürk, Ö., Odabaşıoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y. ve Kalyoncu, Ö. A. (2007). İnternet bağımlılığı: kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8 (1), 36-41.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (Eds.) (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley-Interscience.
- RTÜK (2012), Medya Okur-Yazarlığı Araştırması <http://www.rtuk.org.tr> 20 Haziran 2013 tarihinde alınmıştır.
- Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J. ve Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: An examination of Weiss' typology of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46 (6), 1313-1321.
- Sanders, C., T. Field, M. Diego, M. Kaplan. (2000). The relationship of internet use to depression and social isolation among adolescents, *Adolescence*, 35, 237-242.
- Satan, A. A. (2013). Ortaöğretim öğrencilerinde akran baskısının internet bağımlılığına olan etkisi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 6(8), 511-526.
- Seçim, Y.Ö, Alpar, Ö ve Algür, S. (2014). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık: Akdeniz Üniversitesinde yapılan ampirik bir araştırma, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(48), 200-215.
- Sloan, W. W ve Solano, H.C. (1984). The conversational styles of lonely males with strangers and roommates, *Personality and Social Psychology Bulletin* 10(2), 293-301.

- Sırakaya, M. ve Seferoğlu, S. S. (2013). Öğretmen adaylarının problemli internet kullanımlarının incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(1), 356-368.
- Şan, M. K. ve Hira İ. (2005). Bilgi toplumu: bir risk olarak özel alanın kayboluşu. IV. *Ulusal Bilgi-Ekonomi ve Yönetim Kongresi*, Kocaeli.
- Şahin, C. ve Korkmaz, Ö. (2011). İnternet bağımlılığı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32, 101-115.
- Şahin, C., Aydın, D. ve Balay, R. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin eğitsel internet kullanımı ile internet bağımlılıklarının incelenmesi. *Journal of Kırşehir Education Faculty*, 17(1), 481-497.
- Şahin, C. (2016). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin internet bağımlılığı ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, *International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES)*, June, 2016; 2(1), 1-13.
- Toraman, M. (2013). *İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin ortaöğretim öğrencilerinin akademik başarıları ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Fırat üniversitesi, Elâzığ.
- Tokunaga, R. S., & Rains, S. A. (2010). An evaluation of two characterizations of the relationships between problematic internet use, time spent using the internet and psychosocial problems. *Human Communication Research*, 36(4), 512–545.
- Toruk İ. (2008). Üniversite gençliğinin medya kullanma alışkanlıkları üzerine bir analizi, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19, 475-479.
- Tsai, M.J. (2009). Online Information Searching Strategy Inventory (OISSI): A Quick Version and a Complete Version. *Computers & Education* 53(2), 473–83.
- TUİK Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, 2016, Haber Bülteni Sayı: 21779, 18 Ağustos 2016, <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21779> 07.09.2017 tarihinde alınmıştır.
- Üçkardeş, E. A. (2010). *Mersin Üniversitesi öğrencileri arasında internet bağımlılığının değerlendirilmesi*. Yayınlanmış tıpta uzmanlık tezi. Mersin üniversitesi, Mersin.
- Ümmet, D. ve Ekşi, F. (2016). Türkiye’deki genç yetişkinlerde internet bağımlılığı: yalnızlık ve sanal ortam yalnızlık bağlamında bir inceleme. *Addicta: The Turkish Journal On Addictions*. 3(1), 29-53.
- Yen, J., Ko, C., & Yen, C. (2007). The comorbid psychiatric symptoms of internet addiction: attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD), depression, social phobia, and hostility. *J Adolesc Health*, 41, 93-8.
- Young, K. S. (1998) Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder, *Cyber Psychology & Behavior*, 1 (3), 237-244.
- Yücel, N. (2009). *Ergenlerin akran ilişkileri ve yalnızlık düzeylerinde evde internet kullanımının etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*, MIT Press: Cambridge.