*International Journal of*
**Düzce Educational Sciences**
**Journal homepage: https://dergipark.org.tr/en/pub/ijdes**

# Examining the relationship between adolescents' internet addiction, shyness, and locus of control

Kübra Demir Aytekin[1*], Ali Haydar ŞAR[2]

[1*] Düzce University, Psychological Counsellor, Corresponding Author, ROR ID: 04175wc52

[2] İstanbul Sabahattin Zaim University, Professor Doctor, ROR ID: 00xvwpq40

**ARTICLE INFO**

Article Type: Research article
Received: 4.11.2025
Accepted: 7.12.2025
Publication: 31.12.2025
Month/ year: 12/2025
Citation: Aytekin, K. D., & Şar, A. H. (2025). Examining the relationship between adolescents' internet addiction, shyness, and locus of control. International Journal of Düzce Educational Sciences, *3*(2), 160-170.

**ABSTRACT**

This study examined the relationship between internet addiction, shyness, and locus of control among adolescents. The research was conducted using an appropriate sampling method. A total of 403 participants, including 320 females (79.4%) and 83 males (20.6%), took part in the study. The Personal Information Form, Locus of Control Scale, Shyness Scale, and Computer Addiction Scale for Adolescents were employed as data collection tools. According to the results, positive correlations were found between internet addiction, levels of shyness, and locus of control. Internet addiction showed a positive correlation with the socio-economic variable, whereas no significant relationships were identified with gender and parental attitudes. Locus of control scores differed significantly according to gender and socio-economic status but showed no significant difference based on parental attitudes. These findings suggest that the risk of internet addiction among adolescents may be associated with psychological characteristics and socio-economic conditions, highlighting the importance of family- and school-based interventions.

**Keywords**: Adolescence, locus of control, shyness, internet addiction.

## Ergenlerde internet bağımlılığı ile utangaçlık ve denetim odağı arasındaki ilişki incelemesi

**ÖZET**

Bu araştırmada ergenlerde internet bağımlılığı ile utangaçlık ve denetim odağı arasındaki ilişki incelenmiştir. Uygun örneklem yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya 320 kadın (%79,4), 83 erkek (%20,6) olmak üzere toplam 403 kişi katılım sağlamıştır. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Kontrol Odağı Ölçeği, Utangaçlık Ölçeği ve Ergenler İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; internet bağımlılığı ile utangaçlık düzeyleri ve denetim odağı düzeyleri

arasında pozitif yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. İnternet bağımlılığının sosyo-ekonomik değişkeniyle pozitif yönlü, cinsiyet ve anne-baba tutumu değişkenleri arasındaysa anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur. Denetim odağı puanlarının cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği, ancak anne-baba tutumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmadığı bulunmuştur. Bu bulgular, ergenlerde internet bağımlılığı riskinin psikolojik özellikler ve sosyo-ekonomik koşullarla ilişkilendirilebileceğini ortaya koymakta, aile ve okul temelli müdahalelerin önemini vurgulamaktadır.
**Anahtar Sözcükler:** Ergenlik, denetim odağı, utangaçlık, internet bağımlılığı.

## Giriş

Bütün dünyayı etkisi altına alan dijital teknolojilerin hızlı gelişimi yaşantımızın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Bu süreçten en fazla etkilenen genç kuşaklar, interneti sadece bilgiye ulaşabilmek için değil, aynı zamanda sosyalleşme aracı, eğlence aracı ve kendini ifade etme gibi farklı amaçlarla kullanmaktadır (Kircaburun vd., 2020).

İnternet, kişilerarası iletişimi kolaylaştıran ve çeşitli etkileşim olanaklarını sunmaktadır. Fakat bu olanaklar bireylere çeşitli faydalar sağlasa da, ortaya çıkan sonuçlar her zaman pozitif yönde olmamaktadır. (Gökçearslan ve Günbatar, 2012).İnternet kullanımının yaygınlaşması, bazı kişilerde problemli davranış kalıplarına ve bağımlılık riskine neden olmaktadır. Kişinin günlük yaşantısını olumsuz yönde etkileyen, kontrol edilemeyen ve işlevselliği bozan kullanım biçimi internet bağımlılığı olarak tanımlanmaktadır (Young & Rogers, 1998; Fineberg vd., 2022). Problemli internet kullanımı yaklaşık son on beş yıldır araştırmacıların ilgisini çeken bir kavram haline gelmiştir. Acier ve Kern'in (2011) kapsamlı literatür incelemesine göre bu olgu, literatürde sekiz farklı biçimde tanımlanmaktadır: internet bağımlılığı bozukluğu, aşırı internet kullanımı, problemli internet kullanımı, patolojik internet kullanımı, yüksek düzeyde internet bağımlılığı, siber bağımlılık, tetikleyici internet kullanımı ve sanal bağımlılık. Bu kavramların tümü özünde benzer bir olguya, yani bireyin interneti aşırı ve kontrolsüz biçimde kullanmasına işaret etmektedir (Ceyhan vd., 2007).

Yapılan araştırmalar incelendiğinde; internet bağımlılığı sadece kişinin internette geçirdiği süre sınırıyla ilişkisinin olmadığını bunun yanı sıra psikososyal faktörlerle de yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Özellikle ergenlik dönemi sürecinde bireyin yaşadığı kimlik gelişimiyle birlikte sosyal ilişkilerindeki artan duyarlılık ve bağımsızlık arayışlarının yoğunlaştığı bir dönem olmasından kaynaklı internet bağımlılığı açısından riskli bir gelişimsel dönemdir (Çelik vd., 2022). İnternetin sunduğu sanal etkileşim ortamı, bazı ergenler için yüz yüze ilişkilerden kaçınma ve sosyal çekingenliği telafi etme aracı haline gelebilmektedir. Bu durum, utangaçlık düzeyi yüksek olan bireylerde daha belirgin şekilde gözlenmektedir (Yıldız, 2021).

Kişinin sosyal ilişkilerinde kendini ifade etmekte zorlanması, eleştirilme kaygısı taşıması ve sosyal etkileşimde bulunabileceği ortamlardan kaçınma eğiliminin olması utangaçlık olarak ifade edilmektedir. Ergenlik dönemi sürecinde bireyin yaşadığı kimlik karmaşası ve artan sosyal baskı utangaçlık düzeyini arttırabilmekte; bu da bireyi sanal ortamlara yönelmesine neden olabilmektedir. Yapılan çalışmalarda, utangaç bireylerin interneti sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için daha yoğun kullandıkları ve bu durumun internet bağımlılığı riskini artırdığı ifade edilmektedir (Khan vd., 2021; Li & Zou, 2022).

İnternet bağımlılığı ile ilişkili diğer bir önemli değişken olan denetim odağı; kişinin yaşamındaki olayları kontrol altına alabilme isteği olarak tanımlanmaktadır. Denetim odağı kendi içerisinde iç denetimli bireyler ve dış denetimli bireyler olarak ikiye ayrılmaktadır. Kişi yaşamında olup bitenleri kendi çabalarıyla yönlendirebileceği inancına iç denetimli bireyler sahipken, dış denetimliler ise olayların sonuçları şansa, kadere ya da başkalarının kontrolüne bağlama eğilimindedir. Araştımalar incelendiğinde dış denetim odağına sahip bireylerin internet bağımlılığının daha fazla olabileceğini göstermektedir. (Zhu vd., 2021). Bu bağlamda, denetim odağı ile internet bağımlılığı arasında da anlamlı bir ilişki olabileceği düşünülmektedir.

Ergenlik döneminde internetin aşırı ve kontrolsüz biçimde kullanılması, bireylerin uzun süre ekran başında zaman geçirmesine ve sosyal ortamlardan uzaklaşmasına neden olabilmektedir. Bu durum, ergenlerin yalnızlık duygusunu artırarak sosyal etkileşim ve iletişim becerilerinin gelişimini olumsuz etkileyebilmektedir. Gerçek yaşam ilişkilerinin yerini zamanla sanal ilişkilerin almasıyla birlikte birey, kendisini dijital ortamda var etmeye yönelebilir. Bu süreçte, sosyal ortamlardan çekilme, utangaçlık, kendini ifade etmede güçlük ve insan ilişkilerinden kaçınma gibi psikolojik sorunlar ortaya çıkabilmektedir (Yücel & Gürsoy, 2013).

Son yıllarda yapılan çalışmalar, internet bağımlılığı ile utangaçlık ve denetim odağı gibi kişilik temelli özellikler arasında anlamlı ilişkiler olduğunu desteklemektedir (Demirtaş-Madran & Ferligül, 2021; Kara & Türk, 2023). Ancak bu ilişkilerin ergenlik döneminde nasıl şekillendiğine dair araştırmalar sınırlıdır. Bu nedenle, bu çalışma ergenlerde internet bağımlılığı ile utangaçlık ve denetim odağı arasındaki ilişkileri inceleyerek literatüre katkı sunmayı amaçlamaktadır.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde ergenlerde internet bağımlılığı ile utangaçlık ve denetim odağı arasındaki ilişki bir problem durumu olarak ortaya çıkmıştır. Bundan dolayı yapılabilecek olan çalışmalarda bu problem durumun ortaya çıkarılması ve ergenlerde internet bağımlılığı ile utangaçlık ve denetim odağı arasındaki bağlantının diğer değişkenlerle ilişkisinin belirlenmesi önem arz etmektedir. Bu bağlamda yapılan bu çalışmada ergenlerde internet bağımlılığı ile utangaçlık ve denetim odağı arasındaki ilişki incelenmiş ve bu kavramlar çeşitli değişkenler açısından ele alınmıştır. Bu amaç doğrultusunda araştırmada aşağıdaki soruların cevapları araştırılmıştır:

**Problem Cümlesi:**

Ergenlerdeki internet bağımlılığı ile utangaçlık ve denetim odağı arasında ilişki var mıdır?

**Alt Problemler:**

1-İnternet bağımlılığı, utangaçlık ve denetim odağı değişkenleri ergenlerin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

2-İnternet bağımlılığı, utangaçlık ve denetim odağı düzeyleri, ergenlerin algıladıkları sosyo-ekonomik düzeye göre farklılaşmakta mıdır?

3-İnternet bağımlılığı, utangaçlık ve denetim odağı düzeyleri, anne-baba tutumuna göre anlamlı biçimde değişmekte midir?

## Yöntem

### Araştırma Modeli

Bu araştırma, ergenlerde internet bağımlılığı, utangaçlık ve denetim odağı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yürütülmüştür. Çalışma, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan gerekli izinler alındıktan sonra gerçekleştirilmiştir. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha fazla değişken arasındaki birlikte değişim durumunu ve bu değişimin yönünü belirlemeye yönelik bir desen olarak tanımlanmaktadır (Karasar, 2011).

### Çalışma Grubu

Araştırmada 403 kişiden online formlar aracılığıyla toplanan veriler kullanılmıştır. Araştırmaya 320 kadın (%79,4), 83 erkek (%20.6) olmak üzere toplam 403 birey katılmıştır. Kategorik algılanan sosyo-ekonomik durum dağılımına bakıldığında, 30 kişi (%7.4) düşük düzey, 339 kişi (%84.1) orta düzey, 34 kişi (%8.4) yüksek düzeyde olduğunu bildirmiştir. Araştırmaya katılanların anne-baba tutumu incelendiğinde 238 kişi (%59.1) koruyucu, 85 kişi (%21.1) otoriter, 23 kişi (%5.7) ilgisiz, 57 kişi (%14.1) demokratik tutuma sahip cevabını vermiştir.

### Veri Toplama Araçları

#### Kişisel bilgi formu

Bu form aracılığıyla katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin veriler toplanmıştır. Bu doğrultuda katılımcılardan, cinsiyet, algılanan sosyoekonomik düzey ve anne-baba tutumu değişkenlerine ilişkin bilgileri, kendilerine sunulan seçenekler arasından uygun olanı işaretleyerek belirtmeleri istenmiştir.

#### İnternet bağımlılığı ölçeği

Araştırmada, Horzum, Ayas ve Çakır (2011) tarafından geliştirilen beşli Likert tipi bir ölçek kullanılmıştır. Ölçek toplam 54 maddeden oluşmakta ve iki faktörü kapsamaktadır. Puan aralığı 54 ile 270 puan arasında değişmekte olup, ölçeğin tamamının cevaplanma süresi yaklaşık 25 dakikadır. Maddelerin ayırt ediciliği T-testi ile incelenmiş ve %27 oranında anlamlı farklılık gözlenmiştir; bu sonuç maddelerin ayırt edicilik düzeylerinin uygun olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliği Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları ile değerlendirilmiştir. Yapı geçerliliği için yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda, birinci faktör internet bağımlılığı adıyla 28 maddeden oluşurken, ikinci faktör bilgisayar oyun bağımlılığı olarak adlandırılmış ve 26 maddeyi içermektedir. İnternet bağımlılığı faktöründeki maddelerin faktör yükleri .512 ile .795 arasında değişmiş ve ölçeğin toplam varyansının %29,49'unu açıklamıştır. İç tutarlılık katsayıları internet bağımlılığı faktörü için .96, bilgisayar oyun bağımlılığı faktörü için .95 olarak bulunmuş; ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı ise .95 olarak hesaplanmıştır.

#### Utangaçlık ölçeği

Araştırmada, Güngör (2001) tarafından geliştirilen beşli likert tipi utangaçlık ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 20 maddeden oluşmakta ve tek boyutludur. Puan aralığı 20 ile 100 arasında değişmekte olup, yüksek puanlar bireyin daha utangaç olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliği iki yöntemle değerlendirilmiştir. Birincisi, 78 öğrenciye üç hafta arayla iki kez uygulama yapılmış ve elde edilen test-tekrar test korelasyon katsayısı .83 bulunmuştur. İkinci yöntem olarak Cronbach Alfa iç

tutarlılık katsayısı hesaplanmış ve ölçeğin iç tutarlılık değeri .91 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliği için yapılan faktör analizi sonucunda, 20 maddenin üç faktörde toplandığı görülse de maddelerin büyük çoğunluğu birinci faktörde yoğunlaşmıştır. Böylelikle ölçeğin tek boyutlu olduğu ve yapı geçerliliğinin kanıtlandığı tespit edilmiştir.

**Kontrol odağı ölçeği**

Araştırmada, Dağ (2002) tarafından geliştirilen beşli Likert tipi denetim odağı ölçeği kullanılmıştır. Ölçek toplam 47 maddeden oluşmakta ve maddelerin 25'i düz, 22'si ters puanlanmaktadır. Yapılan analizlerde maddelerin korelasyon değerleri 0 ile .58 arasında değişmiştir. İç kontrol ve dış kontrol odağı maddeleri T-testi ile karşılaştırılmıştır. Madde-toplam korelasyonları .30'un altında olan 20 madde ölçekten çıkarılmıştır. Kalan 47 maddenin iç tutarlılık katsayısı Cronbach Alfa .91 olarak hesaplanmış ve ölçeğin güvenilirliği yüksek bulunmuştur. Ölçekten elde edilen puanların yükselmesi dış kontrol odağını yansıtmaktadır ve puan aralığı 47 ile 235 arasında değişmektedir. Ölçeğin toplam iç tutarlılık katsayısı Cronbach Alfa .92 olarak belirlenmiş, maddeler arasındaki korelasyonlar ise ortalama .45 (min .20, max .70) düzeyinde gözlemlenmiştir. Ölçek bir ay arayla tekrar uygulanmış ve test-tekrar test güvenirliği Pearson r = .88 olarak bulunmuştur; 45 korelasyonun 33'ü $p < .05$ düzeyinde anlamlılık göstermiştir.

**Verilerin Analizi**

SPSS 21.0 paket programı kullanılan araştırmada korelasyon, t testi, Anova testleri kullanılmıştır ve sonuçları değerlendirilmiştir.

**BULGULAR**

**Araştırmanın Ana Problemine İlişkin Bulgular**

**Tablo 1.** *İnternet Bağımlılığı, Utangaçlık Düzeyi ve Denetim Odağı Arasındaki Korelasyonlar*

| Değişken | *n* | *Ort.* | *S* | 1 | 2 | 3 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. İnternet Bağımlılığı | 403 | 55.69 | 20.71 | – | | |
| 2. Utangaçlık | 403 | 56.36 | 20.64 | .28** | – | |
| 3. Denetim Odağı | 403 | 122.2 | 19.21 | .21** | .05 | – |

*$p < .05$ , **$p < .01$

Çalışmadaki değişkenler arasında ilişkiler, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi ile incelenmiştir. Analiz sonuçları, internet bağımlılığı ile utangaçlık düzeyi arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. ($r = .28$, $p < .01$). Benzer şekilde, internet bağımlılığı ile denetim odağı düzeyi arasında da pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır($r = .21$, $p < .01$). Ancak utangaçlık düzeyi ile denetim odağı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamaktadır ($r = .05$, $p > .05$).

**Araştırmanın Alt Problemlerine İlişkin Bulgular**

**Tablo 2.** *Çalışmanın Değişken Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması*

| | Kadın (n=320 ) | | | Erkek (n = 83) | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Değişken | *Ort* | *S* | *Ort.* | *S* | *T* | *P* |
| İnternet Bağımlılığı | 55.90 | 20. 43 | 54.85 | 21.89 | .41 0 | ,682 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Utangaçlık | 57.55 | 21.03 | 51.78 | 18.46 | 2.461* | ,015 |
| Denetim Odağı | 120.67 | 19.70 | 128.11 | 15.99 | -3.593* | ,000 |

p<,05*

İnternet bağımlılığı, utangaçlık ve denetim odağı değişkenleri cinsiyete göre bağımsız gruplar t-testi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçları, kadınların internet bağımlılığı puanları (Ort. = 55,90, S = 20,43) ile erkeklerin puanları (Ort. = 54,85, S = 21,89) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir (t = 0,410, p > .05). Bununla birlikte, kadınların utangaçlık puanları (Ort. = 57,55, S = 21,03), erkeklerin utangaçlık puanlarından (Ort. = 51,78, S = 18,46) anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur (t = 2,461, p < .05). Öte yandan, kadınların denetim odağı puanları (Ort. = 120,67, S = 19,70), erkeklerin puanlarına (Ort. = 128,11, S = 15,99) kıyasla anlamlı biçimde daha düşük bulunmuştur (t = -3,593, p < .05).

**Tablo 3.** *İnternet Bağımlılığı Düzeyinin Algılanan Ekonomik Düzeyine Göre Karşılaştırılması*

| Kaynak | Kareler Toplamı | s.d. | Ortalama Kare | F | p |
|---|---|---|---|---|---|
| Ekonomik Düzey | 3806.890 | 2 | 1903.445 | 4.515* | .012 |
| Hata Toplam | 168647.715 | 400 | 421.619 | | |
| | 172454.605 | 402 | | | |

*p<.05

Katılımcıların internet bağımlılığı puanlarının, algılanan ekonomik düzey açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek için tek yönlü Anova analizi uygulanmıştır. Katılımcılar düşük (n = 30), orta (n = 339) ve yüksek (n = 34) olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Analiz sonuçları, gruplar arasında internet bağımlılığı puanları açısından anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir (F(2,400) = 4,515, p < .05). Farkın kaynağını belirlemek için Tamhane post hoc testi uygulanmıştır. Sonuçlara göre, düşük ekonomik düzeye sahip bireylerin internet bağımlılık düzeyleri, yüksek ekonomik düzeydeki bireylere kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek bulunmuştur (p < .05). Ayrıca orta ekonomik düzey grubundaki bireylerin internet bağımlılık puanları da yüksek grup ile karşılaştırıldığında anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur (p < .05).

**Tablo 4.** *Utangaçlık Düzeyinin Algılanan Ekonomik Düzeyine Göre Karşılaştırılması*

| Kaynak | Kareler Toplamı | s.d. | Ortalama Kare | F | p |
|---|---|---|---|---|---|
| Ekonomik Düzey | 295.680 | 2 | 147.840 | .346 | .708 |
| Hata Toplam | 170913.427 | 400 | 427.284 | | |
| | 171209.107 | 402 | | | |

Katılımcıların utangaçlık puanlarının, algılanan ekonomik düzey açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla tek yönlü Anova analizi uygulanmıştır. Ortalama ve standart sapmalar incelendiğinde, düşük ekonomik düzey grubunun puanları (Ort. = 58,60, S = 21,07), orta ekonomik düzey grubunun puanları (Ort. = 56,37, S = 20,55) ve yüksek ekonomik düzey grubunun puanları (Ort. = 54,29, S = 21,49) olarak bulunmuştur. Analiz sonuçları, gruplar arasında utangaçlık puanları açısından anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir (F(2,400) = 0,346, p > .05).

**Tablo 5.** *Denetim Odağı Düzeyinin Algılanan Ekonomik Düzeyine Göre Karşılaştırılması*

| Kaynak | Kareler Toplamı | s.d. | Ortalama Kare | F | p |
|---|---|---|---|---|---|
| Ekonomik Düzey | 3835.101 | 2 | 1917.551 | 5.307* | .005 |
| Hata | 144525.018 | 400 | 361.313 | | |
| Toplam | 148360.119 | 402 | | | |

*p<.05

Katılımcıların denetim odağı puanlarının, algılanan ekonomik düzey açısından farklılık gösterip göstermediğini incelemek için tek yönlü Anova analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları, gruplar arasında denetim odağı puanları açısından anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir ($F(2,400) = 5,307$, $p < .05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla Scheffe post hoc testi uygulanmıştır. Sonuçlara göre, düşük ekonomik düzeye sahip bireylerin denetim odağı puanları, yüksek ekonomik düzeye sahip bireylere kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek bulunmuştur ($p < .05$). Benzer şekilde, orta ekonomik düzey grubundaki bireylerin puanları da yüksek grup ile karşılaştırıldığında anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur ($p < .05$).

**Tablo 6**. *İnternet Bağımlılığı Düzeyinin Anne-Baba Tutumuna Göre Karşılaştırılması*

| Kaynak | Kareler Toplamı | s.d. | Ortalama Kare | F | P |
|---|---|---|---|---|---|
| Anne-Baba Tutumu | 2090.426 | 3 | 696.809 | 1.632 | .181 |
| Hata | 170364.180 | 399 | 426.978 | | |
| Toplam | 172454.605 | 402 | | | |

Katılımcıların internet bağımlılığı puanlarının, farklı anne-baba tutumu gruplarına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla tek yönlü Anova analizi uygulanmıştır. Ortalama ve standart sapmalar incelendiğinde, koruyucu tutum grubunun puanları (Ort. = 56,19, S = 21,38), otoriter tutum grubunun puanları (Ort. = 57,06, S = 20,69), ilgisiz tutum grubunun puanları (Ort. = 58,74, S = 21,72) ve demokratik tutum grubunun puanları (Ort. = 50,30, S = 16,74) olarak bulunmuştur. Analiz sonuçları, gruplar arasında internet bağımlılığı puanları açısından anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir ($F(3,399) = 1,632$, $p > .05$).

**Tablo 7.** *Utangaçlık Düzeyinin Anne-Baba Tutumuna Göre Karşılaştırılması*

| Kaynak | Kareler Toplamı | s.d. | Ortalama Kare | F | p |
|---|---|---|---|---|---|
| Anne-Baba Tutumu | 1679.590 | 3 | 559.863 | 1.318 | .268 |
| Hata | 169529.517 | 399 | 424.886 | | |
| Toplam | 171209.107 | 402 | | | |

Katılımcıların utangaçlık puanlarının, farklı anne-baba tutumu gruplarına göre değişip değişmediğini belirlemek amacıyla tek yönlü Anova analizi uygulanmıştır. Katılımcılar koruyucu (n = 258), otoriter (n = 85), ilgisiz (n = 23) ve demokratik (n = 57) tutum gruplarına ayrılmıştır. Ortalama ve standart sapmalar incelendiğinde, koruyucu grup için (Ort. = 56,58, S = 20,69), otoriter grup için (Ort. = 56,41, S = 21,06), ilgisiz grup için (Ort. = 62,78, S = 18,61) ve demokratik grup için (Ort. = 52,81, S = 20,35) puanlar elde edilmiştir. Analiz sonuçları, gruplar arasında utangaçlık puanları açısından anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir (F(3,399) = 1,318, p > .05).

**Tablo 8**. Denetim odağı düzeyinin anne-baba tutumuna göre karşılaştırılması

| Kaynak | Kareler Toplamı | s.d. | Ortalama Kare | F | p |
|---|---|---|---|---|---|
| Anne-Baba Tutumu | 565.918 | 3 | 188.639 | .509 | .676 |
| Hata | 147794.201 | 399 | 370.412 | | |
| Toplam | 148360.119 | 402 | | | |

Katılımcıların denetim odağı puanlarının, farklı anne-baba tutumu gruplarına göre değişip değişmediğini incelemek amacıyla tek yönlü Anova analizi uygulanmıştır. Katılımcılar koruyucu (n = 258), otoriter (n = 85), ilgisiz (n = 23) ve demokratik (n = 57) tutum gruplarına ayrılmıştır. Ortalama ve standart sapmalar incelendiğinde, koruyucu grup için (Ort. = 122,24, S = 18,79), otoriter grup için (Ort. = 120,80, S = 22,11), ilgisiz grup için (Ort. = 126,35, S = 16,84) ve demokratik grup için (Ort. = 122,44, S = 17,32) puanlar elde edilmiştir. Analiz sonuçları, gruplar arasında denetim odağı puanları açısından anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir (F(3,399) = 0,509, p > .05).

**Sonuç ve Tartışma**

Bu araştırmada ergenlerde internet bağımlılığı ile utangaçlık ve denetim odağı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bulgular, internet bağımlılığı ile utangaçlık arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğunu göstermektedir (r = .28, p < .01). Bu durum, literatür incelendiğinde utangaç bireylerin sanal ortamları daha fazla kullandığını göstermektedir.

Utangaç bireyler sanal ortamları kişilerarası yüz yüze etkileşim kaygısından bir kaçış ve kendini rahat bir şekilde ifade etme imkânı buldukları alan olarak gördüklerini belirten çalışmaları desteklemektedir (Chak & Leung, 2004; Przepiorka et al., 2021). Özellikle utangaç ergen bireylerin yüz yüze iletişimde zorlandıkları için çevrim içi iletişimi tercih etmeleri, riskini artırabilmektedir (Jacob,2020).

Çalışmada ayrıca internet bağımlılığı ile denetim odağı arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki tespit edilmiştir (r = .21, p < .01). Benzer şekilde, dış denetim odağına sahip bireylerin internet bağımlılığına daha yatkın oldukları ortaya çıkmaktadır. Bunun nedeni, kontrol algılarını dışsal faktörlere yükledikleri için davranışlarını düzenleme konusunda zorlandıkları görülmektedir (Thakur & Suleria, 2018; Meena et al., 2021). Bu sonuca bakıldığında, dış denetim odağının özellikle dijital bağımlılıklarla zayıf ama anlamlı ilişkili olduğunu gösteren bulgularla uyumludur (Li, 2021).

Fakat utangaçlık ile denetim odağı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (r = .05, p > .05). Bu sonuç, utangaçlığın daha çok kişilerarası etkileşim zorluklarıyla, denetim odağının ise bireyin kontrol algısı ile ilgili olması sebebiyle internet bağımlılığına farklı olgular üzerinden etkileyebileceğini düşündürmektedir. Literatür incelendiğinde utangaçlık ile denetim odağı

değişkenin her zaman doğrudan ilişkili olmadığı, fakat bağımlılık gibi davranışsal sonuçlarda ayrı ayrı etkili olabildikleri vurgulanmaktadır (Jacob, 2020).

Araştırma bulguları, ergenlerde internet bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını göstermektedir. Bu bulgulara bakıldığında, internet bağımlılığı üzerinde cinsiyetin belirleyici bir faktör olmayabileceğini ortaya koymaktadır. Alanyazında da aynı şekilde cinsiyet farklılıklarının internet bağımlılığı üzerinde tutarlı bir etki göstermediği bulgularına ulaşılmıştır (Canan & Ataoğlu, 2012; Yıldız Durak, 2019).

Bununla birlikte, utangaçlık düzeyinde erkeklerin kadınlara göre daha düşük düzeyde puan aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Yani kadınların utangaçlık düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuca bakıldığında, kadınlarda ergenlik döneminde kişiler arası iletişimde daha çok çekingenlik yaşadığı düşünülmektedir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde benzer şekilde kadınların erkeklere göre daha yüksek sosyal kaygı ve utangaçlık düzeyine sahip olabildikleri görülmektedir (Çetin, 2015).

Denetim odağı açısından ise erkeklerin kadınlara göre daha fazla dış denetime sahip olduğu sonucuna rastlanmıştır. Bu sonuç, ergenlik dönemindeki erkeklerin dışsal faktörlere bağlı olarak davranışlarını sürdürme eğiliminde olabileceğini göstermektedir. Alanyazında da cinsiyet farkılılığının denetim odağından etkilenebilme sürecinin farklılaştığını belirten araştırmalar da bu sonucu desteklemektedir (Kaya & Siyez, 2010).

İnternet bağımlılığı puanlarının, algılanan ekonomik düzeye göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Düşük ve orta ekonomik düzeydeki ergenlerin internet bağımlılık puanları, yüksek ekonomik düzeydekilerden daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu, ekonomik düzeyin daha sınırlı olduğu ailelerde ergenlik çağındaki bireylerin boş zamanlarını internette geçirme eğiliminde olduklarını gösterebilmektedir. Literatürde de benzer şekilde düşük sosyo-ekonomik düzeydeki bireylerin internet kullanımına daha bağımlı hale gelebildiği sonuçlarına ulaşılmıştır (Akin & İskender, 2011). Utangaçlık düzeyleri ise ekonomik düzey değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Bu bulgu, utangaçlığın ekonomik koşullardan kaynaklanmadığını ancak kişilik temelli bireysel bir özellik olduğunu düşündürebilmektedir.

Denetim odağı açısından ise ergenlik dönemindeki bireylerin düşük ve orta ekonomik gelire sahip olanların dış denetim odağının daha fazla olduğunu, yüksek gelir düzeyine sahip ergenlerinse daha düşük dış denetim odağına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç, ekonomik zorluk yaşayan ergenlerin yaşamlarını kontrol etmede daha çok dışsal faktörlere yöneldiğine işaret etmektedir. Alanyazındaki çalışmalar incelendiğinde de sosyo-ekonomik koşulların bireylerin kontrol algısı üzerinde etkili olabileceğini ortaya koymaktadır (Dağ, 1991).

Elde edilen bulgulara göre, internet bağımlılığı, utangaçlık ve denetim odağı puanları anne-baba tutumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Bu sonuç, ergenlerin bağımlılık ve kişilik özelliklerinin yalnızca ebeveyn tutumlarıyla açıklanamayacağını ortaya koymaktadır. Ancak literatürde demokratik ebeveyn tutumunun ergenlerin öz-denetimini güçlendirdiği ve riskli davranışlardan koruyucu bir rol oynadığı da göstermektedir (Yavuzer, 2012). Bu bağlamda, mevcut çalışmada anlamlı farklılık bulunmaması, örneklem özellikleri ya da ebeveyn tutumlarının ergenler tarafından algılanış biçimiyle ilişkili olabilir.

**Öneriler**

Ergenlik döneminde ki bireylere internet bağımlılığı riskini azaltabilmek için utangaçlık ve dışa bağımlı denetim odağı gibi psikolojik özelliklere yönelik okul temelli programlar geliştirilebilir.Sosyal beceri geliştirme, öz-yeterlik güçlendirme ve stres yönetimi eğitimleri etkili olabilir (Jacob, 2020; Przepiorka, Blachnio & Cudo, 2021).

Yapılan bu çalışmada anne-baba tutumlarının internet bağımlılığı ve utangaçlık üzerindeki etkisi anlamlı çıkmasa dahi ailelerin dijital kullanım konusunda rehberlik ve destek sağlaması önerilebilir.

## Beyanlar

**Yazar(lar)ın Katkıları:** Birinci yazar: Yazım, orijinal taslak, metodoloji, araştırma, veri düzenleme, resmi analiz, kavramsallaştırma. İkinci yazar: İnceleme ve düzenleme, metodoloji, analiz, veri düzenleme.

**Çıkar Çatışması Beyanı:** Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Telif Hakkı Beyanı:** Bu makale, CC BY-NC 4.0 lisansı altında yayınlanmıştır.
**Etik Onay ve Katılımcı Onayı:** Çalışmadaki tüm prosedürler, sorumlu insan deneylerinin etik standartları ve 2024 yılında revize edilen 1975 Helsinki Deklarasyonu'na uygun olarak yürütülmektedir. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Araştırma ve Yayın Etik Komitesinden 30.12.2020 tarihli ve 2020/12 sayılı etik kurul onayı alınmıştır. **İntihal Beyanı:** Bu makale intihal açısından taranmış olup herhangi bir intihal tespit edilmemiştir. **Veri ve Materyallerin Kullanılabilirliği:** Veriler talep eden ilgililer ile anonimleştirilerek paylaşılacaktır.

**AI Araçlarının Kullanımı:** Yazar, bu makalenin hazırlanma sürecinde herhangi bir yapay zekâ (AI) aracı kullanılmadığını beyan eder.

## Kaynakça

Acier, D., & Kern, L. (2011). Problematic internet use: Perceptions of addiction counsellors. *Computers & Education, 56*, 983–989.

Akin, A., & İskender, M. (2011). Internet addiction and depression, anxiety and stress. *International Online Journal of Educational Sciences, 3*(1), 138–148.

Canan, F., & Ataoğlu, A. (2012). The relationship between internet addiction and body mass index in Turkish adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 15*(8), 406–411. https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0466

Ceyhan, E., Ceyhan, A. A., & Gürcan, A. (2007). The validity and reliability of the problematic internet usage scale. *Educational Sciences: Theory & Practice, 7*(1), 411–416.

Chak, K., & Leung, L. (2004). Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *CyberPsychology & Behavior, 7*(5), 559–570. https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.559

Çelik, B., Taş, İ., & Yıldız, M. A. (2022). Ergenlerde problemli internet kullanımı: Bireysel ve ailesel yordayıcılar. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 23*(2), 189–198.

Çetin, B. (2015). Ergenlerde sosyal kaygı ile utangaçlık arasındaki ilişki. *Eğitim ve Bilim, 40*(177), 123–136. https://doi.org/10.15390/EB.2015.3892

Çimşir, E., & Akdoğan, R. (2023). Inferiority feelings and internet addiction among Turkish University students in the context of COVID-19: The mediating role of emotion dysregulation. *Current*

*psychology* (New Brunswick, N.J.), 1–10. Advance online publication. https://doi.org/10.1007/s12144-023-04661-7

Dağ, İ. (1991). Kontrol odağı ölçeği (KOÖ): Ölçek geliştirme, güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi, 7*(26), 1–9.

Demirtaş-Madran, H. A., & Ferligül, D. (2021). Utangaçlık ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişki: Üniversite öğrencileri üzerine bir inceleme. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 29*(3), 630–640.

Fineberg, N. A., Demetrovics, Z., Stein, D. J., & Chamberlain, S. R. (2022). Problematic use of the internet: Phenomenology, clinical relevance and treatment options. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry, 119*, 110608.

Gökçearslan, Ş., & Günbatar, M. S. (2012). İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılmış çalışmaların içerik analizi. *Akademik Bilişim 2012 – XIV. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri*, 1–9.

Jacob, J. (2020). Internet addiction, locus of control and resilience. *Artha–Journal of Social Sciences, 19*(1), 27–45. https://doi.org/10.12724/ajss.52.3

Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Nobel Yayıncılık.

Kaya, A., & Siyez, D. M. (2010). Ergenlerde denetim odağının cinsiyete ve sınıf düzeyine göre incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 17*(2), 81–89.

Khan, M. A., Shabir, G., & Arif, M. (2021). Social anxiety and internet addiction among youth: A correlational study. *Current Psychology, 40*, 6289–6296.

Kircaburun, K., Griffiths, M. D., & Billieux, J. (2020). Trait emotional intelligence and problematic online behaviors among adolescents: A brief review. *Current Opinion in Psychology, 36*, 48–52.

Li, S. (2021). The relationship between self-control and internet addiction: A moderated link by age, culture, and gender. *Journal of Medical Internet Research, 23*(4), e23456. https://doi.org/10.2196/23456

Meena, M., Kang, S., Nguchu, B., Milly, N., Makwetta, J., & Fomude, A. (2021). Empirical analysis of factors contributing to smartphone addiction. *Open Journal of Business and Management, 9*(1), 213–232. https://doi.org/10.4236/ojbm.2021.91012

Przepiorka, A., Blachnio, A., & Cudo, A. (2021). The role of shyness in problematic internet use: A mediation model. *Current Psychology, 40*(11), 5468–5476. https://doi.org/10.1007/s12144-019-00472-2

Thakur, M. B., & Suleria, H. (2018). A study for exploring the relationship of internet addiction with self-esteem and locus of control. *Indian Journal of Mental Health, 5*(1), 92–98.

Yavuzer, H. (2012). *Çocuk ve ergen psikolojisi*. Remzi Kitabevi.

Yıldız Durak, H. (2019). What would you do without your smartphone? Adolescents' social media usage, locus of control, and loneliness as a predictor of smartphone addiction. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 6*(1), 1–23.

Yıldız, M. A. (2021). Ergenlerde utangaçlık ve dijital bağımlılık ilişkisi: Cinsiyetin düzenleyici rolü. *Journal of Educational Sciences, 17*(2), 93–110.

Yücel, A., & Gürsoy, F. (2013). Ergenlerde internet bağımlılığı ile utangaçlık ve denetim odağı arasındaki ilişki. *Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 15*(1), 1–15.

Zhu, S., Zeng, R., & Zhang, L. (2021). The impact of locus of control on adolescent internet addiction: A mediating model. *Journal of Behavioral Addictions, 10*(4), 976–985.