



Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Psikososyal Değişkenler ve Algılanan Sosyal Destek

Internet Addiction, Psychosocial Variables and Perceived Social Support in University Students

© Mesut MUTLU¹, © Sera ÇETİNGÖK²

¹Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, İstanbul Bahçelievler Sosyal Hizmet Merkezi Müdürlüğü, İstanbul, Türkiye

²İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi, Gerontoloji Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

ÖZ

Amaç: Bu çalışma ile üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığını yordayan bazı sosyo-demografik veriler ile algılanan sosyal desteğin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmaya hazırlanan veri toplama araçlarının internet üzerinden ulaştırıldığı, rastgele seçilmiş, İstanbul'da yaşayan 399 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir. Katılımcılara Sosyo-demografik Veri Formu, Young İnternet Bağımlılık Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği uygulanmıştır.

Bulgular: İnternet kullanma sıklıklarına baktığımızda katılımcıların %31,83'ünün günde beş saat ve üzerinde, %72,18'inin haftada yedi gün internet kullandıkları tespit edilmiştir. Katılımcıların internet bağımlılık düzeyi ile yaş ($p=0,010$) ve medeni durumları ($p=0,017$) arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Medeni durum ile algılanan sosyal destek düzeyi ($p=0,845$) arasında ise anlamlı bir fark saptanmamıştır. Algılanan sosyal destek düzeyinin internet bağımlılığı üzerinde $-0,199$ düzeyinde negatif yönlü anlamlı etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir ($p=0,000$).

Sonuç: Çalışmamızın sonuçları üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça internet bağımlılığı düzeyinin düştüğüne işaret etmektedir. Algılanan sosyal destek ve internet bağımlılığı arasındaki aracı faktörlerin belirlenmesine yönelik çalışmalara ihtiyaç bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: İnternet bağımlılığı, problemli internet kullanımı, algılanan sosyal destek

ABSTRACT

Aim: The aim of this study was to examine socio-demographic data and perceived social support that predict internet addiction in university students.

Materials and Methods: Randomly selected 399 university students living in Istanbul, the data collection tools were delivered over the internet, were included.

Results: The frequency of internet use has been determined that 31.83% of the participants use the internet for five hours or more a day, and 72.18% use the internet seven days a week. It was determined that there was a significant difference between the internet addiction level of the participants and their age ($p=0.010$) and marital status ($p=0.017$). No significant difference was found between marital status and perceived social support level ($p=0.845$). It was determined that the level of perceived social support had a negative and significant effect on internet addiction at the level of -0.199 ($p=0.000$).

Conclusion: The results of our study indicate that as the perceived social support level in university students increases, the level of internet addiction decreases. Studies are needed to determine the mediating factors between perceived social support and internet addiction.

Keywords: Internet addiction, problematic internet use, perceived social support

Yazışma Adresi/Address for Correspondence: Dr. Sera ÇETİNGÖK, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sağlık Bilimleri Fakültesi, Gerontoloji Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye
Tel.: +90 212 866 37 00/43170 E-posta: sera.cetingok@iuc.edu.tr ORCID ID: orcid.org/0000-0002-6098-7922

Geliş tarihi/Received: 15.01.2023 **Kabul tarihi/Accepted:** 24.01.2023

GİRİŞ

Dünya genelinde internetin ortaya çıkmasındaki temel amacın iletişimi artırmak olduğu görülmektedir. İnternetin bağımlılık yapıcı bir araç olduğu ise Goldberg'in¹ 1996 yılında yaptığı bir çalışma ile ortaya atılmıştır. Uluslararası literatüre ilk defa "internet addiction" kavramıyla girdiği görülen bu kavramın daha sonradan farklı klinisyen ve araştırmacılar tarafından farklı kavramlar ile isimlendirildiği görülmüştür^{2,3}. Son yıllarda problemlili internet kullanımı alanyazında tercih edilen bir kavram olmaya başlamıştır⁴. Yapılan araştırmalarda genel olarak haftada 5 ila 6 saatten çok ve görece uzun zaman dilimlerinde devamlılığı olan kullanımlar dikkate alınır. Uzun süreli kullanımların bireylerin yalnızlık ve üzüntü gibi olumsuz duygulanımlar karşısında internet aşermesi ve/veya internete bağlanma gereksinimi duyması ile ilgili olabileceği düşünülmektedir⁵.

İnternet aşırı kullanımı ile ilgili psikososyal faktörlere bakıldığında yalnızlık bir araştırma alanı olarak belirir. Chou ve Hsiao⁶ yapmış oldukları bir çalışmada internet kullanım oranlarındaki artışların gerçek sosyal ilişkilere ayrılması gereken zamanları ve yüz yüze kurulan ilişkileri azalttığını, sosyal izolasyona neden olduğunu, yalnızlıklarını artırdığını belirtmişlerdir. Hamburger ve Ben-Artzi⁷ ise internet bağımlılığının yalnızlık düzeylerini artırmadığını ve yalnızlığın sonucunda internet bağımlılığının ortaya çıktığını vurgulamışlardır. Sosyal destek; bireylere çevrelerindeki insanların yardım etmesi şeklinde kısaca ifade edilebilir. Kriz ile emosyonel gerginlik gibi durumlarda bireylerin, doğal yardımcı şeklinde görülen aile üyeleriyle arkadaş ve çevresine dayanma ihtiyacı duymaktadırlar^{8,9}. Sosyal destek ihtiyacının yeterince karşılandığı bireyler kendilerini güvende hissetmekte ve iyi hedefler edinmektedirler. Çevrelerinden gereken sosyal desteği alamayan öğrencilerin destek boşluğunu başka yöntemlerle gidermeye çalıştıkları görülmektedir. İnternet bağımlılığıyla ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında önemli olan değişkenlerden birinin algılanan sosyal destek olduğu görülmektedir. Örneğin internet aracılığı ile sanal dünyada kendisine destek arayabilmektedir¹⁰.

İnternet bağımlılığı konusunda ilk tanı ölçütlerini oluşturduğu görülen Young¹¹, internetin kumar gibi bağımlılık yarattığını ve internet bağımlılarının bazı dürtü kontrol bozukluğu belirtilerinin olduğunu savunmuştur. Young'un¹¹, patolojik internet kullananlarda "davranışsal bir dürtü kontrol bozukluğu" bulunması ve bu dürtünün kontrol bozukluğunun kimyasal bir madde alımını kapsamamasından hareket ederek bu tanıma en fazla uyduğu fark edilen "patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini" patolojik internet kullanımına uyarlamıştır. İnternet bağımlılığında ilk ciddi tanı ölçütlerini oluşturarak yayımlamıştır.

Birçok araştırmada internetin, kişilerin sosyal ağlarını geliştirebilmek için tek başına yapılan bir eylem olduğu vurgulanmaktadır¹². Sanal ortamda iletişimin, yüz yüze iletişimden daha az risk taşıdığını düşünen sosyal kaygı düzeyleri yüksek bireyler, bu sayede internette daha fazla vakit geçirmeye başlarlar¹³. Sanders ve ark.'nın¹⁴ yaptıkları çalışmada yüksek düzeylerde internet kullanımının, sosyal yalnızlık ve depresyonla bağlantılı olup olmadığı lise öğrencilerinde incelenmiş yüksek olan internet kullanımının zayıf sosyal bağlar ile ilgili olduğu görülmüştür. Ancak ilişkinin yönü belirlenememiştir. Bunlarla beraber internet kullanım düzeyiyle depresyon arasındaki ilişki anlamlıdır¹⁵.

Bu kapsamda problemlili internet kullanımıyla ilgili önemli bir risk grubu olduğu düşünülen gençlerin internet kullanım örüntülerinin incelenmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinde internetin kullanım sıklığı ve kullanım amaçları konusunda bilgiler elde etmek; internet bağımlılığı ve sosyal destek arasındaki ilişkileri saptamaktır. İnternet bağımlılığı ile cinsiyet, yaş ve medeni durum gibi demografik değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek araştırmanın bir diğer amacını oluşturmaktadır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu çalışma nicel verilere dayalı genel tarama modelinde tasarlanmıştır. Araştırma için hazırlanan ölçek formu rastgele seçilmiş, İstanbul'da yaşayan 500 üniversite öğrencisine e-posta yoluyla gönderilmiş, bunların 399'u kendilerine iletilen bu formu doldurarak araştırmaya katılmıştır. On sekiz yaşından küçük olmak, üniversite öğrencisi olmamak ve herhangi bir ruhsal hastalığı bulunmak dışlama kriteri olarak belirlenmiştir. Çalışmanın etik kurul onayı (no: 021/2017, tarih: 11.01.2017) Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan alınmıştır. Çalışma Helsinki Bildirgesi'ne uygun şekilde yürütülmüş olup katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Sosyo-demografik Veri Formu

Araştırmacı tarafından katılımcıların demografik özellikleri ile internet kullanım sıklıkları ve amaçları hakkında bilgi edinme amacıyla oluşturulmuştur.

Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Young¹¹ tarafından, DSM-IV'ün Patolojik Kumar Oynama Ölçütleri'nden uyarlanarak "tanı anketi" oluşturulmuş, ardından geliştirilerek 20 soruluk bir öz bildirim ölçeği haline getirilmiştir. Likert tipi sorulardan oluşan ankette "hiçbir zaman", "nadiren", "arada sırada", "çoğunlukla", "çok sık" ve "devamlı" seçeneklerinden birinin işaretlenmesi istenmektedir. Puanlama sırasıyla 0, 1, 2, 3, 4, 5 şeklinde yapılmaktadır.

Toplamda 80 ve üzeri puan almak "internet bağımlılığı" olarak tanımlanmaktadır. 50-79 arası puan "riskli internet kullanımı", 49 ve altında puan alanlar internet kullanımına bağlı sorun yaşamayan "ortalama internet kullanıcısı" olarak tanımlanmaktadır. Ölçek Bayraktar¹⁶ tarafından Türkçeye uyarlanmış olup, standardize edilmiş Alpha değeri 0,91, Spearman-Brown değeri 0,87'dir.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği, Zimet ve ark.¹⁷ tarafından üç farklı kaynaktan alınan sosyal desteğin yeterliliğini öznel olarak değerlendiren, kullanımı kolay, kısa bir ölçek olarak geliştirilmiştir. Ölçek, 12 maddeden oluşmakta ve her biri 4 maddeden oluşan desteğin kaynağına ilişkin 3 alt grubu içermektedir. Alt gruplarda; "aile" (3., 4., 8. ve 11. maddeler), "arkadaş" (6., 7., 9. ve 12. maddeler) ve "özel bir insan" (1., 2., 5. ve 10. maddeler) grubu yer almaktadır. Her madde, 7 aralıklı bir ölçek kullanılarak derecelendirilmiştir. Her bir madde, 1-7 arasında puanlanmaktadır. Her alt ölçekteki 4 maddenin puanlarının toplanması ile alt ölçek puanı, bütün alt ölçek puanlarının toplanması ile de toplam ölçek puanı elde edilmektedir.

İstatistiksel Analiz

Yapılan bu çalışmada her iki gruptan elde edilen nicel veriler Statistical Package for the Social Sciences 23 paket programı aracılığı ile analiz edilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin için frekans, yüzde ve ortalama değerler verilmiştir. Ölçüm değişkenlerinin normal dağılıp dağılmadığına bakmak için normallik testi yapılmıştır. Demografik özelliklerin algılanan sosyal destek alt düzeyleri ile internet bağımlılık düzeyinin farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti için Kruskal-Wallis H ve Mann-Whitney U testleri yapılmıştır. Son bölümde ise algılanan sosyal destek düzeyinin internet bağımlılığı üzerindeki yordayıcılık etkisinin tespiti amacıyla çok değişkenli regresyon analizi yapılmıştır.

BULGULAR

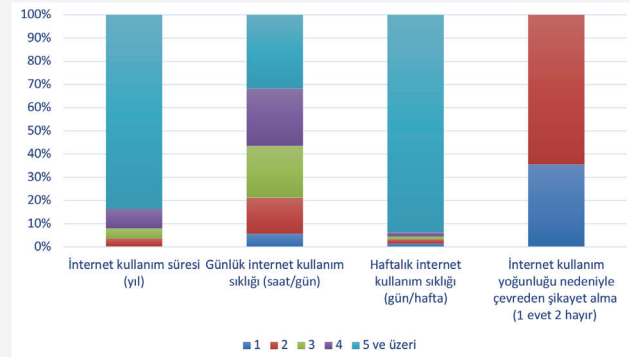
Katılımcıların demografik özellikleri incelendiğinde %52,63'ünün kadın, %44,11'inin 21-24 yaş aralığında ve %94,74'ünün bekar olduğu tespit edilmiştir (Tablo 1).

Katılımcıların %83,71'inin 5 yıl ve daha fazla süredir internet kullanmakta olduğu görülmüştür. Kullanma sıklıklarına bakıldığında %31,83'ünün günde 5 saat ve üstü, %72,18'inin haftada 7 gün internet kullandıkları görülmektedir (Şekil 1).

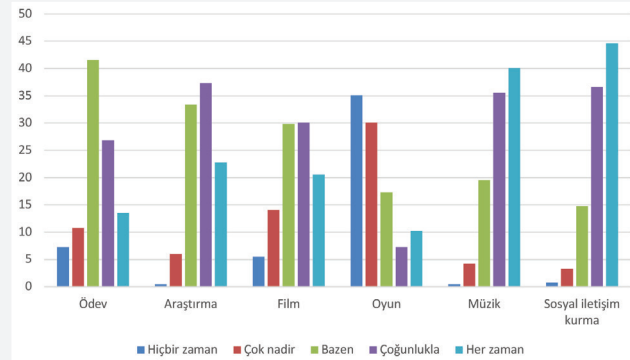
Katılımcıların internet kullanım amaçları incelendiğinde; %41,60'ının ödev için bazen, %37,34'ünün araştırma için çoğunlukla, %30,08'inin film için çoğunlukla, %35,09'unun oyun için hiçbir zaman, %40,10'unun müzik için her zaman ve %44,61'inin sosyal iletişim kurmak (mail, msn, vb.) için her zaman internet kullandığı tespit edilmiştir (Şekil 2).

Katılımcıların kullandıkları internet siteleri incelendiğinde; %75,69'unun sosyal medya (Twitter, Facebook), %57,14'ünün film/müzik siteleri, %5,51'inin yetişkin siteleri ile %8,77'sinin sohbet sitelerini kullandıklarını belirttikleri görülmüştür (Şekil 3).

Cinsiyet ile aile destek düzeyi ($p=0,169$), arkadaş destek düzeyi ($p=0,315$), özel bir insan destek düzeyi ($p=0,528$), algılanan sosyal destek düzeyi internet bağımlılık düzeyi ($p=0,790$) arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 2).



Şekil 1. Katılımcıların internet kullanım sıklıkları



Şekil 2. Katılımcıların internet kullanım amaçlarının dağılımları (%)

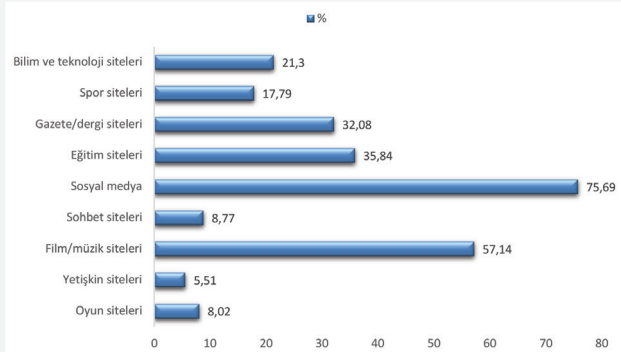
Tablo 1. Demografik özelliklerin dağılımı

		f	%
Yaş	18-20	146	36,59
	21-24	176	44,11
	25 ve üstü	77	19,30
Cinsiyet	Kadın	210	52,63
	Erkek	189	47,37
Medeni durum	Bekar	378	94,74
	Evli	20	5,01
	Boşanmış	1	25

Yaş ile aile destek düzeyi ($p=0,598$), arkadaş destek düzeyi ($p=0,355$), özel bir insan destek düzeyi ($p=0,407$) ve algılanan sosyal destek düzeyi ($p=0,619$) arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Yaş ile internet bağımlılık düzeyi ($p=0,010$) arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (Tablo 3).

Medeni durum ile internet bağımlılık düzeyi ($p=0,017$) arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bekar bireylerin [ortalama ($\bar{x}$)=29,92; standart sapma (SS)=16,64], evli bireylerden ($\bar{x}$ =22,52; SS=16,03) daha yüksek düzeyde internet bağımlılığı olduğu görülmüştür (Tablo 4).

Algılanan sosyal destek düzeyinin internet bağımlılığı üzerine olan etkisini tespit etmek amacıyla yapılan regresyon analizi sonucunda algılanan sosyal destek düzeyinin internet bağımlılığı üzerinde -0,199 düzeyinde negatif yönlü anlamlı etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir ($p=0,000$). Algılanan sosyal destek düzeyinin bağımsız değişken olduğu regresyon modeli anlamlı olduğu tespit edilirken ($F=16,354$, $p=0,000$) bu modelin internet bağımlılık düzeyinde meydana gelen değişimin %40'ını açıkladığı tespit edilmiştir (Tablo 5).



Şekil 3. Katılımcıların farklı internet site içeriklerini takip etme oranları

TARTIŞMA

Çalışmamızın sonuçları üniversite öğrencilerinde internet bağımlılık düzeyi ile yaş ve medeni durum arasında anlamlı bir farklılık olduğuna, algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça internet bağımlılığı düzeyinin düştüğüne işaret etmektedir. Literatürde biyolojik cinsiyetler arası internet kullanım sıklığı ve kullanım amaçlarına dair farklılıklara değinen pek çok çalışma bulunmaktadır¹⁸. Çalışmamızın bulgularına göre cinsiyet internet bağımlılığını ve algılanan sosyal destek düzeyini etkilememektedir. Ancak Kıran Esen ve Gündoğdu'nun¹⁹ yaptığı araştırmada internet bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre değiştiği, kadınların internet bağımlılığı puanlarının erkeklerden daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Esen ve Siyez²⁰ cinsiyetin, akademik başarı, yalnızlık ve aileden algılanan sosyal destek değişkenlerinin ergenlerde internet bağımlılığını yordadığını belirtmektedir. Literatürdeki çalışmalardan bazılarının araştırmada elde edilen sonuca paralel şekilde erkeklerin kadınlara göre daha çok internet bağımlısı olduğu saptanırken²¹; bazılarının internet bağımlılığının cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermediği saptanmıştır²². Karasu ve ark.'nın²³ üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile sosyal destekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacı ile yaptıkları araştırmada da öğrencilerin cinsiyet durumu ile internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Erkek öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamaları, kız öğrencilerden istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Var olan araştırmalardaki birbirinden farklı sonuçların internet bağımlılığı ölçüm biçiminden ve/veya kültürel farklılıklar gibi değişkenlerden kaynaklandığı düşünülebilir.

Çalışmamızın sonuçlarına göre internet bağımlılık düzeyi yaşa göre değişmektedir. Yaş arttıkça internet bağımlılık düzeyi azalmaktadır. Araştırmacıların internet kullanıcılarının büyük çoğunluğunun özellikle 18-24 yaş aralığındaki genç yetişkinlerden oluştuğunu vurguladıkları görülmektedir. Üniversite öğrencilerinin de büyük çoğunluğunun bu yaş

Tablo 2. Sosyal destek alt düzeyleri ile internet bağımlılığı ilişkisinin cinsiyetlere göre karşılaştırılması

Sosyal destek alt düzeyleri	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart sapma	U	z	p
Aile destek düzeyi	Kadın	210	22,69	5,92	18280,500	-1,375	0,169
	Erkek	189	21,70	6,43			
Arkadaş destek düzeyi	Kadın	210	22,58	5,89	18701,500	-1,006	0,315
	Erkek	189	21,49	6,83			
Özel bir insan destek düzeyi	Kadın	210	22,67	5,96	19133,500	-0,631	0,528
	Erkek	189	21,76	6,91			
Algılanan sosyal destek düzeyi	Kadın	210	67,94	15,31	18353,500	-1,299	0,194
	Erkek	189	64,96	17,74			
İnternet bağımlılık düzeyi	Kadın	210	28,69	14,45	19539,500	-0,266	0,790
	Erkek	189	30,48	18,82			

Mann-Whitney U testi, $p<0,05$ anlamlılık seviyesinde ilişki anlamlı

aralığında yer aldığını belirtmek gerekir^{24,25}. Litwin and Landau²⁶ tarafından yapılan araştırmada, yaş ilerledikçe arkadaş ilişkilerinin azaldığı, eğitim düzeyi düştükçe aile ağlarının arttığı, eğitim düzeyi yükseldikçe arkadaşlık ağlarının arttığı bulunmuştur. Bu konuda yapılan başka bir çalışmada yaş ile sosyal destek algısının istatistikî açıdan anlamlı farklılık gösterdiği, yaş ilerledikçe arkadaş desteğinin düştüğü, ergenlik döneminin başlarında ise en yüksek desteği aileden algıladıkları bulunmuştur²⁷. Blasco ve ark.'nın²⁸ yaptığı sistematik incelemenin sonuçları, yeni nesillerde internet bağımlılığının arttığına ve bunda bireyselliğin

artması, sosyalleşmenin ve kültürlenmenin azalmasının rol oynadığına işaret etmektedir.

Çalışmamızda medeni durum ile internet bağımlılık düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bekar bireylerin evli bireylerden daha yüksek düzeyde internet bağımlısı olduğu saptanmıştır. Jovic ve ark.'nın²⁹ araştırmasında evli olan veya nikahsız yaşayan bireylerle bir partneri olmayanların interneti kullanım süresi ve amaçları açısından fark gösterdikleri saptanmıştır. Partneriyle birlikte yaşayan bireylerin interneti daha çok resim ve müzik taramanın yanı sıra oyun oynamak gibi boş zaman etkinlikleri için kullandıkları

Tablo 3. Sosyal destek alt düzeyleri ile internet bağımlılığı ilişkisinin yaş gruplarına göre karşılaştırılması

Sosyal destek alt düzeyleri	Yaş	N	Ortalama	Standart sapma	X ²	p
Aile destek düzeyi	18-20	146	22,16	6,24	1,027	0,598
	21-24	176	22,44	6,26		
	25 ve üstü	77	21,84	5,92		
Arkadaş destek düzeyi	18-20	146	21,75	6,17	2,069	0,355
	21-24	176	22,31	6,40		
	25 ve üstü	77	22,09	6,70		
Özel bir insan destek düzeyi	18-20	146	21,82	6,42	1,799	0,407
	21-24	176	22,41	6,62		
	25 ve üstü	77	22,66	6,07		
Algılanan sosyal destek düzeyi	18-20	146	65,73	16,65	0,958	0,619
	21-24	176	67,15	16,71		
	25 ve üstü	77	66,60	16,16		
İnternet bağımlılık düzeyi	18-20	146	31,66	17,48	9,278	0,010
	21-24	176	29,88	16,18		
	25 ve üstü	77	24,73	15,39		

Kruskal-Wallis H testi, p<0,05 anlamlılık seviyesinde ilişki anlamlı

Tablo 4. Sosyal destek alt düzeyleri ile internet bağımlılığı ilişkisinin medeni duruma göre karşılaştırılması

Sosyal destek alt düzeyleri	Medeni durum	N	Ortalama	Standart sapma	X ²	p
Aile destek düzeyi	Bekar	378	22,24	6,14	3885,500	0,870
	Evli	21	21,90	6,96		
Arkadaş destek düzeyi	Bekar	378	22,14	6,27	3704,000	0,602
	Evli	21	20,67	7,93		
Özel bir insan destek düzeyi	Bekar	378	22,25	6,41	3881,500	0,862
	Evli	21	22,00	7,07		
Algılanan sosyal destek düzeyi	Bekar	378	66,63	16,40	3868,500	0,845
	Evli	21	64,57	19,52		
İnternet bağımlılık düzeyi	Bekar	378	29,92	16,64	2739,000	0,017
	Evli	21	22,52	16,03		

Kruskal-Wallis H testi, p<0,05 anlamlılık seviyesinde ilişki anlamlı

Tablo 5. Algılanan sosyal destek düzeyi ve internet bağımlılığı

Model	Beta	Standart hata	Beta	t	p
(Sabit)	42,857	3,395	-	12,624	0,000
Algılanan sosyal destek düzeyi	-0,200	0,050	-0,199	-4,044	0,000

belirtilmiştir. Bekar katılımcıların ise internette 8 saatten fazla zaman geçirdikleri saptanırken bağımlılık yaratan faaliyetlere (oyun oynama) daha yatkın olanların partnerleriyle yaşayanlar olduğu belirtilmiştir. Karasu ve ark.'nın²³ araştırmasında bölüm, sınıf, yaş, aile tipi, medeni durum, kaldığı yer, anne eğitimi, baba eğitimi, baba mesleği, anne mesleği ve ailenin gelir durumu ile internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Sancar'ın³⁰ kadınlarda internet bağımlılığı ile ilgili yaptığı bir çalışmada en sık internet kullanımının sözlü/nişanlı kadınlar arasında olduğu tespit edilmiştir. Sözlü/nişanlıların %93'ünün her gün internete girdiği belirtilmiştir. İkinci sıklıkta internet kullanan grup ise evli kadınlardır. Dul/boşanmış kadınların da %82 gibi yüksek bir oranda her gün internet erişiminde bulundukları gözlenmektedir. Daha seyrek kullanımların tüm gruplarda oldukça düşük olduğu görülmektedir. Medeni duruma göre internet bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi gösteren çalışmaların birbirinden farklı sonuçları evlilikte doyum gibi aracı faktörler ya da kültürler arası farklılıklardan kaynaklanıyor olabilir.

Çalışmamızın sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek düzeyinin artması internet bağımlılık düzeyini azaltmaktadır. İnternet üzerinde gittikçe artan sayılarda destek gruplarının oluşturulduğu bilinmektedir. Bununla birlikte sosyal paylaşım ağlarının sosyal destek algısı yaratmada önemli bir rol oynadığı görülmektedir³¹. Joinson³² (1999)'da benzer olarak internetin ergenlere yeni sosyal ilişkiler kurma fırsatı tanıdığı ve aile içindeki ilişkilerde yaşanan sorunları çözebilecek uygun baş etme yöntemlerini geliştiremeyen ergenlerin yakın ilişkiler kurma ihtiyaçları için internete yöneldiğini belirtmiştir. Diğer bir çalışmada akran baskı düzeyleri düştükçe ergenlerin internete olan bağımlılık düzeylerinin de azaldığı görülmüştür²¹. Bununla beraber aile ve öğretmen desteği arttıkça internet bağımlılığı puanlarının düştüğü de gözlenmiştir. Gunuc ve Dogan'ın³³ ergenler üzerinde yürüttükleri çalışmalarında anneleriyle vakit geçiren ergenlerin algıladıkları sosyal desteğin daha yüksek, internet bağımlılığının daha düşük olduğu görülmüştür. Karaer ve Akdemir³⁴ benzer şekilde ergenlerde internet bağımlılığının önlenmesi ve tedavisinde ebeveynlik, sosyal destek ve duygu düzenlemenin iyileştirilmesinin önemini vurgulamışlardır. Benzer şekilde Naseri ve ark.³⁵ benlik saygısı düşük olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığına karşı daha savunmasız olduğunu belirtmişlerdir.

Gittikçe artarak yaygınlaşan internet kullanımı ile beraber sanal iletişim ortamının daha az riskli ve daha kolay sosyal ilişkilerin kurulduğu bir ortam olarak algılandığını söylemek mümkündür³⁶. Bu durum da interneti, bireylerin başkalarından kolayca destek bulabildiği kaynaklardan birine dönüştürmektedir. İnternetin günlük hayatın her alanına

girmesi ve neredeyse gerçek ve sanal dünyanın birbiri ile yarıştığı bir dönemde bireylerin yüz yüze ilişkilerini öteleyebildiği ve interneti sosyal destek sağladıkları kaynakların arasında ilk sıralara koyabildiği görülmektedir³⁷. İnternet aracılığı ile sağlandığı görülen sanal sosyal desteğin gerçek hayatta kalıcı ilişkilere dönüşememe durumu da sosyal sorunlara neden olurken, sosyal ilişkilerde yaşanan doyumsuzluk sanal dünyaya yönelmeyi artırıp bir kısır döngü yaratabilmektedir³⁸. Chou ve Hsiao'nun⁶ yapmış oldukları çalışmada internet kullanımındaki artışın gerçek sosyal ilişkilere ayrılan zamanı ve yüz yüze ilişkileri azalttığı, sosyal izolasyona sebep olduğu; bu tür insanların yalnızlıklarının arttığını bulunmuştur. Hamburger ve Ben-Artzi⁷ ise internet bağımlılığının yalnızlık düzeyini artırmadığını, yalnızlık sonucunda internet bağımlılığının ortaya çıktığını bulmuşlardır. Cui ve Chi³⁹ algılanan sosyal destek ve sosyal destek düzeyi düşük öğrencilerde internet bağımlılığı görülme oranının yüksek olduğunu ve düşük sosyal desteğin internet bağımlılığı için risk faktörleri arasında yer aldığını ortaya koymuşlardır. Yapılan çalışmalarda algılanan sosyal destekle internet bağımlılığı arasında negatif yönde ilişki olduğunu gösteren çalışmalarla birlikte internetin sosyal ilişki ağlarını geliştirip sosyal etkileşim ve desteği artırdığını belirten araştırmalar da yer almaktadır^{40,41}. Bizim çalışmamız da üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destekle internet bağımlılığının arasında negatif yönde ilişki olduğuna işaret etmektedir.

Çalışmanın Kısıtlılıkları

Bu çalışmada örneklemin psikiyatrik semptomatoloji açısından taranmamış olması bir sınırlılıktır. Ruhsal herhangi bir hastalık tanısı bulunmak dışlama kriteri olarak belirlenmiştir. Araştırmanın sonuçları kullanılan ölçüm araçları ile sınırlıdır.

SONUÇ

Çalışmamızın sonuçları üniversite öğrencilerinde algılanan sosyal destek düzeyi arttıkça internet bağımlılığı düzeyinin düştüğüne işaret etmektedir. Algılanan sosyal destek ve internet bağımlılığı arasındaki aracı faktörlerin belirlenmesine yönelik çalışmalara ihtiyaç vardır.

Etik

Etik Kurul Onayı: Çalışmanın etik kurul onayı (no: 021/2017, tarih: 11.01.2017) Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan alınmıştır.

Hasta Onayı: Çalışma Helsinki Bildirgesi'ne uygun şekilde yürütülmüş olup katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Editörler kurulu dışında olan kişiler tarafından değerlendirilmiştir.

Yazarlık Katkıları

Konsept - Dizayn - Veri Toplama veya İşleme - Analiz veya Yorumlama - Literatür Arama - Yazar: M.M., S.Ç.

Çıkar Çatışması: Yazarlar bu makale ile ilgili olarak herhangi bir çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Çalışmamız için hiçbir kurum ya da kişiden finansal destek alınmamıştır.

KAYNAKLAR

- Goldberg I. (1996). Goldberg's message. Web üzerinde 10.05.2011. Erişim adresi: <http://wwwusr.rider.edu/~suler/psyber/supportgp.html>
- Shapira NA, Lessig MC, Goldsmith TD, Szabo ST, Lazoritz M, et al. Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depress Anxiety*. 2003;17:207-16.
- Holden C. 'Behavioral' addictions: do they exist? *Science*. 2001;294:980-2.
- Baloğlu M, Şahinr, Arpacı I. A review of recent research in problematic internet use: gender and cultural differences. *Curr Opin Psychol*. 2020;36:124-9.
- Gürçan N, Hamarta E: Problemlı internet kullanımı ve uyum. İçinde: Kalkan M, Kaygusuz C (eds), İnternet bağımlılığı, Ankara: Anı Yayıncılık, 2013;95-114.
- Chou C, Hsiao MC. Internet Addiction, Usage, Gratification, and Pleasure Experience: The Taiwan College Students' Case. *Comput Educ*. 2000;35:65-80.
- Hamburger YA, Ben-Artzi E. Loneliness and Internet use. *Comput Hum Behav*. 2003;19:71-80.
- Çakır Y, Palabıykoğlu R. Gençlerde Sosyal Destek-Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Güvenirlık ve Geçerlık Çalışması. *Kriz Dergisi*. 1997;5:25-32.
- Durak Batıgün A, Kılıç N. İnternet Bağımlılığı İle Kışilik Özellikleri, Sosyal Destek, Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*. 2011;26:1-10.
- Tanrıverdi K. Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi. 2012; Van.
- Young KS. Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychol Behav*. 1998;1:23744.
- Kraut R, Patterson M, Lundmark V, Kiesler S, Mukopadhyay T, Scherlis W. A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being? *American Psychological Association*. 2010;9:1017-31.
- Caplan SE. Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *Cyberpsychol Behav*. 2007;10:234-42.
- Sanders CE, Field TM, Diego M, Kaplan M. The relationship of Internet use to depression and social isolation among adolescents. *Adolescence*. 2000;35:237-42.
- Esen E. Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi. 2010; İzmir.
- Bayraktar F. İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü. *Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*. 2001; İzmir.
- Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *J Pers Assess*. 1988;52:30-41.
- Li Q, Dai W, Zhong Y, Wang L, Dai B, Liu X. The Mediating Role of Coping Styles on Impulsivity, Behavioral Inhibition/Approach System, and Internet Addiction in Adolescents From a Gender Perspective. *Front Psychol*. 2019;10:2402.
- Kıran Esen B, Gündoğdu M. The Relationship Between Internet Addiction, Peer Pressure and Perceived Social Support Among Adolescents. *Int J Educ Res*. 2010;2:29-36.
- Esen E, Siyez DM. Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 2011;4:127-38.
- Balta Çakır Ö, Horzum B. The Factors that Affect Internet Addiction of Students in a Web Based Learning Environment. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*. 2008;41:187-205.
- Bayraktar F, Gün Z. Incidence And Correlates of İnternet Usage Among Adolescents in North Cyprus. *Cyberpsychol Behav*. 2007;10:191-7.
- Karasu F, Bayır B, Çam H. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı İle Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*. 2017;7:374-87.
- Cheung CM, Chiu PY, Lee MK. Online Social Networks: Why Do Students Use Facebook? *Comput Hum Beha*. 2011;27:1337-43.
- Rennie F, Mason R: E-Learning And Social Networking Handbook: Resources for Higher Education. NY, New York: Routledge, 2008.
- Litwin H, Landau R. Social network type and social support among the old-old. *J Aging Stud*. 2000;14:213-28.
- Güzel H. Psikiyatrik Yardım Alan Ergenlerin Sosyal Destek Algıları ve Bunu Etkileyen Etmenler. *Hacettepe Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi*. 2005; Ankara.
- Blasco RL, Robres AQ, Sánchez AS. Internet addiction in young adults: A meta-analysis and systematic review. *Comput Hum Behav*. 2022;130:107201.
- Jovic J, Pantovic-Stefanovic M, Mitkovic-Voncina M, Dunjic-Kostic B, Mihajlovic G, Milovanovic S, et al. Internet use during coronavirus disease of 2019 pandemic: Psychiatric history and sociodemographics as predictors. *Indian J Psychiatry*. 2020;62(Suppl 3):383-90.
- Sancar E. Kadınlarda İnternet Bağımlılığı ile İlgili Bir Araştırma: İstanbul Örneği. *İğdır Üniv Sos Bil Der*. 2017;13:296-320.
- Şahin Baltacı H, İşleyen F, Özdemir S. Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Romantik İlişki Durumları ve Sosyal Ağ Kullanımlarına Göre Etkileşim Kaygısı ve Sosyal Destek Algılarının İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2012;8:25-36.
- Joinson A. Social desirability, anonymity, and internet-based questionnaires. *Behav Res Methods Instrum Comput*. 1999;31:433-8.
- Gunuc S, Dogan A. The relationships between Turkish adolescents' Internet addiction, their perceived social support and family activities. *Comput Hum Behav*. 2013;29:2197-207.
- Karaer Y, Akdemir D. Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction. *Compr Psychiatry*. 2019;92:22-7.
- Naseri L, Mohamadi J, Sayehmiri K, Azizpoor Y. Perceived Social Support, Self-Esteem, and Internet Addiction Among Students of Al-Zahra University, Tehran, Iran. *Iran J Psychiatry Behav Sci*. 2015;9:e421.
- Zorbaz O. Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımının sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi*. 2013; Ankara. Erişim Adresi: <http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080/xmlui/handle/11655/1763>
- Caplan SE. Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being: Development of a Theory-Based Cognitive-Behavioral Measurement Instrument. *Comput Hum Behav*. 2002;18:553-75.
- Ceyhan AA. University Students' Problematic Internet Use and Communication Skills According to Internet Use Purposes. *Educ Sci*. 2011;11:69-77.
- Cui X, Chi X. The Relationship Between Social Support and Internet Addiction Among Chinese Adolescents During the COVID-19 Pandemic: A Multiple Mediation Model of Resilience and Post-Traumatic Stress Disorder Symptoms. *Psychol Res Behav Manag*. 2021;14:1665-74.
- Özcan NK, Buzlu S. İnternette Bilişsel Durum Ölçeğinin geçerlik ve güvenirliliği. *Bağımlılık Dergisi*. 2005;6:19-26.
- Valkenburg P, Peter J. Preadolescents' and Adolescents' Online Communication and Their Closeness to Friends. *Dev Psychol*. 2007;43:267-77.