

Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Duygusal Zekâ Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Investigation of the Relationship Between Internet Addiction and Emotional Intelligence Levels in University Students

Devrim ERGİNSOY OSMANOĞLU
Kafkas Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü,
Rehberlik Psikolojik Danışmanlık ABD
erginsoy@hotmail.com

Atf: Erginsoy, D. (2019). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *E-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 47-58.

Gönderi Tarihi:08.08.2019

Kabul Edilme Tarihi: 27-09-2019

DOI: 10.30900/kafkasegt.603734

Özet

Kullanımı hızla yaygınlaşan ve sosyal hayatı önemli derecede etkileyen internet, bilinçsiz kullanımıyla bireysel ve toplumsal hayata yönelik tehditler sunmaktadır. Bu nedenle son yıllarda internetin bilinçsiz ve aşırı kullanımı bağımlılık olarak tanımlanmaktadır. İnternet bağımlısı bireylerde; depresyon, yalnızlık, toplumla ve aile bireyleriyle sosyal etkileşimi azaltma gibi birçok sorunlar görülmektedir. İnternet bağımlılığın bazı nedenleri sıralanmakla birlikte genel olarak hem fikir olunan nokta sosyalleşme ihtiyacıdır. Kişinin günlük yaşantılarında insanlarla kuramadığı bağı internet üzerinden kurabilmesi interneti çekici kılan etmenlerden sayılabilir. Bireylerin sağlıklı iletişim kurabilmesinin temeli başkalarının duygularını anlama ve doğru tepkiler verebilme olduğu düşünüldüğünde teknoloji bağımlılığının da duygusal zekâ ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bu gerekçeyle bu araştırmada temel amaç, üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi incelemektir. Yapılan araştırmada Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Duygusal Zekâ Ölçeği kullanılmıştır. Duygusal zekâ ve internet bağımlılığının yaş, ailenin ekonomik durumu, cinsiyet ve üniversitenin farklı fakültelerinde okuma durumlarına göre farklılaşip farklılaşmadığına bakılmıştır. Araştırmada betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır. Çalışma Kafkas Üniversitesi Eğitim Fakültesi ve İktisat Fakültesinde eğitim alan 150 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 20 programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde kullanılan Mann Whitney –U ve Kruskal Wallis H testinin sonuçlarına göre yaş, eğitim alına bölüm ve ailenin ekonomik durumu değişkenlerinde anlamlı farklılık görülürken cinsiyet değişkenlerinde anlamlı farklılık görülmemiştir. Ayrıca internet bağımlılığı ile duygusal zeka arasında ilişki olduğu ve duygusal zekanın %18.4 düzeyinde internet bağımlılığını yordadığı tespit edilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Teknoloji bağımlılığı, internet bağımlılığı, duygusal zekâ.

Abstract

The unconscious use of the Internet, which has become increasingly widespread in recent times with the development of technology and significantly affects social life, presents threats to individual and social life. For this reason, in recent years, this concept is used in the form of “addiction” and “dependence” in the international literature. Internet addicts have many problems like depression, loneliness, reducing social interaction with the community and family members. Although some reasons of internet addiction are listed, it is generally agreed that the reason for the addiction is the need for socialization. One of the factors that make the internet attractive is that one can establish the connection he/she cannot establish with people in his / her daily life through the internet. Considering that the basis of healthy communication of individuals is to understand the feelings of others and to give correct reactions, technology addiction may also be associated with emotional intelligence, For this reason, the main purpose of this study is to examine the relationship between technology addiction and emotional intelligence of university students. Two scales were used for the purpose of the study, namely the Internet Addiction Test and the Emotional Intelligence Scale. It was examined whether emotional intelligence and internet addiction differ according to age, family economic status, gender and reading status in different faculties of the university. Descriptive scanning method was used in the study. The study was conducted with the participation of 150 university students studying in the Department of Psychological Counseling and Economics of the Kafkas University Faculty of Education. SPSS 20 program was used for data analysis. According to the results in the analysis of the data, there was a significant difference in the variables of age, family economic status and reading status in different faculties of the university but there was no significant difference in gender variables. In addition, There was an inverse (negative) relationship between the Internet addiction and emotional intelligence of students, It was determined that emotional intelligence predicted internet addiction at the level of 18.4%.

Keywords: Technology addiction, internet addiction, emotional intelligence.

GİRİŞ

Her geçen gün hızla yaygınlaşan teknolojinin insan hayatına getirdiği sayısız faydalar vardır. Faydalarının başında bilgi arayışını hızlandırması, kişiler arası iletişimi sağlaması ve bankacılık gibi ticari işlemlerin hızlı ve doğru bir biçimde yapılması sayılabilir. Ancak kişinin teknoloji kullanımı üzerinde kontrolünün kaybolması ve teknolojiyi ölçsüz ve sınırsız kullanması çok ciddi zararlara sebep olabilir (Türkiye Yeşilay Cemiyeti, 2019). Günümüzde internet kullanımı insan hayatını kolaylaştırarak toplumsal gelişmeye katkı sağlayan tüm bu amaçların dışında kimi kullanıcılar için hayatlarının merkezinde ve karşısında direnmenin zorlaşmış olduğu bir ortam halini almıştır (Kır ve Sulak, 2014). İnternetin bilinçsiz kullanımı bireysel ve toplumsal hayata yönelik tehditler sunmaktadır. İnternet bağımlılığı olarak adlandırılan bu durum aşırı internet kullanımı, internette geçirilen zamanı kontrol edememe, internete ulaşımın kısıtlanması durumunda yoğun anksiyete/endişe duyma, internette geçirilen zamanı yönetme güçlüğü, depresyon, yalnızlık, toplumla ve aile bireyleriyle sosyal etkileşimi azaltma, sinirsel ve psikolojik komplikasyonlar sosyal ve ailevi hayatının giderek bozulması gibi sorunlar oluşturmaktadır. Aşırı ve engellenemez internet kullanımında ortaya çıkan bu sorunlar, bireylerin akademik, finansal, ailevi ve meslek hayatlarını olumsuz etkilemeleri nedenleriyle “problemlili” olarak tanımlanmaktadır (Reisoğlu, Gedik ve Göktaş, 2013; Ümmet ve Ekşi, 2016). İnternet’te fazla zaman geçiren çocuk ve gençlerle ilgili araştırmalara bakıldığında da yine çocuk ve gençler üzerinde olumsuz birçok etkisinin olduğu görülmektedir. Bu çocukların zihinsel fonksiyonlarının ve düşünce süreçlerinin bozulduğu, kişiler arası ilişki duyarlılıklarının azaldığı için yalnızlaştığını ve yüz yüze ilişki kurmakta güçlük yaşadıklarını ifade edilmektedir. Yoğun bir şekilde İnternet kullanan ve bilgisayar oyunları ile zamanını geçiren çocukların, obsesif, depresif, kaygılı, düşmanca, hostile, fobik, paranoid düşüncelerin arttığı gözlenmektedir. Sosyal gelişmelerinin önemli ölçüde gerilediği, öz güvenlerinin düşük, sosyal kaygı düzeylerinin ve saldırganlık davranışlarının ise yüksek olduğu tespit edilmiştir (Türkiye Yeşilay Cemiyeti, 2019).

Young (1999), internet bağımlılığının beş alt kategoriye ayırmıştır:

- Siber seksüel bağımlılık (Cybersexual addiction): Seks ve pornografi için internetin aşırı kullanımı
 - Siber ilişki bağımlılığı (Cyberrelationship addiction): Takıntılı biçimde internet üzerinden arkadaşlık ya da romantik ilişkilerde bulunma
 - İnternet zorlamaları (Net compulsions): Aşırı biçimde kumar oynama, alışveriş yapma veya ticaret yapma durumu
 - Aşırı bilgi bağımlılığı (Information overload): Takıntılı veri tabanı taramaları
 - Bilgisayar bağımlılığı (Computer addiction): Bilgisayar oyunu oynama ya da programlama yapma
- (Young, 1999; Söyler ve Kaptanoğlu, 2018).

Soule ve arkadaşları da (2003) yine internet bağımlılığını 5 ayırmıştır bunlardan ilki; yetişkinlere özgü sohbet odası ve sanal porno bağımlılığı olarak dikkat çeken sanal seks ve ilişki bağımlılığı. İkincisi arkadaşlık siteleri, sohbet odası, e-posta, mesajlaşma bağımlılığı. Üçüncüsü, internette kumar bağımlılığıdır. Önlenemez biçimde kumar oynama, alış-veriş yapma ve açık artırma ya da bahis sitelerini kullanma gibi davranışlarla kendini gösterir. Dördüncüsü gereğinden fazla web veya veri bankalarında tarama yapan ihtiyaç dışı bilgi arama bağımlılığı ve beşincisi aşırı derecede oyun oynama ve program hazırlama (yazma) bağımlılığı olan bilgisayar bağımlılığı (Balci ve Gülnar, 2009) olarak sıralanabilir.

İnternet bağımlılığın bazı nedenleri sıralanmakla birlikte genel olarak hem fikir olunan nokta sosyalleşme ihtiyacı, sosyal ilişki başlatmak ve sürdürmek çabasına dönük olmasıdır. İletişim kurabilmek psikolojik ve toplumsal bazı gereksinimleri karşılar. Kendilerini ve kişisel gereksinimlerini ifade edebilme arzusu içinde olan bireyler sağlıklı iletişim kuramadıklarında toplumun diğer üyelerini itici ve tehlikeli algılanmaya başlar. İnterneti çekici kılan etmenlerin başında bireyin sosyal yaşamında kuramadığı iletişimi internet üzerinden kurabilmesi, düşünce ve duygularını özgürce ifade edebilmesi, kendisini maskeleyebilmesi, gerçek kimliklerini saklayabilmesi, kişilere istediği biçimde kendini tanıtabilmesi ve kendi istediği zaman iletişime girebilmesi sayılabilir (Ümmet ve Ekşi, 2016; Erdoğdu, 2008).

Duygusal zekâ, bireyin kendinin farkında olmasına, kendisini kabul edebilmesine, topluma ve kendisine yararlı eylemler üretmesine ve toplumun diğer üyeleriyle sağlıklı ilişkiler yürütmesine imkân sağladığı içindir ki, sağlıklı bir toplum oluşturulmasında mutlaka göz önünde bulundurulması gereken bir husustur. En önemlisi de duygusal zekâ, kişinin kendisini tanımasının ve hayatta mutlu olmasının anahtarıdır (Maboçoğlu, 2006). Sağlıklı ilişkilerin temelini oluşturan “Duygusal zekâ” kavramını ilk olarak ortaya koyan Salovey ve Mayer (1990) duygusal zekânın 1-) Bireyin kendisinin ve diğerlerinin duygularını değerlendirmesi 2-) Duyguların düzenlenmesi (Kendi ve diğerleri) 3-) Duyguların problem çözümünde kullanılması gibi uyum sağlayıcı üç yetenek kategorisinden oluştuğunu ifade etmişlerdir. Daha sonraki çalışmalarında ise duygusal zekâ tanımını 5 ana başlık altında toplamışlardır (Mayer ve Salovey, 1993; Tuğrul, 1999).

1. Duygularının farkında olma: Belirli bir durumda ya da anda ne hissettiğinin farkına varabilmek duygusal zekânın temelidir. Duygularının farkında olan kişiler kendileri için doğru olanı daha iyi analiz edebilir, bu kararları alırken daha özerk davranabilirler. Bu kişiler kendi sınırlarından emindirler ve hayata olumlu bir gözle bakabilirler.

2. Duygularla başa çıkabilmek: Farkına varılan duygularla uygun biçimde başa çıkabilmek, öfke kontrolünü sağlama, yoğun yaşanan endişe, karamsarlık ve alınganlık gibi olumsuz duygulardan kurtulma yeteneğini kapsar.

3. Kendini motive etmek: İnsanın kendini bir amaç için motive edebilmesi için duygularını organize edebilmesi gerekir. Bu kişilerin özdenetimleri oldukça güçlüdür. Bu sayede özel ya da iş yaşantılarında üretken ve etkili olurlar.

4. Başkalarının duygularını fark etmek: Başkalarının duygularını fark edebilmek yani empati kurabilmek, duygusal zekanın en temel özelliklerindedir. Empati yeteneği yüksek kişiler kendisi ile karşısındaki kişinin hangi duygu durumu içerisinde olduğunu fark edebilir (Hoffman, 1984) ve uygun duygusal tepkiler verebilirler (Thompson ve Gullone, 2003).

5. İlişkileri yürütebilmek: Duygusal zekânın bir diğer özelliği de diğer insanlarla olan ilişkileri yürütebilmektir. İletişim kurabilmek kadar bu ilişkiyi derinleştirebilmek ve sürdürülebilmekte sağlıklı iletişimin önemli göstergelerindedir. Bu beceriler popüler olmanın, liderliğin, kişilerarası etkililiğin altında yatan unsurlardır.

Duygusal zekânın bu beş farklı yetenek alanını her bir birey için farklılıklar gösterir. Örneğin başkalarının kaygılarını yatıştırma konusunda çok becerikli olan biri kendi duygularını denetlemede aynı başarıyı gösteremeyebilirler (Tuğrul,1999). Duygusal Zekâ adlı eseriyle Goleman, duygusal zekânın duyguların anlaşılması ve ifade edilmesinden etkilenen özel sosyal ve iletişimsel becerileri olduğu üzerinde durmuştur. Goleman'a (1996) göre IQ ve duygusal zekâ birbirinden farklı zeka türleridir. Ona bu iki zekâ türünün birbirinden farklı olduğunu düşündüren kanıtlardan ön önemlisi akademik başarısı yüksek kişilerin hayattaki başarıları arasında bir ilişki olmadığını ortaya koyan çalışmasıydı. Duygusal zekâyı kişilik özelliği olarak ele alan Goleman (1996) duygusal zekâyı 5 bölümde ele almıştır. Bunlar; duyguları bilme (knowing), duyguları yönetme, motive etme (motivating oneself), diğerlerinin duygularını tanıma, ilişkileri götürebilme (handling) şeklindedir (İşmen, 2001).

İnsanın toplumsal uyum sürecinde başarılı olabilmesi için en temel becerisi diğer kişilerle iletişime girebilmesidir. Sağlıklı iletişim ve ilişki becerisi geliştirebilmesi bireyin kişilik özellikleri, psikolojik farkındalığı ve bu beceriyi gerçekleştirmek olarak ifade edilebilir (Peele, 1991). Goleman (1996)'a göre bu beceri yani duygusal zekâ geliştirilebilir. Bunun için en önemli faktör bebeklik döneminden itibaren çocuklara duygusal yüz ifadelerini anlama becerisinin oluşturulmasıdır. Özellikle anne ve babanın kendi hislerini ifade edebilmeleri ve birbirleriyle olan iletişim şekilleriyle çocuğa model olurlar. Duygu dışavurumunda problem olan ebeveynlerin çocukları hem kendi duygularını tanımada hem de diğer kişilerin duygularını anlama ve karşılık vermede başarısız olmaktadır (Tuğrul,1999).

İnternet bağımlılığın nedenlerine bakıldığında bağımlı olan kişilik tiplerinin daha utangaç veya diğer insanlarla iletişime geçmekte zorluk yaşayan kişiler olduğu ifade edilmektedir. Sadece konuşmaktan ibaret olmayan iletişim başkalarının ve kendinin duygularını anlayabilme ve doğru tepkiler vermeyi de içerir. Alan yazın incelendiğinde bu yeteneklerin duygusal zekâsı yüksek kişilerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Mutlu ve sağlıklı olduğunda bunu çevresiyle paylaşmak, iletişime geçmek isteyen insan bunu yapamadığında yalnızlık ve yalıtılmışlık duygusunu yaşar. Bireyin hayatından memnun olmaması, başkalarına yakınlık veya başkalarıyla güçlü bağlar kuramaması ve ya umut kaybı hissetmesi durumunda bağımlılığa karşı hassasiyet oluşturur (Peele, 1991). Benzer şekilde, yaşamlarının birçok alanından memnun olmayan ya da rahatsız olan bireyler, bu olumsuz duygudan kurtulmak için kendini rahatlatacak şeylere bağımlılık geliştirir (Young 1997a, Young 1997b; Ümmet ve Ekşi, 2016; Erdoğan, 2008; Alexander, 2008). Ekran bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, video - içerik tüketim bağımlılığı, açık arttırma ve şans oyunları, alışveriş, kumar, uyuşturucu maddeler, bilgisayar oyunları ya da internet bağımlılığı gibi birçok bağımlılık türü her geçen gün ciddi bir toplumsal sorun olarak ortaya çıkmaktadır. Bilgi alış verişinin ve iletişimin hızla yayıldığı küreselleşen dünyada neden birçok kişinin bağımlı olduğu önemli ve çözülmesi gereken sorunlardan biridir (Volkow, 2014; Sezer, 2013; Sezer ve İşgör, 2017; Erdener, Sezer ve Tezci, 2017). Bu gerekçelerle aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır;

1. Katılımcıların duygusal zekâları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

2. Katılımcıların internet bağımlılığını duygusal zekâ yordamakta mıdır?

3. Katılımcıların internet bağımlılık puanları ve duygusal zekâ düzeyleri cinsiyete, yaşa, ailenin ekonomik durumuna ve öğrenim gördükleri alana göre farklılık göstermekte midir?

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları ve verilerin analizi başlıkları yer almaktadır.

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, "Betimsel ve İlişkisel Tarama Modeli"ne uygun bir şekilde yapılmıştır. Konuya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek, tutum vb. özelliklerinin belirlendiği tarama modelleri, mevcut durumu betimlemeyi amaçlayan araştırmalara uygun bir modeldir (Karasar, 1999).

Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini 2018-2019 öğretim yılında Eğitim Fakültesi Rehberlik ve psikolojik Danışmanlık anabilim dalında ve İktisat Fakültesi İktisat Bölümünde okuyan 150 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Örneklemi Psikolojik Danışmanlık ve iktisat bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerden ulaşılabilenler oluşturmuştur. Kolay ulaşılabılır örnekleme kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve iki ölçme aracı ile elde edilmiştir. Bunlar; Duygusal Zekâ Ölçeği ve Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT-KF) dur.

Duygusal Zekâ Ölçeği: Schutte ve diğerleri (1998) tarafından geliştirilen ve duygusal zekâ araştırmalarında yoğun olarak kullanılan 33 maddelik Duygusal Zekâ Ölçeği'nin kuramsal temeli 3 boyutlu duygusal zekâ modeline dayanmaktadır (Mayer ve Salovey, 1990). Austin ve diğerleri (2004) tarafından modifiye edilen Duygusal Zekâ Ölçeği, 20'si olumlu ve 21'i olumsuz toplam 41 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, (1) kesinlikle katılmıyorum (2) katılmıyorum (3) kararsızım (4) katılıyorum ve (5) kesinlikle katılıyorum şeklinde 5'li likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir. Ölçek üç faktörden oluşmaktadır: İyimserlik/Ruh Halini Düzenleme, Duygulardan Faydalanma ve Duyguların İfadesi. Ölçek bu üç faktörü ve bütününde genel duygusal zekâyı ölçmektedir. Bu çalışma için ölçeğin iç tutarlık güvenilirlik katsayısı .70 olarak hesaplanmıştır.

Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT-KF): Young tarafından geliştirilen ve Pawlikowski ve arkadaşları tarafından kısa forma dönüştürülen YİBT-KF, 12 maddeden oluşmaktadır. Beşli Likert tipi olan ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonucunda YİBT-KF'nin iyi uyum verdiği saptanmıştır ($\chi^2=173.58$, $sd=53$, $CFI=0.95$, $SRMR=0.064$ ve $RMSEA=0.079$). Ölçeğin iç tutarlık güvenilirlik katsayısı 0.85 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma için ölçeğin iç tutarlık güvenilirlik katsayısı .77 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin Değerlendirilmesinde SPSS 20 istatistik paket programı kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde, araştırma probleminin çözümü için, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin ölçekler yoluyla toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır.

Tablo 1.

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği ve Duygusal Zekâ Ölçeğinin Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkileri Belirlemek Amacıyla Yapılan Pearsons Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişken	İyimserlik	Duygulardan faydalanma	Duyguları ifade etme	Toplam duygusal zekâ	
İnternet bağımlılığı	r p N	-.302 .000 150	-.325 .000 150	-.406 .000 150	-.428 .000 150

Tablo 1'de görüldüğü üzere teknoloji bağımlılığı ölçeği ile duygusal zeka alt boyutları ölçeği puanları arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan pearsons korelasyon analizi sonuçlarında değişkenler arasında istatistiksel açıdan negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. ($r=-.302$; $p<001$), ($r=-.325$; $p<001$), ($r=-.406$; $p<001$), ($r=-.428$; $p<001$) yani duygusal zekâ düzeyi yükseldikçe teknoloji bağımlılık düzeyi düşmüştür.

Tablo 2.

Duygusal Zekâ Alt Boyutlarının İnternet Bağımlılığının Yordamasına İlişkin Çoklu Doğrusal Regresyon Analiz Sonucu

Değişken	B	Standart hata	B	t	Sig.
Sabit	61.920	4.860		12.742	.000
Duygulardan faydalanma	-.237	.206	-.110	-1.152	.251
Duyguları ifade etme	-.239	.160	-.189	-1.494	.137
Duygusal zeka toplam	-.109	.077	-.206	-1.425	.156

($R= .448$, $R^2=.184$, $F= 12.227$, $p<.001$)

Tablo 2 incelendiğinde duygusal zekânın alt boyutları olan duygulardan faydalanma ve duyguları ifade etme boyutlarının katılımcıların internet bağımlılıklarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir ($R= .448$, $R^2= .184$, $F= 12.227$, $p<.001$). Elde edilen bu bulgular internet bağımlılığına ilişkin toplam varyansın %18 duygusal zekâ ile açıklandığını ifade etmektedir. Duygusal zekânın iyimserlik alt boyutunun ise herhangi bir katkı sağlamadığı belirlenmiştir.

Tablo 3.
İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Duygusal Zekâ Ölçeğinin Alt Boyutları Puanlarının Cinsiyete Göre Mann Whitney –U Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	S.O	S.T	U	z	p
İnternet bağımlılığı	Kadın	34	74.96	2548.50	1953.500 1	-.083	.934
	Erkek	116	75.66	8776.50			
	Toplam	150					
İyimserlik	Kadın	34	82.62	2809.00	1730.000	-1.087	.277
	Erkek	116	73.41	8516.00			
	Toplam	150					
Duygulardan faydalanma	Kadın	34	78.38	2665.00	1874.000	-.442	.659
	Erkek	116	74.66	8660.00			
	Toplam	150					
Duyguları ifade etme	Kadın	34	74.12	2520.00	1925.000	-.211	.833
	Erkek	116	75.91	8805.00			
	Toplam	150					
Duygusal zeka toplam	Kadın	34	81.04	2755.50	1783.500 1	-.846	.397
	Erkek	116	73.88	8569.50			
	Toplam	150					

Tablo 3’de görüldüğü gibi, teknoloji bağımlılığı ölçeği ve duygusal zekâ ölçeğinin alt boyutları olan iyimserlik, duyguları ifade etme, duygulardan yararlanma puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşım farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan Mann Whitney -U testi sonucunda cinsiyet değişkenine göre teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekâ ölçeği puanları arasındaki farklılık istatistiksel açıdan anlamlı bulunamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4.
İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Duygusal Zekâ Ölçeğinin Alt Boyutları Puanlarının Ailenin Ekonomik Durumuna Göre Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

	Ailenin ekonomik durumu	N	SO	χ^2	df	p
İnternet Bağımlılığı	0-500	23	71.57	19.020	3	.000
	500-1000	66	60.17			
	1000-3000	39	94.17			
	3000 üstü	22	92.50			
	Toplam	150				
İyimserlik	0-500	23	81.50	49.187	3	.000
	500-1000	66	100.24			
	1000-3000	39	46.18			
	3000 üstü	22	46.98			
	Toplam	150				
Duygulardan Faydalanma	0-500	23	72.76	30.430	3	.000
	500-1000	66	94.52			
	1000-3000	39	65.37			
	3000 üstü	22	39.27			
	Toplam	150				
Duyguları İfade Etme	0-500	23	84.59	25.653	3	.000
	500-1000	66	91.58			
	1000-3000	39	59.79			
	3000 üstü	22	45.59			
	Toplam	150				
Duygusal Zeka Toplam	0-500	23	81.91	53.239	3	.000
	500-1000	66	100.80			
	1000-3000	39	51.08			
	3000 üstü	22	36.20			
	Toplam	150				

Tablo 4’de görüldüğü gibi, katılımcıların teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekâ ölçeğinden aldıkları puanların ekonomik gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan Kruskall Wallis H testi sonucunda istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$). Sonuçlar incelendiğinde ekonomik gelir düzeyi yüksek olan katılımcıların teknoloji bağımlılık puanlarının da yüksek olduğu görülmektedir. Katılımcıların duygusal zekâ düzeylerinin ekonomik gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığına bakıldığında ise 500-1000 arasında olan bireylerin duygusal zekâ puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlar gelir düzeyi yüksek katılımcıların duygusal zekâ puanlarının düşük olduğunu göstermektedir.

Tablo5.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Duygusal Zekâ Ölçeğinin Altı Boyutları Puanlarının Yaş Değişkenine Göre Kruskall Wallis H Testi Sonuçları

	Yaş	N	SO	χ^2	df	p
İnternet bağımlılığı	18-20	8	76.06	6.636	3	.084
	21-23	28	88.27			
	24-26	78	76.56			
	26 üstü	35	60.66			
	Toplam	149				
İyimserlik	18-20	8	71.88	12.424	3	.006
	21-23	28	51.32			
	24-26	78	77.56			
	26 üstü	35	88.94			
	Toplam	149				
Duygulardan Faydalanma	18-20	8	53.69	10.039	3	.018
	21-23	28	62.42			
	24-26	78	73.98			
	26 üstü	35	92.21			
	Toplam	149				
Duyguları İfade Etme	18-20	8	67.50	6.638	3	.084
	21-23	28	64.75			
	24-26	78	72.48			
	26 üstü	35	90.53			
	Toplam	149				
Duygusal Zekâ toplam	18-20	8	67.19	11.596	3	.009
	21-23	28	55.16			
	24-26	78	75.31			
	26 üstü	35	91.96			
	Toplam	149				

Tablo 5’de görüldüğü gibi, teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekâ ölçeği puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan Kruskall Wallis H testi sonucunda katılımcıların duygusal zekâ ölçeğinin altı boyutları olan iyimserlik ve duygulardan faydalanma puanları arasındaki farklılık istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ($p<0.05$) Bu sonuca göre 26 yaş üzeri katılımcıların duygusal zekâ puanları diğer yaş gruplarına göre anlamlı bir artış göstermektedir. Yaş değişkeni ile teknoloji bağımlılığı istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Tablo 6.

Eğitim Aldıkları Alana Göre Duygusal Zekâ ve İnternet Bağımlılığı Puanları Arasında Yapılan Bağımsız Grup T Testi Sonuçları

	Fakülte	N	x	ss	sd	t	p
İnternet Bağımlılığı	İşletme	75	37.4933	5.21011	148	6.919	.000
	Eğitim	75	29.2000	8.97895			
İyimserlik	İşletme	75	53.4133	7.46540	148	-7.382	.000
	Eğitim	75	63.0267	8.45333			
Duygulardan Faydalanma	İşletme	75	17.3867	3.36875	148	-7.100	.000
	Eğitim	75	21.3067	3.39305			
Duyguları İfade Etme	İşletme	75	41.2800	4.66893	148	-6.866	.000
	Eğitim	75	47.8133	6.78968			
Duygusal Zekâ Toplam	İşletme	75	112.0800	10.17517	148	-9.990	.000
	Eğitim	75	132.1467	14.11027			

Tablo 6’da görüldüğü gibi, teknoloji bağımlılığı ölçeği ve duygusal zekâ puanlarının katılımcıların eğitim aldıkları alana göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan **Bağımsız Grup t Testi Sonuçlarına** göre grupların teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekâ puanları arasındaki farklılık istatistiksel açıdan anlamlı bir

fark bulunmuştur ($p < 0.001$). Bu fark internet bağımlılığında işletme fakültesinde eğitim alan katılımcılar lehinedir. Yani sonuçlara göre işletme fakültesinde eğitim gören katılımcıların internet bağımlılığı puanları eğitim fakültesindeki katılımcılara göre daha yüksektir. Duygusal zekâ puanları incelendiğinde ise eğitim fakültesinde eğitim alan katılımcıların duygusal zekâ ölçeğinin alt boyutları olan iyimserlik, duygularını ifade etme, duygulardan yararlanma boyutlarından işletme fakültesinden katılan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

İnternet bağımlılığı ilk olarak Amerikan Psikoloji Derneği'nde yayınlanmış olan bir çalışmayla dikkati çekmiştir. Bu çalışmada, aşırı internet kullanımına sahip ve bağımlılığa ilişkin klinik belirtiler de gösteren birçok kişi incelenmiştir. Sonra gelen çalışmalar konuya farklı açılardan yaklaşan internet bağımlılığını tanımlamak ve normal internet kullanıcıları ile internet bağımlıları arasındaki davranış farklılıklarını ortaya koymak amacı ile yapılmıştır (Söyler ve Kaptanoğlu, 2018). Bu çalışmada ise üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Duygusal zekâsı yüksek kişilerin, diğer kişileri anlayabilen, pozitif ilişkiler kurup iyi geçinebilen, yaşam aktivitelerinden aktif olarak yararlanabilen ve mutlu olmaya çalışan kişiler olduğu düşünüldüğünde duygusal zekâ ile internet bağımlılığının ilişkili olduğu söylenebilir (Ançel, Açıköz ve Yavaş Ayhan, 2015; Sezer ve Murat, 2018). Yüksek duygusal zekâyâ sahip olmanın internet bağımlılığı ile olan ilişkisine bakıldığında, duygularını anlama ve başkalarına ifade etmede sorun yaşayan kişilerin patolojik birçok davranışı geliştirebilecekleri bilinmektedir. Bu çalışmanın sonuçları da iki değişken arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ayrıca bu çalışmada yapılan bir diğer analiz sonucuna göre de duygusal zekânın alt boyutları olan duygulardan faydalanma ve duyguları ifade etme boyutlarının katılımcıların internet bağımlılıklarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Alan yazın incelendiğinde bu sonuçlarla uyumlu birçok çalışmaya rastlanmıştır. Kant (2018) de ergenlerle yaptığı çalışmada internet bağımlılığı ve duygusal zekâ arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Khoshakhlagh ve Faramarzi'nin (2012), 200 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada duygusal zekâ, zihinsel bozukluklar, davranış problemleri ve internet bağımlılığı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit etmişlerdir. Bu bulgular aynı zamanda Pinnelli, (2002); Yen ve diğerleri (2007); Ko ve diğerleri (2009); Dong ve diğerleri (2010); Weinstein (2010); Ançel, Açıköz ve Yavaş Ayhan (2015) ve Sezen ve Murat (2018) çalışmalarıyla tutarlıdır. Bunun yanında Sanghvi ve Rai (2015) de yaptıkları çalışmada internet bağımlılığı ve duygusal zekâ arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Anlamlı sonuç bulunamaması çalışmanın örneklem grubunun 30 kişi olmasına ve örneklem grubunun nicel veri analizi için sağlıklı veriler elde edilecek kadar yeterli olmamasına bağlanabilir.

Bu araştırmada cinsiyet değişkeninin katılımcıların teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekâ düzeyleri arasında bir farklılık oluşturmadığı da bulgular arasındadır. Lam ve arkadaşları, 2009; Taylan ve Işık, 2015; Kim vd., (2006); Batıgün ve Hasta, (2010); Taş, (2018), çalışmalarında bu çalışmayla benzer biçimde internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık bulamamışlardır. Fakat Günüş (2009), Kır ve Sulak (2014), Doğan (2013), Morsünbül (2014), Günüş (2010), Özgür (2013), Eldeleklioğlu ve Vural Batık (2013), Balcı ve Gülnar (2009), Oktan (2015), Çakır ve ark. (2011), Çağır (2010) ve Yılmaz (2010) tarafından yapılan çalışmalarda ise erkeklerin kadınlara göre daha fazla internet bağımlısı oldukları belirlenmiştir. Bu sonucun erkekler lehine olma sebebini erkek kullanıcıların teknolojiye ve internet bağımlılık nesnelere çevrimiçi oyun, çevrimiçi sohbet, çevrimiçi seks, çevrimiçi kumar gibi aşırı nesnelere olan aşırı ilgilerinden kaynaklı olmasıyla açıklamışlardır. Duygusal zekânın cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemeye dönük çalışmalarda da İşmen (2004) de bu çalışmayla benzer bir sonuca ulaşarak herhangi bir farklılık olmadığını belirtmiştir. Fakat benzer olmayan sonuçlarla daha fazla karşılaşmıştır. Örneğin Ciarroci, Cahan ve Caputi (2000), Mayer, Caruso ve Salovey (1999), Tuğrul (1999), Kiye ve Demir (2018) kadınların erkeklere oranla duygusal zekâlarının daha yüksek olduğu bulgularına ulaşmışlardır. Bu çalışmada fark bulunamama sebebi de kadın örneklem sayısının yetersiz olmasına bağlanabilir.

Çalışmanın bir diğer bulgusu ise öğrencilerinin ekonomik durumunun iyileştikçe teknoloji bağımlılığının arttığı fakat duygusal zekâ düzeyinin azaldığıdır. Kayri ve Günüş (2016); Yüksel (2016) yüksek ve düşük sosyoekonomik koşullara sahip öğrencilerin internet bağımlılığı açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesini amaçlayan çalışmalarında da benzer bulguya ulaşmış ve sosyoekonomik düzeyi yüksek olan ailelerin çocuklarının internet bağımlısı olma ihtimallerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Duygusal zekânın ekonomik durumla ters yönde ilişkili olmasının nedeni öğrencilerinin ekonomik durumunun iyileştikçe teknoloji bağımlılığının artması ve insan ilişkilerinin, duygusal yaşantıları azalmasına bağlanabilir. Yapılan diğer çalışmalara bakıldığında ise farklı bulgulara rastlanmıştır. Göçet (2006), Arıç ve Ömerustaoğlu (2018) ve Taşkın (2008)'in ailenin ekonomik durumu ile öğrencinin duygusal zekâ düzeyi arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin olmadığını Kavcar (2011)'in çalışmasında ise duygusal zekânın ekonomik düzey ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir.

Duygusal zekânın gelişmesi açısından ele alınan faktörlerden bir diğeri ise yaş değişkenidir. Bu çalışmanın sonucuna göre 26 yaş üzeri katılımcıların duygusal zekâ puanları diğer yaş gruplarına göre anlamlı bir artış göstermektedir. Benzer sonuçlara Atay (2002), Mayer vd. (2001) deki çalışmalarıyla ulaşmış ve duygusal

zekânın genç yetişkinlik döneminin başlarına kadar yaşla birlikte arttığı sonucuna varmışlardır. Yaş değişkeni ile teknoloji bağımlılığı istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Katılımcıların eğitim aldıkları alana göre internet bağımlılığı ve duygusal zekâ puanları incelendiğinde ise işletme fakültesinde eğitim gören katılımcıların internet bağımlılığı puanları eğitim fakültesindeki katılımcılara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Duygusal zekâ puanları incelendiğinde ise eğitim fakültesinde eğitim alan katılımcıların duygusal zekâ ölçeğinin alt boyutları olan iyimserlik, duygularını ifade etme, duygulardan yaranılma boyutlarından işletme fakültesinden katılan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Erdoğan (2008) yaptığı çalışmada da Eğitim Fakültesi Güzel Sanatlar Bölümü öğrencilerinin duygusal zekâ ölçeği puanlarının Hukuk, Fen Edebiyat, İşletme, Mühendislik fakültesi öğrencilerinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Duygusal zekânın eğitimle geliştirilebileceği düşüncesi dikkate alındığında eğitim fakültesinde eğitim alan öğrencilerinin içerik olarak psikoloji, iyi oluş, empati, kişilik ve sosyal özellikler gibi konulara dayalı bir eğitim sürecinden geçmiş olmalarına bağlanabilir.

İnternet bağımlılarının interneti haftada kırk ila seksen saat arasında kullandığı düşünüldüğünde bu durumun kişinin iş, okul yaşamını olumsuz etkilemesi kaçınılmaz olmaktadır. Bunun yanında uyku yoksunluğu, aşırı yorgunluk bağışıklık sisteminin kötüleşmesi ve kas hastalıkları birçok sağlık sorununu da beraberinde getirmektedir (Young, 1999). Yaşam kalitesini düşüren bu bağımlılık ve ilişkili olduğu düşünülen duygusal zekâ konusunda yapılan bu ve pek çok çalışmanın sonucu değerlendirildiğinde eğitim açısından doğurgular aşağıdaki gibi özetlenebilir:

Duygusal zekâ yetenekleri eğitimle geliştirilebilen ve güçlendirilebilen bir beceridir (Furnham, 2012; Yeşilyaprak, 2001). Bu sebeple duygusal zekânın gelişimini sağlayan duygusal okuryazarlık programlarına anaokulundan yükseköğrenime dek her eğitim kademesinde önem verilmeli ve çocukların farklı zekâ profilleri dikkate alınarak geliştirilmelidir. Ayrıca internet bağımlıların normal rutinlerini bozmalarını ve çevrimiçi alışkanlıklarını kırmak için yeni zaman kullanım biçimlerini yeniden oluşturmaları gerekmektedir. Bağımlılar için internet oturumunu sonlandıracağı bir süreyi belirleyen dış durdurucular kullanmaları önerilmelidir. Tüm bunların yanında en önemli uygulama gerçek hayattaki aktiviteler hakkında hoş hisler geliştirerek diğer kişilerle duygusal bağlar kurabilmesini, duygularını paylaşabilmesini sağlamaktır. Duygusal zekânın gelişimini destekleyen, sosyal ilişkileri temel alan, onları aktif kılan bir eğitim programı sadece internet bağımlılığının değil birçok bağımlılık türünün oluşmasının engellenmesinde etkili olacaktır.

KAYNAKÇA

- Alexander, B. (2008). *The globalization of addiction: a study in poverty of the spirit*. Newyork: Oxford University Press.
- Ançel, G., Açıkgöz, İ ve Yavaş Ayhan, A. G. (2015). Problemlerle internet kullanımı ile duygusal zekâ ve bazı sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişki. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 255-263.
- Arıç, S. ve Ömerustaoğlu, A. (2018). Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ ve akademik başarı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. <https://dergi.biruni.edu.tr/wp-content/uploads/2018/06/%C3%9Cniversite-%C3%96%C4%9Frencilerinin-Duygusal-Zekalar%C4%B1-ve-Akademik-Ba%C5%9Far%C4%B1lar%C4%B1-Aras%C4%B1ndaki-%C4%B0li%C5%9Fkinin-%C4%B0ncelenmesi-1.pdf> adresinden 26.07.2019 tarihinde erişilmiştir.
- Atay, K. (2002). Okul müdürlerinin duygusal zeka düzeyleri ile çatışmaları çözümü stratejileri arasındaki ilişki. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 8(3), 344-355.
- Balcı, Ş. ve Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk İletişim*, 6(1), 5-22.
- Balcı, Ş. ve Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk İletişim Dergisi*, 6(1).
- Batıgün, A. ve Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11, 213-219.
- Ciarrochi, J. V., A. Y. C. Chan ve P. Caputi (2000). A critical evaluation of the emotional construct. *Personality and Individual Differences*, 28(3), 539 – 561.
- Çağır, G. (2010). *Lise ve üniversite öğrencilerinin problemlerle internet kullanım düzeyleri ile algılanan esenlik halleri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Çakır, Ö., Ayas, T. ve Horzum, M. B. (2011). Üniversite öğrencilerinin internet ve oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 44(2), 95-117.
- Doğan, A. (2013). *İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Dong, G., Zhou, H. ve Zhao, X. (2010). Impulse inhibition in people with Internet addiction disorder: electrophysiological evidence from a Go/NoGo study. *Neurosci Lett*, 485(2), 42-138.
- Endeleklioğlu, J. ve Vural, Batık M. (2013). Akademik başarı, internette kalınan süre, yalnızlık ve utangaçlığın internet bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(1), 141-152.

- Erdoğdu, M. Y. (2008). Duygusal zekânın bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(23),62-76.
- Furnham, A. (2012). Emotional intelligence - new perspectives and applications. https://www.researchgate.net/publication/221923485_Emotional_Intelligence . DOI: 10.5772/31079
- Goleman, D. (1996). Duygusal zekâ; neden ıq'dan daha önemlidir. Çev: Banu Seçkin Yüksel. (6.Baskı).Varlık Yayınları.
- Göçet, E. (2006).*Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişki*. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Günüç, S. ve Kayri, M. (2010). Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik-güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 220-232.
- Hoffman, M. L. (1984). *Interaction of affect and cognition in empathy*. C. E. Izard, J. Kagan ve R.B. Zajonc (Ed.). Emotions, Cognition and Behavior.Cambridge: Cambridge University Press.
- İşmen, E. (2004). Duygusal zekâ ve aile işlevleri arasındaki ilişki. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(11), 55-75.
- Kant, R. (2018). Relationship of internet addiction with emotional intelligence among youths. *Education Science And Psychology*, 2(48),39-46.
- Kavcar, B. (2011). *Duygusal zekâ ile akademik başarı ve bazı demografik değişkenlerin ilişkileri: Bir devlet üniversitesi örneği*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kayri, M. ve Günüç, S. (2016). Yüksek ve düşük sosyoekonomik koşullara sahip öğrencilerin internet bağımlılığı açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi. *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*, 3, 165–183. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0110>
- Khoshakhlagh, H. ve Faramarzi, S.(2012). The relationship of emotional intelligence and mental disorders with internet addiction in internet users university students. *Addict Health*, 4(3-4), 133–141.
- Kır, İ. ve Sulak, Ş. (2014). Eğitim fakültesi öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(51), 150-167.
- Kim, K., Ryu, E., Chon, M. Y., Yeun, E. J., Choi, S. Y., Seo, J. S. and Nam, B. W. (2006). Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: a questionnaire survey. *International journal of nursing studies*, 43(2), 185-192.
- Kiye, S. ve Demir, E. (2018). Sınıf öğrencileri düzeyinde duygusal zekâ ile çatışma çözme davranışı arasındaki ilişkinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(5) 639–645.
- Ko, C. H., Yen. J. Y., Chen. C. S., Yeh, Y. C., and Yen, C. F. (2009). Predictive values of psychiatric symptoms for internet addiction in adolescents: a 2-year prospective study. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 163(10), 43-937.
- Lam, L. T., Peng, Z. W., Mai, J. C. and J. Jing. (2009). Factors associated with internet addiction among adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*. 12, 551- 555.
- Maboçoğlu, F. (2006). Duygusal zekâ ve duygusal zekânın gelişimine katkıda bulunan etkenler. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri (Din Psikolojisi) Anabilim Dalı. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi.
- Mayer, J. D., D. R. Caruso and P. Salovey. (1999). Emotional intelligence meets traditional standarts for an intelligence. *Intelligence*, 27(4), 267 – 298.
- Mayer, J. D., Perkins, D. M., Caruso, D. R., ve Salovey, P. (2001). Emotional intelligence and giftedness. *Roeper Review*, 23(3), 131-137.
- Morsünbül, Ü. (2014). İnternet bağımlılığının bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumu ile ilişkisi. *International Journal Of Human Sciences*, 11(1), 357-372.
- 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.
- Pinnelli S. (2002). Internet addiction disorder and identity on line: the educational relationship. URL: <http://www.proceedings.informingscience.org/IS2002Proceedings/papers/Pinne0881nter.pdf> adresinden erişilmiştir.
- Reisoğlu, İ., Gedik, N. ve Göktaş, Y. (2013). Öğretmen adaylarının özsaygı ve duygusal zekâ düzeylerinin problemleri internet kullanımıyla ilişkisi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 38(170).
- Sanghvi, H. ve Rai, U. (2015). Internet addiction and its relationship with emotional intelligence and perceived stress experienced by young adults. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(1), 2349-3429.
- Sezen, M. ve Murat M . (2018). Ergenlerde akran zorbalığı, internet bağımlılığı ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*. 9(16), 182-160.
- Sezer, F. (2013). Psikolojik iyi olma durumu üzerine etkili faktörler. *Education Sciences*, 8(4), 489-504.
- Sezer, F., ve İşgör, İ. Y. (2017). Life style and social support: The role of Computer/Internet Use. *International Online Journal of Educational Sciences*, 9(2).

- Erdener, M. A., Sezer, F., ve Tezci, E. (2017). Liselerde sık karşılaşılan öğrenci problemleri/Determination of frequent student problems in high schools. *Turkish Studies-International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic-*, ISSN: 1308, 2140.
- Sezer, F., ve Sağay, F. (2014). Bilgisayar ve televizyon kullanımının lise gençliği üzerine etkisi. *International Peer-Reviewed Journal Of Family Children And Education*. 2(3), 63-75.
- Soule, L.C., Shell, W.N. ve Kleen, B.A.(2013). Exploring internet addiction: demographic characteristics and stereotypes of heavy internet users. *Journal Of Computer Information Systems*, 44(1), 64-73.
- Söyler, S. ve Yıldırım Kaptanoğlu A. (2018). Sanal uyuşturucu: İnternet. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(2), 37-46.
- Taş, İ. (2018). Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1) 31-41.
- Taylan, H. H. ve Işık, M. (2015). Sakarya’da ortaokul ve lise öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Turkish Studies. International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(6), 855-874.
- Thompson, K.L. ve Gullone, E. (2003). Promotion of empathy and prosocial behaviour in children through humane education. *Australian Psychologist*, 38, 175- 182.
- Tuğrul, C. (1999). *Duygusal zekâ. Klinik Psikiyatri Dergisi*, 2(1), 12-20.
- Türkiye Yeşilay Cemiyeti. (2019). Türkiye bağımlılıkla mücadele programı: teknolojiye bağımlı yaşamamak için. İstanbul: Limit ofset. <https://www.yesilay.org.tr/documents/file/yesilay/kitap/tbm/internet-bagimliliği.pdf>
- 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.
- Volkow, N. D. (2014). M.D. Drugs, brains, and behavior the science of addiction. *National Instituted On Drug Abuse* https://www.drugabuse.gov/sites/default/files/soa_2014.pdf
- Weinstein, A. M. (2010). Computer and video game addiction-a comparison between game users and non-game users. *Am J Drug Alcohol Abuse*, 36(5), 76-268.
- Yen, J. Y., Ko, C. H., Yen, C. F., Wu, H. Y. and Yang, M. J. (2007). The comorbid psychiatric symptoms of Internet addiction: attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD), depression, social phobia, and hostility. *J Adolesc Health*. 41(1), 93-8.
- Yeşilyaprak, B. (2001). *Duygusal zekâ ve eğitim açısından doğurguları. Gazi Üniversitesi, Meslek Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü*, 25, 1-139.
- Yılmaz, E. ve Karaca, F. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 18(2).
- Young, K. S. and Rodgers, R. (1997a). Depression and its relationship with pathological internet use. *Poster presented at the 68th annual meeting of the Eastern Psychological Association*. April 11, 1997, Washington, DC.
- Young, K. S. and Rodgers, R. (1997b). The relationship between depression using the BDI and pathological Internet use. *Poster presented at the 105th annual meeting of the American Psychological Association*. August 15, 1997. Chicago, IL.
- Young, K. (1999). *Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment*. L. VandeCreek ve T. Jackson (Ed.). Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Yüksel, M. (2016). The investigation of the relationship between internet addiction and problem solving skills of high school students in terms of several variables. *Elementary Education Online*, 15(3), 1031-1042

Investigation of the Relationship Between Internet Addiction and Emotional Intelligence Levels in University Students

Devrim ERGİNSOY OSMANOĞLU

Kafkas Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü,

Rehberlik Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı

erginsoy@hotmail.com

Citation: Erginsoy, D. (2019). Investigation of the relationship between internet addiction and emotional intelligence levels in university students. *E-Kafkas Journal of Educational Research*, 6(2), 47-58.

Extended Summary

Purpose

Aside from all its functions facilitating human life and contributing to the social development, the internet has become a medium occupying a central position in the lives of some users who find it highly challenging to resist the attraction of it (Kır and Sulak, 2014). Unconscious use of the internet poses threats to individual and social life. This situation, which is called internet addiction gives rise to many problems such as excessive use of the internet, inability to control the time spent on the internet, intense anxiety/concern felt in the case of restriction on access to the internet, difficulty in managing the time spent on the internet, depression, loneliness, reduced social interaction with the community and family members, neurotic and psychological complications and deterioration in the quality of social and family life. These problems arising from excessive and uncontrollable use of the internet are defined as “problematic” due to its negative effects on individuals’ academic, financial, family and professional lives. Although some reasons for internet addiction are listed, it is generally agreed that the need for socialization and initiation and maintenance of social relations is the main reason. Being able to communicate meets some psychological and social needs. When individuals who desire to express themselves and their personal needs cannot establish healthy communication, they tend to perceive other members of society as repulsive and dangerous. The most outstanding factors that make the internet attractive include the ability of the individual to establish communication over the internet that he/she cannot have the chance in his/her social life, to express his/her thoughts and feelings freely, to mask himself/herself, to hide his/her real identity, to introduce himself/herself to people as he/she wishes and to communicate whenever he/she wants. Emotional intelligence is an issue that must be taken into consideration in creating a healthy society because it enables the individual to be aware of himself/herself, to accept himself/herself, to produce beneficial actions for the society and himself/herself and to maintain healthy relations with other members of the society. The most basic skill of human being to be successful in the social adaptation process is to communicate with other people. Developing healthy communication and relationship skills can be related to the individual’s personality traits and psychological awareness. In the current study, it was attempted to determine whether there is a relationship between emotional intelligence which is the basis of communication skills with other people and internet addiction level. In addition, it was investigated whether the internet addiction scores and emotional intelligence levels of the participants vary significantly depending on gender, age, economic status of the family and the field of study.

Method

The current study was conducted in line with the descriptive survey model. The study was carried out on 150 university students attending the Department of Psychological Counselling in the Education Faculty and the Department of Economics at Kafkas University in the 2018-2019 academic year. The data of the study were collected by using a personal information form developed by the researcher and two measurement tools. These are the Emotional Intelligence Scale developed by Schutte et al. (1998) and the Young Internet Addiction Test Short Form developed by Young.

Conclusion and Discussion

The findings of the current study have revealed that there is a significant and negative correlation between emotional intelligence and internet addiction. Moreover, two sub-dimensions of emotional intelligence which are making use of emotions and expressing emotions were found to be significant predictors of the participants’ internet addiction. In the current study, the gender variable was found to be not leading to significant differences in the participants’ technology addiction and emotional intelligence levels. Another finding of the study is that the higher the income level of the students is, the higher their internet addiction becomes, yet the less their emotional intelligence is. A similar finding has been reported by studies aiming to perform a comparative investigation of the internet addiction of students with high and low socio-economic conditions and the students with high socio-economic conditions were found to be more likely to be internet addict. Another factor addressed in relation to the development of emotional intelligence is the age variable. According to the findings of the current study, the emotional intelligence scores of the participants aged 26 years old or older were found to be significantly higher than those of the other age groups. No statistically significant correlation was found between the age variable and technology addiction.

When the participants' internet addiction and emotional intelligence scores were examined in relation to the field of study, the internet addiction means that the score of the economics students was found to be higher than that of the education faculty students. When their emotional intelligence scores were examined, the scores of the education faculty students from the emotional intelligence scale's sub-dimensions of pessimism, expressing emotions and making use of emotions were found to be higher than those of the economics students. Given that emotional intelligence can be developed through education, higher emotional intelligence scores of the education faculty students can be related to the contents of their curriculum such as psychology, well-being, empathy, personality, and social characteristics.

Given that internet addicts use the internet for 40-60 hours a week, it is inevitable that this will negatively affect their business and school lives. In addition, sleep deprivation, excessive fatigue, deterioration of the immune system and muscle diseases bring about many health problems. Considering the results of this and many other studies conducted on this addiction that is believed to decrease the quality of life and emotional intelligence to which this addiction is thought to be related, the educational implications can be summarized as follows:

Emotional intelligence is a skill that can be developed and strengthened through education. For this reason, the development of emotional intelligence should be given importance at all levels of education from kindergarten to higher education. For this, different intelligence profiles of children should be taken into consideration. For addicts, they should be advised to use external stoppers that specify a period of time for them to terminate the internet session. In addition to all these, the most important application is to develop pleasant feelings about real-life activities so that they can establish emotional ties with other people and share their feelings. An education program that supports the development of emotional intelligence, is based on social relations and makes students active will be effective in preventing the formation of many types of addiction, not just internet addiction.