

Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığını Yordamada Sosyal Medya Kullanımı ve Sanal Ortam Yalnızlığının İncelenmesi*

Investigation of Social Media Use and Virtual Environment Loneliness in Predicting Internet Addiction in University Students

Özge Canoğulları, Yasin Yılmaz, Fulya Cenkseven Önder

Yazar Bilgileri

Özge Canoğulları

Dr. Öğr. Üyesi, Artvin Çoruh Üniversitesi, Eğitim Bilimleri, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık,
ozgecanogullari@artvin.edu.tr

Yasin Yılmaz

Dr. Öğr. Üyesi, Mustafa Kemal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık,
yasin.yilmaz@mku.edu.tr

Fulya Cenkseven Önder

Prof. Dr., Çukurova Üniversitesi, Eğitim Bilimleri, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık,
fulyac@cu.edu.tr

ÖZ

Çalışmada üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile sanal ortam yalnızlığı ve sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkilerin saptanması ve cinsiyete göre farklılaşma olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma betimsel tarama modelinde olup çalışma grubunu Türkiye'deki beş farklı üniversitede öğrenim gören ve yaşları 18 ile 30 arasında değişen 521 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın verilerinin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve Sosyal Medya Kullanımı Ölçeği kullanılmıştır. Veriler, bağımsız gruplar t testi ve hiyerarşik regresyon analizi kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda cinsiyete bağlı olarak internet bağımlılığı (kontrol kaybı, online kalma isteği), sanal ortam yalnızlığı (sanal sosyalleşme, sanal yalnızlık) ve sosyal medya kullanımı (süreklilik, yetkinlik) alt ölçek puanları anlamlı farklılık göstermemiştir. İnternet bağımlılığının sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt ölçeği ile sanal ortam yalnızlığının sanal paylaşım alt ölçeği puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Regresyon analizi sonuçlarına göre sosyal medya kullanımı (süreklilik ve yetkinlik) ve sanal ortam yalnızlığı (sanal paylaşım, sanal yalnızlık, sanal sosyalleşme) değişkenlerinin birlikte öğrencilerin internet bağımlılıklarının %54'ünü anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir. İnternetin hızla gelişmesi ve hayatımıza nüfuz etmesiyle birlikte ortaya çıkan zararların araştırılması, gerekli önlemlerin alınması, gençlerin ve internet kullanıcılarının bilinçlendirilmesi ve eğitilmesi sağlanabilir. Çalışma üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirildiğinden farklı örneklem grupları ile çalışılarak sonuçları incelenebilir.

Makale Bilgileri

Anahtar Kelimeler

İnternet bağımlılığı
Sosyal medya kullanımı
Sanal ortam yalnızlığı

Keywords

Internet addiction
Social media usage
Virtual environment loneliness

Makale Geçmişi

Geliş: 09.01.2024
Kabul: 01.07.2024

ABSTRACT

In the study, it was aimed to determine the relationships among Internet addiction, virtual environment loneliness and social media use in university students and to examine whether there is a difference in terms of gender. The study is a descriptive survey model and the study group consists of 521 students aged between 18 and 30, who are studying at five different universities in Türkiye. Personal Information Form, Internet Addiction Scale, Virtual Environment Loneliness Scale and Social Media Use Scale were used to collect the data. The data were analyzed using independent samples t-test and hierarchical regression analysis. As a result of the study, Internet addiction (loss of control, desire to stay online), virtual environment loneliness (virtual socialization, virtual loneliness) and social media use (continuity, competence) subscale scores did not differ significantly depending on gender. It was found that the scores of the negativity in social relationships subscale of Internet addiction and the virtual sharing subscale of virtual environment loneliness differed significantly in terms of gender. According to the regression analysis results, it was determined that social media use (continuity and competence) and virtual environment loneliness (virtual sharing, virtual loneliness, virtual socialization) variables together significantly predicted 54% of students' Internet addiction. Since the study was conducted on university students, the results can be analyzed with different sample groups.

*Bu araştırmanın bir bölümü 24-27 Ekim 2019 tarihlerinde düzenlenen 21. PDR Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

Makale Türü

Araştırma

Önerilen Atıf

Canoğulları, Ö., Yılmaz, Y. & Cenkseven-Önder, F. (2024). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığını yordamada sosyal medya kullanımı ve sanal ortam yalnızlığının incelenmesi. *TEBD*, 22(2), 1039-1058. <https://doi.org/10.37217/tebd.1416884>

Giriş

Teknoloji, yaşamımızın önemli bir parçası halindedir. Sağlık, eğitim, ticaret, sanayi gibi pek çok alanda kullanıldığı kadar gündelik yaşamın da vazgeçilmezleri arasında yerini almıştır. Bu alanların birbirleri arasındaki etkileşimleri, teknolojinin gün geçtikçe gelişmesine ve internetin ortaya çıkışında önemli ölçüde rol oynamıştır. Böylece dünyada internet kullanımının giderek yaygınlaşması ve ulaşılabilir hale gelmesi ciddi bir şekilde hızlanmıştır. İnternetin sağladığı rahatlık ve ekonomi sebebiyle günümüzde internetin her alanda yaygın olarak kullanıldığı görülmektedir (Okur ve Özkes, 2020). İnternet, ekonomikliği ve erişilebilirliği ile hayatımızı daha kolay hale getirse de aşırı, kontrolsüz ve bilinçsiz bir şekilde kullanıldığında insanlarda başta bağımlılık olmak üzere birçok soruna yol açmaktadır (Canoğulları ve Güçray, 2017). Bağımlılık, bir madde ya da davranış sürekli sürdürme, bırakmak isteyip bırakamama ya da kullanımı kontrol altına alamama olarak tanımlanmaktadır (Egger ve Rauterberg, 1996). Bağımlılık kavramı ilk olarak DSM III kriterlerinde yer almış ve bağımlılık tanısı için fizyolojik bağımlılık kriterlerinin belirlenmesi gerekliliğinin üzerinde durulmuştur (Amerikan Psikoloji Derneği/American Psychological Association [APA], 1980). İnternet bağımlılığı veya problemlili internet kullanımı ise internetin aşırı kullanımının bireysel ve sosyal olumsuz sonuçlarından biri olup davranışsal bağımlılıklar arasında yer almaktadır (Holden, 2001). İnternet bağımlılığı öncelikle kavram olarak Goldberg (1996) tarafından ortaya atılmış ve DSM IV bağımlılık ölçütlerine göre "interneti kullanmak için çok güçlü bir istek veya dürtü" olarak tanımlanmıştır.

İnternet bağımlılığı konusunda yapılan birçok tanım bulunmaktadır. Bunların ortak özellikleri incelendiğinde; interneti problemlili veya bağımlılı bir şekilde kullanan kişilerde internet ile ilgili aşırı zihinsel aktivite (sürekli internet hakkında düşünme, internette yapılan aktiviteler hakkında rüya görme, internette bir sonraki planlanan aktiviteyi düşünme vb.) olduğu belirtilmektedir (Greenfield, 1999; Griffiths, 2000; Young, 1998). İnternet bağımlılığı olan kişiler arzuladıkları doyumunu elde etmek için interneti artan oranda kullanma ihtiyacı hissetmekte ve internet kullanımlarını kontrol etme, azaltma veya bırakma girişimlerinde başarısız olmaktadır (Lee ve Shin, 2004; Widyanto ve Griffiths, 2007). Ayrıca bu kişiler interneti daha çok problemlilerden veya olumsuz duygulardan (çaresizlik, suçluluk, bitkinlik, endişe gibi) kaçmak için kullanmaktadır (Davis, 2001; Korkeila, Kaarlas, Jaaskelainen, Vahlberg ve Taiminen, 2010; Whang, Lee ve Chang, 2003). Problemlili internet kullanımı olan kişiler; internet kullanımları azaldığında veya tamamen kesildiğinde tedirginlik, bitkinlik, öfke hissetmekte ve internet kullanımları sebebiyle aile, okul, iş ve arkadaşlık ilişkilerinde sorun yaşadıkları halde internette planlanandan daha fazla zaman harcayabilmektedirler (Aboujaoude, 2010; Caplan, 2002; Petersen, Weymann, Schelb, Thiel ve Thomasius, 2009).

Hem dünyada hem de Türkiye’de internetin yoğun bir şekilde kullanıldığı göze çarpmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK] (2023) Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması’na göre 16-74 yaş grubundaki bireylerde internet kullanım oranı %87,1 olmuştur. Bu oran, bir önceki yıl %85 idi. Evden internete erişim oranının 2023 yılında yüzde 95,5’e ulaştığı görülmüştür. İnternet kullanımının artmasının olumlu etkileri olmakla beraber bunun yanında internet bağımlılığı gibi bazı davranış sorunlarını artıracığı da ifade edilebilir. Yapılan araştırmalar internet bağımlılığı açısından en yüksek riske sahip sosyal grubun üniversite öğrencileri olduğunu belirtmektedir (Hall ve Parsons, 2001; Kim vd., 2006). İnternet, üniversite öğrencisi kültürünün bir parçası olarak kabul edilir ve sınırsız ücretsiz internet erişimi, ebeveyn kontrolünün fazla olmaması, kişisel zaman yönetiminde yüksek esneklik nedeniyle öğrenciler interneti daha sık kullanabilir (Kim vd., 2006). İnternet ayrıca öğrencilerin akademik stresten ve sosyal izolasyondan kaçmalarına yardımcı olur (Young, 1999).

İnternet kullanımının artması beraberinde sosyal medya kullanımında da artışa sebebiyet vermiş, özellikle gençler ve genç yetişkinler arasında kullanımın arttığı görülmüştür (Lei ve Yang, 2007). Okumuş (2018) sosyal medyanın ücretsiz olmasının gençler üzerinde büyük bir etki yarattığını ve anında çok büyük kitlelere ulaşma imkânı sağlayan hızlı bir iletişim şekli olduğunu ifade etmektedir. Dikme (2013) üniversite öğrencileriyle yürüttüğü çalışmada çalışmaya katılan öğrencilerden %99’unun her gün internet kullandığı, %95’inin interneti sosyal ağlara girmek için kullandığı, %16,4’ünün ise sosyal ağları online sohbet etmek için kullandığını belirlemiştir. Karaca (2007) üniversite gençliğinin sosyal medya uygulamalarını çok kullanıyor olmalarını, yüz yüze olmayan iletişimde kendilerini daha rahat ifade etmelerinden, bilgiye daha kolay bir şekilde ulaşmak istemelerinden ve kimlik oluşturma sürecinde olmalarından kaynaklanabileceğini belirtmiştir. Bozkurt ve Bozkurt (2022) yaptıkları çalışmada pandemi dönemiyle birlikte genç yetişkinlerde sosyal medya kullanımının artış gösterdiğini belirtmiştir. Çavuş (2022) ise üniversite öğrencilerinin interneti en çok sosyal medyaya girmek için kullandıklarını, günde en az üç saat sosyal medya kullanan gençlerin %72 oranında olduğunu ortaya çıkarmıştır. Sosyal medya uygulamalarının artan kullanımı, gençlerin birbirleriyle bağlantı kurması ve etkileşime girmesi için daha fazla fırsat sağlarken birtakım olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir (Allen, Ryan, Gray, McInerney ve Waters, 2014). Örneğin, Aslan (2011) sosyal iletişim ve etkileşim sonucunda bireylerin sosyal paylaşım sitelerinin bağımlısı haline geldiğini ve insan ilişkilerinin yüzeysel bireysellikler üzerine inşa edildiğini, bu sebeple yalnızlığın arttığını ifade etmektedir.

Yalnızlık, bir kimsenin sosyal ilişki yönünden niceliksel veya niteliksel olarak yetersiz hissettiğinde ortaya çıkan tatsız bir deneyim olarak tanımlanmaktadır (Perlman ve Peplau, 1981’den aktaran De Jong-Gierveld ve Yan Tilburg, 2006). Aynı zamanda yalnızlığın kaliteli ilişkilerin eksikliğinden kaynaklanan bir durum olduğu ve mevcut ilişkilerin sayısının arzu edilir veya kabul

edilebilir sayılandan daha az olduğu durumları ve arzu edilen yakınlığın gerçekleşmediği durumları içerdiği de belirtilmektedir (De Jong-Gierveld, 1987). Kendisini yalnız hissedenlerin bu yalnızlığını giderebilmek için internette ve sosyal ağlarda daha fazla vakit geçirdiği belirtilmektedir (Doğan ve Karakuş, 2015). Özellikle genç yetişkinlerde sosyal medya kullanımının başkalarıyla ilişki kurma ve aidiyet ihtiyacını giderdiği belirtilmektedir (McCarthy, 2010; Pelling ve White, 2009). Ayrıca genç yetişkinler internet ve sosyal medya ile ne kadar çok vakit geçirirse o denli gerçek hayattan kopabilir ve sosyal ilişkileri zayıflatarak yalnızlık duygusu hissedebilir. Bunun yanı sıra gençler gerçek hayatta hissettikleri yalnızlık duygusunu gidermek için sosyal ilişkilerini daha kolay ve rahat yoldan geliştirebilecekleri sanal ortamlara da yönelebilirler (Kabaklı-Çimen, 2018).

Başkaları ile iletişimde zorluk yaşayan ve yalnızlık hisseden gençlerin interneti daha problemlilik olarak kullandıkları belirtilmektedir (Kim, LaRose ve Peng, 2009). Ayrıca gençler yüz yüze etkileşimin olduğu gerçek sosyal dünyalarından ayrılarak sanal bir yalnızlığa doğru sürüklenirler. Gençler internetin yoğun kullanımı sonucu yalnızlık duygusunu daha fazla yaşayabilir ve internetin sunduğu imkânlar sayesinde yalnızlığı daha fazla pekişebilir (Kraut vd., 1998). Genç sanal ortamdaki ilişkileri yapay bularak sanal etkileşimden uzaklaşıp sanal yalnızlık sürecine girebilir. Sanal yalnızlık, sanal ortamlarda başkaları ile çok fazla iletişime girmeyen, herhangi bir paylaşım yapmayan ve kimi zaman yanlış anlaşılma durumları yaşasa da sadece görünüşte interneti kullanan kişiler için kullanılmaktadır (Korkmaz, Usta ve Kurt, 2014). Birey kendi sorumluluklarını aksatarak, çevresindeki insanlardan uzaklaşarak, internete girdiğinde de sosyal uygulamalardan uzak kalarak kendini soyutlayabilir. Bu durum bireyi rahatsız etmez hatta bu durumdan memnun bile olabilir. Gerçek yaşamdaki ilişkilerle kıyaslandığında sanal ortamlardaki ilişkiler daha gelişigüzel, sahte ve derinlikten yoksundur. Bundan dolayı sanal ortamların yalnızlık ihtiyacını karşılamak yönünden uygun yerler olmadığı belirtilmektedir (Özdemir, Akçakanat ve İzgüden, 2017). Yapılan araştırmalar sosyal açıdan yalnızlık hissedenlerin sanal uygulamaları daha çok kullandıklarını göstermektedir (Halston, Iwamoto, Junker ve Chun, 2019; Kraut vd., 1998; Morahan-Martin, 1999; Morahan-Martin ve Schumacher, 2003; Oktan, 2015; Russell, Cutrona, Rose ve Yurko, 1984; Ünal ve Korkmaz, 2023).

İnternet kullanımının artıp bilinçsiz kullanılması ile birlikte internet bağımlılığının ve sosyal medya kullanımının gençler arasında daha çok yaygınlaştığı görülmektedir. Sosyal medyada uzun zaman harcayan gençlerin gerçek hayatta kurduğu ilişkiler yüzeysel kalacağından kendilerini yalnız hissedebildikleri belirtilmektedir. Aynı zamanda sosyal medyada çoğu zaman istedikleri yakınlığı bulamayan gençlerin kendilerini geri çekip görünüşte internet kullanması ve sanal ortam yalnızlığı yaşamaması da söz konusudur. Günümüz dünyasında gençlerin yoğun bir şekilde teknoloji kullandığı ve beraberinde getirdiği olumsuz durumlara rağmen bu kullanımı devam ettirdikleri gözlenmektedir. Bu kapsamda internet bağımlılığı, sanal ortam yalnızlığı ve sosyal medya kullanımının birbirleriyle

ilişkili kavramlar olarak karşımıza çıktığı ve bu konuda yapılacak çalışmalara ihtiyaç duyulduğu görülmektedir. Çalışmanın ilk amacı; genç yetişkinlik dönemindeki bireylerin internet bağımlılığı ile sosyal medya kullanımı ve sanal ortam yalnızlıkları arasındaki ilişkileri incelemektir. Aynı zamanda üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile sanal ortam yalnızlığı ve sosyal medya kullanımının cinsiyet değişkeni açısından incelenmesi de amaçlanmıştır. Çalışmanın ikinci amacı doğrultusunda alt amaçları ve araştırma soruları aşağıda verilmiştir:

- Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkeni açısından internet bağımlılık düzeyleri (kontrol kaybı, online kalma isteği, sosyal ilişkilerde olumsuzluk) birbirinden farklılaşmakta mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkeni açısından sosyal medya kullanımları (süreklilik, yeterlilik) birbirinden farklılaşmakta mıdır?
- Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkeni açısından sanal ortam yalnızlıkları (sanal sosyalleşme, sanal paylaşım, sanal yalnızlık) birbirinden farklılaşmakta mıdır?

Yöntem

Araştırmanın Deseni

Araştırmada üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ile sanal ortam yalnızlığı ve sosyal medya kullanımı arasındaki ilişkilerin saptanması ve cinsiyete göre alt ölçeklerde farklılaşma olup olmadığının incelenmesi amaçlandığından betimsel tarama modeli tercih edilmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu oluşturulurken seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden biri olan kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu kapsamda Türkiye'nin farklı coğrafi bölgelerinde bulunan beş farklı üniversitenin farklı bölümlerinde öğrenim gören ve yaşları 18 ile 30 arasında değişen ($\bar{x}=21,69$, $S_s=2,07$) 521 öğrenciye ulaşılmıştır. Öğrencilerin 379'u (%72,7) kız ve 142'si (%27,3) erkektir. Öğrencilerin 122'si (%23,4) 1. sınıfta, 98'i (%18,8) 2. sınıfta, 117'si (%22,5) 3. sınıfta ve 184'ü (%35,3) 4. sınıfta öğrenim görmektedir.

Veri Toplama Araçları

İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Hahn ve Jerusalem (2001) tarafından internet bağımlılığı düzeyini ölçme amacıyla beşli Likert tipinde (1:Hiç uygun değil – 5:Tamamen uygun) geliştirilen bir ölçektir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği internet bağımlılığının göstergesi olarak kabul edilmektedir. Ölçek her biri dört sorudan oluşan beş alt ölçekten (kontrol kaybı, vazgeçme belirtileri, bağımlılıkta süre artışı, çalışma ve verimlilikte olumsuz sonuç, sosyal ilişkilerde olumsuz sonuçlar) oluşmaktadır. Alt ölçeklerin iç tutarlık katsayıları .81 ile .83 arasında iken ölçeğin tamamı için .93 bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe

uyarlaması Şahin ve Korkmaz (2011) tarafından yapılmıştır. Türkçe form 19 madde ve üç alt ölçekten oluşmaktadır. Bu faktörlerin iç tutarlılık katsayıları “kontrol kaybı” için .90, “daha fazla çevrim içi olma isteği” için .89, “sosyal ilişkilerde olumsuzluk” için .93 ve toplam puan için .86 olarak rapor edilmiştir. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayıları kontrol kaybı için .88, daha fazla çevrim içi olma isteği için .91, sosyal ilişkilerde olumsuzluk için .87 ve toplam puan için .94 olarak hesaplanmıştır.

Sosyal Medya Kullanım Ölçeği

Deniz ve Tutgun-Ünal (2019) tarafından geliştirilmiş olan ölçek, “hiç uygun değil” ile “tamamen uygun” arasında beşli Likert olarak değerlendirilen sekiz maddeden oluşmaktadır. “Süreklilik” ve “yeterlilik” olmak üzere iki alt boyutu olan ölçeğin her alt boyutunda dört madde bulunmaktadır. Ölçeklerin yapı geçerliği kapsamında faktörlerin birbirleriyle ve toplamla ilişkileri analiz edilmiştir. Ayırt edici geçerlilik için her bir maddenin, ölçeğin tamamının ve alt ölçeklerin ayırt edici geçerliliği incelenmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları süreklilik alt boyutu için .72, yeterlilik alt boyutu için .73 ve toplam puan için .82 olarak rapor edilmiştir. Bu çalışmaya ilişkin iç tutarlılık katsayıları süreklilik alt boyutu için .78, yeterlilik alt boyutu için .82 ve toplam puan için .87 olarak bulunmuştur.

Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği

Ölçek Korkmaz vd. (2014) tarafından bireylerin sanal ortamda yalnızlık düzeylerinin belirlenmesi amacıyla geliştirilmiş olup, beşli Likert tipinde (1:Hiç yansıtıyor-5:Tamamen yansıtıyor) toplamda 20 madde içeren üç alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin geçerlik çalışmaları kapsamında yapı geçerliği, madde-toplam korelasyonları, düzeltilmiş korelasyonları ve madde ayırt edicilikleri incelenmiştir. Alt ölçeklerin isimleri ve iç tutarlık katsayıları sanal sosyalleşme (.84), sanal paylaşım (.81), sanal yalnızlık (.61) ve toplam puan için (.82) şeklindedir. Bu çalışma kapsamında iç tutarlık katsayıları sanal sosyalleşme için (.65), sanal paylaşım (.88), sanal yalnızlık (.60) ve toplam puan için (.75) olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Veriler ile ilgili analiz işlemlerine başlanmadan önce verilerin normal dağılım sergileyip sergilemediği incelenmiş ve normal dağılım sergilediği (basıklık ve çarpıklık değerlerinin -2,00 ile +2,00 aralığında olduğu) tespit edilince 521 veri ile analiz işlemine başlanmıştır. Ölçek toplam puanlarının ve alt ölçeklerinin normallik analizleri Tablo 1’de verilmiştir.

Verilerin analizinde, öğrencilerin kullanılan ölçeklerin (İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve Sosyal Medya Kullanım Ölçeği) alt boyutları ile cinsiyetleri arasındaki ilişkileri tespit etmek için bağımsız gruplar t testi kullanılmıştır. Ölçeklerin cinsiyete göre alt boyutlarındaki farklılık birlikte incelenmiştir. Bunun sebebi her bir değişken açısından ortaya çıkan farklılıkları tek bir tabloda göstermektir. Sanal ortam yalnızlığının ve sosyal medya kullanımının internet bağımlılığı

değişkenini hangi oranda açıklayabildiğini saptamak için ise hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Regresyon analizine geçilmeden önce değişkenler arasındaki çoklu korelasyon durumu incelenmiştir. Bu kapsamda varyans şişirme faktörüne (VIF) ve tolerans değerlerine bakılmıştır. VIF değerinin 10'dan ve tolerans değerinin .20'den büyük olması durumunda sorunlu bir çoklu korelasyon olmadığı belirtilmektedir (Can, 2019). Çalışmanın sonuçları incelendiğinde VIF değerlerinin 1,01 ile 1,92 arasında; tolerans değerlerinin ise .52 ile .99 arasında değiştiği ve kabul edilebilir değerler arasında olduğu görülmüştür.

Tablo 1. Ölçek Toplam Puanlarının ve Alt Boyutlarının Skewness-Kurtosis Sonuçları

	Skewness	Kurtosis
1. ibö_kontrol kaybı	.502	-.565
2. ibö_online kalma isteği	.202	-.961
3. ibö_sosyal ilişkilerde olumsuzluk	1,389	1,344
4. ibö_toplam	.718	-.047
5. soyö_sanal sosyalleşme	.047	.430
6. soyö_sanal paylaşım	1,113	.760
7. soyö_sanal yalnızlık	.302	-.034
8. soyö_toplam	.681	.534
9. smkö_süreklilik	.188	-.730
10. smkö_yetkinlik	.152	-.883
11. smkö_toplam	.215	-.577

ibö: internet bağımlılık ölçeği
soyö: sanal ortam yalnızlık ölçeği
smkö: sosyal medya kullanım ölçeği

Regresyon analizindeki varsayımlardan biri de hata terimlerinin birbiriyle ilişkili olmamasıdır (otokorelasyon). Durbin-Watson değerlerinin 1'den küçük ve 3'ten büyük olmasının otokorelasyon sorununa yol açtığı bilgisinden yola çıkarak (Can, 2019) analiz sonucunda Durbin-Watson değeri 1,99 olarak bulunmuştur. Aynı zamanda regresyon analizinden önce ölçekler arasındaki ilişkilerin .70'ten küçük olması beklenmektedir (Can, 2019). Bulgular bölümünde Tablo 3'te görüldüğü üzere ölçekler arasındaki korelasyonlar -.07 ile .68 arasında bulunmuştur. Varsayımlar karşılandıktan sonra regresyon analizi yapılmıştır. Verilerin çözümlenmesi SPSS 25 programı kullanılarak yapılmıştır. Analizler .05 ile .001 anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

Araştırma Etiği

Araştırma için çalışmanın yürütüldüğü üniversitelerden birisi olan Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Alanında Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan Etik Kurul Onayı (20.01.2021 tarih ve 5894 sayılı yazısı) alınmış ve çalışma bu izinler doğrultusunda yürütülmüştür. Çalışma kapsamında öncelikle öğrencilere araştırmanın amacı açıklanmıştır. Daha sonra ölçekler hakkında gerekli bilgiler verilmiştir. Gönüllülük esasına dayalı olarak veriler internet ortamında (Google form aracılığı ile) toplanmıştır.

Bulgular

Araştırma kapsamında öncelikle İnternet Bağımlılığı Ölçeği ile Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve Sosyal Medya Kullanım Ölçeği alt ölçek puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar t testi kullanılarak incelenmiştir. Analize ilişkin sonuçlar Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Öğrencilerin Cinsiyetine Göre Alt Ölçek Puanlarına İlişkin Bağımsız Gruplar t Testi Sonuçları

	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	\bar{x}	<i>S</i>	<i>sd</i>	<i>t</i>
1. ibö_kontrol kaybı	Kadın	379	18,02	7,32	519	.410
	Erkek	142	17,73	6,89		
2. ibö_online kalma isteği	Kadın	379	11,25	5,06	519	.192
	Erkek	142	11,15	4,59		
3. ibö_sosyal ilişkilerde olumsuzluk	Kadın	379	13,81	7,11	519	-2,098*
	Erkek	142	15,29	7,36		
4. soyö_sanal sosyalleşme	Kadın	379	21,42	4,59	519	-.088
	Erkek	142	21,46	4,68		
5. soyö_sanal paylaşım	Kadın	379	12,86	5,89	519	-4,684**
	Erkek	142	15,75	7,21		
6. soyö_sanal yalnızlık	Kadın	379	13,04	4,11	519	-.822
	Erkek	142	13,37	3,90		
7. smkö_süreklilik	Kadın	379	11,86	4,27	519	1,122
	Erkek	142	11,39	4,16		
8. smkö_yetkinlik	Kadın	379	11,76	4,47	519	.726
	Erkek	142	11,44	4,43		

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

ibö: internet bağımlılık ölçeği
soyö: sanal ortam yalnızlık ölçeği
smkö: sosyal medya kullanım ölçeği

Tablo 2 incelendiğinde öğrencilerin cinsiyetlerine göre internet bağımlılığı kontrol kaybı [t(519)=-.410, p>.05], internet bağımlılığı online kalma isteği [t(519)=.192, p>.05], sanal ortam yalnızlığı sanal sosyalleşme [t(519)=-.088, p>.05], sanal ortam yalnızlığı sanal yalnızlık [t(519)=-.822, p>.05], sosyal medya kullanımı süreklilik [t(519)=1,122, p>.05] ve sosyal medya kullanımı yetkinlik [t(519)=.726, p>.05] alt ölçeği puanları anlamlı farklılık göstermemektedir. Bununla birlikte öğrencilerin internet bağımlılığı sosyal ilişkilerde olumsuzluk [t(519)=-2.098, p<.05] ve sanal ortam yalnızlığı sanal paylaşım [t(519)=-4,684, p<.01] alt ölçeği puanları cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir. Kız öğrencilerin (\bar{x} =13,81) internet bağımlılığı sosyal ilişkilerde olumsuzluk ortalamaları erkeklere (\bar{x} =15,29) göre daha düşüktür. Aynı şekilde kız öğrencilerin sanal paylaşım ortalamaları (\bar{x} =12,86) erkek öğrencilere (\bar{x} =15,75) göre daha düşüktür. Bu bulguya göre cinsiyet ile sosyal ilişkilerde olumsuzluk ve sanal paylaşım arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu söylenebilir.

Araştırmada Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği ve Sosyal Medya Kullanım Ölçeği alt ölçeklerinden internet bağımlılığını yordayan en önemli faktörleri bulmak amacıyla hiyerarşik regresyon analizinden yararlanılmıştır. Bu kapsamda ilk olarak kullanılan ölçeklerin alt boyutlarına ilişkin

Cronbach Alfa değerleri, korelasyonları ve betimleyici istatistik sonuçları incelenmiş ve Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Değişkenler Arası Korelasyonlar, Cronbach Alfa Değerleri ve Betimleyici İstatistik Sonuçları

<i>Değişkenler</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
1. İnternet Bağımlılığı	1					
2. smkö_süreklilik	.68***	1				
3. smkö_yetkinlik	.52***	.67***	1			
4. soyö_sanal sosyalleşme	.28***	.21***	.26***	1		
5. soyö_sanal paylaşım	.42***	.30***	.33***	.40***	1	
6. soyö_sanal yalnızlık	.11**	-.01	-.07*	-.07	-.07*	1
Ortalama	43,37	11,73	11,68	21,44	13,65	13,13
Standart Sapma	16,93	4,25	4,46	4,61	6,40	4,06
α	.94	.78	.82	.65	.88	.60

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

Tablo 3'te ölçekler arasındaki ilişki incelendiğinde; internet bağımlılığı ile smkö_süreklilik ($r=.68$), smkö_yetkinlik ($r=.52$), soyö_sanal paylaşım ($r=.42$), soyö_sanal sosyalleşme ($r=.28$) ve soyö_sanal yalnızlık ($r=.11$) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<.01$). Sosyal Medya Kullanım Ölçeği'nin alt ölçeklerinden ve Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği'nin alt ölçeklerinden internet bağımlılığını yordayan en önemli faktörleri bulmak için yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucunda; beş yordayıcı değişkenin birlikte öğrencilerin internet bağımlılığı puanlarındaki toplam varyansın yaklaşık %54'ünü anlamlı bir şekilde açıkladığı görülmüştür ($\Delta R^2=.54$, $p<.001$). Hiyerarşik regresyon analizi sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. İnternet Bağımlılığının Yordayıcılarına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

<i>Model</i>	<i>Değişkenler</i>	<i>R</i>	<i>R²</i>	<i>Yordama Hatası</i>	<i>R² Değişim</i>	<i>F</i>	<i>Beta</i>
<i>Model 1</i>	smkö_süreklilik	.69	.47	12,35	.47	230,198*	.556
	smkö_yetkinlik						.067
<i>Model 2</i>	soyö_sanal sosyalleşme	.74	.54	11,53	.54	121,432*	.073
	soyö_sanal paylaşım						.216
	soyö_sanal yalnızlık						.141

*p<.001

İnternet bağımlılığının yordayıcı değişkenleri iki model altında incelenmiştir. İlk olarak sosyal medya kullanımı süreklilik ve yetkinlik alt boyutlarıyla birlikte internet bağımlılığının %47'sini açıkladığı görülmüştür ($F_1, 518=230,198$, $p<.001$). İkinci aşamada Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği'nin üç alt ölçeği olan sanal sosyalleşme, sanal paylaşım ve sanal yalnızlık değişkenlerinin yordamaya katılmasıyla toplam varyans %54'e ($F_2, 515=121,432$, $p<.001$) yükselmiştir.

Tartışma

Araştırma sonucunda cinsiyete bağlı olarak internet bağımlılığı kontrol kaybı ve daha fazla çevrim içi olma isteği alt değişkenleri arasında anlamlı farklılık görülmezken sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt değişkeninin kızların lehine anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Alanyazında

internet bağımlılığı alt değişkenlerine yönelik cinsiyete bağlı farklılaşma incelenmemiş olup genel olarak internet bağımlılığı açısından ele alınmıştır. İnternet bağımlılığının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği yönünde yapılan çalışmalar birbirinden farklılık göstermektedir. Karakoç ve Taydaş (2013) yaptığı çalışmada internet bağımlılığı yönünden cinsiyete bağlı farklılaşma olmadığını bulmuşlardır. Aksoy ve Ünübol (2021) da aynı şekilde cinsiyete yönelik farklılaşma saptamamışlardır. Cinsiyete bağlı farklılaşma tespit edilen çalışmalarda erkeklerin internet bağımlılık düzeylerinin kadın öğrencilerden daha fazla olduğu (Gökçearslan ve Günbatar, 2012; Mayda, 2015; Yılmaz, Şahin, Haseski ve Erol, 2014) görülmüştür. Bu durumda cinsiyet değişkeni ile internet bağımlılığı arasında örnekleme ve yaş grubuna bağlı farklı sonuçlar elde edildiği gözlenmektedir.

Çalışma sonucunda sosyal medya kullanımının iki alt boyutunda (süreklilik ve yetkinlik) da cinsiyete bağlı farklılaşma görülmemiştir. Sosyal medya kullanımının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği, kadınların erkek öğrencilere kıyasla daha fazla sosyal medya kullandığı yönünde çalışmalar (Aydın, 2016; İnce ve Koçak, 2017; Tektaş, 2014) bulunmakla birlikte cinsiyete bağlı farklılaşma olmadığını belirten çalışmalara rastlanmamaktadır. Bu açıdan araştırma sonuçlarıyla, yapılan çalışmalar farklılık göstermektedir. Bunun sebebi sosyal medya ile ilgili yapılan çalışmaların pandemiden önce gerçekleşmesi olabilir. Pandemi sürecinde ve deprem sonrasında veri toplanarak yapılan bu çalışmada kadın ve erkek herkesin eve kapandığı bir süreç olmasından kaynaklı sosyal medyayı benzer şekilde kullanmış olmaları söz konusu olabilir.

Sanal sosyalleşme ve sanal yalnızlık alt değişkenleri arasında cinsiyete bağlı anlamlı bir fark bulunmazken, sanal paylaşımın erkekler tarafından daha fazla kullanıldığı görülmüştür. Sanal paylaşımın cinsiyet açısından farklılaşıp farklılaşmadığını inceleyen Özen ve Korukçu-Sarıcı (2010) çalışmalarında erkek öğrencilerin sanal sohbet ortamlarını kızlara göre daha fazla kullandıklarını ve çoğunlukla kendilerini yalnız hisseden erkeklerin yalnızlıklarını gidermek için sanal ortamlarda daha fazla arkadaşlık ilişkisi kurduklarını belirtmişlerdir. Benzer şekilde Özdemir vd.'nin (2017) çalışmasında da sanal yalnızlık hisseden erkeklerin daha fazla sanal paylaşımında bulunduğu ortaya çıkmıştır. Bingöl'ün (2017) çalışmasında ise sanal ortam yalnızlık puanlarının kadınlara kıyasla erkek öğrencilerde daha yüksek olduğu görülmüştür. Yeşildal ve Ertaş (2020) araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği puan ortalamalarını cinsiyete göre karşılaştırmış ve erkek öğrencilerin sanal ortam yalnızlıklarının kadın öğrencilerden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Çeçen'in (2007) araştırması sonucunda da erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha fazla yalnızlık yaşadıkları bulunmuştur. Bu sonuçlar, araştırma bulgusunu destekler niteliktedir. Towner, Tomova, Ladensack, Chu ve Callaghan'ın (2022) yaptığı çalışmada ise sanal sosyalleşme yönünden cinsiyete bağlı farklılaşma olmadığı görülmüştür. Deutrom, Katos, Al-Mourad ve Ali'nin (2022) çalışmasında da benzer şekilde cinsiyete bağlı farklılık bulunmamıştır. Yerli ve yabancı alanyazında

sanal yalnızlık yönünden farklı bulgular elde edildiği dikkat çekmektedir. Türkiye'deki araştırma sonuçları, erkek öğrencilerin yalnızlık duygusunu daha çok hissettiklerini ve sanal ortamlarda yalnızlıklarıyla başa çıkabilmek için sanal paylaşımları daha fazla yaptığını düşündürmektedir.

Araştırmada, internet bağımlılığı, sosyal medya kullanımı (süreklilik ve yetkinlik alt boyutu) ve sanal ortam yalnızlığı (sanal paylaşım, sanal sosyalleşme ve sanal yalnızlık alt boyutu) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. İnternet bağımlılığının yordayıcı değişkenlerinin ise sosyal medya kullanımı (süreklilik ve yetkinlik), sanal ortam yalnızlığı (sanal paylaşım, sanal yalnızlık ve sanal sosyalleşme) olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılığı ve sosyal medya kullanımı üzerinde yapılan çalışmalar incelendiğinde; internet bağımlılığının yordayıcı değişkenlerinden birinin sosyal medya kullanımı olduğu (Glaser, Liu, Hakim, Vilar ve Zhang, 2018; Savcı ve Aysan, 2017), internet kullanımının veya bağımlılığının artmasına bağlı olarak sosyal medya kullanımının da arttığı (Leung, 2014; Şimşek ve Balaban-Sali, 2014; Villanti vd., 2017; Yao ve Zhong, 2014) yönünde çalışmalar bulunduğu görülmüştür. Bu çalışmalar sosyal medya kullanımının internet bağımlılığının yordayıcılarından biri olduğuna ilişkin araştırma bulgusunu destekler niteliktedir.

İnternet bağımlılığı ve sanal ortam yalnızlığı değişkenleri arasındaki ilişkiye yönelik çalışmalar incelendiğinde, sanal ortam yalnızlığı ve internet bağımlılığı değişkenlerinin birbirleriyle ilişkili değişkenler olduğu dikkat çekmektedir. Kabaklı-Çimen (2018) öğrencilerin sanal ortam yalnızlık düzeylerinin internet bağımlılığının alt boyutları olan kontrol kaybı, daha fazla çevrim içi kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk değişkenleri ile anlamlı ilişkiler gösterdiğini belirtmiştir. Özdemir vd. (2017) teknoloji kullanan üniversite öğrencilerinin sanal yalnızlık ortalamalarının yüksek olduğunu bulmuştur. Ümmet ve Ekşi'nin (2016) araştırma sonuçlarına göre, gerçek yaşam yalnızlığı ve sanal ortam yalnızlığı (tüm alt boyutlarıyla) genç yetişkinlerin internet bağımlılığını yüksek düzeyde yordamaktadır. Özen ve Korukçu-Sarıcı'nın (2010) çalışmasında sanal sohbet ortamları incelenmiş ve internetin önemli bileşenlerinden biri olan sanal sohbet ortamlarının en yaygın kullanıcısı olan gençler için önemli bir araç olduğu tespit edilmiştir. Bu ortamların yalnızlığı paylaşma ve aynı zamanda bağımlılık yapıcı etkisi vardır. Bu sebeple sanal ortamların yalnızlığa yol açtığı sonucuna varılmıştır. Bu çalışmalar sanal ortam yalnızlığına ilişkin araştırma bulgularını desteklemektedir.

Sonuç

Çalışmada genç yetişkinlerin internet bağımlılığı ile sosyal medya kullanımı ve sanal ortam yalnızlığı arasındaki ilişki incelenmiş ve internet bağımlılığının yordayıcı değişkenlerinin sosyal medya kullanımı (süreklilik ve yeterlilik), sanal ortam yalnızlığı (sanal paylaşım, sanal yalnızlık, sanal sosyalleşme) olduğu görülmüştür. İnternetin hızla gelişmesi ve hayatımıza nüfuz etmesiyle birlikte ortaya çıkan yenilikler ve bu yeniliklerin faydaları daha fazla araştırılabilir, gerekli önlemler alınabilir,

gençler ve internet kullanıcıları bilinçlendirilebilir, gerekirse bu konuda eğitilebilirler. Üniversitelerde gençlerin kendilerini sosyal medya ortamlarından ziyade gerçek hayatta ifade edebilecekleri sosyal aktiviteler veya sosyal kulüpler artırılabilir. Bu sayede sanal ortamlarda yalnızlık hissini yerini gruplara ait olma, değer görme gibi olumlu duygular alabilir. Çalışma üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştiğinden farklı örneklem grupları (lise, ortaokul) ile çalışılarak sonuçları incelenebilir. İnternet bağımlılığını yordayan farklı değişkenlerin de olduğu düşünüldüğünde bu konudaki çalışmalar genişletilebilir. Çalışmadaki veriler nicel yolla kullanılan ölçeklerle sınırlıdır, bu sebeple ilerideki çalışmalarda yarı yapılandırılmış nitel görüşme soruları kullanılarak değişkenlerle alakalı sorular hazırlanabilir. Aynı zamanda araştırmaya farklı değişkenler eklenerek internet bağımlılığının aracılık etkisi araştırılabilir. İnternet bağımlılığı ile sanal yalnızlık değişkenlerinin birlikte çalışıldığı araştırmalar sınırlı olduğundan bu konuda yapılacak yeni araştırmalar çoğaltılabilir. İnternet bağımlılığını etkileyen farklı değişkenler çalışılabilir.

Kaynaklar

- Aboujaoude, E. (2010). Problematic Internet use: An overview. *World Psychiatry*, 9(2), 85-90.
- Aksoy, F. & Ünübol, H. (2021). Ergenlerde internet bağımlılığı ile şema mekanizmaları arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*, 22(2), 103-113.
- Allen, K. A., Ryan, T., Gray, D. L., McInerney, D. M., & Waters, L. (2014). Social media use and social connectedness in adolescents: The positives and the potential pitfalls. *The Australian Educational and Developmental Psychologist*, 31(1), 18-31.
- APA. (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-III)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Aslan, P. (2011). *Halkla ilişkilerde yeni eğilimler: Sosyal medya*. (Yüksek Lisans Tezi). <http://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Aydın, İ. E. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımları üzerine bir araştırma: Anadolu Üniversitesi örneği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 35, 373-386.
- Bingöl, A. (2017). *Virtual environment loneliness as a predictor of academic achievement*. 8th International Advanced Technologies Symposium'da sunulmuş bildiri, Elâzığ.
- Bozkurt, İ. & Bozkurt, Ö. (2022). COVID-19 kısıtlamaları sürecinde üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 23(2), 181-190.
- Can, A. (2019). *SPSS ile nicel veri analizi*. Ankara: Pegem Akademi.
- Canoğulları, Ö. & Güçray, S. (2017). İnternet bağımlılık düzeyleri farklı ergenlerin cinsiyetlerine göre psikolojik ihtiyaçları, sosyal kaygıları ve anne baba tutum algılarının incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26(1), 42-57.

- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553–575.
- Çavuş, S. (2022). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımları üzerine bir alan araştırması: Aksaray Üniversitesi örneği. *İNİF E- Dergi*, 7(2), 9-25.
- Çeçen, A. R. (2007). Üniversite öğrencilerinin cinsiyet ve yaşam doyumu düzeylerine göre sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 180-190.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive - behavioral model of pathological Internet use (PIU). *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195.
- De Jong-Gierveld, J. (1987). Developing and testing a model of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 119-128.
- De Jong-Gierveld, J. & Yan-Tilburg, T. G. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness: Confirmatory tests on survey data. *Research on Aging*, 28(5), 582-598.
- Deniz, L. & Tutgun-Ünal, A. (2019). Sosyal medya çağında kuşakların sosyal medya kullanımı ve değerlerine yönelik bir dizi ölçek geliştirme çalışması. *OPUS International Journal of Society Researches*, 11(18), 1025-1057. <https://doi.org/10.26466/opus.557240>
- Deutrom, J., Katos, V., Al-Mourad, M. B., & Ali, R. (2022). The relationships between gender, life satisfaction, loneliness and problematic internet use during CoViD-19: does the lockdown matter? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1325.
- Dikme, G. (2013). Üniversite öğrencilerinin iletişimde ve günlük hayatta sosyal medya kullanım alışkanlıkları: Kadir Has Üniversitesi örneği. (Yüksek Lisans Tezi). <http://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Doğan, U. & Karakuş, Y. (2015). Lise öğrencilerinin sosyal ağ siteleri kullanımının yordayıcısı olarak çok boyutlu yalnızlık. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 57-71.
- Egger, O. & Rauterberg, M. (1996). *Internet behaviour and addiction*. (Yüksek Lisans Tezi). <https://pure.tue.nl/ws/portalfiles/portal/4392817/587150.pdf> sayfasından erişilmiştir.
- Glaser, P., Liu, J. H., Hakim, M. A., Vilar, R., & Zhang, R. (2018). Is social media use for networking positive or negative? Offline social capital and internet addiction as mediators for the relationship between social media use and mental health. *New Zealand Journal of Psychology*, 47(3), 11-17.
- Greenfield, D. N. (1999). *The nature of Internet addiction: psychological factors in compulsive Internet use*. 1999 American Psychological Association Convention'da sunulmuş bildiri, Boston, MA.
- Griffiths, M. D. (2000). Internet addiction: Time to be taken seriously? *Addiction Research*, 8, 413-418.

- Goldberg, I. (1996). Internet addiction disorder. *CyberPsychol. Behavior*, 3(4), 403-412.
- Gökçearslan, Ş. & Günbatar, M. S. (2012). Ortaöğrenim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2), 10-24.
- Hahn, A. & Jerusalem, M. (2001). Internetsucht: Jugendliche gefangen im Netz. *Risikoverhaltensweisen Jugendlicher: Formen, Erklärungen und Prävention*, 279-293.
- Hall, A. S. & Parsons, J. (2001). Internet addictions: College student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *Journal of Mental Health Counseling*, 23, 312-327.
- Halston, A., Iwamoto, D., Junker, M., & Chun, H. (2019). Social media and loneliness. *International Journal of Psychological Studies*, 11(3), 27-38. <https://doi.org/10.5539/ijps.v11n3p27>
- Holden, C. (2001). 'Behavioral' addictions: Do they exist? *Science*, 294(5544), 980-982.
- İnce, M. & Koçak, M. C. (2017). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları: Necmettin Erbakan Üniversitesi örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 736-749.
- Kabaklı-Çimen, L. (2018). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile sanal ortam yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(68), 1431-1452.
- Karaca, M. (2007). *Sosyolojik bir olgu olarak internet gençliği: Elâzığ örneği*. (Doktora Tezi). <http://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Karakoç, E. & Taydaş, O. (2013). Bir serbest zaman etkinliği olarak üniversite öğrencilerinin internet kullanımı ile yalnızlık arasındaki ilişki: Cumhuriyet Üniversitesi örneği. *Selçuk İletişim*, 7(4), 33-45.
- Kim, J., Larose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 12(4), 451-455.
- Kim, K., Ryu, E., Chon, M. Y., Yeun, E. J., Choi, S. Y., Seo, J. S., & 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, 185-192.
- Korkeila, J., Kaarlas, S., Jaaskelainen, M., Vahlberg, T., & Taiminen, T. (2010) Attached to the web – harmful use of the Internet and its correlates. *Eur. Psychiatry*, 25(4), 236-241.
- Korkmaz, Ö., Usta, E. & Kurt, İ. (2014). Sanal Ortam Yalnızlık Ölçeği (SOYÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(2), 144-159.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031.

- Lee, S. & Shin, C. (2004). The effect of the service quality of public sports facilities on service loyalty. *Journal of KAHPERD*, 43(1), 425-433.
- Lei, L. & Yang, Y. (2007). Ergen patolojik internet kullanım ölçeğinin geliştirilmesi ve doğrulanması. *Acta Psychologica Sinica*, 39(4), 688-696.
- Leung, L. (2014). Predicting Internet risks: A longitudinal panel study of gratifications-sought, Internet addiction symptoms, and social media use among children and adolescents. *Health Psychology & Behavioural Medicine*, 2(1), 424-439.
- Mayda, A. S. (2015). Bir öğrenci yurdunda kalan üniversite öğrencilerindeki internet bağımlılığı ile Beck Depresyon Ölçeği arasındaki ilişki. *Konuralp Tıp Dergisi*, 7(1), 6-14.
- McCarthy, J. (2010). Blended learning environments: Using social networking sites to enhance the first year experience. *Australasian Journal of Educational Technology*, 26(6), 729-740.
- Morahan-Martin, J. (1999). The relationship between loneliness and internet use and abuse. *CyberPsychology and Behavior*, 2, 431-440.
- Morahan-Martin, J. & Schumacher, P. (2003). Loneliness and social uses of the internet. *Computers in Human Behavior*, 19(6), 659-671.
- Okumuş, V. (2018). Çocukların sosyal medya kullanımları ile ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). <http://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Oktan, V. (2015). Üniversite öğrencilerinde problemlerli internet kullanımı, yalnızlık ve algılanan sosyal destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 281-292.
- Okur, S. & Özkes, M. (2020). Relationship between basic psychological needs and problematic internet use of adolescents: The mediating role of life satisfaction. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 7(4), 214-222.
- Özdemir, S. Akçakanat, T., & İzgüden, D. (2017). İnternet çağında sanal ortam yalnızlığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 8(19), 125-136.
- Özen, Ü. & Korukçu-Sarıcı, M. B. (2010). Yalnızlık olgusu ve sanal sohbetin yalnızlığın paylaşımına etkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 24(1), 149-159.
- Pelling, E. L. & White, K. M. (2009). The theory of planned behavior applied to young people's use of social networking web sites. *Cyberpsychology & Behavior*, 12(6), 755-759.
- Petersen, K. U., Weymann, N., Schelb, Y., Thiel, R. & Thomasius, R. (2009). Pathological internet use epidemiology, diagnostics, co-occurring disorders and treatment. *Fortschr Neurol Psychiatr*, 77(5), 263-271. <https://doi.org/10.1055/s-0028-1109361>

- Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J., & Yurko, K. (1984). Social and emotional loneliness: An examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*(6), 1313-1321.
- Şahin, C. & Korkmaz, Ö. (2011). İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 32*, 101-115.
- Savcı, M. & Aysan, S. (2017). Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağıllık: internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağıllığı yordayıcı etkisi. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 30*, 202-216.
- Şimşek, E. & Balaban-Sali, J. (2014). The role of internet addiction and social media membership on university students' psychological capital. *Contemporary Educational Technology, 5*(3), 239-256.
- Tektaş, N. (2014). Üniversite öğrencilerinin sosyal ağları kullanımlarına yönelik bir araştırma. *Journal of History School(JOHS), 7*(17), 851-870.
- Towner, E., Tomova, L., Ladensack, D., Chu, K., & Callaghan, B. (2022). Virtual social interaction and loneliness among emerging adults amid the COVID-19 pandemic. *Current Research in Ecological and Social Psychology, 3*, 100058. <https://doi.org/10.1016/j.cresp.2022.100058>
- TÜİK. (2023). Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407) sayfasından erişilmiştir.
- Ümmet, D. & Ekşi, F. (2016). Türkiye'deki genç yetişkinlerde internet bağımlılığı: Yalnızlık ve sanal ortam yalnızlık bağlamında bir inceleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 3*, 31-55.
- Ünal, S. & Korkmaz, Ö. (2023). Ortaöğretim düzeyindeki öğrencilerin dijital okuryazarlık düzeyleri dijital bağımlılık ve sanal ortam yalnızlık düzeyleri. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi, 18*(37), 218-240.
- Villanti, A. C., Johnson, A. L., Ilakkuvan, V., Jacobs, M. A., Graham, A. L., & Rath, J. M. (2017). Social media use and access to digital technology in US young adults in 2016. *Journal of Medical Internet Research, 19*(6), e196. <https://doi.org/10.2196/jmir.7303>
- Whang, S., Lee, S., & Chang, G. (2003). Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on Internet addiction. *CyberPsychology and Behavior, 6*, 143-150.
- Widyanto, L. & Griffiths, M. (2007). Internet addiction: Does it really exist? (revisited). J. Gackenbach (Ed.), *Psychology and the Internet: Intrapersonal, interpersonal, and transpersonal implications* (2. b.) içinde (s. 141-163). San Diego, CA: Academic.
- Yao, M. Z. & Zhong, Z. (2014). Loneliness, social contacts and Internet addiction: A cross-lagged panel study. *Computers in Human Behavior, 30*, 164-170.

- Yeşildal, M. & Ertaş, H. (2020). Sanal ortam yalnızlığı ve özgüven üzerine bir araştırma. *Sinop Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(2), 513-526.
- Yılmaz, E., Şahin, Y. L., Haseski, H. İ., & Erol, O. (2014). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi: Balıkesir ili örneği. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 133-144.
- Young, K. S. (1998). *Caught in the Net: How to recognize Internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York, NY: John Wiley and Sons.
- Young, K. S. (1999). Internet addiction: Evaluation and treatment. *BMJ*, 7, 351-352.

Extended Summary

It is noticeable that the Internet is used intensively both in the world and in Türkiye. Although the increase in Internet use has positive effects, it can also be stated that it will increase some behavioural problems such as Internet addiction. Studies indicate that the social group with the highest risk for Internet addiction is university students (Kim et al., 2006; Hall and Parsons, 2001). The increase in Internet use has led to an increase in the use of social media, especially among teenagers and young adults (Lei and Yang, 2007). While the increasing use of social media applications provides more opportunities for young people to connect and interact with each other, it also brings some negativities (Allen et al., 2014). For example, Aslan (2011) states that as a result of social communication and social interaction, individuals become addicted to social networking sites and human relations are built on superficial individualities, thus increasing loneliness. It is stated that those who feel lonely spend more time on the Internet and social networks in order to eliminate this loneliness (Doğan and Karakuş, 2015).

It is stated that social media use, especially in young adults, fulfils the need to relate to others and belonging (McCarthy, 2010; Pelling and White, 2009). Young people may also turn to virtual environments where they can develop their social relationships more easily and comfortably in order to eliminate the feeling of loneliness they feel in real life (Kabaklı-Çimen, 2018). At the same time, young people may find the relationships in the virtual environment artificial and move away from virtual interaction and enter the process of virtual loneliness. Virtual loneliness is used for people who do not communicate much with others in virtual environments, do not make any sharing, and only seemingly use the Internet, although they sometimes experience misunderstanding (Korkmaz, Usta, and Kurt, 2014). An individual can isolate himself/herself by disrupting his/her responsibilities, moving away from the people around him/her, and staying away from social applications when he/she goes online.

In today's world, it is observed that young people use technology intensively and continue this use despite the negative situations it brings with it. In this context, it is seen that Internet

addiction, virtual media loneliness and social media use are interrelated concepts and there is a need for studies to be conducted on this subject. In this context, the aim of the study is to examine the relationships among Internet addiction, social media use and virtual media loneliness of individuals in young adulthood. At the same time, it is also aimed to examine the Internet addiction, virtual media loneliness and social media use of university students in terms of gender variable.

The study was conducted in descriptive survey model. While forming the study group of the research, convenience sampling method, one of the non-random sampling methods, was used. In this context, 521 students aged between 18 and 30 ($\bar{x}=21.69$, $SD=2.07$) studying in different departments in the faculties of education of five different universities located in different geographical regions of Türkiye were reached. 379 (72.7%) of the students were female and 142 (27.3%) were male. Personal Information Form, Internet Addiction Scale, Virtual Environment Loneliness Scale and Social Media Use Scale were used to collect the data. In the analysis of the data, independent samples t-test was used to determine the relationships between the sub-dimensions of the scales used (Internet Addiction Scale, Virtual Environment Loneliness Scale and Social Media Use Scale) and the gender of the students. Hierarchical regression analysis was used to determine the extent to which virtual environment loneliness and social media use can explain the Internet addiction variable. Normality assumptions and regression assumptions were met.

As a result of the research, it was found that there was no significant difference between the sub-variables of loss of control and desire to be online more depending on gender, while the sub-variable of negativity in social relationships showed a significant difference in favour of female students. In the two sub-dimensions of social media use (continuity and competence), no gender-based differentiation was observed. While there was no significant gender-related difference between the sub-variables of virtual socialization and virtual loneliness, it was observed that virtual sharing was used more by males. It was determined that there were significant positive relationships among Internet addiction, social media use (continuity and competence sub-dimension) and virtual environment loneliness (virtual sharing, virtual socialization and virtual loneliness sub-dimension). The predictor variables of Internet addiction were determined to be social media use (continuity and competence), virtual environment loneliness (virtual sharing, virtual loneliness and virtual socialization).

When the studies on Internet addiction and social media use were examined, it was seen that one of the predictor variables of Internet addiction was social media use (Glaser, Liu, Hakim, Vilar, and Zhang, 2018; Savcı and Aysan, 2017), and social media use increased with the increase in Internet use or addiction (Leung, 2014; Şimşek and Balaban-Sali, 2014; Villanti et al., 2017; Yao and Zhong, 2014). These studies support the research finding that social media use was one of the predictors of

Internet addiction. When the studies on the relationship between Internet addiction and virtual environment loneliness variables were examined, it was seen noteworthy that virtual environment loneliness and Internet addiction variables are interrelated variables. Kabaklı-Çimen (2018) stated that students' virtual environment loneliness levels showed significant relationships with the variables of loss of control, desire to stay online more and negativity in social relationships, which were the sub-dimensions of Internet addiction. Özdemir, Akçakanat, and İzgüden (2017) found that the average virtual loneliness of university students who used technology was high. According to the results of Ümmet and Ekşi (2016), real life loneliness and virtual environment loneliness (with all sub-dimensions) predicted young adults' Internet addiction at a high level.

With the rapid development of the Internet and its penetration into our lives, the innovations and the benefits of these innovations can be further investigated, necessary precautions can be taken, young people and Internet users can be raised awareness, and if necessary, they can be trained on this issue. Since the study was conducted on university students, the results can be examined by studying with different sample groups (high school, secondary school). Considering that there are different variables predicting Internet addiction, studies on this subject can be expanded. The data in the study are limited to the scales used quantitatively, so questions related to variables can be prepared by using semi-structured qualitative interview questions in future studies. At the same time, the mediating effect of Internet addiction can be investigated by adding different variables to the study. When the literature is examined, there are not many studies in which Internet addiction, virtual loneliness and social media use variables are examined together. For this reason, new studies with the related variables can be increased and their effect on Internet addiction can be examined.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı

Bu araştırmaya birinci yazar %60 oranında, ikinci yazar %25 oranında, üçüncü yazar da %15 oranında katkı sağlamıştır.

Destek ve Teşekkür Beyanı

6 Şubat 2023'te depremde hayatını kaybeden arkadaşımız Yasin Yılmaz'a makaleye olan katkıları için teşekkürlerimizi sunuyoruz.

Çatışma Beyanı

Araştırmacıların, araştırma ile ilgili diğer kişi ve kurumlarla herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur.

Etik Kurul Beyanı

Bu araştırma, Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Alanında Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunun 20.01.2021 tarih ve 5894 sayılı onayı ile yürütülmüştür.