

GENÇLERDE İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE SOSYAL KAYGI BOZUKLUĞU
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN YAŞAM DOYUMU VE BAZI DEĞİŞKENLER
AÇISINDAN İNCELENMESİ¹

Ömer Faruk AKBOĐA²

Doç. Dr. Uđur GÜRĐAN³

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, lise ve üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile sosyal kaygı bozuklukları arasındaki ilişkiyi bazı değişkenler açısından incelenmektir. Tarama modelinin kullanıldığı bu araştırma betimsel nitelikte bir çalışmadır. Araştırma kapsamında Balıkesir çevresinde bulunan birden fazla üniversite ve lise öğrencisi üzerinden araştırma verileri toplanmıştır. Bu araştırmada, sosyal kaygı düzeyini ölçmek için Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği, internet bağımlılığı düzeyi için Young İnternet Bağımlılığı Testi ve yaşam doyumunu düzeylerinin tespiti için Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Ayrıca öğrencilerin demografik bilgilerini almak için bir soru formu uygulanmıştır. Araştırma verilerinin analizinde parametrik testler kullanılmıştır. Verilerin analizinde parametrik testlerden t-testi, varyans analizi, korelasyon ve regresyon analizinden yararlanılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda internet bağımlılığının sosyal kaygı bozukluğu ile pozitif, yaşam doyumunu ile negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan yaşam doyumunu ve sosyal kaygı bozukluğu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: İnternet Bağımlılığı, Sosyal Kaygı, Yaşam Doyumu, Üniversite Öğrencileri, Lise Öğrencileri

¹ Bu çalışma 27-29 Nisan 2019 tarihlerinde Antalya’da düzenlenen ASEAD V. Uluslararası Sosyal Bilimler Sempozyumu’nda sunulan bildiriden geliştirilmiştir.

² Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi, o.farukakboga@gmail.com

³ Balıkesir Üniversitesi Necatibey Eğitim Fakültesi, ugurgan@balikesir.edu.tr

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNET ADDICTION AND SOCIAL ANXIETY DISORDER IN YOUNG PEOPLE LIFE SATISFACTION AND SOME VARIABLES IN TERMS OF EXAMINATION

SUMMARY

The aim of this study is to investigate the relationship between internet addiction and social anxiety disorders of high school and university students. This research in which screening model was used a descriptive character. Within the scope of the research, data were collected from more than one university and high school students in the vicinity of Balıkesir. In this study, Liebowitz Social Anxiety Scale was used to measure social anxiety level, Young Internet Addiction Test was used for internet addiction level and Life Satisfaction Scale was used to determine the level of life satisfaction. Also, a questionnaire was used to obtain the demographic information of the students. Parametric tests were used to perform the analysis. In the analysis of the data, t-test, variance analysis, correlation and regression analysis were used. As a result of the study, it has been determined that internet addiction has a positive relationship with social anxiety disorder and a negative relationship with life satisfaction. On the other hand, there was no significant relationship between life satisfaction and social anxiety disorder.

Keywords: Internet Addiction, Social Anxiety, Life Satisfaction, University Students, High School Students,

GİRİŞ

Sosyallik şüphesiz ki insanın ve toplum yaşantısının en önemli kısımlarından birisidir. İnsan doğası gereği sosyalleşmek ister. Sosyalleşme insanın yaşantısı boyunca durmaksızın devam eden bir süreçtir (Şahan, 2008). Sosyal yaşantı bireylerin mutluluk düzeylerini buna paralel olarak iyi oluş düzeylerini olumlu yönde etkilemektedir. Diener ve Seligman (2002) gerçekleştirdikleri bir çalışmada mutlu bireylerin en mühim mutluluk vericilerinin arkadaşlarıyla ve aileleriyle olan yakın ilişkileri ve yakınlarıyla beraber geçirdikleri süre olduğunu ifade etmişlerdir.

Psikolojik iyi oluş bireylerde istedik yüksek yaşam doyumunu üzerinde önemli bir etmenddir. Yaşam doyumunu kişinin kendi yaşantısını çeşitli kriterlere göre muhakeme etmesine dayanan bilişsel bir değerlendirme süreci şeklinde ifade edilebilir (Özgür, Gümüş ve Durdu, 2010). Bu bağlamda yaşam doyumunun yüksek olması birey ve toplum ruh sağlığı açısından önemli ve istedik bir durumdur. Her ikili ilişkide olduğu gibi yaşam doyumunu etkileyen durumlar olduğu gibi tersine doğru bir ilişkiden yani yaşam doyumunun başka alanlar üzerindeki etkisinden de bahsedilebilir. Yaşam doyumunu seviyesinin az önce bahsedilen ilişkiden yola çıkarak sosyallik üzerinde ilişkisi olabileceği düşünülmektedir. Bunlar üzerine sosyalleşme ya da sosyallikten uzaklaşma amacıyla kullanılabilir bir olanak olarak internette bahsedilebilir.

İnternet kullanımının günümüzde çok yüksek yüzdelerle ulaştığını söylemek yanlış bir ifade olmayacaktır. Türkiye İstatistik kurumunun 2018 tarihli bir araştırmasında internet erişimine sahip ev oranının 2017’de %80,7 iken %83,8’e yükseldiğini, internet kullanan birey oranının ise %66,8 iken %72,9 seviyesine yükseldiği ifade edilmektedir. İnternet kullanımının yaygınlaşmasında görülen bu hızlı artışın elbette getirileri ve götürüleri bulunmaktadır. Bir bakımdan internet ve bilgisayar oyunları çocuk ve gençlerin bilgiye erişmelerini, araştırma yapabilmelerini, problem çözme, kreatif düşünme, kritik düşünme gibi kişisel gelişimlerine destek olan olağanüstü bir bilim ve teknoloji ürünü olarak değerlendirilirken diğer açıdan aşırıya kaçan, kontrol altında olmayan, amacı dışında ve bilinçsiz kullanım şekliyle kaygılara ve korkulara sebebiyet vererek, kişisel becerilerin gelişmesini olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir (Colwell ve Kato, 2003)

İnternetin bilinçsizce ve yanlış kullanımı sonucu internet bağımlılığı gibi bir kavram günümüzde ciddi bir problem oluşturmaktadır. Bağımlılık kavramı dile getirildiğinde uyuşturucu, alkol, sigara, kumar gibi şeyleri öncelikli olarak akla getirirse de artık oyun bağımlılığı, internet bağımlılığı, televizyon izleme, alışveriş bağımlılığı gibi bağımlılıklar üzerinde de durulmaya başlanmıştır. Bir çeşit davranış bağımlılığı olan internet bağımlılığında ise genel anlamda interneti kullanma arzusunun engellenememesi, internete erişimi olmadığı durumlarda aşırı öfke durumu ve agresifleşme, kişinin sosyal hayatı ve özel hayatında yaşadığı sorunlarda artış gibi semptomlardan bahsedilmektedir (Arısoy, 2009).

İnternet bağımlılığı kavramı, literatürde ilk olarak Goldberg’in (1996) şaka maksadıyla gönderdiği bir mesajla ortaya çıkmıştır. Bunun sonrasında “internet bağımlılığı” kavramının dışında aynı sorunlu durumu ifade etmek için “patolojik internet kullanımı”, “problemlili internet kullanımı”, “aşırı internet kullanımı”, “internet istismarı” gibi farklı ifadeler araştırmacılar tarafından kullanılmıştır. Asıl olarak bu kavramların hepsinin temel dayanağı, aşırı ve problemlili internet kullanımınıdır (Günüç ve Kayri, 2010).

Kraut, Patterson, Lundmark, Kiesler, Muk-hopadhyay ve Scherlis (1998) yaptığı bir araştırmada ise internette çok vakit harcayan çocuk ve gençlerin git gide yalnız hale geldiği ve karşılıklı birebir ilişki kurmakta zorlandıkları ifade edilmiştir. Holman, Hansen, Cochian, Lindsey ve Liar (2005) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada ise internette harcadığı zaman fazla olan ya da vaktinin büyük çoğunluğunu bilgisayarda oyun oynayarak harcayan çocuklarda sosyal gelişim düzeylerinde ciddi manada gerileme görüldüğü, bu çocukların öz güven seviyelerinin düşük, sosyal kaygı seviyelerinin ve saldırganlık düzeylerinin ise yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sosyal anlamda kaygılanma ve çekingenlik durumu her bireyin sahip olabileceği bir kaygı durumudur. Ancak çeşitli yaşantılar, alışma süresi sonrasında bireyler yeni sosyal çevreye uyum sağlayıp kaygılarından kurtulurlar. Her kaygı çeşidi gibi sosyal kaygı da belirli bir düzeye kadar normal karşılanabilmektedir. Ancak bazı bireylerde bu kaygı çok üst düzeydedir. Sosyalleşme konusunda ciddi sıkıntılar çeken bu bireyler sosyal kaygı bozukluğu ya da sosyal anksiyete bozukluğu şeklinde ifade edilen bir tanıya sahiptirler.

Sosyal kaygı ya da sosyal anksiyete bireyin diğer bireyler tarafından değerlendirileceği birden fazla durumdan süregen olarak korkma; aşağılanacağı, utanç duyacağı ya da gülünç duruma düşecek şekilde davranacağından korkması durumu olarak tanımlanmıştır (Dilbaz, 1997).

Beck ise (2005) sosyal kaygıyı bireyin dikkat odağı olmaya, başkalarının yapılan negatif bir değerlendirilmeye maruz kalmaya, değersiz birisi olarak addedilmeye karşı sahip olduğu korku durumu şeklinde tanımlamıştır.

Ergenlik çağı sosyal kaygının en çok yaşandığı dönemdir. Bireyin toplumla daha fazla iletişim içerisinde olduğu, dikkatlerin üzerinde olduğu 15-25 yaşları arasında görülür. (Karagün, Yıldız, Çağlayan ve Başaran, 2010). Topluca bir bakacak olursak sosyal kaygı bozukluğuna sahip bireylerin hatırı sayılır bir bölümünde, yaklaşık olarak %80 kadarında başlangıç 20 yaşından öncedir (Stein ve Stein, 2008)

Tanımlamalardan da anlaşılacağı üzere sosyal kaygı bozukluğuna sahip birey, diğer insanların eleştirilerine, negatif düşüncelerine karşı çok hassastır ve bundan gücü yettiğince kaçınmaya meyillidir. Öbür taraftan sosyal kaygı seviyesi aşırı boyutta olduğu zaman sosyal olarak çekingen kalmaya, kaçınmaya ve fiziksel ve psikolojik gelişim bakımından önemli yaşa uygun faaliyetlerden uzaklaşmaya neden olabilir. Sosyal kaygı bozukluğuna sahip bireyler rahatsızlık duydukları durumlarla karşılaştıkları zaman bu durumdan kaçmaya çalışırlar. Kaçamadıkları durumlarda ise fizyolojik olarak yüzlerinde kızarma, kalp çarpıntısı, terleme ve titreme gibi semptomlar oluşmaktadır.

Sosyal kaygı bozukluğu bireylerde çoğu zaman tek psikolojik sorun olmaz. Sosyalleşme durumundan korkan ve kaçınan bu bireylerde buna bağlı başka problemler de baş göstermektedir. Dilbaz ve Güz (2002)'ün yapmış olduğu çalışmada sosyal kaygı bozukluğuna sahip bireylerin başka bir psikolojik hastalığa daha sahip olma oranı %58 olarak bulunmuştur. Çalışmanın detayında depresyona sahip olma oranı %10,4, yaygın kaygı bozukluğu oranı %9,5, obsesif kompulsif bozukluğa sahip olanların oranı %4,7 ve madde bağımlılığına sahip birey oranı %5,7 olarak ifade edilmiştir. Çeşitli psikolojik rahatsızlıkla beraber görülmesi sosyal kaygı bozukluğunu üzerinde çok daha fazla ve detaylı çalışma yapılabilecek bir konu haline getirmektedir.

Karagün ve arkadaşları (2010) rekreatif aktivitelerin sosyal fobiye sahip bireylerin fobik davranışları üzerine etkisini araştırmışlar. Araştırma sonucunda rekreatif etkinliklerin sosyal fobi düzeylerinin azalmasında etkili olduğu sonucunda varmışlardır.

Bir başka çalışma olarak Yılmaz ve arkadaşları (2015) mobil telefon kullanımı ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi incelemiş ve aralarında pozitif bir ilişki tespit edilmiş. Diğer bir ifadeyle lise öğrencilerinde problemlili mobil telefon kullanımı arttıkça sosyal kaygı oranı artmaktadır.

Hamarta (2009) sosyal kaygıları sorun çözebilme becerisi ve mükemmeliyetçilik açısından incelemiş ve kişilerarası sorun çözebilme becerisinin sosyal kaygı açısından önemli bir değişken olduğunu vurgulamıştır.

Baltacı (2010) yaptığı yüksek lisans tezinde sosyal kaygı, sosyal destek ve problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışması sonucunda algılanan sosyal desteğin ve problem çözme yaklaşımının sosyal kaygıyı önemli düzeyde açıkladığı sonucuna varmıştır.

Başka bir çalışmada Erözkan (2007) üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile sosyal anksiyete düzeylerinin arasındaki bağıntıyı irdelemiştir. Yaptığı çalışma sonucunda reddedilme duyarlılıkları ve sosyal kaygı seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varmıştır.

Karaşar (2013) öğretmen adaylarıyla yaptığı bir araştırmada bağlanma türleri ile sosyal kaygı düzeylerinin ilişkisini ele almıştır. Araştırmanın sonucunda güvenli bağlanma ile sosyal kaçınma boyutu arasında ters yönlü bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Öte yandan saplantılı bağlanma ve korkulu bağlanmanın sosyal kaygı ve sosyal kaçınma ile pozitif yönlü bir ilişkisinin olduğu sonucuna varmıştır. Bayramkaya, Toros ve Özge (2005) tarafından yapılan çalışmada sosyal fobi ile depresyon ve öz kavram arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan çalışma sonucunda sosyal kaygı durumunun öz kavram ile negatif, depresyon ile pozitif yönlü olarak anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu vurgulamaktadır.

Diğer çalışmada Karaca, Gök, Kalay, Başbuğ, Hekim, Onan ve Barlas (2015) ortaokul öğrencilerinde bilgisayar oyun bağımlılığı ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi irdelemişlerdir. Çalışmanın sonucunda sosyal kaygı düzeyi ile bilgisayar oyun bağımlılığının birbirini orta düzeyde etkiledikleri ifade edilmiştir.

Bu çalışmada gençlerde internet bağımlılığı ve sosyal kaygı bozukluğunun yaşam doyumu ve çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir. Araştırmanın alt problemleri şöyle sıralanabilir:

- Gençlerde internet bağımlılığı ile cinsiyet, gelir düzeyi, kendini yalnız hissetme düzeyi, internette oyun oynama sıklığı ve algılanan akademik başarı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Gençlerde yaşam doyumu ile cinsiyet, gelir düzeyi, kendini yalnız hissetme düzeyi, internette oyun oynama sıklığı ve algılanan akademik başarı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Gençlerde sosyal kaygı ile cinsiyet, gelir düzeyi, kendini yalnız hissetme düzeyi, internette oyun oynama sıklığı ve algılanan akademik başarı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1. YÖNTEM

1.1. Araştırma Modeli

Yapılan çalışmada betimsel tarama modeli tercih edilmiştir. Tarama yöntemi bireysel farklılıklara değil genel eğilimlere odaklandığı için geniş kapsamlı çalışmalarda kullanımı daha işlevsel olmaktadır. Bu nedenle bu çalışmada kullanılması uygun bulunmuştur.

1.2. Örneklem

Araştırmanın örneklem grubunu Balıkesir ve çevre illerinde bulunan 15- 29 yaş arası 274 kadın ve 152 erkek olmak üzere toplamda 426 lise ve üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Örneklem yöntemi olarak kolay ulaşılabilir örneklem yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada çeşitliği sağlamak adına üniversite öğrencileri tarih, coğrafya, sosyoloji, edebiyat, işletme, turizm, rehberlik ve psikolojik danışmanlık, matematik öğretmenliği, sosyal bilgiler öğretmenliği, sınıf öğretmenliği, İngilizce öğretmenliği, hemşirelik, mimarlık, endüstri mühendisliği, elektrik elektronik mühendisliği, malzeme ve metalürji mühendisliği, fizyoterapi gibi 17 farklı bölümden tercih edilmiştir.

Tablo 1: Araştırma Örnekleminin Frekans Analizi

Değişkenler	Gruplar	Frekanslar	Yüzdeler
Cinsiyet	Kadın	274	64,3
	Erkek	152	35,7
Gelir Düzeyi	1-2500 TL	123	28,9
	25001-5000 TL	222	52,1
	5001 ve daha fazla	81	19,0
Yalnızlık Algısı	Hiçbir zaman	62	14,6
	Ara sıra	167	39,2
	Bazen	129	30,3
	Sıklıkla	54	12,7
	Her zaman	14	3,3
İnternette Oyun Oynama Sıklığı	Hiçbir zaman	107	25,1
	Ara sıra	133	31,2
	Bazen	73	17,1
	Sıklıkla	92	21,6
	Her zaman	21	4,9
Akademik Başarı Algısı	Pekiyi	15	3,5
	İyi	49	11,5
	Orta	179	42,0
	Düşük	151	35,4
	Yetersiz	32	7,5

1.3. Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında sosyal kaygı bozukluğu için araçları Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, internet bağımlılığını belirlemek için Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu ve yaşam doyumu düzeyini belirlemek için Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır.

1.3.1. Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği (LSAÖ)

Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği (LSAÖ) (Liebowitz 1987), sosyal kaygı bozukluğuna sahip bireylerin, korku ve/veya kaçınma davranışı sergiledikleri sosyal ilişki ve performansını tespit etmek üzere geliştirilmiştir. Sorular, hastanın korku ve kaçınmasının şiddet düzeyi göz önünde bulundurularak 1-4 arasında değişen Likert tipi (4 puanlık) bir ölçek üzerinde uygulanır. Alınan toplam puan, korku ve kaçınma puanlarının toplanması ile elde edilir. Ülkemizde Türkçeye uyarlamasını ve geçerlik güvenirlik çalışması Dilbaz (2001) tarafından yapılmıştır. Uyarlama çalışmasında korku anksiyete için .96, kaçınma bölümü için .95, toplamda .96 olarak bulunmuştur. Cronbach Alpha değeri ise .81 ile .92 arasında değişmektedir.

1.3.2. Young İnternet Bağımlılığı Kısa Formu

Young (1998) tarafından geliştirilen ve Pawlikowski ve arkadaşları (2013) tarafından kısa forma uyarlanan Young internet bağımlılığı testi kısa formu kısaca YİBT-KF, 12 maddeden meydana gelmektedir. Beşli Likert (1= Hiçbir zaman, 5= Her zaman) tipi bir ölçektir. Ölçekte ters puanlanması gereken madde yoktur. Ölçekten alınan puanın yüksek olması bireyin internet bağımlılığı düzeyinin yüksek olduğuna işaret eder. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması ve geçerlik güvenirlik çalışması Kutlu ve arkadaşları (2016) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlık güvenirlik katsayısı 0.85 olarak hesaplanmıştır.

1.3.3. Yaşam Doyumu Ölçeği

Diener ve arkadaşları (1985) aracılığıyla kişinin yaşam doyumu düzeyini belirlemek amacıyla geliştirilmiş, Köker (1991) tarafından Türkçeye uyarlanması yapılmış 7’li Likert tipinde toplam beş maddeden oluşan bir ölçektir. Daha sonrasında Dağlı (2016) çalışmasında 7’li Likert tipinin Türk kültürü yapısına uygun olmadığını belirterek ölçeğin yeniden Türkçe uyarlamasını yapmış ve ölçeği daha uygun bir hale getirebilmek adına beşli Likert (1=Hiç katılmıyorum, 5=Tamamen katılıyorum) tipine çevirmiştir. Yeniden düzenlenmiş halinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması yine Dağlı (2016) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı 0.76, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.85 olarak bulunmuştur. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır. Ölçek sonucunda elde edilen puanın yüksek olması yaşam doyumu seviyesinin yüksek olduğunu belirtir.

1.3.4. Kişisel bilgi formu

Araştırmacı tarafından araştırmanın bağımsız değişkenlerini oluşturacak şekilde katılımcıların cinsiyetleri, 3’lü likert tipinde gelir durumları ve 5’li likert tipinde algıladıkları yalnızlık düzeyi, internette oyun oynama sıklıkları ve kendilerine yönelik akademik başarı algıları gibi etmenlerin öğrenilmesi amaçlı bir form hazırlanmıştır.

1.4. Verilerin Analizi

Veriler SPSS 22 programı ile analiz edilmiştir. Liebowitz Sosyal Anksiyete, Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formu ve Yaşam Doyumu Ölçeği puanları normal dağılım gösterdiği için bu çalışmanı verilerinin analizinde parametrik test istatistiklerinden bağımsız örneklem için t testi, korelasyon ve varyans analizi yapılmıştır. Varyans analizinde farkın kaynağının belirlenmesinde, grup varyansları eşit olduğu için ortalama puanlarının çoklu karşılaştırmasında kullanılan testlerden Scheffe testi bu çalışmada tercih edilmiştir (Can, 2018).

2. BULGULAR VE YORUMLAR

Çalışmanın hipotezleriyle ilgili gerçekleştirilen analizlerin sonuçlarını ve uygulanan “Sosyal Kaygı Bozukluğu”, “Yaşam Doyumu” ve “İnternet Bağımlılığı” ölçeklerine ait puanların dağılımına dair; merkezi eğilim ölçümlerinin yanı sıra, çarpıklık ve sivrilik değerleri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2: Sosyal Kaygının Alt Boyutları, Yaşam Doyumu Ve İnternet Bağımlılığına Dair Betimsel İstatistikler

Ölçekler	N	Ortalama	Ortanca	Standart sapma	Çarpıklık	Basıklık
Yaşam Doyumu	426	14,8283	15,000	4,19219	,066	-,465
İnternet Bağımlılığı	426	28,7582	28,000	8,19356	,410	,099
Sosyal kaygı korku alt boyutu	426	19,7817	17,000	13,16633	,833	,393
Sosyal kaygı kaçınma alt boyutu	426	23,0141	21,000	13,31111	,724	,408

Araştırmanın alt problemlerine ilişkin elde edilen bulgular sırasıyla aşağıda sunulmaktadır.

2.1. Yaşam Doyumu, İnternet Bağımlılığı, Sosyal Kaygı Puanları Cinsiyete Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte Midir?

Tablo 3: Yaşam Doyumu, İnternet Bağımlılığı, Sosyal Kaygı Puanlarının Cinsiyete Göre t-Testi Tablosu

Değişkenler	Cinsiyet	N	\bar{x}	Ss	t	p
YAŞAM DOYUMU	Kadın	274	14,71	4,05	-,781	,091
	Erkek	152	15,04	4,45		
İNTERNET BAĞIMLILIĞI	Kadın	274	28,53	8,14	-,774	,770
	Erkek	152	29,17	8,30		
SOSYAL KAYGI 1 KORKMA	Kadın	274	20,25	12,99	,989	,984
	Erkek	152	18,93	13,48		
SOSYAL KAYGI 2 KAÇINMA	Kadın	274	23,14	13,04	,252	,839
	Erkek	152	22,80	13,83		

Yaşam doyumu, internet bağımlılığı, sosyal kaygı puanlarının cinsiyete göre farklılaşması Bağımsız Örneklemeler için t-testi ile analiz edilmiştir. Bu analiz sonucunda cinsiyete göre yaşam doyumu ($t=-,781$; $p> .05$), internet bağımlılığı ($t=-,774$; $p> .05$), sosyal kaygı/ korkma alt boyutu ($t=,989$; $p> .05$) ve sosyal kaygı/ kaçınma alt boyutu ($t=,252$; $p> .05$) puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.

2.2. Yaşam Doyumu, İnternet Bağımlılığı, Sosyal Kaygı Puanları Aylık Gelir Durumuna Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte Midir?

Yaşam doyumu, internet bağımlılığı, sosyal kaygı puanları aylık gelir durumuna göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen varyans analizi neticesinde ulaşılan sonuçlar Tablo 4 ve Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 4: Aylık Gelire Göre Yaşam Doyumu İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Kaygı Alt Boyut Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Aylık Gelir Durumu	N	\bar{x}	Ss
Yaşam Doyumu	1-2500 TL	123	13,28	4,14
	2501-5000 TL	222	15,08	4,01
	5001 ve daha fazla	81	16,47	4,04
İnternet Bağımlılığı	1-2500 TL	123	28,07	8,76
	2501-5000 TL	222	28,49	7,61
	5001 ve daha fazla	81	30,53	8,69
Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyutu	1-2500 TL	123	21,83	13,20
	2501-5000 TL	222	18,89	12,92
	5001 ve daha fazla	81	19,12	13,61
Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyutu	1-2500 TL	123	23,41	12,75
	2501-5000 TL	222	22,54	13,09
	5001 ve daha fazla	81	23,72	14,80

N=426

Tablo 5: Aylık Gelire Göre Yaşam Doymu İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Kaygı Alt Boyutlarının Varyans Analizi Tablosu

	Kaynak	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p
Yaşam Doymu	Grupllararası	525,392	2	262,696	16,003	,000*
	Gruplarıçi	6943,754	423	16,415		
	Toplam	7469,146	425			
İnternet Bağımlılığı	Grupllararası	328,100	2	164,050	2,460	,087
	Gruplarıçi	28203,996	423	66,676		
	Toplam	28532,096	425			
Sosyal Kaygı 1)Korkma	Grupllararası	728,332	2	364,166	2,112	,122
	Gruplarıçi	72946,365	423	172,450		
	Toplam	73674,697	425			
Sosyal Kaygı 2)Kaçınma	Grupllararası	108,636	2	54,318	,306	,737
	Gruplarıçi	75195,279	423	177,767		
	Toplam	75303,915	425			

*p< .001

Tablo 4 ve Tablo 5 incelendiğinde aylık gelire göre en düşük yaşam doymu ortalama puanına sahip olanların 1-2500 TL arası geliri olanlar ($\bar{x} = 13,28$), en yüksek yaşam doymu ortalama puanına sahip olanların ise 5001 TL ve üstü geliri olanlar ($\bar{x} = 16,47$) olduğu bulunmuştur. Yaşam doymu puanlarında aylık gelire göre anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizinde grup aralarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunduğu sonucuna varılmıştır ($F=16,003$; $p<.001$). Farklılığın kaynağını bulmaya yönelik yapılan Scheffe testinin sonucunda aylık gelir durumu “1-2500 TL arası” olanların yaşam doymu puanları ($\bar{x} = 13,28$), “2501-5000 TL” ($\bar{x} = 15,08$) ve “5001 TL ve üstü” geliri olanlara ($\bar{x} = 16,47$) göre yaşam doymu puan ortalamaları anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur ($p<.001$).

Aylık gelir durumuna göre internet bağımlılığı ($F=2,460$; $p>.05$), sosyal kaygı “korkma” alt boyutu ($F=2,112$; $p>.05$) ve sosyal kaygı “kaçınma” alt boyutu ($F=,306$; $p>.05$) puanlarında aylık gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir (Tablo 5).

2.3. Yaşam Doymu, İnternet Bağımlılığı Ve Sosyal Kaygı Puanları Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte Midir?

2.3.1. Yaşam Doymu Puan Ortalamaları Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte Midir?

Yaşam doymu puanlarında, kendini yalnız hissetme durumuna göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 6 ve Tablo 7’te gösterilmiştir.

Tablo 6: Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Yaşam Doymu Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Kendini Yalnız Hissetme Durumu	N	\bar{x}	Ss
Yaşam Doymu	Hiçbir zaman	62	18,29	4,03
	Ara sıra	167	15,19	3,74
	Bazen	129	14,46	3,70
	Sıklıkla	54	11,82	3,45
	Her zaman	14	10,14	3,86

Tablo 6 ve Tablo 7 incelendiğinde kendini yalnız hissetme durumuna göre en düşük yaşam doyumu ortalama puanına sahip olanların “her zaman” diyenler ($\bar{x} = 10,14$), en yüksek yaşam doyumu ortalama puanına sahip olanların ise “hiçbir zaman” kendini yalnız hissetmediğini belirtenler ($\bar{x} = 18,29$) olduğu bulunmuştur. Yaşam doyumu puanlarında kendini yalnız hissetme durumuna göre anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizinde grup aralarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunduğu sonucuna varılmıştır ($F=28,25$; $p<.001$).

Tablo 7: Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Yaşam Doyumu Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

	Kaynak	Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
Yaşam Doyumu	Gruplararası	1580,625	4	395,156	28,25	,000*
	Gruplariçi	5888,520	421	13,987		
	Toplam	7469,146	425			

* $p<.001$

Farklılığın kaynağını bulmaya yönelik yapılan Scheffe testinin sonucunda kendini yalnız hissetme durumu “hiçbir zaman” kendini yalnız hissetmediğini belirtenlerin ($\bar{x} = 18,29$) diğerlerinin tümüne göre anlamlı olarak daha yüksek yaşam doyumu puanına sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca ara sıra diyenler ($\bar{x} = 15,19$) ile sıklıkla ($\bar{x} = 11,82$) ve her zaman diye belirtenler ($\bar{x} = 10,14$) arasında da ara sıra diye belirtenlerin lehine anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ($p<.001$). Ayrıca bazen diyenler ($\bar{x} = 14,46$) ile sıklıkla ($\bar{x} = 11,82$) ve her zaman diyenler ($\bar{x} = 10,14$) arasında da bazen diyenlerin lehine anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ($p<.001$).

2.3.2. İnternet Bağımlılığı Puan Ortalamaları Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte Midir?

İnternet bağımlılığı puanlarında, kendini yalnız hissetme durumuna göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen varyans analizi sonucunda ulaşılan sonuçlar Tablo 8 ve Tablo 9’de gösterilmiştir.

Tablo 8: Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre İnternet Bağımlılığı Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Kendini Yalnız Hissetme Durumu	N	\bar{x}	Ss
İnternet Bağımlılığı	Hiçbir zaman	62	26,75	9,21
	Ara sıra	167	28,47	7,46
	Bazen	129	28,51	8,18
	Sıklıkla	54	31,38	7,10
	Her zaman	14	33,14	12,17

Tablo 9: Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

	Kaynak	Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
İnternet Bağımlılığı	Gruplararası	912,316	4	228,079	3,477	,008*
	Gruplariçi	27619,780	421	65,605		
	Toplam	28532,096	425			

* $p<.01$

İnternet bağımlılığı puanları açısından, kendini yalnız hissetme durumuna göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F=3,477$; $p<.01$). Farklılığın kaynağını bulmaya yönelik yapılan Scheffe testi sonucunda kendini yalnız hissetme durumunu “her zaman” olarak belirtenlerin ($x\bar{=} 33,14$) diğerlerinin tümüne göre anlamlı olarak daha yüksek internet bağımlılığı puanına sahip oldukları belirlenmiştir. Kendini yalnız hissetme düzeylerini “sıklıkla” olarak belirtenlerin ($x\bar{=} 31, 38$) internet bağımlılığı düzeyi; yalnızlık düzeyini “bazen” ($x\bar{=} 28,51$), “ara sıra” ($x\bar{=} 28,47$ ve “hiçbir zaman” olarak belirtenlere göre ($x\bar{=} 26,75$) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Kendini yalnız hissetme durumunu “hiçbir zaman” olarak belirtenlerin ($x\bar{=} 26,75$) internet bağımlılığı düzeyi diğerlerinin aleyhine anlamlı düzeyde farklı bulunmuştur.

2.3.3. Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyutu Puan Ortalamaları Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte Midir?

Sosyal kaygı korkma alt boyut puanlarında, kendini yalnız hissetme durumuna göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 10 ve Tablo 11’de gösterilmiştir.

Tablo 10: Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyut Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Kendini Yalnız Hissetme Durumu	N	$x\bar{}$	Ss
Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyut	Hiçbir zaman	62	16,59	12,79
	Ara sıra	167	19,44	11,76
	Bazen	129	20,99	13,56
	Sıklıkla	54	20,40	14,83
	Her zaman	14	24,35	18,29

Tablo 11: Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyut Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

Kaynak			Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyut	Gruplararası	Gruplararası	1151,325	4	287,831	1,671	,156
		Gruplarıçi	72523,373	421	172,265		
		Toplam	73674,697	425			

Tablo 10 ve 11 incelendiğinde kendini yalnız hissetme durumu ile sosyal kaygı korkma alt boyutu arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($F=1.671$, $p>.05$).

2.3.4. Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyutu Puan Ortalamaları Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte Midir?

Sosyal kaygı kaçınma alt boyut puanlarında, kendini yalnız hissetme durumuna göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 12 ve Tablo 13’de gösterilmiştir.

Tablo 12: Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyut Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Kendini Yalnız Hissetme Durumu	N	\bar{x}	Ss
Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyut	Hiçbir zaman	62	20,41	13,41
	Ara sıra	167	22,58	11,56
	Bazen	129	23,59	13,65
	Sıklıkla	54	25,16	15,63
	Her zaman	14	25,92	18,46

Tablo 13: Kendini Yalnız Hissetme Durumuna Göre Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyut Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

Kaynak			Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
Sosyal Kaygı Kaçınma Boyut	Alt	Gruplararası	860,860	4	215,215	1,217	,303
		Gruplariçi	74443,055	421	176,824		
		Toplam	75303,915	425			

Tablo 12 ve 13 incelendiğinde kendini yalnız hissetme durumuna göre sosyal kaygı kaçınma alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($F=1,22$; $p>,05$)

2.4. Yaşam Doyumu, İnternet Bağımlılığı Ve Sosyal Kaygı Puanları İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte Midir?

2.4.1. Yaşam Doyumu Puanları, İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?

Yaşam doyumu puanlarında, internette oyun oynama sıklığına göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen Varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 14 ve Tablo 15’te gösterilmiştir.

Tablo 14: İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Yaşam Doyumu Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	İnternette Oyun Oynama Sıklığı	N	\bar{x}	Ss
Yaşam Doyumu	Hiçbir zaman	107	15,05	4,09
	Ara sıra	133	14,08	4,40
	Bazen	73	15,38	4,33
	Sıklıkla	92	15,27	3,77
	Her zaman	21	14,47	4,27

Tablo 15: İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Yaşam Doyumu Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

Kaynak			Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
Yaşam Doyumu		Gruplararası	122,687	4	30,672	1,758	,136
		Gruplariçi	7346,459	421	17,450		
		Toplam	7469,146	425			

Tablo 14 ve 15 incelendiğinde internette oyun oynama sıklığına göre yaşam doyumu puanları açısından anlamlı farklılık bulunmamıştır. ($F=1,758$, $p>.05$)

2.4.2. İnternet Bağımlılığı Puanları İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte Midir?

İnternet bağımlılığı puanlarında, internette oyun oynama sıklığına göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen Varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 16 ve Tablo 17’te gösterilmiştir.

Tablo 16: İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre İnternet Bağımlılığı Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	İnternette Oyun Oynama Sıklığı	N	\bar{x}	Ss
İnternet Bağımlılığı	Hiçbir zaman	107	26,01	8,38
	Ara sıra	133	28,63	8,05
	Bazen	73	29,27	7,02
	Sıklıkla	92	30,10	7,34
	Her zaman	21	35,80	10,03

Tablo 17: İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

	Kaynak	Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
İnternet Bağımlılığı	Gruplararası	2041,757	4	510,439	8,112	,000*
	Gruplarıçi	26490,339	421	62,922		
	Toplam	28532,096	425			

* $p<.001$

Tablo 16 ve Tablo 17 incelendiğinde internette oyun oyna durumuna göre en düşük internet bağımlılığı puanına sahip olanların “hiçbir zaman” diyenler ($\bar{x} = 26,01$), en yüksek internet bağımlılığı puanına sahip olanların ise “her zaman” internette oyun oynadığını belirtenler ($\bar{x} = 35,81$) olduğu bulunmuştur. İnternet bağımlılığı puanlarında internette oyun oyna durumuna göre anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizinde grup aralarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunduğu sonucuna varılmıştır ($F=8,112$; $p<.001$). Farklılığın kaynağını bulmaya yönelik yapılan Scheffe testinin sonucunda internette oyun oyna durumu “her zaman” internette oyun oynadığını belirtenlerin ($\bar{x} = 35,81$) diğerlerinin tümüne göre anlamlı olarak daha yüksek internet bağımlılığı puanına sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca sıklıkla diyenler ($\bar{x} = 30,10$) ile bazen ($\bar{x} = 29,27$) ve ara sıra diye belirtenler ($\bar{x} = 28,64$) arasında da sıklıkla diye belirtenlerin lehine anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ($p<.001$). Ayrıca bazen diyenler ($\bar{x} = 29,27$) ile ara sıra ($\bar{x} = 28,64$) ve hiçbir zaman diyenler ($\bar{x} = 26,01$) arasında da bazen diyenlerin lehine anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ($p<.001$). İnternette oyun oynama sıklığını hiçbir zaman olarak ifade edenlerin ($\bar{x} = 26,01$) diğerlerinin tümüne göre anlamlı olarak daha düşük internet bağımlılığı puanına sahip oldukları belirlenmiştir.

2.4.3. Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyutu Puanları İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Anlamli Bir Farklılık Göstermekte Midir?

Sosyal kaygı korkma alt boyut puanlarında, internette oyun oynama sıklığına göre anlamli düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen Varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 18 ve Tablo 19’de gösterilmiştir.

Tablo 18: İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyut Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	İnternette Oyun Oynama Sıklığı	N	\bar{x}	Ss
Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyut	Hiçbir zaman	107	20,85	12,43
	Ara sıra	133	19,13	12,20
	Bazen	73	21,08	14,08
	Sıklıkla	92	17,46	11,59
	Her zaman	21	24,00	22,29

Tablo 19: İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyut Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

	Kaynak	Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyut	Gruplararası	1169,827	4	292,457	1,698	,149
	Gruplarıçi	72504,870	421	172,221		
	Toplam	73674,697	425			

Tablo 18 ve 19 incelendiğinde internette oyun oynama sıklığına göre sosyal kaygı korkma alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamli farklılık bulunmamıştır. (F=1.698, p>.05)

2.4.4. Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyutu Puanları İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Anlamli Bir Farklılık Göstermekte Midir?

Sosyal kaygı kaçınma alt boyut puanlarında, internette oyun oynama sıklığına göre anlamli düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen Varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 20 ve Tablo 21’de gösterilmiştir.

Tablo 20: İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyut Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyut	Hiçbir zaman	107	23,85	12,85
	Ara sıra	133	21,81	12,90
	Bazen	73	25,52	13,35
	Sıklıkla	92	21,04	11,50
	Her zaman	21	26,19	21,91

Tablo 21: İnternette Oyun Oynama Sıklığına Göre Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyut Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

	Kaynak	Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
--	--------	--------------	----	--------------	---	---

Sosyal Kaygı	Gruplararası	1294,066	4	323,516	1,840	,120
Kaçınma Alt	Gruplarıçi	74009,850	421	175,795		
Boyut	Toplam	75303,915	425			

Tablo 20 ve 21 incelendiğinde internette oyun oynama sıklığına göre sosyal kaygı kaçınma alt boyutu puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. ($F=1.840$, $p>.05$)

2.5. Yaşam Doyumu, İnternet Bağımlılığı Ve Sosyal Kaygı Puanları İnternette Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Anlamlı Bir Farklılık Göstermekte Midir?

2.5.1. Algılanan Akademik Durum İle Yaşam Doyumu Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var Mıdır?

Yaşam doyumu puanlarında, algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen Varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 22 ve Tablo 23'te gösterilmiştir.

Tablo 22: Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Yaşam Doyumu Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Algılanan akademik başarı düzeyi	N	\bar{x}	Ss
Yaşam doyumu	Pekiyi	15	10,60	4,25
	İyi	49	13,67	4,07
	Orta	179	14,28	3,87
	Düşük	151	15,88	3,94
	Yetersiz	32	16,59	4,93

Tablo 23: Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Yaşam Doyumu Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

	Kaynak	Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
YAŞAM DOYUMU	Gruplararası	655,496	4	163,874	10,125	,000*
	Gruplarıçi	6813,650	421	16,184		
	Toplam	7469,146	425			

* $p<.001$

Tablo 22 ve Tablo 23 incelendiğinde algılanan akademik başarı düzeyine göre en düşük yaşam doyumu puanına sahip olanların “pekiyi” diyenler ($\bar{x}=10,60$), en yüksek yaşam doyumu puanına sahip olanların ise akademik başarılarını “yetersiz” olarak değerlendirenler ($\bar{x}=16,59$) olduğu bulunmuştur. Yaşam doyumu puanlarında algılanan akademik duruma göre anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizinde grup aralarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunduğu sonucuna varılmıştır ($F=10,125$; $p<.001$).

Farklılığın kaynağını bulmaya yönelik yapılan Scheffe testinin sonucunda algılanan akademik başarı düzeyini “yetersiz” olarak belirtenlerin ($\bar{x}=16,59$) akademik başarı düzeylerini “pekiyi” ($\bar{x}=10,60$) ve “iyi” ($\bar{x}=13,67$) olarak belirtenlere göre anlamlı olarak daha

yüksek yaşam doyumu puanına sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca akademik başarılarını düşük olarak belirtenler ($x\bar{=}15,89$) ile orta ($x\bar{=}14,28$), iyi ($x\bar{=}13,67$) ve pekiyi diye belirtenler ($x\bar{=}10,60$) arasında da düşük diye belirtenlerin lehine anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ($p<.001$). Akademik başarısını pekiyi olarak ifade edenlerin ($x\bar{=}10,60$) orta olarak ifade edenlere ($x\bar{=}14,28$) göre anlamlı olarak daha düşük yaşam doyumu puanına sahip oldukları belirlenmiştir.

2.5.2. Algılanan Akademik Durum ile İnternet Bağımlılığı Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var mıdır?

İnternet bağımlılığı puanlarında, algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 24 ve Tablo 25’te gösterilmiştir.

Tablo 24: Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre İnternet Bağımlılığı Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Algılanan akademik başarı düzeyi	N	$x\bar{}$	Ss
İnternet bağımlılığı	Pekiye	15	27,80	7,86
	İyi	49	31,55	7,50
	Orta	179	30,07	8,19
	Düşük	151	27,49	7,51
	Yetersiz	32	23,56	9,36

Tablo 25: Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre İnternet Bağımlılığı Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

	Kaynak	Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
İnternet bağımlılığı	Gruplararası	1811,908	4	452,977	7,137	,000*
	Gruplariçi	26720,188	421	63,468		
	Toplam	28532,096	425			

* $P<.001$

Tablo 24 ve Tablo 25 incelendiğinde algılanan akademik başarı düzeyine göre en düşük internet bağımlılığı puanına sahip olanların “yetersiz” diyenler ($x\bar{=}23,56$), en yüksek internet bağımlılığı puanına sahip olanların ise akademik başarılarını “iyi” olarak değerlendirenler ($x\bar{=}31,55$) olduğu bulunmuştur. İnternet bağımlılığı puanlarında algılanan akademik duruma göre anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizinde grup aralarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunduğu sonucuna varılmıştır ($F=7,137$; $p<.001$). Farklılığın kaynağını bulmaya yönelik yapılan Scheffé testinin sonucunda algılanan akademik başarı düzeyini “iyi” olarak belirtenlerin ($x\bar{=}31,55$) akademik başarı düzeylerini “düşük” ($x\bar{=}27,49$) ve “yetersiz” ($x\bar{=}23,56$) olarak belirtenlere göre anlamlı olarak daha yüksek internet bağımlılığı puanına sahip oldukları belirlenmiştir. Ayrıca akademik başarılarını orta olarak belirtenler ($x\bar{=}30,07$) ile yetersiz olarak belirtenler ($x\bar{=}23,56$) arasında orta diyenlerin aleyhine anlamlı fark bulunmuştur.

2.5.3. Algılanan Akademik Durum ile Sosyal Kaygı Korku Alt Boyutu Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var mıdır?

Sosyal kaygı korku alt boyutu puanlarında, algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen Varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 26 ve Tablo 27’de gösterilmiştir.

Tablo 26: Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyut Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Algılanan akademik başarı düzeyi	N	\bar{x}	Ss
Sosyal kaygı Korkma alt boyut	Pekiyi	15	20,60	14,50
	İyi	49	24,22	13,88
	Orta	179	20,59	13,13
	Düşük	151	18,28	12,87
	Yetersiz	32	15,12	11,00

Tablo 27: Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Sosyal Kaygı Korkma Alt Boyut Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

	Kaynak	Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
Sosyal kaygı Korkma alt boyutu	Gruplararası	2127,083	4	531,771	3,129	,015*
	Gruplarıçi	71547,615	421	169,947		
	Toplam	73674,697	425			

*P<.05

Tablo 26 ve 27 incelendiğinde algılanan akademik başarı ile sosyal kaygı korkma alt boyutu arasında anlamlı fark bulunmamıştır (F=3,129, p>.05).

2.5.4. Algılanan Akademik Durum İle Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyutu Arasında Anlamlı Bir Farklılık Var mıdır?

Sosyal kaygı kaçınma alt boyutu puanlarında, algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı düzeyde bir fark bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen varyans analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 28 ve Tablo 29’de gösterilmiştir.

Tablo 28: Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyut Puan Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Algılanan akademik başarı düzeyi	N	\bar{x}	Ss
Sosyal kaygı Kaçınma alt boyut	Pekiyi	15	24,20	14,75
	İyi	49	28,30	13,24
	Orta	179	24,27	12,78
	Düşük	151	20,62	13,48
	Yetersiz	32	18,56	11,77

Tablo 29: Algılanan Akademik Başarı Düzeyine Göre Sosyal Kaygı Kaçınma Alt Boyut Puanlarının Varyans Analizi Tablosu

	Kaynak	Kareler Top.	sd	Kareler Ort.	F	p
Sosyal kaçınma boyutu	kaygı	Gruplararası	3170,414	4	792,603	4,626 ,001*
	alt	Gruplariçi	72133,502	421	171,338	
		Toplam	75303,915	425		

*P<.001

Tablo 28 ve Tablo 29 incelendiğinde algılanan akademik başarı düzeyine göre en düşük sosyal kaçınma alt boyutu puanına sahip olanların “yetersiz” diyenler ($x\bar{=}18,56$), en sosyal kaçınma alt boyutu puanına sahip olanların ise akademik başarılarını “iyi” olarak değerlendirenler ($x\bar{=}28,31$) olduğu bulunmuştur. İnternet bağımlılığı puanlarında algılanan akademik duruma göre anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen varyans analizinde grup aralarında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunduğu sonucuna varılmıştır (F=4,626; p<.001). Farklılığın kaynağını bulmaya yönelik yapılan Scheffe testinin sonucunda algılanan akademik başarı düzeyini “iyi” olarak belirtenlerin ($x\bar{=}28,31$) akademik başarı düzeylerini “düşük” ($x\bar{=}20,63$) ve “yetersiz” ($x\bar{=}18,56$) olarak belirtenlere göre anlamlı olarak daha yüksek sosyal kaçınma alt boyutu puanına sahip oldukları belirlenmiştir.

2.6. Yaşam Doyumu, İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Kaygı Puanları Arasında Anlamlı Bir İlişki Var Mıdır?

Yaşam doyumu, internet bağımlılığı ve sosyal kaygı puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığını tespit etmek için gerçekleştirilen korelasyon analizi sonucunda ulaşılan bulgular Tablo 30’da gösterilmiştir.

Tablo 30: Yaşam Doyumu, İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Kaygı Alt Boyutları Korelasyon Matrisi

	YAŞAM DOYUMU	İNTERNET BAĞIMLILIĞI	SOSYAL KORKU	SOSYAL KAÇINMA
YAŞAM DOYUMU	1	-,188**	-,074	-,048
İNTERNET BAĞIMLILIĞI		1	,187**	,179**
SOSYAL KORKU			1	,839**
SOSYAL KAÇINMA				1

**p<.001

Tablo 30’a göre yaşam doyumunun; internet bağımlılığıyla zayıf düzeyde ($r=-,188$, p<.001) negatif yönlü bir ilişkisi olduğu gözlenmiştir. Bir başka deyişle bireylerin yaşam doyumu arttıkça internet bağımlılığı azalmaktadır. Paralel şekilde internet bağımlılığının artması yaşam doyumunun azalmasına neden olmaktadır. İnternet bağımlılığı ile sosyal kaygının sosyal korku alt boyutu arasında zayıf düzeyde ($r=,187$, p<.000), sosyal kaygının kaçınma alt boyutuyla zayıf düzeyde ($r=,179$, p<.000) pozitif yönlü ilişki bulunduğu gözlenmiştir. Yani bireyin internet bağımlılığının artması sosyal kaygıyı hem korku hem de kaçınma alt boyutuyla beraber arttırmaktadır. Aynı şekilde sosyal kaygının artması da internet bağımlılığının artmasında etkilidir. Sosyal korku ile sosyal kaçınma arasında kuvvetli düzeyde ($r=-,839$, p<.000) pozitif yönlü bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Bir başka deyişle sosyal korkunun artması sosyal kaçınmayı da arttırmaktadır.

3. TARTIŞMA VE YORUM

Daha önce yapılan çalışmalara bakılacak olursa Karaca ve arkadaşları (2015) ortaokul öğrencilerinde bilgisayar oyun bağımlılığı ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi irdeledikleri çalışmalarında sosyal kaygı düzeyi ile bilgisayar oyun bağımlılığının birbirini orta düzeyde etkilediklerini ifade etmişlerdir. Yapılan bu çalışmada benzer olarak internette oyun oynama sıklığı incelenmiş ve sosyal kaygının oyun oynama sıklığına göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

Bir başka çalışma olarak Yılmaz ve arkadaşları (2015) mobil telefon kullanımı ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi incelemiş ve lise öğrencilerinde problemlili mobil telefon kullanımı arttıkça sosyal kaygı oranının arttığını ifade etmişlerdir. Bununla ilişkilendirecek olursak bu çalışmada internet bağımlılığı incelenmiş ve yılmaz ve arkadaşlarına göre mobil telefon kullanımı arttıkça sosyal kaygı düzeyi artarken bu çalışmanın sonucunda da sosyal kaygının internet bağımlılığı düzeyi arttıkça arttığı görülmüştür. Mobil telefon kullanımı ile internet bağımlılığı paralel sonuçlar doğurmuştur.

Bayramkaya ve arkadaşlarının (2005) sosyal fobi ile depresyon ve öz kavram arasındaki ilişki inceledikleri araştırmaya göre sosyal kaygı durumunun depresyon ile pozitif yönlü olarak anlamlı bir ilişkisinin olduğu bulunmuştur. Depresyon durumu ile kendini yalnız hissetme durumunu ilişkilendirecek olursak kendini yalnız hissetme durumuna göre sosyal kaygı puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığı göz önünde bulundurulduğunda kendini yalnız hissetme durumu ile depresyon durumunun farklı sonuçlar doğurduğu söylenebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Yapılan çalışmada sonular göstermektedir ki bireylerde sosyal kaygı ile internet bağımlılığı arasında zayıf düzeyde de olsa pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. İnternet bağımlılığı ve sosyal kaygı bireylerde paralel olarak artış ya da azalma göstermektedir. Bireylerin sosyal kaygı durumları ile yaşam doyumları arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Buna karşın internet bağımlılığı ile yaşam doyumu arasında bir ilişki tespit edilmiştir. İnternet bağımlılığı ve yaşam doyumu birbirini zıt yönde etkilemektedir. Diğer bir deyişle yaşam doyumu arttıkça internet bağımlılığı azalmakta ya da internet bağımlılığı arttıkça yaşam doyumu azalmaktadır.

Araştırmanın alt problemlerine baktığımızda internet bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Benzer şekilde internet bağımlılığı ve gelir düzeyi arasında da anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Kendini yalnız hissetme durumu internet bağımlılığı üzerinde etkili değilken, internette oyun oynama sıklığı yüksek olanların buna paralel bir şekilde internet bağımlılıkları da yüksek çıkmaktadır. Yine benzer şekilde internet bağımlılığı ile algılanan akademik durum arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Beklenmedik bir şekilde internet bağımlılığı yüksek olanların akademik başarı algılarının da yüksek olduğu gözlenmiştir.

Yaşam doyumunda da internet bağımlılığında olduğu gibi cinsiyet faktörünün bir etkisi bulunmamaktadır. Buna karşın gelir durumu ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Araştırmaya göre gelir düzeyi yüksek olanların yaşam doyumları da yüksek olmaktadır. Buna ek olarak bireylerin kendini yalnız hissetme durumları ile yaşam doyumları arasında da anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Bireylerin kendini yalnız hissetme durumu arttıkça yaşam doyumları azalmaktadır. Yaşam doyumunu ile internette oyun oynama sıklığı arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. Algılanan akademik başarı düzeyi ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı bir ilişkiden söz edilebilir. Bireylerin akademik başarı algıları arttıkça yaşam doyumları azalmaktadır. Diğer bir deyişle aralarında negatif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Sosyal kaygı bozukluğu ile cinsiyet arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Çalışma sonucu ortaya koymaktadır ki benzer şekilde sosyal kaygı üzerinde gelir durumu, kendini yalnız hissetme durumu ve internette oyun oynama sıklığı da sosyal kaygı üzerinde etkili değildir. Algılanan akademik başarı düzeyi ise sosyal kaygının korkma alt boyutu ile anlamlı bir ilişki göstermezken kaçınma alt boyutu ile anlamlı bir ilişki göstermektedir. Sosyal kaçınma durumu arttıkça gençlerde akademik başarı algısı da artmaktadır (Kubey, Lavin, Barrows, 2006; Gültekin, ve Dereboy, 2011).

Araştırma daha geniş bir bölgeden seçilen daha büyük bir örneklem grubuyla tekrarlanabilir. Benzer bir çalışmada yetişkinler ile çalışmak çeşitlilik katabilir. Konuyla ilgili çeşitli müdahale yöntemleri belirleyip bu müdahale yöntemlerini de içeren deneysel çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Arısoy, Ö. (2009). İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 1, 55-67.
- Baltacı, Ö. (2010). *Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, sosyal destek ve problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi) Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Bayramkaya, E., Toros, F., & Özge, C. (2005). Ergenlerde sosyal fobi ile depresyon, öz kavram, sigara alışkanlığı arasındaki ilişki. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 15, 165-173.
- Can, A. (2018). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Pegem A.
- Colwell, J., Kato, M. (2003). Investigation of the relationship between social isolation, self-esteem, aggression and computer game play in Japanese adolescents, *Asian Journal of Social Psychology*, 6(2):149-58. <https://doi.org/10.1111/1467-839X.t01-1-00017>
- Cömert, I. T., ve Kayıran, S. M. (2010). Çocuk ve ergenlerde internet kullanımı. *Çocuk Dergisi*, 10(4), 166-170.
- Dağlı, A., & BAYSAL, N. (2016). Yaşam doyumunu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59).
- Demir, T., Eralp-Demir, D., Türksoy, N., Özmen, E., & Uysal, Ö. (2000). Çocuklar için sosyal anksiyete ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirliği. *Düşünen Adam*, 13(1), 42-48.
- Dilbaz, N. (1997). Sosyal fobi. *Psikiyatri Dünyası*, 1(1), 18-24.
- Doğan, M. (2018). Ergenlerin değer yönelimleri ve değer yönelimlerinin internet bağımlılığıyla ilişkisinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(10), 263-285.
- Dost, M. T. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 132-143.
- Erözkan, A. (2007). Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile sosyal kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(17), 225-240.

- Gültekin, B. K., ve Dereboy, İ. F. (2011). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobinin yaygınlığı ve sosyal fobinin yaşam kalitesi, akademik başarı ve kimlik oluşumu üzerine etkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3).
- Günüç, S., ve Kayri, M. (2010). Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik-güvenirlilik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 39, 220-232.
- Hamarta, E. (2009). Ergenlerin sosyal kaygılarının kişilerarası problem çözme ve mükemmeliyetçilik açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 8(3), 729-740
- Hane halkı bilişim teknolojileri (BT) kullanım araştırması, 2018. (2018, Ağustos). *Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni*, 27819. Erişim Adresi: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27819>
- Holman, J.P., Hansen, C.E., Cochian, M.E., Lindsey C.R. (2005). Liar, liar: Internet faking but not frequency of use affect social skills, self-esteem, social anxiety, and aggression, *Cyber Psychol Behav.*, 8(1):1-6. doi: 10.1089/cpb.2005.8.1
- Karaca, S., Gök, C., Kalay, E., Başbuğ, M., Hekim, M., Onan, N., & Ünsal Barlas, G. (2016). Ortaokul öğrencilerinde bilgisayar oyun bağımlılığı ve sosyal anksiyetenin incelenmesi. *Clinical Experimental Health Sciences* 6(1): 14-9. doi: 10.5152/clinexphealthsci.2016.053
- Karagün, E., Yıldız, M., Başaran, Z., & Çağlayan, Ç. (2010). Sosyal fobi özellikleri gösteren üniversite öğrencilerinde rekreatif aktivitelerin fobik tutumlar üzerine etkisinin araştırılması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(2), 139-144.
- Karasar, B. (2014). Öğretmen adaylarının bağlanma stilleri ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 27-49.
- Keskin, G., & Orgun, F. (2007). Bir grup üniversite öğrencisinde sosyal fobi yaşama durumlarının ve başa çıkma stratejilerinin değerlendirilmesi/The evaluation of social phobia experiences and coping strategies in a group of university students. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 8(4), 262-270.
- Koyuncu, A., Binbay, Z., Özyıldırım, İ., & Ertekin, E. (2012). Sosyal anksiyete bozukluğunda başlangıç yaşının klinik gidiş üzerine etkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 15(2), 111-120.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Muk-hopadhyay, T., Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psychological well-being? *American Psychologist*, 53(9):1017-31.
- Kubey, R.W., Lavin, M.J., Barrows, J.R. (2006). Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *Journal of Communication*:366-82. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2001.tb02885.x>
- Kutlu, M., Savcı, M., Demir, Y., & Aysan, F. (2016). Young internet bağımlılığı testi kısa formunun Türkçe uyarlaması: üniversite öğrencileri ve ergenlerde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 69-76.
- La Greca, A.M., Dandes, S.K., Wick, P. et al (1988) Development of the social anxiety scale for children: Reliability and concurrent validity. *J Clin Child Psychol* 17:84-91,.
- Metin, M., (2014). *Kuramdan uygulamaya eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem A Yay.

- Özgür, G., Gümüş, A. B., & Durdu, B. (2010). Evde ve yurttan kalan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1(1), 25-32.
- Stein, M.B., Stein, D.J. (2008) Social anxiety disorder. *Lancet*, 29:1115-1125.
- Smith R.E., Sarason, I.G.: Social anxiety and the evaluation of negative interpersonal feedback. *J Consult Clin Psychol* 43:429, 1975.
- Soykan, Ç., Özgüven, H. D., & Gençöz, T. (2003). Liebowitz social anxiety scale: the Turkish version. *Psychological Reports*, 93(3_suppl), 1059-1069.
- Sungur MZ. Sosyal fobi. R Tükel (Ed.), (2000). *Anksiyete Bozuklukları*, Ankara, Çizgi Tıp Yayınevi, s.59-79.
- Şahan, H. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü, *KMU İİBF Dergisi*, 10(15). 260 – 278.
- Yılmaz, G., Şar, A. H., & Civan, S. (2015). Ergenlerde mobil telefon bağımlılığı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 2(2), 20-37.