

## MESLEK YÜKSEKOKULU ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIKLARI İLE İYİLİK HALLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Harun ÇİĞDEM<sup>1</sup>, Gökhan YARAR<sup>2</sup>

### Özet

Son yıllarda, İnternet kullanımı herkesin özellikle de ergenlerin ve gençlerin yaşamını etkilemiştir. İnternet bağımlılığı özellikle üniversite öğrencileri arasında önemli bir problem olarak görülmektedir. Bu çalışmada bir meslek yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin İnternet bağımlılıkları ile iyilik halleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya Meslek Yüksekokulunun çeşitli bölümlerinde okuyan yaşları 17 ile 21 arasında değişen 731 öğrenci katılmıştır. Veri toplamak amacıyla "İnternet Bağımlılığı Ölçeği" ve "İyilik Hali Değerlendirme Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizinde farklılıkları araştırırken tek yönlü varyans analizi ve değişkenler arası ilişki incelenirken korelasyon analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre; meslek yüksekokulu öğrencilerinin İnternet bağımlılık düzeylerinin kendilerini çeşitli açılardan kötü bulan öğrencilerin lehine anlamlı derecede farklılık gösterdiği bulunmuştur. Eğer öğrencilerin genel olarak iyilik halleri geliştirilirse, İnternet bağımlılık düzeylerinde azalış görülebileceği söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** İnternet bağımlılığı, kendine güven, mesleki eğitim, meslek yüksekokulu.

### INVESTIGATION RELATIONSHIP BETWEEN VOCATIONAL COLLEGE STUDENTS' INTERNET ADDICTION AND WELL-BEING

### Abstract

The using of Internet affected everyone's life, specifically, adolescents and young adults, in recent years. Internet addiction appears as an important potential problem among university students. The current study investigated the relationship between Internet addiction and well-being among a vocational college students. Participants were 731 students attending different departments at a vocational college, their age ranges between 17-21 . The "Internet Addiction Scale" and "Assessment Form of Well-Being" were used to collect the data. One-way ANOVA were conducted to examine the differences; and correlation analyses was used to examine the relationships between variables. According to findings students whose well-beings are less were more Internet addicted compared to students whose well-beings are good and very good. Negative correlation was found between the level of Internet addiction subscales and well-beings of the students. We can say that enhancing well-being levels of students may also decrease Internet addiction levels of the students

**Keywords:** Internet addiction, self-esteem, vocational education, post-secondary school.

---

<sup>1</sup> Dr., Kara Kuvvetleri Astsubay Meslek Yüksekokulu Komutanlığı, [hcigdem@gmail.com](mailto:hcigdem@gmail.com)

<sup>2</sup> Doktora Öğrencisi, Gazi Üniversitesi, [gokyar1314@hotmail.com](mailto:gokyar1314@hotmail.com)

## Giriş

İnternet, bireylerin istedikleri bilgiye ulaşmalarını kolaylaştırması ve bireyler arası iletişimi hızlandırması gibi özelliklerinden dolayı herkes tarafından, özellikle üniversite öğrencileri tarafından sıklıkla kullanılan vazgeçilmez bir teknoloji durumuna gelmiştir. 21'inci yüzyılın en güçlü ortamlarından biri olarak görülen İnternet daha çok bilgi kaynağı, problem çözme, öz-yönelimli öğrenme aracı olarak görülmektedir. Ancak İnternet, amacı dışında kontrolsüz ve bilinçsiz kullanıldığında kişisel gelişimi olumsuz şekilde etkileyebilmektedir. Gün geçtikçe artan ve gençler arasında hızla büyüyen bir problem olarak görülen aşırı – çok fazla, saplantılı, kontrolsüz ve zararlı İnternet kullanımı İnternet Bağımlılığı (İB) olarak tanımlanmaktadır (Young, 1996, 1998; Dalbudak vd., 2013). Bireylerin İnternet kullanımını kontrol edememeleri ve internette çok fazla zaman harcamaları yaşamlarında diğer özelliklerini faaliyetlerini ihmal etmelerine ve bazı olumsuz sonuçlara sebep olmaktadır (Gunuc ve Kayri, 2010; Huang, 2010; Young, 1996, 1998).

Gençlerin İnternet bağımlılıklarını araştıran çalışmalar incelendiğinde, İnternet bağımlılığı oranları Asya'da %2.4 ile %37.9 arasında değişirken, Avrupa'da %3.1 ile %18.3 arasında değişmektedir (Durkee vd. 2012). Türkiye'de üniversite öğrencileri ile yapılan İB araştırmalarında ise %12.3 (Kayri ve Günüş, 2009), %9.7 (Canan, Ataoglu, Ozcetin, ve İcmeli, 2012), %7.2 (Dalbudak vd., 2013;) ve son olarak %7.2-10 (Dalbudak ve Evren, 2014; Şenormancı vd., 2014) oranında İnternet bağımlılığı bulunmuştur. Sonuçlarda görülen bu farklılıkların sebebi ise, kullanılan farklı yöntemlerden, örneklemin özelliklerinden ya da kullanılan ölçekten kaynaklanmış olabilir.

İnternet bağımlılığı, son yıllarda sosyoloji, psikoloji ve iletişim başta olmak üzere farklı disiplinlerden araştırmacıların dikkatini çeken önemli bir çalışma alanı haline gelmiştir. Araştırmalardan elde edilen sonuçlara göre interneti kullanma miktarının önemli bir oranda artmasıyla birlikte İnternet bağımlılığı toplumda daha sık görülür hale gelmekte özellikle de dünyanın her yerindeki gençler için önemli bir sağlık problemi olarak görülmektedir. Bu nedenle, gençlerde İnternet bağımlılığına sebep olan faktörlerin belirlenmesi yararlı olacaktır. Alanyazında üniversite öğrencileri ve yetişkinlerin İnternet bağımlılığını araştıran birçok çalışma bulunmaktadır. Yapılan araştırmalar (Patchin ve Hinduja, 2006; Slonja ve Smith, 2008) ergenlerin cep telefonunu, bilgisayarları, interneti, cep bilgisayarlarını içeren bilişim ve iletişim teknolojilerini yoğun biçimde kullandığını göstermektedir. İnternet, 21. yüzyılın en güçlü ortamlarından biri olarak öncelikle üniversite öğrencilerinin (ergen ya da genç de diyebiliriz) sosyal iletişimini değiştirmiştir (Greydanus ve Greydanus, 2012).

Pek çok değişken İnternet bağımlılığını etkilemekte olup, İnternet bağımlılığı da insanların yaşamlarına tesir etmektedir. İnternet bağımlılığı, özellikle gençler arasında nörolojik komplikasyonlara, psikolojik sıkıntılara, toplumsal sorunlara, ve sağlık problemlerine neden olabilmektedir (Young, 1998; Zhou et al., 2011). Son yıllarda yapılan araştırmalar analiz edildiğinde araştırmaların %75'i İnternet bağımlılığı ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğunu, %57'si İnternet bağımlılığı ile kaygı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuşlardır (Carli vd. 2013). İnternet bağımlılığının, gençlerin depresif belirtilerini artırdığı saptanmıştır (Cheung ve Wong, 2011; Park, 2009). İnternet bağımlılığı ile sosyal izolasyon (Douglas vd., 2008), düşük sosyal özyeterlik (İskender ve Akin, 2010) ve yalnızlık (Bozoglan, Demirer, ve Sahin, 2013) arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Kişiler arası ilişkilerde problem yaşayan (ilişkileri kötü olan) gençlerin İnternet bağımlılığına daha yatkın olabileceği belirtilmiştir (Milani, Osualdella, ve Di Blasio, 2009).

Li, Garland ve Howard (2014) yaptıkları araştırmada İnternet bağımlılarının ailelerinden memnun olmadıklarını bulmuşlardır. Benzer bir şekilde Lam, Peng, Mai ve Jing (2009), yaptıkları araştırmada İnternet bağımlısı öğrencilerin aileleri ile mutsuz olduklarını ve son zamanlarda stresli olaylar yaşadıklarını belirlemişlerdir. Wang vd. (2011), yaptıkları çalışmada İnternet bağımlılarının çalışırken stres yaşadıklarını, öğretmenleri ve arkadaşları ile kötü ilişkileri olduğunu ve aile ilişkilerinde çatışmalar yaşadıklarını tespit etmişlerdir. Aile ilişkileri ile ilgili olarak Gunuc ve Dogan ise (2013), anneleriyle fazla vakit geçiren gençlerin, algıladıkları sosyal desteklerinin yüksek olduğunu ve İnternet bağımlılık oranlarının düşük olduğunu bulmuşlardır.

İnternet bağımlılığı, kişilerin uyku düzenlerini bozmakta (Choi vd., 2009), çalışma verimliliğini etkilemekte (Cheung ve Wong, 2011; Choi vd., 2009; Huang ve Leung, 2009; Lin ve Tsai, 2002; Young, 1998), İnternet bağımlılığı kişilerin günlük olağan işlerine ve sosyal ilişkilerine zarar vermektedir (Young, 1996, 1998). Choi ve ark. (2009) yaptıkları araştırmada İnternet bağımlısı öğrencilerin gündüzleri aşırı uyku halinde olduklarını ve uyku düzensizliği yaşadıklarını bulmuşlardır. İnternet bağımlılığının, ergenlerin akademik başarılarını ve uyku düzenlerini etkilediği birçok çalışma tarafından tespit edilmiştir. (Cheung ve Wong, 2011; Choi vd., 2009; Huang ve Leung, 2009; Lin ve Tsai, 2002; Young, 1998). Gençler üzerinde yapılan bir çalışmada sohbet, oyun gibi bağımlılık yapan sitelerin filtrelenmesi yani erişiminin engellenmesi durumunda, İnternet kullanıcılarının, interneti bilgi ve haber amaçlı kullanmaya yöneldikleri ve kullanım sürelerinin azaldığı gözlemlenmiştir (Günüş ve Kayri, 2008).

Alanyazına göre genç İnternet bağımlıların çoğu erkektir (Stavropoulos, Alexandraki, ve Motti-Stefanidi, 2013). Birçok araştırmada cinsiyet, İnternet kullanım zamanı, depresyon, tutum gibi nedenler İnternet bağımlılığının yordayıcıları olarak bulunmuştur (Şenormancı vd., 2014). Bazı araştırmacılara göre İnternet bağımlılığın başlıca nedenleri arasında kendini beğenme düzeyinin düşük olması da gelmektedir (Aydın ve Sari, 2011; Caplan, 2003). Akın (2012), İnternet bağımlılığı ile mutluluk arasında da bir bağlantı olduğunu belirtmiştir. Birçok çalışma İnternet bağımlılığının düşük psikolojik iyilik hali ile ilişkili olduğunu bulmuştur (Chou, Condran, ve Belland, 2005; Widyanto ve Griffiths, 2006). Ancak bu konuda araştırmacılar arasında herhangi bir fikir birliği sağlanamamıştır (Muusses, Finkenauer, Kerkhof, ve Billedo, 2014). Bazı araştırmacılar İnternet bağımlılığının düşük iyilik haline sebep olduğunu belirtirken (Moody, 2001), bazıları düşük iyilik halinin İnternet bağımlılığının artmasına sebep olduğunu belirtmektedirler (LaRose, Lin, ve Eastin, 2003). Caplan (2003) kişisel iyilik halinin İnternet bağımlılığını etkilediğini belirtirken, özgüveni düşük olan bireylerin, interneti kendilerini daha rahat ifade etme imkânı sunan bir araç olarak görebileceklerini belirtmiştir.

Psikolojik iyilik hali, kişinin yaşam kalitesini ya da yaşamdan doyumunu değerlendirdiği kişisel iyiliği olarak görülmektedir. Genel olarak mutluluk, depresyon, stres, yalnızlık ve kendini beğenme psikolojik iyilik halinin belirleyicileridir (Augner ve Hacker, 2011; Crocker, Luhtanen, Blaine, ve Broadnax, 1994; Kang, 2007). Bu çalışma, İnternet bağımlılığı ile meslek yüksekokulu öğrencilerinin çeşitli yönlerden iyilik halleri ile olan ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır.

İnternet bağımlılığını yordayan değişkenleri saptamaya yönelik araştırmaların sayısı son yıllarda artış göstermesine rağmen, özellikle İnternet bağımlılığı ile bireylerin kişisel iyilik halleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların sayısı yeterli değildir. Bu bağlamda kullanımı gittikçe artan ve hayatın vazgeçilmez bir parçası olan internetin, aşırı kullanılması sonucu ortaya çıkan İnternet bağımlılığı ile bireylerin iyilik halleri arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Ayrıca araştırmaların büyük bir çoğunluğu ergenler ile üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır.

Bu araştırmada bir meslek yüksekokulunda yatılı öğrenim gören öğrencilerin kişisel iyilik halleri (fiziksel açıdan, ekonomik açıdan, mutluluk açısından, ruhsal açıdan, genel olarak yaşam açısından ve gelecekte beklenen açısından) ile İnternet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

## Yöntem

### Katılımcılar

Çalışmanın katılımcılarını, yatılı bir meslek yüksekokulunda 2013–2014 öğretim yılında öğrenim gören seçkisiz olarak belirlenmiş 731 öğrenci oluşturmaktadır. Katılanların yaş aralığı 17–21, yaş ortalaması 19.24±1.24'dir. Katılımcılara ait diğer demografik bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Demografik Bilginin Tanımlayıcı İstatistikleri

Değişken	N	%	Değişken	N	%
<b>Sınıf</b>			<b>Mezun Olduğu Lise Türü</b>		
1	363	49,7	Genel Lise	223	30.5
2	368	50,3	Meslek Lisesi	508	69.5
<b>Bölüm</b>			<b>Gelir Durumu</b>		
Bilgisayar	56	7.7	Düşük	121	16.6
Elektronik	298	40.8	Orta	460	62.9
Otomotiv	217	29.7	İyi	134	18.3
İşletme	160	21.9	Çok iyi	16	2.2
<b>Facebook Sahipliği</b>			<b>Twitter Sahipliği</b>		
Evet	479	65.5	Evet	158	21.6
Hayır	252	34.5	Hayır	573	78.4

Katılımcıların kişisel olarak iyilik hallerini değerlendirdikleri özellikleri, fiziksel açıdan memnuniyet, ekonomik açıdan memnuniyet, ruhsal açıdan memnuniyet, mutluluk açısından memnuniyet, genel olarak yaşamdan memnuniyet ve gelecek beklentileri olmak üzere altı kategoride incelenmiştir. Katılımcıların kişisel değerlendirmelerine ilişkin istatistiksel bilgiler Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Katılımcıların İyilik Hallerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikleri

Değişken	Çok Kötü 1		Kötü 2		İyi 3		Çok iyi 4		Ortalama
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Fiziksel Açıdan	11	1.5	35	4.8	394	53.9	291	39.8	3.32
Ekonomik Açıdan	28	3.8	90	12.3	506	69.2	107	14.6	2.95
Ruhsal Açıdan	20	2.7	37	5.1	368	50.3	306	41.9	3.31
Mutluluk Açısından	17	2.3	60	8.2	375	51.3	279	38.2	3.25
Genel olarak yaşamdan memnuniyet	14	1.9	26	3.6	448	61.3	243	33.2	3.26
Gelecekte beklenen	7	1.0	9	1.2	263	36.0	452	61.8	3.59
Ölçek Toplam									19.67

### Verilerin Toplanması

Katılımcıların İnternet Bağımlılık durumlarını belirlemek amacıyla Günüş ve Kayri (2010) tarafından geliştirilen "İnternet Bağımlılık Ölçeği" kullanılmıştır. Öğrencilerin kendilerini kişisel olarak değerlendirmeleri için araştırmacı tarafından "Yaşam Doyumu Değerlendirme Formu" ve "Kişisel Bilgi Formu"nu da içeren veri toplama aracı katılımcılara meslek yüksekokulu ders yönetim sistemi üzerinden çevrimiçi olarak sunulmuştur. 731 öğrenciden elde edilen formlar değerlendirmeye alınmıştır.

İnternet Bağımlılığı Ölçeği Likert tipinde bir ölçek olup 35 maddeden oluşmaktadır. Likert tipindeki derecelenmeler; "Tamamen Katılıyorum (5)", "Katılıyorum (4)", "Kararsızım (3)", "Katılmıyorum (2)", "Kesinlikle Katılmıyorum (1)" şeklindedir. Madde puanları 1'den 5'e doğru arttıkça bağımlılık düzeyi de artmaktadır. Ölçeğin özgün halinin güvenilirlik katsayıları ile bu çalışmada elde edilen güvenilirlik katsayıları karşılaştırmalı olarak Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Cronbach Alpha Güvenirlik Katsayıları

Alt Boyutlar	Madde Sayısı	Günüç ve Kayri (2010)	Bu Çalışma
Yoksunluk	11	.877	.905
Kontrol Güçlüğü	10	.855	.942
İşlevsellikte Bozulma	7	.827	.948
Sosyal İzolasyon	7	.791	.926
TOPLAM	35	.944	.968

Tablo 3'te sunulduğu gibi İnternet bağımlılık ölçeğinin hem alt faktörlerin hem de ölçeğin genelinin Cronbach Alfa ( $\alpha$ ) güvenilirlik katsayıları Fraenkl ve Wallen'in (2006) önerdiği güvenilirlik sınırı olan .70'in üzerindedir.

Kendini değerlendirme formu ise araştırmacı tarafından oluşturulan katılımcıların kendilerini fiziksel açıdan, ekonomik açıdan, yaşamdan aldıkları mutluluk açısından, ruhsal açıdan, genel olarak yaşamlarından ve gelecek beklentileri açısından değerlendirmelerini sağlayan bir formdur. Formun derecelenmeleri "Çok Kötü", "Kötü", "İyi" ve "Çok iyi" şeklindedir. Altı maddeden oluşan Kendini değerlendirme formunun Cronbach Alfa ( $\alpha$ ) güvenilirlik katsayısı .80 bulunmuştur.

### Verilerin Analizi

Öğrencilerin İnternet bağımlılık düzeylerinin iyilik hallerine göre değişip değişmediğini belirlemek amacıyla tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. İyilik hali değerlendirme formundan elde edilen veriler (Tablo 2) incelendiğinde "Çok Kötü" seçeneğinin frekansının düşük olduğu belirlenmiş ve "Kötü" seçeneği ile birleştirilerek kullanılmıştır. Yapılan tüm analizlerde anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır.

Genel iyilik hali değerlendirme puanı ile İnternet bağımlılığı alt boyutlarının puanları arasındaki ilişki korelasyon analizi ile incelenmiştir.

### Bulgular

#### Katılımcıların İnternet Bağımlılık Puanları

İnternet bağımlılık ölçeğinden elde edilen toplam puanlara ait tanımlayıcı istatistikler Tablo 4'te sunulmuştur. Analiz edildiğinde, ortalama puan 60.27 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 4. Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanları

Boyut	N	Minimum	Maximum	Ortalama	Standart Sapma
Yoksunluk	731	11,00	55,00	23,61	9,49
Kontrol güçlüğü	731	10,00	50,00	16,05	7,73
İşlevsellikte Bozulma	731	7,00	35,00	10,22	5,26
Sosyal İzolasyon	731	7,00	35,00	10,38	5,18
İnternet Bağımlılığı	731	35,00	175,00	60,27	24,47

Tablo 4'e göre araştırmaya katılan meslek yüksekokulu öğrencilerinin % 10,4'ünün (n=76) diğer katılımcılara göre yüksek düzeyde (İB> Ortalama + Standart Sapma) İnternet bağımlısı olduğu ortaya çıkmıştır

#### Katılımcıların Fiziksel İyilik Halleri ile İnternet Bağımlılıkları Arasındaki İlişki

Katılımcıların fiziksel olarak kendilerini değerlendirmeleri ile İnternet bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5. Katılımcıların Fiziksel İyilik Hallerine Göre İnternet Bağımlılık Durumları

Faktör		Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Yoksunluk	Gruplar Arası	690,570		345,285			
	Gruplar İçi	65096,870		89,419	3,861	,021	Kotu>Çok iyi
	Toplam	65787,439					
Kontrol güçlüğü	Gruplar Arası	1098,290		549,145			
	Gruplar İçi	42560,629		58,462	9,393	,000	Kötü>iyi Kötü>Çok iyi
	Toplam	43658,919					
İşlevsellikte Bozulma	Gruplar Arası	276,315		138,158			
	Gruplar İçi	19976,533	2	27,440	5,035	,007	Kötü>iyi Kötü>Çok iyi
	Toplam	20252,848	728				
Sosyal İzolasyon	Gruplar Arası	271,419		135,710			
	Gruplar İçi	19369,095		26,606	5,101	,006	Kötü>iyi Kötü>Çok iyi
	Toplam	19640,514	730				
İnternet Bağımlılığı	Gruplar Arası	8228,069		4114,034			
	Gruplar İçi	428898,112		589,146	6,983	,001	Kötü>iyi Kötü>Çok iyi
	Toplam	437126,181					

Meslek yüksekokulu öğrencilerinden kendilerini fiziksel olarak kötü bulan öğrencilerin İnternet bağımlılık düzeylerinin kendilerini fiziksel olarak iyi ve çok iyi bulan öğrencilere göre daha fazla olduğu söylenebilir.

#### Katılımcıların Ekonomik İyilik Hali ile İnternet Bağımlılıkları Arasındaki İlişki

Tablo 6'da katılımcıların ekonomik durumlarını değerlendirmeleri ile İnternet bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların Ekonomik İyilik Hallerine Göre İnternet Bağımlılık Durumları

Faktör		Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Yoksunluk	Gruplar Arası	294,809		147,405			
	Gruplar İçi	65492,630		89,962	1,639	,195	
	Toplam	65787,439	2				
Kontrol güçlüğü	Gruplar Arası	325,423		162,712			
	Gruplar İçi	43333,496	728	59,524	2,734	,066	
	Toplam	43658,919	730				
İşlevsellikte Bozulma	Gruplar Arası	161,895		80,947			
	Gruplar İçi	20090,953		27,597	2,933	,054	

	Toplam	20252,848				
Sosyal İzolasyon	Gruplar Arası	175,152		87,576		
	Gruplar İçi	19465,362		26,738	3,275	,038 Kötü>İyi
	Toplam	19640,514				
İnternet Bağımlılığı	Gruplar Arası	3702,870		1851,435		
	Gruplar İçi	433423,311		595,362	3,110	,045 Kötü>İyi
	Toplam	437126,181				

Meslek yüksekokulu öğrencilerinden kendilerini ekonomik olarak kötü bulan öğrencilerin İnternet bağımlılık düzeylerinin sosyal izolasyonlarının ve toplam İnternet bağımlılıklarının daha yüksek olduğu söylenebilir.

#### Katılımcıların Ruhsal İyilik Hali ile İnternet Bağımlılıkları Arasındaki İlişki

Katılımcıların kendilerini ruhsal açıdan değerlendirmeleri ile İnternet bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 7'de yer almaktadır.

Tablo 7. Katılımcıların Ruhsal İyilik Hallerine Göre İnternet Bağımlılık Durumları

Faktör		Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Yoksunluk	Gruplar Arası	2230,974		1115,487			Kötü>İyi
	Gruplar İçi	63556,465		87,303	12,777	,000	Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi
	Toplam	65787,439					
Kontrol güçlüğü	Gruplar Arası	1130,527		565,264			Kötü>İyi
	Gruplar İçi	42528,392		58,418	9,676	,000	Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi
	Toplam	43658,919					
İşlevsellikte Bozulma	Gruplar Arası	370,053		185,026			
	Gruplar İçi	19882,795	2	27,312	6,775	,001	Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi
	Toplam	20252,848	730				
Sosyal İzolasyon	Gruplar Arası	398,810		199,405			
	Gruplar İçi	19241,704		26,431	7,544	,001	Kötü>İyi Kötü>Çok İyi
	Toplam	19640,514					
İnternet Bağımlılığı	Gruplar Arası	14380,666		7190,333			Kötü>İyi
	Gruplar İçi	422745,515		580,694	12,382	,000	Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi
	Toplam	437126,181					

Ruhsal açıdan kendini kötü bulan meslek yüksekokulu öğrencilerinin İnternet bağımlılık düzeylerinin iyi ve çok iyi bulan öğrencilerin İnternet bağımlılık düzeylerine göre oldukça fazladır. Ruhsal açıdan kendini iyi bulan öğrencilerin yoksunluk, kontrol güçlüğü ve genel İnternet bağımlılığı düzeylerinin çok iyi bulan öğrencilere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

#### Katılımcıların Mutluluk İyilik Halleri ile İnternet Bağımlılıkları Arasındaki İlişki

Katılımcıların kendilerini mutluluk açısından değerlendirmeleri ile İnternet bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 8'de yer almaktadır.

Tablo 8. Katılımcıların Mutluluk İyilik Hallerine Göre İnternet Bağımlılık Durumları

Faktör		Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Yoksunluk	Gruplar Arası	1268,513		634,256			
	Gruplar İçi	64518,927		88,625	7,157	,001	Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi
	Toplam	65787,439					
Kontrol güçlüğü	Gruplar Arası	986,571	2	493,286			
	Gruplar İçi	42672,348	728	58,616	8,416	,000	Kötü>İyi Kötü>Çok İyi
	Toplam	43658,919	730				
İşlevsellikte Bozulma	Gruplar Arası	530,519		265,260			Kötü>İyi
	Gruplar İçi	19722,329		27,091	9,791	,000	Kötü>Çok İyi

	Toplam	20252,848			
Sosyal İzolasyon	Gruplar Arası	615,991		307,996	
	Gruplar İçi	19024,523		26,133	11,786 ,000
	Toplam	19640,514			Kötü>İyi Kötü>Çok İyi
İnternet Bağımlılığı	Gruplar Arası	12927,510		6463,755	
	Gruplar İçi	424198,671		582,690	11,093 ,000
	Toplam	437126,181			Kötü>İyi Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi

Kendisini mutsuz hisseden katılımcıların İnternet bağımlılığı düzeylerinin, kendini mutlu hisseden katılımcılara göre yüksek olduğu tespit edilmiştir.

#### Katılımcıların Genel Olarak Yaşamları Açısından İyilik Halleri ile İnternet Bağımlılıkları Arasındaki İlişki

Tablo 9'da katılımcıların genel olarak yaşamlarını değerlendirmeleri ile İnternet bağımlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 9. Katılımcıların Genel Olarak Yaşamları Açısından İyilik Hallerine Göre İnternet Bağımlılık Durumları

Faktör		Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p.	Anlamlı Fark
Yoksunluk	Gruplar Arası	1431,038		715,519			
	Gruplar İçi	64356,401		88,402	8,094	,000	Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi
	Toplam	65787,439					
Kontrol güçlüğü	Gruplar Arası	1229,282		614,641			Kötü>İyi
	Gruplar İçi	42429,638		58,282	10,546	,000	Kötü>Çok İyi
	Toplam	43658,919					
İşlevsellikte Bozulma	Gruplar Arası	854,463		427,232			Kötü>İyi
	Gruplar İçi	19398,385	2	26,646	16,034	,000	Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi
	Toplam	20252,848	728				
Sosyal İzolasyon	Gruplar Arası	750,676		375,338			
	Gruplar İçi	18889,839		25,948	14,465	,000	Kötü>İyi Kötü>Çok İyi
	Toplam	19640,514					
İnternet Bağımlılığı	Gruplar Arası	16702,817		8351,409			Kötü>İyi
	Gruplar İçi	420423,363		577,505	14,461	,000	Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi
	Toplam	437126,181					

Genel olarak yaşamından memnun olmayan öğrencilerin İnternet bağımlılık düzeyleri daha yüksektir.

#### Katılımcıların Gelecek Beklenti İyilik Halleri ile İnternet Bağımlılıkları Arasındaki İlişki

Tablo 10'da katılımcıların kendilerini gelecek beklentisi açısından değerlendirmeleri ile İnternet bağımlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 10. Katılımcıların Gelecek Beklenti İyilik Hallerine Göre İnternet Bağımlılık Durumları

Faktör		Kareler Toplamı	df	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Yoksunluk	Gruplar Arası	1375,900		687,950			
	Gruplar İçi	64411,539		88,477	7,775	,000	Kötü> İyi Kötü>Çok İyi
	Toplam	65787,439					
Kontrol güçlüğü	Gruplar Arası	2103,220		1051,610			Kötü>İyi
	Gruplar İçi	41555,699		57,082	18,423	,000	Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi
	Toplam	43658,919					
İşlevsellikte Bozulma	Gruplar Arası	1011,321	2	505,661			Kötü>İyi
	Gruplar İçi	19241,527	728	26,431	19,132	,000	Kötü>Çok İyi İyi>Çok İyi
	Toplam	20252,848	730				
Sosyal İzolasyon	Gruplar Arası	744,690		372,345			
	Gruplar İçi	18895,824		25,956	14,345	,000	Kötü>İyi Kötü>Çok İyi
	Toplam	19640,514					
İnternet Bağımlılığı	Gruplar Arası	19884,440		9942,220	17,347	,000	Kötü>İyi

Gruplar İçi	417241,741	573,134	Kötü>Çok İyi
Toplam	437126,181		

Meslek yüksekokulu öğrencilerinden gelecek beklentisi kötü olan öğrencilerin İnternet bağımlılıkları daha fazladır.

### Katılımcıların Genel Yaşam İyilik Halleri ile İnternet Bağımlılık Puanları Arasındaki Korelasyon

Tablo 9'da katılımcıların genel yaşam değerlendirmeleri ile İnternet bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan Pearson Momentum korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 9. Genel Yaşam Değerlendirmesi ile İnternet Bağımlılık Puanları Arasındaki Korelasyon

	Yoksunluk	Kontrol Güçlüğü	İşlevsel Bozukluk	Sosyal İzolasyon	İnternet Bağımlılığı
Genel Yaşam Değerlendirme	-,178**	-,216**	-,218**	-,203**	-,227**

\*\*Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Meslek yüksekokulu öğrencilerin genel yaşam değerlendirmesi puanları ile İnternet bağımlılık puanları arasında ters yönde (negatif) anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

### Sonuçlar

Bu çalışmada, bir meslek yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin İnternet bağımlılık düzeylerinin çeşitli yönlerden iyilik hallerine göre nasıl değiştiği incelenmiştir. Öğrencilerin İnternet bağımlılık puanlarının ortalaması düşük bulunmuştur. Temel olarak öğrencilerin iyilik halleri ile İnternet bağımlılıkları arasında ters yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Kendini her açıdan kötü hisseden öğrencilerin İnternet bağımlılıkları, iyi ve çok iyi hisseden öğrencilere göre daha fazladır. Bu bulguya paralel olarak Aydın ve Sari (2011) ve Caplan (2003) İnternet bağımlılığının, kendini beğenme düzeyi düşük olanlarda daha fazla olduğunu bulmuştur.

Öncelikle araştırmaya katılan meslek yüksekokulu öğrencilerinin İnternet bağımlılık düzeylerinin, fiziksel iyilik hallerine göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Kendini fiziksel açıdan kötü hisseden öğrencilerin İnternet bağımlılık düzeylerinin, iyi ve çok iyi hisseden öğrencilere göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen bu bulgu Akın (2012)'ın bireylerin fiziksel özsaygıları ile İnternet bağımlılıkları arasında negatif ilişki olduğu bulgusuyla örtüşmektedir.

Meslek yüksekokulu öğrencilerinin İnternet bağımlılık düzeyleri, öğrencilerin kendilerini ekonomik olarak değerlendirmelerine göre incelendiğinde, sosyal izolasyon boyutu ve toplam İnternet bağımlılığı boyutlarında kendisini ekonomik olarak kötü hisseden öğrenciler ile kendisini ekonomik olarak iyi hisseden öğrenciler arasında anlamlı farklar tespit edilmiştir. Ekonomik düzey açısından bakıldığında, bu değişkene ilişkin çok fazla bilginin bulunmadığı görülmektedir. Jackson ve arkadaşları (2003), gelir düzeyinin İnternet kullanımı ile önceleri bağlantılı olduğunu, fakat yıllar içindeki yaygınlaştırma politikaları ile bu durumun ortadan kalktığını belirtmektedir.

Meslek yüksekokulu öğrencilerinin İnternet bağımlılık düzeyleri, öğrencilerin kendilerini ruhsal, kişisel mutluluk ve genel yaşam doyumuna göre incelenmiştir. Kendisini her üç yönden de kötü hisseden öğrencilerin İnternet bağımlılık puanlarının, kendisini her üç yönden iyi ve çok iyi hisseden öğrencilerinkinden daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca kendisini her üç yönden iyi hisseden öğrencilerin İnternet bağımlılık puanlarının, kendisini ruhsal, mutluluk ve genel yaşam doyumuna açılarından çok iyi hisseden öğrencilerinkinden anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgulara paralel olarak Young (1996); günlük yaşamda kişilerarası ilişkilerden alınan doyum derecesi ile İnternet bağımlılığı arasında negatif bir ilişki, Akın (2012) insanların kişisel mutlulukları ile İnternet bağımlılıkları arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. İnternet bağımlısı öğrencilerin, yaşamlarında daha az mutlu oldukları söylenebilir.

İnternet bağımlılık düzeyleri, öğrencilerin gelecekte beklenen durumlarına göre de farklılaşmaktadır. Gelecekte beklenen kötü olan öğrencilerin İnternet bağımlılık puanlarının, gelecekte beklenen iyi ve çok iyi olan öğrencilerin İnternet bağımlılık puanlarına göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak öğrencilerin genel olarak yaşam değerlendirmeleri ile İnternet bağımlılık boyutları arasında ters yönlü anlamlı ilişkiler ortaya çıkmıştır. Öğrenciler yaşamlarında herhangi bir konuda kötü hissettikçe daha fazla internete bağımlı olmaktadır. Eğer öğrencilerin genel olarak iyilik halleri geliştirilirse, İnternet bağımlılık düzeylerinde azalış görülebileceği söylenebilir.



Konu ile ilgili yurt içinde ve yurt dışındaki araştırmaların sınırlı sayıda olduğu düşünülürse, yeni araştırmaların daha geniş ve farklı örneklerde tekrar edilmesinin, cinsiyet değişkeninin, yaş faktörünün, bölümler arası farkın dikkate alınmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

#### Kaynakça

- Akın, A. (2012). The relationships between Internet addiction, subjective vitality, and subjective happiness. *Cyberpsychology Behavior And Social Networking*, 15, 404 – 410.
- Augner, C., & Hacker, G. W. (2011). Associations between problematic mobile phone use and psychological parameters in young adults. *International Journal of Public Health* 1–5.
- Aydin, B., ve Sari, V. S. (2011). Internet addiction among adolescents: the role of self-esteem. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 3500–3505.
- Bozoglan, B., Demirer, V., ve Sahin, I. (2013). Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of Internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54, 313–319.
- Canan, F., Ataoglu, A., Ozcetin, A., ve Icmeli, C., 2012. The association between Internet addiction and dissociation among Turkish college students. *Comprehensive Psychiatry*, 53, 422–426.
- Caplan, S. (2003). Preference for online social interaction: a theory of problematic Internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 30, 625–648.
- Carli, V., Durkee, T., Wasserman, D., Hadlaczky, G., Despalins, R., Kramarz, E., v.d., (2013). The association between pathological Internet use and comorbid psychopathology: a systematic review. *Psychopathology*, 46, 1–13.
- Cheung, L. M., ve Wong, W. S. (2011). The effects of insomnia and Internet addiction on depression in Hong Kong Chinese adolescents: An exploratory cross-sectional analysis. *Journal of Sleep Research*, 20, 311–317.
- Choi, K., Son, H., Park, M., Han, J., Kim, K., Lee, B., v.d. (2009). Internet overuse and excessive daytime sleepiness in adolescents. *Psychiatry Clinical Neurosciences*, 63 (4), 455–462.
- Chou, C., Condrón, L., ve Belland, J. C. (2005). A review of the research on Internet addiction. *Educational Psychology Review*, 17, 363–388.
- Crocker, J., Luhtanen, R., Blaine, B., & Broadnax, S. (1994). Collective self-esteem and psychological well-being among White, Black, and Asian college students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 503–513.
- Dalbudak, E., Evren, C., Aldemir, S., Coskun, K.S., Ugurlu, H., ve Yildirim, F.G., (2013). Relationship of Internet addiction severity with depression, anxiety, and alexithymia, temperament and character in university students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16, 272–278.
- Dalbudak, E., ve Evren, C., (2014). The relationship of Internet addiction severity with Attention Deficit Hyperactivity Disorder symptoms in Turkish university students; impact of personality traits, depression and anxiety. *Comprehensive Psychiatry*, 55, 497-503.
- Douglas, A.C., Mills, J. E., Niang, M., Stepchenkova, S., Byun, S., Ruffini, C., vd. (2008). Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996–2006. *Computers in Human Behavior*, 24 (6), 3027–3044.
- Durkee, T., Kaess, M., Carli V., Parzer P., Wasserman C., Floderus B., vd. (2012). Prevalence of pathological Internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors. *Addiction*, 107, 2210-22.
- Fraenkel, R.M., ve Wallen, N.E. (2006). *How to design and evaluate research in education. (6th Edition)*. New York: McGraw-Hill International Edition.
- Greydanus DE, Greydanus MM. (2012). Internet use, misuse, and addiction in adolescents: current issues and challenges. *Int J Adolesc Med Health*, 24, 283-9.
- Gunuc, S. ve Doęan, A. (2013). The relationships between Turkish adolescents' Internet addiction, their perceived social support and family activities. *Computers in Human Behavior*, 29, 2197–2207.
- Günüç, S. ve Kayri, M. (2008). *Sayısal uçurum ve internet bağımlılığı paradigmasının lojistik regresyon ile açıklanması*. II. Uluslararası Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Sempozyumu'nda sunulan bildiri (s. 924-937). Kuşadası, İzmir.
- Gunuc, S., ve Kayri, M. (2010). The profile of Internet dependency in Turkey and development of Internet addiction scale: Study of validity and reliability. *Hacettepe University Journal of Education*, 39, 220–232.
- Huang, C. (2010). Internet addiction: Stability and change. *European Journal of Psychology of Education*, 25, 345-361.
- Huang, H., ve Leung, L. (2009). Instant messaging addiction among teenagers in China: Shyness, alienation, and academic performance decrement. *CyberPsychology and Behavior*, 12, 675–679.

- Iskender, M., ve Akin, A. (2010). Social self-efficacy, academic locus of control, and Internet addiction. *Computers & Education*, 54, 1101–1106.
- Jackson LA, Alexander E, Biocca FA, Barbatsis G, Fitzgerald HE, ve Zhao Y (2003). Personality, cognitive style, demographic characteristics and Internet use-findings from the HomeNetToo project. *Swiss J Psychol*; 62, 79-90.
- Kang, S. (2007). Disembodiment in online social interaction: Impact of online chat on social support and psychosocial well-being. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 475–477.
- Kayri, M., ve Gunuc,S., (2009). The adaptation of Internet addiction scale into Turkish: the study of validity and reliability. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 42,157–175.
- Lam, L. T., Peng, Z.-W., Mai, J.-C., ve Jing, J. (2009). Factors associated with Internet addiction among adolescents. *CyberPsychology and Behavior*, 12(5), 551–555.
- LaRose, R., Lin, C. A., ve Eastin, M. S. (2003). Unregulated Internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, 5, 225–253.
- Li, W. , Garland, E.L., ve Howard, M. (2014). Family factors in Internet addiction among Chinese youth: A review of English- and Chinese-language studies. *Computers in Human Behavior*, 31, 393-411.
- Lin, S. S. J., ve Tsai, C.-C. (2002). Sensation seeking and Internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18, 411–426.
- Milani, L., Osualdella, D., ve Di Blasio, P. (2009). Quality of interpersonal relationships and problematic Internet use in adolescence. *Cyberpsychology & Behavior*, 12 (6), 681–684.
- Moody, E. J. (2001). Internet use and its relationship to loneliness. *CyberPsychology & Behavior*, 4, 393–401.
- Muusses, L.D., Finkenauer, C., Kerkhof, P., ve Billedo, C.J. (2014). A longitudinal study of the association between compulsive Internet use and wellbeing. *Computers in Human Behavior*, 36, 21-28.
- Park, S. (2009). The association between Internet use and depressive symptoms among South Korean adolescents. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 14, 230–238.
- Patchin, J. W., ve Hinduja ,S. (2006) Bullies move beyond the schoolyard : A pre-liminary look at cyberbullying. *Youth Violence and Juvenile Justice* , 4 (2) ,148-169
- Slonje ,R . ve Smith ,P.K . (2008 ) Cyberbullying : Another main type of bullying? *Scandinavian Journal of Psychology* 49 ,147-154 .
- Stavropoulos, V., Alexandraki, K., ve Motti-Stefanidi, F. (2013). Recognizing Internet addiction: Prevalence and relationship to academic achievement in adolescents enrolled in urban and rural Greek high schools. *Journal of Adolescence*, 36, 565–576.
- Şenormancı, Ö, Saraçlı Ö, Atasoy, N., Şenormancı G., Koptürk, F. ve Atik, L. (2014). Relationship of Internet addiction with cognitive style, personality, and depression in university students. *Comprehensive Psychiatry* 55, 1385-1390.
- Wang, H., Zhou, X., Lu, C., Wu, J., Deng, X., ve Hong, L. (2011). Problematic Internet use in high school students in Guangdong Province. China. *PLoS ONE*, 6 (5).
- Widyanto, L., ve Griffiths, M. (2006). “Internet addiction”: A critical review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 31–51.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 3, 237-244.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychol & Behavior*, 1, 237-244.
- Zhou, Y., Lin, F. C., Du, Y. S., Qin, L. D., Zhao, Z. M., Xu, J. R., vd. (2011). Gray matter abnormalities in Internet addiction: A voxel-based morphometry study. *European Journal of Radiology*, 79, 92–95.