



T.C.  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

**LİSE ÖĞRENCİLERİNİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI,  
SİBER ZORBALIK VE DUYGUSAL ÖZERKLİK DÜZEYLERİ  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Sıddıka SÜNTAR

ORCID: 0009-0000-6962-045X

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Ali Fuat YALÇIN

ORCID: 0000-0001-6088-3720

Konya – 2025

## ÖN SÖZ

Bu çalışmanın hazırlanmasında her anlamda yanımda olan ve akademik olarak adım ilerlememde yol gösteren, yardımcı olan, desteğini hiçbir zaman esirgemeyen danışmanım Dr.Öğr.Üyesi Ali Fuat Yalçın'a teşekkür ederim. Ayrıca çalışmanın yapıldığı okullarda görev yapan anketlerin uygulanmasında bana destek olan okul psikolojik danışmanı ve rehber öğretmeni olan meslektaşlarıma ve öğrencilere teşekkür ederim.

Hayatım boyunca kendime güvenmemi sağlayan annem Mukatter Koyunca'ya, her türlü desteği benden esirgemeyen babam Mehmet Koyuncu'ya teşekkürü borç bilirim. Bu çalışmayı sürdürmemde gerekli zamanı ayırmamı sağlayan canım Eşim Fatih Süntar' a ve benim moral kaynaklarım olan ikizlerim Meryem ve İbrahim'e sonsuz teşekkür ederim.

Sıddıka SÜNTAR  
ŞUBAT, 2025

## İÇİNDEKİLER

<b>ÖN SÖZ</b> .....	<b>ii</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>iii</b>
<b>TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU</b> .....	<b>vi</b>
<b>BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ</b> .....	<b>vii</b>
<b>SİMGELER VE KISALTMALAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>x</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xi</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Problem Durumu .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	6
1.3. Araştırmanın Önemi .....	7
1.4. Sayıtlar .....	8
1.5. Sınırlılıklar.....	8
1.6. Tanımlar .....	8
<b>2. ALAN YAZIN</b> .....	<b>10</b>
2.1. Ergenlik Dönemi .....	10
2.2. Problemlı İnternet Kullanımı.....	11
2.3. Siber Zorbalık.....	16
2.3.1. Siber zorbalığın görülme şekilleri .....	22
2.3.2. Siber zorbalığın görüldüğü ortamlar.....	22
2.4. Duygusal Özerklik.....	23
2.5. İlgili Çalışmalar .....	26
2.5.1. Problemlı internet kullanımı ile ilgili yapılan çalışmalar .....	26
2.5.2. Siber zorbalık ile ilgili yapılan çalışmalar .....	29
2.5.3. Duygusal özerklik ile ilgili yapılan çalışmalar .....	33
<b>3. YÖNTEM</b> .....	<b>36</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	36
3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu.....	36
3.3. Veri Toplama Araç ve Teknikleri .....	38
3.3.1. Kişisel bilgiler formu .....	38
3.3.2. Ergenlerde problemlı internet kullanımı ölçeği (PİKÖ-E) .....	38
3.3.3. Siber zorbalık ölçeği (SZÖ).....	38
3.3.4. Duygusal özerklik ölçeği (DÖÖ).....	39
3.4. Verilerin Toplanması.....	39
3.5. Verilerin Analizi.....	40

<b>4. BULGULAR</b> .....	<b>42</b>
4.1. Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyinin Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular .....	42
4.2. Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyinin Okul Türüne Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular .....	42
4.3. Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyinin Sınıf Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular .....	44
4.4. Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyinin Algılanan Anne Baba Tutumuna Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular .....	44
4.5. Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyinin Sanatsal, Sportif ve Kişisel Gelişim Aktivitesine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular .....	45
4.6. Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyinin İnternette Geçirilen Süreye Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular .....	46
4.7. Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımı, Siber Zorbalık ve Duygusal Özerklik Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular .....	47
4.8. Lise Öğrencilerinin Siber Zorbalık ve Duygusal Özerklik Düzeylerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeylerini Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulgular .....	48
<b>5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER</b> .....	<b>50</b>
5.1. Tartışma .....	50
5.1.1 Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeyinin cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması .....	50
5.1.2 Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeyinin okul türüne göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması .....	51
5.1.3 Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeyinin sınıf düzeyine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması .....	52
5.1.4 Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeyinin algılanan anne baba tutumuna göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması .....	53
5.1.5 Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeyinin sanatsal, sportif ve kişisel gelişim aktivitesine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması .....	53
5.1.6 Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeyinin düzeyi internette geçirilen süreye göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması .....	54
5.1.7 Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımı, siber zorbalık ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkiye ilişkin bulguların tartışılması .....	55
5.1.8 Lise öğrencilerinin siber zorbalık ve duygusal özerklik düzeylerinin problemlı internet kullanım düzeylerini yordamadaki rolüne ilişkin bulguların tartışılması .....	57
5.2. Sonuç .....	58
5.3. Öneriler .....	60
<b>KAYNAKLAR</b> .....	<b>62</b>
<b>EKLER</b> .....	<b>83</b>
<b>EK-1 Kişisel Bilgi Formu</b> .....	<b>83</b>
<b>EK-2 Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği-E</b> .....	<b>84</b>

<b>EK-3 Siber Zorbalık Ölçeği.....</b>	<b>85</b>
<b>EK-4 Duygusal Özerklik Ölçeği.....</b>	<b>86</b>
<b>EK-5 Etik Kurul Kararı .....</b>	<b>87</b>
<b>EK-6 Milli Eğitim Bakanlığı Araştırma İzin Yazısı.....</b>	<b>88</b>
<b>EK-7 Ölçek İzinleri .....</b>	<b>89</b>



## TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

*Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanımı, Siber Zorbalık Ve Duygusal Özerklik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* başlıklı tez çalışmamın toplam **63** sayfalık kısmına ilişkin, 21/02/2025 tarihinde tez danışmanım tarafından **Turnitin** adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı **%20** olarak belirlenmiştir.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Tez çalışması orijinallik raporu sayfası hariç
2. Bilimsel etik beyannamesi sayfası hariç
3. Önsöz hariç
4. İçindekiler hariç
5. Simgeler ve kısaltmalar hariç
6. Kaynaklar hariç
7. Alıntılar dahil
8. 7 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Necmettin Erbakan Üniversitesi Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim ve tez çalışmamın, bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranının (%30) altında olduğunu ve intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

21/02/2025

Sıddıka SÜNTAR

Dr. Öğr. Üyesi Ali Fuat YALÇIN

## **BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ**

Bu tezin tamamının kendi çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar tüm aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez hazırlama kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını ve bu kaynakların kaynaklar listesine eklendiğini beyan ederim.

21/02/2025

Sıddıka SÜNTAR

## SİMGELER VE KISALTMALAR

### Simgeler

$\beta$ : Beta Değeri

%: Yüzde

F: Varyans

N: Kişi Sayısı

P: Anlamlılık

r: Çoklu Korelasyon Katsayısı

R<sup>2</sup> : Çoklu Açıklayıcılık Katsayısı

t : Bağımsız Değişken

X: Ortalama Değer

## **Kısaltmalar**

PİK: Problemlı İnternet Kullanımı

PİKÖ: Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği

SZÖ: Siber Zorbalık Ölçeği

SD: Serbestlik Derecesi

SS: Standart Sapma

DÖÖ: Duygusal Özerklik Ölçeği

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

Akt. : Aktaran

Vd. : Ve Diğerleri

Ort: Ortalama

Top: Toplam

## ÖZET

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü  
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı  
Yüksek Lisans Tezi

### LİSE ÖĞRENCİLERİNİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI, SİBER ZORBALIK VE DUYGUSAL ÖZERKLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Sıddıka SÜNTAR

Bu araştırmada lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı, siber zorbalık ve duygusal özerklik arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Nicel bir araştırma olan bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Konya ilinin merkez ilçelerindeki farklı lise türlerinde (fen lisesi, anadolu lisesi, imam hatip lisesi, meslek lisesi ve spor lisesi) 333'ü kız öğrenci (%51.2), 317'si erkek öğrenci (%48.8) olmak üzere toplam 650 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada kullanılan verileri toplamak amacıyla Ergen Problemleri İnternet Kullanımı Ölçeği, Siber Zorbalık Ölçeği, Duygusal Özerklik Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada toplanan verilerin analizi için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı, yordayıcı ilişkileri belirlemek için Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ve öğrencilerin problemleri internet kullanımı durumlarını sosyodemografik bilgiler açısından incelemek için Bağımsız Örneklem t Testi ve Tek Yönlü ANOVA Testi analizleri yapılmıştır. Sonrasında bağımsız ikili grup karşılaştırmalarında Tukey ve Games-Howell testi ile varyanslardaki anlamlı farklılık hangi gruplarda ona bakılmıştır.

Araştırmanın sonuçlarına göre lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı düzeyleri cinsiyete, sınıf düzeyine, sanatsal, sportif bir aktivite gerçekleştirme ve bir kişisel gelişim kursuna (robotik kodlama, dil, office programları, yazılım, diksiyon kursları vb.) katılımına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma göstermemektedir. Öğrencilerin problemleri İnternet kullanımı düzeyleri okul türüne, algılanan anne baba tutumuna ve internet kullanım sürelerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Problemleri internet kullanım düzeyi, okul türlerinde en yüksekten en düşüğe doğru anadolu lisesi, sosyal bilimler lisesi, meslek lisesi, spor lisesi, imam hatip lisesi ve fen lisesi şeklinde sıralanmıştır. Problemleri internet kullanım düzeyi, algılanan anne baba tutumlarından yüksekten düşüğe doğru baskıcı otoriter anne baba tutumu, ilgisiz anne baba tutumu, tutarsız anne baba tutumu, mükemmeliyetçi anne baba tutumu, aşırı koruyucu anne baba tutumu, aşırı hoşgörölü anne baba tutumu ve demokratik anne baba tutumu şeklinde sıralanmıştır. Günlük internet kullanım süresi arttıkça da problemleri internet kullanım düzeyi de istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde artmıştır. Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ile siber zorbalık arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. Problemleri internet kullanımı ve duygusal özerklik arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir korelasyon; siber zorbalık ve duygusal özerklik arasında negatif yönde, düşük düzeyde anlamlı bir korelasyon bulunmuştur. Siber zorbalık ve duygusal özerkliğin öğrencilerin problemleri internet kullanımına ilişkin varyansın %16,2' sini açıkladığı tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Problemleri internet kullanımı, siber zorbalık, duygusal özerklik

## ABSTRACT

Necmettin Erbakan University, Graduate School of Educational Sciences  
Department of Educational Sciences  
Guidance and Psychological Counseling Program  
Master Thesis

### THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PROBLEMATIC INTERNET USE, CYBERBULLYING AND EMOTIONAL AUTONOMY LEVELS OF HIGH SCHOOL STUDENTS

Sıddıka SÜNTAR

In this study, it was aimed to examine the relationship between high school students' problematic internet use, cyberbullying and emotional autonomy. Relational survey model was used in this quantitative study. The study group consisted of a total of 650 students (333 female students (51.2%) and 317 male students (48.8%)) from different high school types (science high school, Anatolian high school, imam hatip high school, vocational high school and sports high school) in the central districts of Konya province. Adolescent Problematic Internet Use Scale, Cyberbullying Scale, Emotional Autonomy Scale and Personal Information Form were used to collect the data used in the study. SPSS 22.0 package program was used to analyze the data collected in the study. Pearson Product Moment Correlation Coefficient was used to determine the relationship between variables, Multiple Linear Regression Analysis was used to determine predictive relationships, and Independent Sample t Test and One-Way ANOVA Test were used to examine students' problematic internet use in terms of sociodemographic information. Afterwards, Tukey and Games-Howell tests were used in independent pairwise group comparisons to determine which groups had significant differences in variances. It was found to explain 6.2% of the variance.

According to the results of the study, problematic Internet use levels of high school students do not show a statistically significant difference according to gender, grade level, participation in an artistic, sportive activity and participation in a personal development course (robotic coding, language, office programs, software, diction courses, etc.). Students' problematic Internet use levels show a statistically significant difference according to school type, perceived parental attitude and duration of Internet use. The level of problematic Internet use is ranked from the highest to the lowest in school types as Anatolian high school, social sciences high school, vocational high school, sports high school, imam hatip high school and science high school. The level of problematic internet use was ranked from high to low as oppressive authoritarian parental attitude, indifferent parental attitude, inconsistent parental attitude, perfectionist parental attitude, overprotective parental attitude, overindulgent parental attitude and democratic parental attitude. As the duration of daily internet use increased, the level of problematic internet use also increased in a statistically significant way. There was a low significant positive correlation between problematic internet use and cyberbullying among high school students. There was a negative and moderately significant correlation between problematic internet use and emotional autonomy; cyberbullying and emotional autonomy. The level of problematic internet use was ranked from highest to lowest in school types as Anatolian high school, social sciences high school, vocational high school, sports high school, imam hatip high school and science high school. The level of problematic internet use was ranked from high to low as oppressive authoritarian parental attitude, indifferent parental attitude, inconsistent parental attitude, perfectionist parental attitude, overprotective parental attitude, overindulgent parental attitude and democratic parental attitude. As the duration of daily internet use increased, the level of problematic internet use also increased in a statistically significant way. There was a low significant positive correlation between high school students' problematic internet use and cyberbullying. A negative, moderately significant correlation was found between problematic internet use and emotional autonomy; a negative, low-level significant correlation was found between cyberbullying and emotional autonomy. It was determined that cyberbullying and emotional autonomy explained 16.2% of the variance related to students' problematic internet use.

**Keywords:** Problematic internet use, cyberbullying, emotional autonomy

# BÖLÜM 1

## 1. GİRİŞ

Araştırmanın bu bölümünde araştırmaya konu olan problemin durumundan, araştırmanın alt problemlerinden, araştırmanın amacından ve öneminden bahsedilmektedir. Ayrıca araştırmanın sınırlılıkları, varsayımları ve temel kavramlar tanımlanmaktadır.

### 1.1. Problem Durumu

İçinde bulunduğumuz çağ teknoloji çağı olduğu için internetsiz bir hayat düşünmemiz mümkün değildir. Teknoloji git gide hayatımızı kolaylaştırmaktadır. Uzaktan eğitimler, sağlık randevuları, haberleşme, giyim, kırtasiye, teknoloji alışverişleri ve market alışverişleri gibi her şey bir tık uzağımızda olmaktadır. Bu kadar avantajın yanında internet kullanımının dezavantajları da bulunmaktadır. İnternet kullanılarak gençlerin, adololanların ve çocukların istismar, dolandırıcılık, siber zorbalık/mağduriyet ve şahsi hesapların çalınması gibi mağduriyetler olmaktadır. İnternetle bilgiye erişimde yaşanan devrimin; bireysel, aile ve toplumsal ilişkileri dönüştürdüğünü ve dolayısıyla insanların yaşam tarzlarında köklü değişikliklere yol açtığını ortaya koyulmuştur (Demir (2006). 2009-2019 yılları arasında gerçekleştirilen kapsamlı bir meta-analizde, 21.957 katılımcıdan elde edilen veriler incelenmiştir. Araştırma sonuçları, internet bağımlılığı ve riskli internet kullanımı oranlarının söz konusu dönemde belirgin bir artış eğilimi gösterdiğini ortaya koymuştur (Bağatarhan, 2020). Üniversitede öğrenim gören bireyler ile yapılan bir diğer araştırmada katılımcıların interneti, %91 eposta, %78 akademik, %40,6 müzik, %33,8 mesajlaşma, %30 oyun, %22,2 sanal seks ve porno amaçlı olmak üzere birden çok nedenden dolayı kullandıklarını belirtmişlerdir (Nichols ve Nicki, 2004). Bir diğer araştırmada ergenleri interneti kullanma sebepleri arasında önemli iki etken bilgi arama ve eğlence olarak belirlenmiştir (Yang ve Tung, 2007).

Ergenlik, bireyin çocukluktan yetişkinliğe geçiş sürecini ifade eder ve bu dönemde birey fiziksel, zihinsel ve duygusal değişimlerle karşı karşıya kalır (Santrock, 2010). Kulaksızoğlu'na (2011) göre, ergenlik dönemi sadece fiziksel değişimlerin yaşandığı bir dönem değil, aynı zamanda sosyal ilişkilerin kurulması ve güçlendirilmesi için de önemli bir dönemdir. Sally (2006) tarafından yapılan çalışma, ergenlik döneminde yaşanan olumsuz olayların, gençlerin sosyal ilişkilerinden akademik başarılarına, duygusal durumlarından fiziksel sağlıklarına kadar birçok alanı etkilediğini göstermektedir. Ergenlikte bu tür

deneyimlerin yaşanması, depresyon, kaygı bozuklukları ve düşük benlik saygısı gibi psikolojik sorunlarla ilişkilendirilmiştir (Compas vd., 2017). Bu durum, bireyleri anın stresinden kaçınma veya duygusal rahatlama sağlama amacıyla problemlili internet kullanımına yönlendirebilir. Problemlili internet kullanımı, ergenlerin yaşadıkları duygusal zorluklarla başa çıkma mekanizması olarak ortaya çıkabilmektedir (Kırcaburun, 2020). Ergenlikte yaşanan travmatik olayların problemlili internet kullanımıyla olan ilişkisini inceleyen çalışmalar, bu iki faktör arasında anlamlı bir bağlantı olduğunu ortaya koymuştur (Lam ve Peng, 2010). Özellikle aile desteğinin düşük olduğu veya sosyal bağlantıların zayıf olduğu bireylerin, problemlili internet kullanımına daha yatkın olduğu görülmüştür (Wu vd., 2016). Araştırmalar, siber zorbalık, sosyal medya bağımlılığı ve online oyun bağımlılığının ergenlerde yaygın problemlili internet kullanımı biçimleri olduğunu göstermiştir (Anderson ve Jiang, 2018).

Gençler ve ergenler için sosyal medya olmazsa olmazlar arasında gözükmektedir. Profil oluşturma, fotoğraf, video paylamaya ciddi zaman ayırmaktadırlar. Gençler için bunlar önemli bir aktivite olmaktadır. Dünya genelinde 8,08 milyarlık nüfusun %69,4'ü (5,61 milyar) cep telefonu, %66,2'si (5,35 milyar) internet ve %62,5'i (5,04 milyar) sosyal medya kullanmaktadır. Türkiye özelinde ise, 2024 Ocak ayı verilerine göre, 86,04 milyonluk nüfusun %93,5'i (80,69 milyon) cep telefonu, %86,3'ü (74,41 milyon) internet ve %66,9'u (57,50 milyon) sosyal medya kullanıcısı olduğu belirtilmektedir (Creative Agency – We Are Social UK, 2024; DataReportal – Global Digital Insights, 2024).

Teknolojik gelişmeler, ergenlerin fiziksel çevreleriyle olan etkileşimlerini azaltarak, sosyal medya gibi sanal platformlara yönelmelerine sebep olmuştur. Bu durum, internet kullanımının denetimsiz bir şekilde artmasıyla birlikte bireylerin davranışları, düşünceleri ve duyguları üzerindeki olumsuz etkilerin araştırılmasına neden olmuştur (Gönül, 2002). Yeni iletişim teknolojileri, kullanıcıları zararlardan koruma konusunda sınırlı bir başarıya ulaşmıştır. Yapılan araştırmalar, bu platformların bireysel, sosyal ilişkiler ve toplum üzerindeki olumsuz etkilerine dikkat çekmektedir (Acar, 2024). Gülнар ve Öztat (2021) yaptığı araştırmada Türkiye'de sosyal platform kullanımının artmasıyla birlikte aile içindeki iletişimde kopukluk, yüz yüze iletişimin azalması ve depresyon gibi olumsuz durumların ortaya çıktığını tespit etmişlerdir. Ergenlik döneminde bireylerin internet kullanımındaki aşırılık ve kontrolsüzlük, davranışsal sorunların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Derevensky, 2019). İnterneti aşırı kullanan ergenlerin derslerinde başarılı olamama, işlerini erteleme, sorumluluk almaktan kaçınma, insanlarla anlaşmakta zorlanma, mutsuzluk ve korku

gibi ciddi sorunlar yaşadığı görülmektedir. Bu durum, gençlerin hayatlarını olumsuz etkilemektedir (Asam vd., 2019).

Teknolojinin hızla gelişmesiyle internet kullanımının yaygınlaşması, sosyal ilişkiler başta olmak üzere günlük yaşam pratiklerinde önemli değişikliklere yol açmıştır (Öztürk ve Özmen, 2011). Bu yüksek internet kullanım oranlarına da bakarak insanlar arasındaki ilişkiler artık daha çok internet üzerinden kurulduğu için, eskiden yüz yüze yaşanan sorunlar, şimdi sanal dünyada farklı şekillerde ortaya çıkmaktadır (Özbay, 2013). İnternet kullanırken özellikle sosyal medya üzerinden kişiler bazen saldırganca davranıp siber zorbalık davranışı gerçekleştirebilmektedir. Ya da kişiler siber mağdur olabilmektedir. Siber zorbalıktaki saldırganlık sadece metin ile olmuyor mağdur olacak kişinin fotoğraf, video ve ses kayıtları da zorbalık amacı ile kullanılıyor. Siber zorbalığa maruz kalanlar ve de yapanlar pek çok olumsuz duygular yaşamaktadırlar (King, 2023).

Dünyanın birçok yerinde olduğu gibi ülkemizde de internet üzerinden yapılan zorbalık olayları giderek artmaktadır. (Campbell, 2005; Serin, 2012). Almanya’da hem siber zorbalık eyleminde bulunma hem de siber zorbalığa maruz kalma oranlarının %16 seviyesinde olduğu görülmektedir (Schultze-Krumbholz ve Scheithauer, 2009; akt. Küçük, 2016). Li, (2005) Kanada’da yaptığı çalışmada ise katılımcıların %40,9’u siber zorbalığa maruz kaldığını bildirmiş, %55’i ise siber zorbalık yaptığını aktarmıştır. Bireyin internet ortamında nelerle meşgul olduğu onun gerçek dünyadaki hayatına da yansımaktadır. Örneğin, bireylerin şiddet içerikli oyunları sıklıkla oynamalarının, gerçek hayatta daha saldırgan ve öfkeli davranışlar sergilemelerine neden olabileceğini belirtilmektedir (Przybylski ve Weinstein 2019). Bir başka örnekle sanal ortamda yeme ve egzersiz içeriklerine maruz kalmak, bireylerin beslenme bilinçlerini artıran önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır (Van Malderen vd., 2021).

Siber zorbalığın sıklığıyla birlikte gençlerde vandalizm, hırsızlık, saldırganlık gibi davranış sorunlarının yanı sıra içe kapanma ve depresyon gibi psikolojik sorunların da paralel olarak arttığını ortaya koyuyor (Ybarra ve Mitchell, 2007). Tokunaga (2010)'a göre, sanal ortamın denetlenebilir olmaması, siber zorbalığın akran zorbalığına kıyasla daha tehlikeli bir hal almasına ve mağdurlar üzerinde daha derin yaralar açmasına neden olmaktadır. Ergenlerin fiziksel dünyada maruz kaldıkları zorbalık türleri, sanal ortama taşınarak farklı bir boyut kazanmakta ve ergenleri psikolojik olarak olumsuz etkilemektedir (Topçu ve Erdur-Baker, 2016). Ağlar, kişilere gerçek hayatta yapamayacakları eylemleri gerçekleştirme imkânı sunarak siber zorbalık gibi olumsuz durumların ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır. Bu

durum hem zorbalık yapanı hem de mağduru derin psikolojik ve fiziksel yaralara sürükleyebilmektedir (Acar, 2024).

Amerika Birleşik Devletleri'nde 6, 7 ve 8. sınıf düzeyindeki 3767 öğrenci üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, katılımcıların son iki ay içerisinde siber zorbalık olaylarına karışma oranları incelenmiştir. Bu inceleme sonucunda, katılımcıların %11'inin siber zorbalık mağduru olduğu, %7'sinin hem mağdur hem de zorba rolünü üstlendiği ve %4'ünün ise yalnızca siber zorbalık eylemlerinde bulunduğu tespit edilmiştir (Kowalski ve Limber, 2007). Patchin ve Hinduja (2006) yaptıkları araştırmada sonuçlarına göre ise deneklerin %29'unun, kasten sataşılmak, internette rahatsız edilmek, kötü ve kırıncı isimler takılmak, korkutulmak, özel bilgilerinin çalınması, cinsel temalı, nahoş mesajlar almak gibi zorbalık mağduriyeti yaşamışlardır, gençlerin %11 ise, başka kişilere siber zorbalık davranışı gerçekleştirdiklerini belirtmişlerdir. Ybarra ve Mitchell (2004) yaptıkları çalışmalarında yaşları 10-17 arasında değişen 1501 sistematik internet kullanan kişilerden %19'unun internette zorbalık olaylarında buldukları, bunların %4'ünün siber zorbalık mağduru, %12'sinin zorbalık yapmış, %3'ünün ise hem zorbalık gerçekleştirmiş hem kurban rolünde olduklarını tespit etmişlerdir.

Siber zorbalığın kimlik gizliliği, her yerde ve her zaman erişilebilirlik gibi özellikleri, bu olguyu eğitim sistemleri için etki alanı geniş bir risk faktörü olarak tanımlamaktadır. (Aközlü, 2019). Siber zorbalık, sadece etkilediği kişi sayısı ile değil, aynı zamanda öğrencilerin fiziksel ve ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkileriyle de önemli bir sorun olarak karşımıza çıkıyor. Araştırmalar, siber zorbalığın hem zorbalık yapan hem de maruz kalan gençlerde depresyon, intihar düşünceleri ve hatta intihar girişimlerine yol açabileceğini göstermektedir (Chadwick, 2014).

Birey dünyaya geldiğinde ilk olarak anneye kurduğu etkileşim, temel ihtiyaçlarının karşılanmasıyla başlar. Bu biyolojik bir zorunluluktan öte, zamanla içselleştirilerek bireyin yaşamının tüm yönlerini etkileyen derin bir bağ haline gelir (Hamarta, 2004). Bowlby (2012)'e göre, çocuklukta keşif davranışları, özerkliğin ilk adımları olarak görülür. Ergenlik döneminde, bireyin artan özgüveniyle birlikte, ebeveynlerine olan bağlanma yavaş yavaş yerini sosyal çevreye ve ait olduğu gruplara olan bağlanmaya bırakır (Bowlby, 2013). Karabacak ve Demir (2017) tarafından vurgulandığı üzere, ergenlik döneminin en önemli gelişim görevlerinden biri özerklik kazanmaktır. Garber ve Little (2001) ise bu sürecin, bireylerin aileden bağımsızlaşarak kendi kimliklerini oluşturdukları ve yeni sorumluluklar aldıkları bir dönem olduğunu belirtmektedir. Bu özerkleşme davranışları, bağlanma ile

çalışmak yerine, birlikte gelişir. Çocuk, güvende hissettiği zaman çevreyi keşfederken, korktuğu veya ihtiyaç duyduğu durumlarda ise bağlanma figürüne sığınır. Bu durum, erken dönemdeki bağlanma ve özerklik gelişiminin birbirini tamamlayan süreçler olduğunu gösterir.

Ergenlerin bireysellik arayışı, onları aileden uzaklaştırırken arkadaş gruplarına daha fazla bağlanmalarına neden olur. Bu durum, ergenlerin herhangi bir gruba ait olma ihtiyacından dolayı, o grubun özelliklerini sorgulamadan kabul etmelerine ve riskli durumlara girmelerine yol açabilir (Derman, 2008). Ergenlerin algıladıkları kabul ve ilgi seviyesi arttıkça; yine ergenlerin algıladıkları psikolojik özerklik arttıkça internetin istenmeyen sonuçlarından olan sosyal yarar, kontrolsüz kullanım, sosyal rahatlık ve genel problemlili internet kullanımını azalmaktadır (Özdemir, 2015).

Duygusal özerkliği sağlıklı bir şekilde kazanmış ergenler, sorunlarla başa çıkma becerilerini geliştirerek ebeveynlerine olan bağımlılıklarını azaltır (Tatar vd., 2016). Ebeveynlerini idealize etmekten vazgeçerek onlara daha gerçekçi bir gözle bakar ve böylece sosyal ilişkileri ve genel gelişimi desteklenir. Bu nedenle ebeveynlerin, ergenlerin özerklik kazanmalarını desteklemeleri büyük önem taşır. Fuhrman ve Holmbeck (1995) çalışmalarında, otoriter ve iletişimin zayıf olduğu ailelerde büyüyen ergenlerin duygusal özerkliklerinin daha düşük düzeyde olduğunu belirtmişlerdir. Bu tür ailelerde ergenlerin görüşlerine değer verilmemesi ve onlara baskı uygulanması, duygusal bağımsızlıklarını geliştirmelerini engelleyen önemli bir faktördür. Çankaya'ya (2009) göre, bireylere seçim hakkı verildiğinde ve özgürlük hissettiklerinde psikolojik ihtiyaçlarını daha iyi karşılayabilmekteler ve bu durum özerklik gelişiminin önemini vurgulamaktadır.

Duygusal özerkliğe baktığımızda; kendi kendini kontrol etme duygusu, duygusal bağımsızlığı kullanma, kişilerarası ilişkilerde yetkin olma, uygun sosyal sorumluluklarda bulunma arzusunu içermektedir (Anderson vd., 1994). Bu bağlamda düşündüğümüzde kişi internet kullanırken kendini ve duygularını ne kadar kontrol edebiliyor diye düşünülmüştür. İnternet ortamı kişilerarası ilişkileri de içerdiği için duygusal özerklikle bir bağlantısı olabilir mi diye araştırmacı da merak oluşturmuştur. Ayrıca sağlıksız bir internet kullanımı, internet ortamında saldırganlığı tetikleyerek siber zorbalığa neden oluyor mu düşüncesi bu çalışmanın yapılmasının nedenlerinden biridir. Sonuç olarak ülkemizde ve dünyada yapılan araştırmalar incelendiğinde genel olarak problemlili internet kullanımını etkileyen durumlar incelenmiştir. Ülkemizde yapılan tezlerde problemlili internet kullanımı ile siber zorbalık arasındaki ilişkilerin incelendiği yedi adet tez çalışması mevcuttur. Problemlili internet kullanımını siber

zorbalık ve duygusal özerkliğin bir arada bulunduğu herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu değişkenlerin seçilmesinde araştırmacının okullarda gözlemlediği zorbalık, öğrencilerin internet kullanım yaygınlığı durumlarına yönelik merakı olmuştur. Ailelerin çocuklarına yönelik hep dile getirdiği duygusal özerklik kavranımının içerisinde yer alan bireyin kendine yönelik sosyal sorumlulukları gerçekleştirip gerçekleştirilmemesi durumları da araştırmacı için merak konusu oluşturmuştur. Nitekim bu çalışmadan elde edilecek bulgular ve sonuçlar neticesinde, Türkiye’de eğitim ve öğretim faaliyetine ve de ailelere yönelik önemli katkı sağlayacağı düşünüldüğünden çalışmanın problem cümlesini; “Lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımının siber zorbalık ve duygusal özerklik ile ilişkisi ne düzeydedir?” sorusu oluşturmuştur.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmanın amacı; lise öğrencilerin problemlili internet kullanımı durumu ile duygusal özerklik ve siber zorbalık arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Bu amaç doğrultusunda şu alt amaçlara cevap aranmaktadır.

1. Lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımı cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
2. Lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımı okul türüne göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
3. Lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımı sınıf düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
4. Lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımı algılanan anne baba tutumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
5. Lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımı sanatsal, sportif ve kişisel gelişim aktivitesi gerçekleştirmelerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
6. Lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımı internette geçirilen süreye göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
7. Lise öğrencilerin problemlili internet kullanımı, siber zorbalık ve duygusal özerklik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

8. Lise öğrencilerin problemleri internet kullanımını düzeyini, siber zorbalık ve duygusal özerklik anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

### 1.3. Araştırmanın Önemi

İçinde bulunduğumuz teknoloji çağının gereği olarak internet yaşamımızın her alanında yer almaktadır. İnternet genellikle bilgi erişimi, eğlence ve sosyalleşme gibi amaçlar için kullanılmaktadır. İnterneti tamamen hayatımızdan çıkarmak mümkün değildir ya da sadece faydalı bir amaç doğrultusunda kullanılmasını demek doğru olmayacaktır. Örneğin herhangi bir ergen birey sosyal çevresindeki akranları internetteki sosyal medyadan bahsederken, bireyin arkadaş ortamında buna kayıtsız kalması mümkün olmaktadır. Arkadaş ortamındaki muhabbetten geri kalmamak, gruptan dışlanmamak için oda sosyal medyayı kullanmaya başlayabilmektedir. Bu sebeple interneti doğru ve sağlıklı bir şekilde kullanmak, internetin olumsuz etkilerini en aza indirmek önemli bir konu haline gelmektedir. İnternet problemleri bir şekilde kullanıldığında pek çok sorunu da beraberinde getirmektedir. Bunlar akademik başarıda düşme, okula devamsızlıkta artış, bazı depresif davranışlar, aile içi iletişimde sıkıntılar ve arkadaşlık ilişkilerinde sorunlar çıkmaktadır. İleri seviye de internete bağımlı olan bireyler gerçek hayattan soyutlanabilmekte, gerçek dünya ona cazip gelmemektedir. Ayrıca son yıllarda internet aracılığıyla gençler ve yetişkinler siber zorbalık/mağduriyet yaşamaktadırlar. İnterneti problemleri kullanan bireyin siber zorba ya da mağdur olma ihtimalinin daha yüksek olacağı düşünülmektedir. Bu konu ile yapılan araştırmalar incelendiğinde bu durumu etkileyen pek çok faktörler ortaya konmuştur.

Bu araştırmada ergen grubunun tercih edilmeindeki temel etken ergenlerin interneti kullanan en çok ikinci grup olmasıdır (Türkiye İstatistik Kurumu, 2024). Yaşa göre internet kullanım verilerine göre 16-25 yaş grubunun internet kullanım oranı %96,5 ve 25-34 yaş arasındaki kullanım oranı %97,7 dir. Ergenlik dönemi kişinin yetişkinliğe adım attığı, kimlik arayışında olduğu, riskli davranışlar sergilediği, ait olma, eğlence gibi psikolojik ihtiyaçlarının karşılandığı bir dönemdir. Bu dönemin özellikleri gençleri internet kullanmaya daha çok itmektedir.

Ergenlik kişinin duyuşsal, bilişsel ve sosyal olarak da özerkliğini kazanmaya başladığı bir dönemdir. Ergen bu özerklik tecrübeleri yaşamaya başlaması yetişkin dönemine önemli bir şekilde etki edecektir. Duygusal özerkliğini kazanmaya başlamış bir ergen için problemleri

internet kullanımındaki dürtü kontrolü, internet kullanmayı bırakamama ve takıntılı düşüncelerini kontrol etmeyi daha iyi başarabileceği belirtilmektedir.

Bu araştırmanın temel amacı, internetin gençler üzerinde yarattığı mevcut, geçmiş ve gelecekteki olumsuz etkilerini en aza indirmek ve onları bu zararlardan korumaktır. Bu amaca yönelik olarak, problemlili internet kullanımı, siber zorbalık ve duygusal özerklik arasındaki etkileşim ve bu değişkenlerin farklı demografik özelliklere sahip gençlerdeki dağılımını incelenmektedir. Bu inceleme, gençlerin internetle ilgili risklerden korunması açısından büyük önem taşımaktadır.

#### 1.4. Sayıtlar

Çalışmaya katılan bireylerin kendilerine uygulanan ölçme araçlarına samimiyetle ve doğru cevap verecekleri varsayılmaktadır.

#### 1.5. Sınırlılıklar

Çalışmada ölçülecek olan problemlili internet kullanımı "Problemlili İnternet Kullanım Ölçeği- Ergen" siber zorbalığı "Siber Zorbalık Ölçeği", duygusal özerkliği "Duygusal Özerklik Ölçeği" nin ölçtüğü nitelikler ile sınırlı olmuştur.

Araştırmanın genellenebilirliği yalnızca ergenlik döneminde olan lise çağındaki bireylerle sınırlandırılmıştır.

#### 1.6. Tanımlar

**Problemlili İnternet Kullanımı:** "Bireyin internet kullanımını kontrol etmekte zorlanması, dürtülerini yönetememesi, zihninde sürekli internetle ilgili düşüncelerin dönüp durması ve interneti kullanmayı durduramaması, psikolojik, zihinsel ve sosyal yaşamında sorunlara yol açmasıdır (Davis, 2001)."

**Siber Zorbalık:** "İletişim ve bilgi teknolojileri aracılığıyla bir kişi, grup veya kuruluşa yönelik, teknik veya sosyal ilişkiler yoluyla zarar verme amaçlı tüm davranışları kapsar (Arıcak vd., 2008)."

**Duygusal Özerklik:** "Gençlerin ebeveynlerini hem zihinsel olarak idealize etmeyi bırakıp onları oldukları gibi görmelerini, hem de duygusal olarak onlardan bağımsızlaşma ve kendi kimliklerini oluşturma süreçlerini ifade eder. Başka bir deyişle, duygusal özerklik,

gençlerin ebeveynleriyle olan çocuksu bağlarını ne kadar düzenleyebildikleridir (Deniz vd., 2013).



## BÖLÜM 2

### 2. ALAN YAZIN

Bu bölümde araştırmanın problemleri internet kullanımı, siber zorbalık ve duygusal özerklik ile ilgili kuramsal temellere, yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

#### 2.1. Ergenlik Dönemi

Ergenlik sözcüğü Latince de “adolescent” olarak geçmektedir ve anlam olarak baktığımızda büyüme, ergin olmak, olgunlaşmak gibi anlamlara gelmektedir. Kavramsal olarak baktığımızda ergenlik sözcüğü bireylerde süreç içinde olan sürekli ve hızlı bir gelişimdir (Yavuzer, 2013). Dünya Sağlık Örgütü’nün (DSÖ) (2024) tanımına göre, başlangıç ve bitiş yaşı kişiden kişiye değişse de çocukluk ile yetişkinlik arasında, 10 ila 19 yaşları arasındaki yaşam evresidir. Bu dönem, insan gelişiminde emsalsiz bir konuma sahiptir ve bireyin fiziksel ve ruhsal sağlığının temelleri bu dönemde şekillenir. Ergenlik sürecinde gelişim sırasının ve yaşanan değişimlerin herkeste aynı olduğu ama gelişimin oluş zamanının bireyden bireye değiştiğini ifade etmektedir (Senemoğlu, 2015).

Ergenlik, sosyal etkilerin en fazla olduğu bir dönem ve sosyal etkilerinde bir o kadar önem taşıdığı bir süreçtir (Akçan Parlaz vd., 2012). Bireyler, ergenlik döneminde bilişsel işlevlerin gelişimiyle birlikte iletişimi sürdürülebilir kılma, soyut düşünme, akranları ile birlikte güçlü yanlarını belirginleştirme, özgüvenini sınama, maceraya açık olma gibi yönlerden kendisini sınavdığı bir dönemdedir.

Ergenlik, bireylerin yetişkinliğe geçiş sürecinde kimlik, değerler, inançlar ve sosyal roller üzerine yoğun bir şekilde düşündükleri, biyolojik, psikolojik ve sosyo-kültürel değişimlerin yaşandığı bir süreçtir. Bu dönemde bireylerin sosyal becerileri gelişir, yaşlılarıyla ilişkileri ön plana çıkar ve toplumsal normlarla etkileşimleri artar (Erikson, 1968). Fakat sanal dünyanın gittikçe etkisi altında olan ergenler, sosyal gelişim süreçlerini hem olumlu hem de olumsuz yönde etkileyecek sebeplerle karşılaşmaktadır (Kuss ve Griffiths, 2017). Sosyal etkileşimler, bu kimlik oluşumunda önemli bir yer tutar (Erikson, 1968). Akran ilişkileri, ergenlerin kimliklerini keşfederken, toplumsal normlarla etkileşimlerini ve kişisel değerlerini oluştururken onlara yol gösterir (Erikson, 1968). Akran ilişkileri, ergenlik döneminde sosyal gelişimin en güçlü belirleyicilerinden biridir. Arkadaş grupları, bireyin sosyal becerilerini geliştirdiği, duygusal destek aldığı ve kendini ifade ettiği önemli bir alan

sağlar (Santrock, 2010). Ergenlik döneminde sosyal kimlik gelişimi, bireylerin kendilerini tanıma ve toplum içindeki yerlerini belirleme çabalarını içerir (Erikson, 1968). Günümüzde, ergenlerin sosyal kimliklerini oluşturma süreçleri, dijital medya ve küresel kültürel etkilerle daha karmaşık hale gelmiştir. Sanal dünyanın adolesanlar üzerindeki etkileri, arkadaş gruplarındaki aidiyet duygusunu güçlendirebilirken, aynı zamanda sosyal kaygı ve yalnızlık gibi duygusal zorlukları da artırabilir (Valkenburg ve Peter, 2017). Bu dönemde sosyal ilişkiler ve özellikle arkadaşlıklar, kimlik gelişiminin önemli bir parçasıdır. Akranlar, ergenin kimlik oluşturma sürecinde büyük bir rol oynar ve ergen, kendini daha çok benzer yaşlardaki bireylerle tanımlar (Brown ve Larson, 2009). Akran baskısı, bu dönemin özelliklerinden biri olup, ergenlerin toplumsal normlara uyum sağlama çabalarına zemin hazırlar (Steinberg, 2005).

Dijital medya ve sosyal medya platformları, adolesanların arkadaşlık ilişkileri kurma biçimlerini değiştirmiştir. Sosyal medya, ergenlerin kimliklerini ifade etmeleri, toplumsal normlarla etkileşimde bulunmaları ve çevrimiçi kimliklerini oluşturma şekillerini etkiler (Valkenburg ve Peter, 2017). Sosyal medya, ergenlerin arkadaşlık ilişkilerini güçlendirebilirken, aynı zamanda yalnızlık, sosyal kaygı ve benlik saygısındaki düşüşler gibi olumsuz etkiler de yaratabilir (Rosen vd., 2020).

## **2.2. Problemlili İnternet Kullanımı**

Bilimin ve teknolojinin zamanla ilerlemesiyle birlikte ilk olarak teknoloji bağımlılığı daha sonra bilgisayar bağımlılığı kavramları ortaya çıkmıştır. Bu gelişmeleri daha sonra internet bağımlılığı kavramı takip etmiştir. İnternet bağımlılığı terimi ilk defa 1996 yılında Young tarafından Amerikan Psikoloji Derneği'nin senelik toplantısında tanıtılmıştır. Young (1996)'a göre internet bağımlılığı tam olarak kimyasal bir bağımlılık gibi değildir; kimyasal bağımlılıklar yaşamımızın ayrılmaz bir parçası değildir ve de işimize yaramamaktadır. Ama internet hayatımızı kolaylaştıran, git gide yaşamımızın ayrılmaz bir parçası olan ve işe yarayan bir alandır. İnternetin doğası gereği ve sonucu olarak bağımlılık yapmaktadır (Young, 2004).

Aşırı ve kontrolsüz internet kullanımının bireylerin günlük yaşamları üzerindeki olumsuz etkilerini vurgulamak amacıyla, literatürde internet bağımlılığı, patolojik internet kullanımı, problemlili internet kullanımı ve kompülsif internet kullanımı gibi çeşitli kavramlar yaygın olarak kullanılmaktadır (Ceyhan ve Balkaya Çetin, 2015). Bu kavramlar, internetin

bilinçsizce ve aşırı kullanımını tanımlamayı ve bu durumun bireylerin yaşamlarında yarattığı sorunları açıklamayı hedeflemektedir. İnternet kullanımı sistemi düzensiz olduğunda problemlili internet kullanımı adı verilen olgu ortaya çıkmaktadır (C. Chen, 2021).

Ann Liebert ve Kandell (1998)'e göre problemlili internet kullanımı, bireyin internet aktivitelerine ayırdığı maddi ve manevi kaynaklarda (örneğin, harcanan para, enerji, zaman) gözle görülür bir artış göstermesiyle karakterizedir. Bu durumun yanı sıra, internette uzak kalındığında bireylerde depresyon, anksiyete, boşluk hissi, yalnızlık, mutsuzluk gibi negatif duyguların ortaya çıkması da söz konusudur. Ayrıca, çevrimiçi deneyimin başlangıçta sağladığı tatminin zamanla azalması (tolerans gelişimi) ve internet kullanımından kaynaklanan sorunların reddedilmesi de problemlili internet kullanımının belirtileri arasındadır.

İnternet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar ilk olarak 1995 yılında Dr.Ivan Goldberg tarafından başlamış. Daha sonra Young (1996), Kandell (1998), Davis (2001) i Caplan (2001) gibi kişiler tarafından geliştirilmiştir. İlk başlarda araştırmacılar internet bağımlılığını bazı kriterlere göre tanılamaya çalışmışlardır. Goldberg (1995) yılında ironi olması amacı ile DSM IV teki madde bağımlılığı kriterlerini baz alarak internet bağımlılığı kriterleri olan bir site kurmuştur. Ama siteye verile yanıtlarda bu kriterlere uyduklarını söyleyenlerin sayısının fazlalığı işin ciddiyetini gözler önüne sermiştir. Goldberd'en ilham alarak Young (1998) çalışmalarını genişletmiştir. İnternet bağımlılığını tanılamak için hastalıklı kumar oynamanın DSM-IV ölçütlerini temel alarak internet bağımlılığına ilişkin bir kriter listesi önermiştir (Young, 1998). Young'un tanı kriteri 8 maddedir ve bunlardan 5 tanesi var ise internet bağımlılığı riski taşımaktadır. Young'un tanı kriteri aşağıdaki gibidir;

- 1. İnternete Aşırı Zaman Harcama:** Bireyin internet kullanım süresi, istemeden artar ve zamanının çoğunu internette geçirir. Birey, internetle geçen zamanı fark etmeden kontrol edemez, bu sebeple günlük görevleri ihmal etmeye başlar.
- 2. İnternetin Kısıtlanması Zorunluluğu:** Birey internet kullanım süresini azaltmaya yönelik girişimler, bireyin sürekli olarak başarısız olmasına neden olur. Birey, internet kullanımını azaltmaya çalışsa da bu konuda genellikle kontrolsüzdür.
- 3. İnternete Bağlılık Düşünceleri:** Birey internette olmadığı zaman diliminde sürekli olarak internet kullanma düşünceleriyle meşgul olur. Bu düşünceler, bireyin diğer işlerine odaklanmasını zorlaştırır.
- 4. Gerçek Dünyadan Kaçış Aracı Olarak İnternet:** Birey interneti gerçek dünyadaki negatif duygu durumlarından (depresyon, stres, korku, kaygı) kaçmak için kullanır.

- 5. Sosyal ve Mesleki Yaşamda Zararlar:** Fazla internet kullanımı kişinin sosyal, iş hayatını ve okul hayatını olumsuz etkilerde bulunur. Birey, internet yüzünden sosyal etkinliklere katılmayı, önemli görevleri yerine getirmeyi ve ilişkilerini sürdürmeyi ihmal eder.
- 6. İnternete Yönelik Yalanlar ve Gizleme:** Birey, internet kullanım süresi hakkında başkalarına yalan söyler veya gerçeği gizler. Bu, internet kullanımının denetim altına alınamamasının bir göstergesidir.
- 7. İnternet Sonrası Negatif Duygular:** İnternet kullanımından sonra, birey kendini suçlu, depresif veya boşlukta hissedebilir. Bu, internet kullanımının kişiyi rahatlatmak yerine daha fazla kaygı ve pişmanlık yaratması ile ilgilidir.
- 8. Yükselen Tolerans ve Gelişen Bağımlılık:** Zamanla, internet kullanımına karşı bir tolerans gelişir ve birey daha fazla zaman harcamaya başlar. Başlangıçta küçük bir süreyle başlayan internet kullanımı, giderek daha uzun hale gelir ve bu da bağımlılığın bir göstergesi olarak kabul edilir.

Problemlerli internet kullanımını "internet kullanımının bireyin akademik, sosyal ve mesleki yaşamında önemli bozulmalara neden olacak şekilde aşırı ve kontrolsüz bir hâl alması" olarak tanımlamıştır (Kandell, 1998). Bu tanımla birlikte problemlerli internet kullanımının temel özellikleri şu şekilde sıralanmıştır:

1. Yükselen bir internet uğraşı ve yatırımı (Zaman, enerji, para vb.)
2. İnternette çevrimiçi değilken hoş olmayan duygular yaşar (örn. anksiyete, depresyon, boşluk, yalnızlık)
3. İnternet nedeniyle yüz yüze sosyal etkileşimlerin azalması ve yalnızlığın artması.
4. Tolerans geliştirerek git gide bağımlılığın artması
5. Diğer bağımlılıklarda da olduğu gibi kişinin bunu inkâr etmesi.

Problemlerli internet kullanımı Shapira vd. (2000) yaptığı bir çalışmada katılımcıların hepsi (%100) dürtü kontrol bozukluğu için DSM-IV kriterlerini karşılamıştır. Dürtü kontrol bozukluğunun bir türevi olarak değerlendirilmekte ve genel olarak internette geçirilen zamanı kontrol edememeledeki yetersizlik sebebiyle yaşanan huzursuzluk ve işlevselliği yitirme olarak belirtilmektedir (Shapira vd., 2000). Davis (2001) ise interneti sorun teşkil edecek şekilde kullanmaya patolojik internet kullanma olarak adlandırmıştır. Bu şekilde kullanma nedenini bağımlılığın fizyolojik olaylarda kullanıldığını, ama internet kullanımını fizyolojik görmediği için kullanmayı patoloji kelimesini tercih etmiştir (Davis, 2001). Patolojik internet

kullanımını internet hakkında takıntılı düşünceler, dürtü kontrolünde zorlanma ve hoşgörü gösterememe, interneti kullanmayı bırakamama sonucu bireyin hayatının sosyal, psikolojik ve zihinsel alanlarında zorluklar oluşmasıdır (Caplan, 2002; Davis, 2001). Bu problemlili internet kullanımını teorisi kişinin anormal davranışlarının ana kaynağı olarak bilişin (ya da düşüncelerin) vurgulamasıdır. Problemlili internet kullanımının belirgin semptomlarının genellikle duygulanımsal veya davranışsal belirtiler olduğu düşünülürken, (Davis, 2001) problemlili internet kullanımının bilişsel semptomlarının sıklıkla karşımıza çıkmasına ve bunun sonucunun olumsuz davranışsal belirtilere yol açabileceğini belirtmektedir. (Davis, 2001), internet bağımlılığını bilişsel davranışçı olarak modellemiştir ve iki çeşit olarak tanımlamıştır. Bunlar;

- 1. Spesifik Patolojik İnternet Kullanımı:** Belirli bir çevrimiçi etkinliğe (ör. çevrimiçi oyunlar, sosyal medya) aşırı düşkünlükle ilgilidir.<sup>4</sup>
- 2. Genel (Yaygın) Patolojik İnternet Kullanımı:** Herhangi bir çevrimiçi aktiviteye bağımlılıkla ilişkilidir.

İlki spesifik patolojik internet kullanımı; bu kavram internetin belirli bir fonksiyonuna bağlı olan kişileri içerir. Yani medya hesapları bunun aşırı kullanımı çevrimiçi cinsel materyal / hizmetler, çevrimiçi açık artırma hizmetleri, çevrimiçi hisse senedi (kötüye kullanımı) ticaret ve online bahis gibidir. İkincisi ise genelleştirilmiş patolojik internet kullanımı; internetin genel, çok yönlü aşırı kullanımını içerir. Ayrıca açık bir amaç olmadan çevrimiçi olmak zaman kaybı da içerebilir. Genelleştirilmiş problemlili internet kullanımı sohbet (çevrimiçi olma) ve e-postaya bağımlılıkla ilişkili olabilir. Bu kısım internetin sosyal yönü ile ilişkili olduğu varsayılabilir. Kişilerin sosyal teması güçlendirme isteğinin artmasıyla çevrimiçi sonuçlar elde edilmiştir. Genelleştirilmiş problemlili internet kullanımının ortaya çıkışında, aile ve arkadaş çevresinden beklenen sosyal desteğin eksikliği veya sosyal izolasyon önemli bir rol oynamaktadır (Davis, 2001).

Caplan (2002), problemlili internet kullanımında geliştirdiği yeni modelde Davis (2001) bilişsel davranışçı modelinden ilham almıştır. Caplan (2002, problemlili internet kullanımını, bireylerin çevrimdışı sosyal etkileşimlerde yaşadıkları zorlukları ve bu zorlukların çevrimiçi ortamlara yönelik bir kaçış davranışına dönüşmesini ifade eder. Bu kavram, bireylerin interneti kontrol edememeleri ve bu kullanımın yaşamlarında sosyal, akademik ya da mesleki sorunlara yol açması ile öne çıkar. Caplan (2002)'ye göre depresyon yaşayan, sosyal bir kaçış yaşayan kişilerin kişiler arası iletişimle, sosyalleşme ile ilgili akılcı olmayan bilişlere,

düşüncelere sahiptirler. Gerçek dünyada korktukları iletişim tarzı çevrimiçi iletişimde yoktur ve sanal alemde daha rahat davranmaktadırlar. Sanal alem onlar için daha rahattır. Bunun içinde gerçek hayatta gerçekleştiremedikleri sosyalleşme ihtiyaçlarını sanal alemde gerçekleştirirler ve bu da problemlili internet kullanımına yol açar. Caplan (2002) psikososyal bakış açısı ile problemlili internet kullanımına yatkın kişilerin sosyal becerileri zayıf ve sosyal kaygıları yüksek kişilerdir.

İnternet kullanımı ve faydaları giderek artmaktadır ama bazı olumsuz sonuçlar da doğurmaktadır. Bunlar çocuğun gelişimi için gerekli olan sosyal ilişkinin yerini internet arkadaşlığına bıraktığında çocukların kişilerarası iletişim kurma ve devam ettirme becerileri gelişmemektedir (Caplan, 2002). Problemlili internet kullanan bireylerin, Caplan (2003)'e göre, çevrimiçi sosyal etkileşimleri yüz yüze ilişkilere tercih etmeleri önemli bir bilişsel semptomdur; zira bu bireyler internet üzerinden sosyal ihtiyaçlarını karşılarken kendilerini daha güvenli, etkileyici, özgüvenli ve rahat hissetmektedirler. Caplan (2010) tarafından yapılan çalışmalara göre, sosyal anksiyete ve düşük sosyal beceri gibi faktörler, bireyleri internet üzerinden sosyal etkileşime yönlendiren önemli etkenlerdendir.

Ceyhan ve diğerleri (2007), internetin sorunlu kullanımının bireylerin sosyal ilişkilerine zarar verebileceğini ve performanslarını olumsuz yönde etkileyebileceğini belirtmektedir. Problemlili internet kullanımının sonucu olarak depresyon, yalnızlık, sosyal izolasyon ve okul/ev/iş performansında düşme arasında doğrusal bir ilişkinin varlığı yapılan araştırmalar ortaya koymuştur (Caplan, 2002). Yüksek düzeyde internet kullanan bireyler benlik saygısı puanlarının düşük çıktığı ayrıca da daha fazla yalnızlık duyduklarını ifade etmişlerdir (Shah, 2017). Young (1998), bağımlı olmayan internet kullanıcıların internet kullandıklarında e-posta ve Web'i kullanarak çevrimiçi olarak geçirdiklerini; bağımlı olan bireylerin ise zamanlarının çoğu kişilerarası iletişim kullanarak geçirdiklerini gözlemlendi (ör. sohbet odaları ve etkileşimli çok oyunculu oyunlar).

Kaltiala-Heino ve arkadaşlarının (2004) belirttiği gibi, interneti en çok kullanan grup olan ergenler, gelişimsel özellikleri gereği kimlik arayışında olup risk alma, aidiyet, güç, bağımsızlık ve eğlence gibi psikolojik gereksinimlerini karşılama çabasındadırlar. Ergenler bu çabalarını internet üzerinden gerçek olmayan yapay bir ortamda gerçekleştirmektedirler. Bazı ergenler için internet ortamındaki bilinmezlik, çeşitlilik, ulaşılabilirlik, özgürlük gibi imkanlar onların gerçek yaşamdan kopmalarına büyük ölçüde psikolojik ihtiyaçlarını gidererek sanal ortama sağlıklı internet kullanıma yol açabilmektedir. Ceyhan (2008), psikolojik gelişim

sürecinde olan bireylerin internet bağımlılığına karşı savunmasız olduğunu ve bu nedenle risk grubunda yer aldığını vurgulamaktadır.

Türkiye İstatistik Kurumu (2022) verilerine göre ülkemizde internet kullanımını 16-74 yaş grubundaki bireylerde %85,0 oldu. Bu oranlar 2021 yılında %82,6 idi. İnternet kullanım oranı 16-74 yaş arasındaki erkeklerde %89,1 iken, kadınlarda %80,9 oldu. 2022'de yapılan çalışmalara göre, evlerin %94,1 gibi büyük bir bölümü internet bağlantısına sahip olup, bu durum bilişim teknolojileri kullanımını mümkün kılmaktadır. Bu oran 2021 yılda %92,0 idi. Daha da önceki yıllardan 2017 yılı araştırmasına göre nisan ayında evlerin %80,7'si evden internete erişime sahip olmuştu. Türkiye istatistik kurumunun yaptığı “internet kullanım amaçları” araştırmasına göre, 2022 yılının son üç ayında internet kullanan bireylerin %95,6'sı mesajlaşma (Whatsapp, Messenger, BİP, Snapchat vb.); bunu %91,3 oranı ile internet üzerinden görüntülü veya sesli arama yapma; %84,9'u sosyal medya üzerinden mesaj yollama, hesap açma veya fotoğraf gibi içerik paylaşma yer aldı. Bunu %84,3 ile paylaşım sitelerinden video seyretme, 73,6 ile hizmetler ve mal hakkında bilgi edinme ve %68,4 ile İnternette müzik (web üzerinden radyo) dinleme takip etti (TUİK, 2022).

### **2.3. Siber Zorbalık**

Siber zorbalık basitçe “akran tacizinin elektronik biçimi” olarak tanımlanmaktadır. Siber taciz, tehdit veya zarara uğramak için elektronik bir ortam kullanmayı içerir (Strom ve Strom, 2005). Siber zorbalık kavramını ele almadan önce geleneksel zorbalık kavramından bahsetmek daha doğru olacaktır.

Geleneksel zorbalık kavramını ilk olarak 1993 yılında Dan Olweus tarafından ortaya konmuştur. Dan Olweus zorbalığı, bir kişinin ya da bir grubun fiziksel veya psikolojik olarak olumsuz etkilenmesi olarak görmüştür. Zorbalığın doğrudan ve dolaylı olarak iki boyutu mevcuttur. İlki doğrudan olan fiziksel boyutu (vurma, dövme vb.) ikincisi ise dolaylıdan (lakap takma, kızdırma, alay etme vb.) boyutundan bahsedilebilir (akt. Aydın Görücü, 2016).

Bir olumsuz davranışın(saldırının) akranlar arasında zorbalık olarak aktarılabilmesi için bazı şartları taşıması gerekmektedir(Olweus, 1999) Bunlar;

1. Davranış kötü niyetli ve zarar vermek amacı ile yapılmalı,
2. Bir süreklilik oluşturmalı

3. Zorbalığı uygulayan ile mağdur arasında psikolojik veya fiziksel olarak bir güç dengesizliği var olmalıdır.

Pişkin'e (2002) göre zorbalık, bir ya da daha fazla kişinin, güç bakımından kendilerinden zayıf olan kişilere karşı uyguladığı, bilinçli ve tekrarlayan, mağduru savunmasız bırakan bir saldırganlık türüdür. Literatüre baktığımızda akran zorbalığı çeşitlerini şu şekilde özetleyebiliriz;

1. **Fiziksel Zorbalık:** Bir şahsın başka bir kişiye fiziksel güç kullanarak zarar vermesidir. Örnekleri arasında vurma, itme, tekme atma ve eşyalarına zarar verme yer alır. Fiziksel zorbalık, genellikle diğer türlere kıyasla daha açık şekilde gözlemlenebilir (Olweus, 1993).
2. **Sözel Zorbalık:** Lakap takma, alay etme, tehdit etme ve aşağılayıcı ifadelerle bir kişiyi hedef almaktır. Bu zorbalık türünde mağdurun duygusal durumuna ve özgüvenine zarar verebilir (Smith ve Shzarp, 1994).
3. **Sosyal Zorbalık (Dolaylı Zorbalık):** Bir grupta, zorbalanan kişinin itibarını sarsmak ya da onun sosyal olarak dışlamak için yapılan davranışlardır. Dedikodu yayma ve gruplardan dışlama bu türün yaygın örneklerindendir (Rigby, 2003).
4. **Cinsel Zorbalık:** Mağdurun cinsiyetine ya da cinselliğine yönelik aşağılayıcı yorumlar veya istenmeyen fiziksel temasları içerir. Bu tür zorbalık, mağdur üzerinde ciddi psikolojik ve duygusal etkiler bırakabilir (Baron ve Byrne, 1997).
5. **Maddi Zorbalık:** Bir bireyi, para ya da eşyalarının zorla alınması ya da eşyalarına zarar verilmesi şeklinde ortaya çıkar. Bu tür, özellikle okul çağındaki çocuklar arasında sıklıkla görülür (Olweus, 1993).
6. **Irksal veya Etnik Zorbalık:** Bir bireyin ırkı, etnik kökeni veya dini nedeniyle hedef alınmasını içerir. Aşağılayıcı lakaplar takma ya da kültürel değerlerle alay etme gibi davranışlar bu tür zorbalığın örneklerindendir (Smith ve Sharp, 1994).
7. **Siber Zorbalık:** Dijital platformlarda yapılan zorbalık türüdür. Sosyal medya, mesajlaşma uygulamaları veya oyun platformları aracılığıyla tehdit etme, alay etme ve mağdurun mahremiyetini ihlal etme gibi davranışları kapsar (Patchin ve Hinduja, 2006).

Siber zorbalık kavramı ise ilk defa 2004 senesinde Kanadalı bilim adamı Bill Belsey tarafından kullanılmıştır. 2004 yılında Belsey, siber zorbalığın, bir kişi veya grubun, e-posta, mesajlaşma, web sayfaları, sohbet ve kısa mesaj gibi iletişim araçlarını, başkalarına zarar

verme niyetiyle, kasıtlı ve tekrarlayan biçimde kullanması olduğunu belirtmişti (akt. Özdemir, 2015). Li, (2010) göre siber zorbalık kasıt, tekrar ve zarar verici davranışlar içermektedir ve kullanılan yöntem cep telefonu, bilgisayar, cep telefonları ve pek çok çeşitli elektronik cihazlardır. Arıca ve diğerleri (2008), siber zorbalığı, iletişim teknolojileri aracılığıyla bir bireye, gruba veya kuruluşa yönelik, teknik veya sosyal ilişkileri olumsuz etkileyen her türlü zarar verici davranışı içerir şekilde tanımlamıştır.

Siber zorbalık, teknolojinin olumsuz yönlerinden biri ve bilgi iletişiminin kötüye kullanılmasıyla oluşan bir durumdur. Farklı isimlerle ifade edilmektedir: sanal zorbalık, elektronik zorbalık, dijital zorbalık, çevrimiçi zarar, çevrimiçi zorbalık, internet zorbalığı ve elektronik zorbalık (Kowalski ve Limber, 2007). Sosyal medya platformları zorbalıkların saldırıların daha kısa sürede gerçekleştirmelerine ve gerçek kimliklerini ortaya çıkarmadan geleneksel zorbalığa göre daha geniş bir kitleye ulaşmalarını sağlar (Charles, 2022).

Siber zorbalıkla ilgili yapılan çalışmalarda genellikle sadece zorbalığa uğrayan ve zorbalık yapan kişilere odaklanılır. Ama grup içinde yapılan olayları izleyen ama müdahale etmeyen "seyirci" olarak adlandırdığımız kişilerin rolü ise genellikle göz ardı edilir (González-Cabrera vd., 2019). Ama araştırmaların çoğunda siber seyircilik rolüne değinilmemektedir siber zorbalığın önlenmesi adına bu seyirci rolü ile ilgili araştırmaların yapılması gerekmektedir. Ergenlik dönemindeki dürtüsellik, öğrencilerle siber zorbalığın meydana gelmesine katkıda bulunan bir faktör olabilir. Gençler, kendileri veya kurbanları için olası sonuçları tam olarak düşünmeden hareket edebilirler. Dürtüsellüğün bileşenlerini incelemek, siber zorbalık eylemlerinin neden başlatıldığını anlamamıza yardımcı olabilir (Bhat, 2008). Ergenlerde dürtüsellığı araştıran d'Acremont ve Van der Linden (2005), daha önce Whiteside ve Lynam (2001) tarafından yetişkinlerde mevcut olduğu bulunan dört dürtüsellik boyutunu desteklemiştir. Bu unsurlar arasında aciliyet, önceden düşünmeme, sebat etmeme ve duyum arama yer alır.

Hinduja ve Patchin (2009), siber zorbalığı” teknoloji aracılığıyla bir bireyi bilerek isteyerek ve defalarca hedef alarak zarar verme davranışı” olarak tanımlamaktadır. Bu tanımlamaya göre siber zorbalığın oluşması için üç temel şart bulunmaktadır:

- 1. Kasıtlılık:** Siber zorbalık davranışı bilinçli bir şekilde zarar vermek amacıyla gerçekleştirilir. Zorbalık eylemi, rastgele bir hata ya da şaka olarak değil, mağdura yönelik bir niyetle yapılır.

**2. Tekrar:** Siber zorbalık, tek bir olaydan ziyade tekrarlayan bir davranış biçimidir. Bu süreklilik, mağdurun yaşadığı zararın derinleşmesine neden olur.

**3. Güç dengesizliği:** Kurban ve zorba arasında bir güç dengesizliği bulunur. Bu dengesizlik, fiziksel, sosyal ya da psikolojik üstünlükten kaynaklanabilir ve mağdurun kendini savunmasını zorlaştırır.

Hinduja ve Patchin'e göre, bu unsurların herhangi bir çevrimiçi ortamda (örneğin sosyal medya, mesajlaşma uygulamaları, oyun platformları) gerçekleşmesi, bir davranışı siber zorbalık kapsamına sokabilir. Ayrıca, siber zorbalığın etkileri mağdurun duygusal, sosyal ve akademik yaşamında ciddi sorunlara yol açabilir.

Siber zorbalığın üç temel özelliği vardır. Bunlar; zorbaların internet kullanma yeteneğinin kurbanına göre daha üst olması, zorbalığın tekrarlanması ve kurbanına zarar vermesidir (Campbell, 2012; akt. Dilber, 2013).

Ergenler arasında en çok kullanılan elektronik cihaz cep telefonu, anlık mesajlaşma, e-posta, blog kullanımı, chat, internet sayfaları ve online duyurular sayılabilir. (Erdur-Baker ve Kavşut, 2007). Elektronik iletişim, öğrencilerin başkalarını taciz eden kötü niyetli davranışlarda buldukları bir ortam olarak hizmet edebilir. Örneğin, öğrenciler çağrı cihazı, cep telefonu, mesajlaşma, e-mail ve internet sayfaları gibi çeşitli teknoloji biçimlerinin bireylere veya gruplara başkalarına zarar vermek için tekrar eden ve kasıtlı olarak kullandıkları siber zorbalıkla uğraşabilirler (Beran ve Qing, 2005).

Arıca (2009), iki çeşit siber zorbalık türü tanımlamıştır. Bunların ilki “*elektronik zorbalık*”; bu tür siber zorbalık teknik yollarla yapılan zorbalık türüdür. Kişilerin şifrelerini ele geçirmek, kişisel sayfalarına izinsiz girmek (hack’lemek), istenmeyen içerikli elektronik postalar göndermek tarzındadır. İkincisi ise “*E-iletişim zorbalığı*”dır. Bu siber zorbalık türünde elektronik ortamda insanlarla ad takma, alay etme, söylentiler yayma, internet ortamında kişiye hakaret veya bireyin rızası olmadan görüntüler yayınlama gibi davranışlar içerir.

Fiziksel okul ortamında arkadaşça bir şaka olarak başlayabilecek olan şey, siber-uzaydaki gizli psikolojik zorbalık olarak hızla devam eden siber zorbalığa dönüşebilir. Siber uzaydaki fark, yüzlerce failin suistimale karışabilmesi ve okulda zorbalığa karışamayan sınıf arkadaşlarının, en ciddi suistimali gerçekleştirmek için teknolojinin arkasına

saklanabilmeleridir (Shariff vd., 2006). Akranlar arasında Irkçı, cinsiyetçi ya da homofobik ifadeler ve cinsel fotoğraflardan taviz vermek (arkadaşlara güvenle e-postayla gönderilir), arkadaş ile ilişki kurduktan sonra zamanla değiştirilebilir ve internetin sınırsız dünyasında sınırsız bir izleyici kitlesine gönderilebilir (Harmon, 2004). Siber zorbalık davranışı kişilik özellikleri olarak incelendiğinde, zorbaların düşmanca duygular yaşadığı, saldırgan olduğu, kendilerinden daha güçsüz olan bireyleri kontrol altına almak istediklerini belirtilmektedir (Arıca, 2009).

Zorbalık kurbanı olan bireylerde depresyon, yalnızlık, düşük benlik saygısı, okul fobisi gibi problemler ve sosyal anksiyete gibi durumlar gözlemlenmektedir (Juvonen vd., 2003). Siber zorbalığın hem faileri hem de kurbanları ciddi olumsuz duygular yaşamaktadırlar. Bunlar anksiyete, içselleştirme ve dışsallaştırma sorunları, intihara meyilli olma, intihar, depresyon gibi (King, 2023). Siber zorbalığı birey üzerinde psikolojik olarak bıraktığı negatif etkileri Rigby (2003) şu maddelerle kategorize etmiştir:

1. **Düşük Psikolojik İyi Oluş:** Bu genel olarak hoş olmayan ancak ruhsal bir sıkıntı teşkil etmeyen zihinsel durumları kapsar. Örneğin genel mutsuzluk, düşük öz saygı ve öfke ve üzüntü duyguları.
2. **Zayıf Sosyal Uyum:** Kişinin sosyal çevresine karşı tiksinti duygularını içerir, bu da okul veya iş yerine karşı ifade edilen hoşnutsuzluk, belirgin yalnızlık, izolasyon ve devamsızlıkla kendini gösterir.
3. **Psikolojik Sıkıntı:** İlk İki kategoriden daha ciddi olarak kabul edilir ve yüksek düzeyde depresyon, kaygı ve kendi canına kıyma düşüncesi içerir.
4. **Fiziksel Rahatsızlık:** Tıbbi olarak teşhis edilen hastalıklarda belirgin olan fiziksel bozukluğun açık belirtileri vardır. Psikosomatik semptomlar bu kategoriye dahil edilebilir.

Evde eğitim gören ergenlerle yapılmış bir çalışmada he siber zorbalık yapma hem de mağdur olma oranları da düşüktür. Sebebi ev de ebeveyn kontrolünün daha fazla olması olabilir (King, 2023). Genellikle şiddet ve şiddete karşı olumsuz bir tutum vardır. Eğer erkekse, fiziksel olarak daha zayıf olmaları muhtemeldir (Dilmaç, 2009). Zorbaların fiziksel şiddet uygulayan ailelerden geldiğini; kurbanların ise ebeveynlerine yakın olma eğiliminde olduğunu ve aşırı koruyucu ebeveynlerinin olabileceğini araştırmacılar belirtmiştir (Pişkin, 2002).

Siber zorbalığa maruz kalmak, bireylerin yaşamında negatif fiziksel, duygusal, zihinsel ve sosyal sonuçlar doğurabilen travmatik bir deneyim olarak yer edinir (Dalmaç Polat ve Bayraktar, 2016). Siber zorbalık mağdurları, bu yaşantılarının sonucu olarak %58'inin depresyon yaşadığını, siber zorbalığın uzun süre devam etmesi ile de kurbanların kendilerini değersiz hissettiklerini vurgulamıştır (Ybarra ve Mitchell, 2007).

Siber zorbalığa maruz kalmanın bir sonucu olarak, çocuklar çeşitli olumsuz psikolojik sonuçlar yaşarlar. Siber zorbalığın yaşanmasının, depresyon, suçluluk duygusu, utanç, kendine zarar verme, sıkıntı ve akranlardan çekilme ile sonuçlanması daha muhtemeldir. Ek olarak, sinirli, öfkeli ve üzgün hissetmek, siber zorbalığa maruz kalmanın diğer psikolojik etkileridir (Erdur-Baker ve Tanrıku, 2009). Siber zorbalık kurbanlarında antisosyal kişilik, düşük benlik saygısı, okul gelmeme, okula sevmeme, yalnızlık gibi sorunlar ortaya çıkmaktadır (Campbell, 2005).

Bireylerin özel hayatlarına ait fotoğraf, film gibi içeriklerin, herkesin ulaşmasına açık olması ile sanal ortamda görüntülendiğinde gerçek hayatta yaşanan zorbalığın bıraktığı hasardan daha uzun vadeli ve daha fazla zarara neden olduğu saptanmıştır (Özby, 2013). Araştırmalarda siber zorbalığa uğrayan mağdurların, özgüvenlerini problemi yaşadıklarını, sonrası için de yaşlıları ile iletişime geçmekte zorlandıkları gözlemlenmiştir. Mağdurların dışlanma ve çaresizlik duygusunu yoğun bir şekilde yaşadıkları, benlik saygılarında azalma bu sebeple arkadaşlık kurmada ve sürdürmede problem yaşadıkları gözlenmiştir (Patchin ve Hinduja, 2006; Ybarra ve Mitchell, 2007). Siber kurbanlar, sosyal ortamlarındaki (aile ve arkadaş gibi) bireyler ile de sorunlar yaşamaktadırlar (Patchin ve Hinduja, 2006).

Siber zorbalıkta, sanal ortamda başlamasına rağmen fiziksel okul ortamında da öğrenmeyi etkilemektedir. Sınıf arkadaşları arasında bilinmeyen failerin korkusu ve okulda devam eden zorbalık kurbanlar için psikolojik olarak yıkıcı olabilmektedir (Shariff, 2005). Siber olarak yapılan saldırıda mağdur kişi zorbanın kim olduğunu bilmemektedir bu durum bireyin okul hayatına etki etmekte kurban tedirgin olmakta okul uyum sağlayamamaktadır (Shariff vd., 2006). Okul personellerinin (müdür, müdür yardımcıları, okul psikologları, sosyal hizmet uzmanları ve rehberlik danışmanları) siber zorbalığı engellemekte sorumlu olduklarını kabul etmektedir. Ama çok az sayıda kişinin müdahale etme kapasitesine sahip olduğunu görmüştür. Çocukların yaşadıkları zorbalık sonucunda akademik başarılarında düşmeler yaşandığı ve okula devamsızlıklarının arttığı görülmüştür (Johnson, 2011).

### 2.3.1. Siber zorbalığın görülme şekilleri

Siber zorbalık, teknolojinin farklı araçları ve platformları üzerinden çeşitli şekillerde kendini gösterebilir. Aşağıda siber zorbalığın en yaygın görülen biçimleri açıklanmıştır.

- 1. Hakaret ve Tehdit İçeren Mesajlar Gönderme (Siber Taciz):** Siber zorbalığın en yaygın biçimlerinden biri, mağdura yönelik aşağılayıcı, küçültücü veya tehditkâr mesajların gönderilmesidir. Bu tür içerikler genellikle anlık mesajlaşma uygulamaları, e-posta, sosyal medya uygulamaları aracılığıyla paylaşılır (Kowalski, Giumetti, Schroeder ve Lattanner, 2014).
- 2. İftira ve Karalama Kampanyaları:** Mağdur hakkında yanlış, zararlı ve yanıltıcı bilgilerin çevrimiçi ortamda paylaşılması veya yayılması, siber zorbalığın bir başka şeklidir. Bu tür içerikler, mağdurun itibarını zedelemek ve onu sosyal açıdan dışlamak amacıyla yapılır (Hinduja ve Patchin, 2009).
- 3. Kişisel Bilgilerin İfşa Edilmesi (Doxing):** Mağdurun izni olmadan kişisel bilgilerin (örneğin, adres, telefon numarası veya özel fotoğraflar) çevrimiçi olarak paylaşılması, mağduru ciddi risklerle karşı karşıya bırakabilir (Slonje ve Smith, 2008).
- 4. Sahte Kimlik Oluşturma (Impersonation):** Zorbalar, mağdurun kimliğine bürünerek sahte hesaplar oluşturabilir ve bu hesaplar üzerinden uygunsuz mesajlar göndererek mağduru zor durumda bırakabilir. Bu durum, mağdurun sosyal çevresinde yanlış anlaşılmalara ve dışlanmaya yol açabilir (Willard, 2007).
- 5. Toplu Dışlama ve Siber Linç (Cyberstalking ve Exclusion):** Çevrimiçi gruplar veya topluluklar, mağduru kasten dışlayarak veya onu hedef alarak organize bir şekilde siber zorbalık yapabilir. Bu, mağdurun dijital platformlarda kendini izole edilmiş hissetmesine neden olur (Tokunaga, 2010).
- 6. Manipüle Edilmiş Görsel ve Videoların Yayılması:** Mağdura ait görüntülerin manipüle edilerek kötü niyetli şekilde paylaşılması, özellikle sosyal medya platformlarında sıkça görülür. Bu tür içerikler mağdurun mahremiyetine zarar verir ve psikolojik olarak yıpratıcı olabilir (Patchin ve Hinduja, 2010).

### 2.3.2. Siber zorbalığın görüldüğü ortamlar

Siber zorbalık, dijital iletişim araçlarının yaygınlaşmasıyla birlikte farklı çevrimiçi platformlarda ve teknolojik araçlarda sıkça görülmektedir. Bunları şu şekilde sıralayabiliriz.

- 1. Sosyal Medya Platformları:** Instagram, Facebook, Tiktok ve Twitter gibi sosyal medya platformları, siber zorbalığın en sık gerçekleştiği ortamlardır. Bu platformlarda hakaret, iftira, toplu dışlama veya tehdit içerikli mesajlar yaygın olarak görülmektedir. Sosyal medya, siber zorbalık davranışlarının geniş bir kitleye ulaşmasını kolaylaştırmaktadır (Kowalski, Limber, ve Agatston, 2012).
- 2. Mesajlaşma Uygulamaları ve SMS:** WhatsApp, Telegram ve iMessage gibi mesajlaşma uygulamaları da siber zorbalık için bir ortam sunmaktadır. Bu tür uygulamalarda mağdura doğrudan tehditler, hakaretler veya manipüle edilmiş içerikler gönderilebilmektedir (Slonje ve Smith, 2008).
- 3. Çevrimiçi Oyun Platformları:** Çevrimiçi çok oyunculu oyunlar (örneğin, Fortnite, Call of Duty, League of Legends), siber zorbalığın sıkça görüldüğü diğer ortamlardır. Oyuncular arasında rekabetçi doğadan kaynaklanan hakaretler, dışlama veya saldırgan davranışlar, bu platformlarda yaygındır (Kowert, 2014).
- 4. Forumlar ve Çevrimiçi Topluluklar:** Reddit, 4chan gibi çevrimiçi forumlar veya özel ilgi alanı grupları, zorbalık içerikli yorumların veya kampanyaların başlatıldığı ortamlardan biridir. Bu tür platformlar, anonimlik sağladığı için zorbalık davranışlarını artırabilmektedir (Barlett ve Gentile, 2012).
- 5. E-posta ve Çevrimiçi Anketler:** E-posta, siber zorbalığın daha geleneksel bir yolu olarak kullanılmaktadır. Özellikle tehdit edici veya karalayıcı mesajlar içeren e-postalar yaygındır. Ayrıca anonim olarak yanıtlanan çevrimiçi anketler veya oylamalar da zorbalık davranışları için kullanılabilir (Tokunaga, 2010).
- 6. Video Paylaşım Platformları:** YouTube ve Twitch gibi video paylaşım veya canlı yayın platformlarında, zorbalık içeren yorumlar, video manipülasyonları veya saldırgan davranışlar gözlemlenmektedir. Bu platformlar, özellikle içerik üreticileri ve izleyiciler arasında bir zorbalık ortamı oluşturabilir (Hinduja ve Patchin, 2009).

## 2.4. Duygusal Özerklik

Ergenlikte özerklik (autonomy) kavramı, bireyin karar verme süreçlerinde bağımsızlık geliştirmesi ve kimlik oluşumunun bir parçası olarak kendi yaşamı üzerinde kontrol sağlaması anlamına gelir. Bu kavramın temelleri, insan gelişimine yönelik psikososyal kuramlar çerçevesinde ele alınmıştır ve özellikle Erik Erikson tarafından geliştirilmiştir. Erikson (1968), psikososyal gelişim kuramında ergenlik dönemini "kimlik kazanımına karşı kimlik karmaşası" (identity vs. role confusion) aşaması olarak tanımlamıştır. Bu dönemde birey hem

ailesinden hem de diğer sosyal ilişkilerden duygusal ve davranışsal bağımsızlık geliştirmeye çalışır. Özerklik, bu kimlik oluşturma sürecinde temel bir unsurdur

Özerklik kavramı, özellikle Jean Piaget ve Lawrence Kohlberg gibi bilişsel gelişim teorisyenleri tarafından da ele alınmıştır. Piaget (1932), bilişsel gelişim evrelerinde bireyin bağımsız düşünme yeteneğini geliştirdiğini, bunun ergenlikte daha belirgin hale geldiğini öne sürmüştür. Kohlberg (1981) ise ahlaki gelişim teorisinde, bireylerin ahlaki kararlarını alırken bağımsız bir düşünce ve değer sistemi geliştirdiklerini vurgulamıştır. Ergenlerde özerklik, ebeveynlerden ayrılma (Freud, 1958), kimi araştırmacıya göre bireyselleşmenin sonucu (Blos, 1979; akt. Steinberg ve Silverberg, 1986), Kendi duygusal, davranışsal ve zihinsel olarak yönetmede sonucu oluşan güven veya kendi kararını alma (Greenberger, 1984; akt. Steinberg ve Silverberg, 1986) şeklinde tanımlanmıştır.

Ergenlerin yetişkinliğe ve sağlıklı psikososyal işlevselliğe ulaşmak için geçmeleri gereken birkaç gelişimsel görev ayırt edilebilir. Ergenlikten yetişkinliğe geçişin bir unsuru özerkliğin geliştirilmesidir. (Havighurst, 1948). Ergen özerkliğinin kavramsallaştırılmasına yönelik birçok farklı yaklaşım mevcuttur. Bu yaklaşımların örnekleri ayrışma, bireyleşme, kopma, psikososyal olgunluk, öz düzenleme, öz kontrol, öz yeterlilik, öz belirleme, karar verme ve bağımsızlıktır (Noom vd., 2001). Psikodinamik araştırmacılar, ebeveynler ve ergenler arasındaki ilişkiyi vurgulamışlardır. Ebeveynler ve çocuk arasındaki eşitsiz ilişki, giderek daha eşitlikçi bir ilişkiye dönüşür. Bilişsel bakış açıları, karar verme ve kontrol algısının önemi vurgulanır. Tutum ve davranış arasındaki bağlantı, alternatifleri listeleme, seçim yapma ve bu süreçlerdeki kendi sorumluluğunun farkında olma süreçlerinde belirtilir. Eklektik bakış açıları, ilişki ve bilişsel yönler entegredir (Noom vd., 2001). Özerkliği farklı dört farklı alt boyutta alabiliriz.

- 1. Davranışsal Özerklik:** Birey, bağımsız karar alma yeteneği güçlenmeye başlar ve hatalarından öğrenerek kendi yaşamını yönlendirmeye başlar. Bu süreç, bireyin sorumluluk almayı öğrenmesi açısından da kritiktir (Smetana, 2018). Kişi kendi seçimlerinin sorumluluğunu ve davranışlarını kendi iradesi ile şekillendirir. Davranışsal özerklik, bireyin kendi başına eyleme geçme yeteneğini ifade eder (Özdemir ve Çok, 2011).
- 2. Bilişsel Özerklik:** Ergenin toplumsal normları sorgulayarak kendi inanç sistemini oluşturmasını sağlar. Bu süreçte birey, yalnızca başkalarının fikirlerini kabul etmekle

kalmaz, aynı zamanda kendi mantığını ve değerlerini kullanarak özgün bir dünya görüşü geliştirir (Ryan ve Deci, 2000).

**3. Ahlaki Özerklik:** Ergen, ahlaki özerklik kazandıkça, ahlaki kararlarını toplumsal baskılardan bağımsız bir şekilde alabilir. Kendi değerlerini oluşturan birey, etik kararlarında tutarlı ve kendiyle barışık bir duruş sergiler (Kohlberg, 1981).

**4. Duygusal Özerklik:** Ergenler, duygusal özerklik geliştikçe, ebeveynlerinin onayına duydukları gereksinim azalır. Bunun yerine, duygusal dayanıklılıklarını artırır ve kendi duygusal durumlarını bağımsız bir şekilde yönetme yeteneği kazanırlar (Steinberg, 2011).

Steinberg ve Silverberg (1986) duygusal özerkliği tanımlarken, adolesanın ilk önce ana babasından ve sonrasında akranlardaki öğrenmelerden bağımsızlaşmasını duygusal özerklik olarak ifade etmiştir. Bu ayrışma sürecinin ergenliğin başından genç yetişkinliğe uzanan bir gelişimsel dönemdir (Steinberg, 2007; akt. Deniz vd., 2013). Bu süreçte birey, eylemlerini kontrol etme imkanı bulur ve bu tecrübeler, yetişkinlikte kendi davranışlarını sağlıklı bir şekilde yönetebilmesi için kritik öneme sahiptir. Bu sayede, karar verme yeteneklerini ve özgüvenini geliştirirken, aynı zamanda deneyimleri aracılığıyla uygun ve uygunsuz davranışları ayırt etme fırsatı yakalar (Russell ve Bakken, 2002). Duygusal özerkliğin, bir adolesan için gelişimsel bir vazife olduğunu bazı araştırmacılar da söylemiştir (Noom vd., 2001). Ve duygusal özerklik yetişkin olmak için olmazsa olmaz bir ihtiyaçtır (Freud, 1958).

Majorano vd. (2016)'ya göre, ergenlerin duygusal özerklik geliştirmeleri, kendi kararlarını almaları ve hedeflerine ulaşmak için gerekli adımları atmalarıyla yakından ilişkilidir. Bu süreçte yaşanan sorunları çözme becerisi, ergenliğin sağlıklı bir şekilde tamamlanmasının göstergelerinden biridir. Kişilerde özerkliğin gelişimi yüksek oranda aile sisteminin sonucu olduğu düşünülmektedir (Toepfer, 2001). Anderson vd., (1994)'e göre özerklik dört temel bileşenden oluşmaktadır. Bunlar aile sadakat özerkliği, değer özerkliği, duygusal özerklik ve davranışsal özerkliktir. Duygusal özerklik, bu araştırmacılar tarafından, kendi kendini kontrol etme, duygusal bağımsızlığı kullanma, kişilerarası ilişkilerde yetkinlik elde etme ve uygun sosyal sorumluluklarda bulunma isteği olarak tanımlanmaktadır. Duygusal özerkliğin bir başka tanımı ise kişinin heyecanlı bir hayat, keyif alma ve farklı hayat deneyimleri gibi pozitif yönlü deneyimlerinde kültürel bir olaydır (Schwartz, 1999). Özerklik bireyin büyürken, olgunlaşırken kazanması gereken bir beceridir (Lynch, 2013).

Bir psikoanalitikçi olan Blos'a (1967) göre anne babası ile yeterli bir ilişkisi olmayan kişiler arkadaşları ile daha çok vakit geçirmeye yönelmekte ebeveyne olan bağımlılıkları azalmaktadır. Blos bu olaya ikincil bireyselleşme-ayrılma süreci demektedir. Blos bireyin akranı ile olan çatışmalarını çözmesi gerektiğini anne babalarına bağımlılıklarından kurtulmalarına yani özerkleşmesinin gerektiğini söylemektedir.

Geleneksel olarak özerklik diğerlerinden ayrışma olarak tanımlanır (Kagitcibasi, 2005). Aile içi iyi etkileşim ve iletişim ile özerklik desteklenmeye başlanmalıdır. Bir başka modelde aile içindeki bağı koparmadan hem bağımsızlık hem de ilişkililiğe önem verilerek iki önemli gereksinimini bir araya getirmiştir (Kagitcibasi, 2005). Bilişsel ve sosyal-bilişsel kurama dahil olan özerklik sosyal akıl yürütme farklı bakış açısı kazanma süreçlerini ifade eder. Bu kuramların özerkliğe bakışı istekler, hedefler ve değerlerdir (Deniz vd., 2013). Bir sosyal öğrenmeci olan Bandura'nın öz yeterlilik kavramı özerklik gibi görülebilir. "Öz yeterlilik algısı" kavramı, "bireylerin olabilecek olaylarla baş etme stratejileri için gerekli olan davranışları ne kadar yapabilecekleri ile alakalı bireysel düşünme süreçleri ile karara varmaları ile alakalıdır" (Bandura, 1977). Bir bilişselci olan Piaget'in kuramında özerklik, bir bireyin doğru ile yanlış, gerçek ile gerçekdışı arasında ödül ve cezadan ayrı olarak karara verebilmesidir. Bu yönden özerklik, kişinin kendi tercihlerine göre kendi kararlarını alabilmesi ve kendini yönetebilmesidir (Kamii, 1991; akt.Deniz vd., 2013).

## **2.5. İlgili Çalışmalar**

Bu bölümde yurt içi ve yurt dışında yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

### **2.5.1. Problemlerle ilgili internet kullanımı ile ilgili yapılan çalışmalar**

Yapılan araştırmalar incelendiğinde lise öğrencilerinin problemlerle ilgili internet kullanım davranışlarını tespit etmeye yönelik çok sayıda çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmalarda akademik başarı ve internet kullanımı arasındaki ilişki incelenmiş olup, yapılan araştırma sonuçları problemlerle ilgili internet kullanımı arttıkça akademik başarının azaldığını ortaya koymaktadır (Altuğ vd., 2011; Duman, 2016; Esen, 2010; Gámez-Guadix vd., 2015; İnan, 2010; Stavropoulos vd., 2013; Taçyıldız, 2010; Toraman, 2013).

Cicioğlu (2014)'nin yaptığı yüksek lisans tezin Bolu ilinde 10. Ve 12. Sınıf, 563 meslek lisesi öğrencisinin problemlerle ilgili internet kullanımı ve siber zorbalığa dair görüşlerini incelemiştir. Araştırma sonuçları, öğrencilerin cinsiyetleri ile problemlerle ilgili internet kullanım

düzeyleri ve siber zorbalık davranışları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Erkek öğrencilerin, kız öğrencilere göre daha fazla problemlili internet kullandığı ve daha fazla siber zorbalık eğilimi gösterdiği belirlenmiştir. Öğrencilerin internette harcadığı zaman ile siber zorbalık davranışları arasında anlamlı bir bağlantı tespit edilmiştir. 0-3 saat internet kullanan öğrencilerin siber zorbalık düzeyleri, 3-6 saat ve 6 saatten fazla internet kullananlara göre anlamlı derecede düşüktür. Problemlili internet kullanımı cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Erkek öğrencilerin problemlili internet kullanım düzeyi toplam puanları, kız öğrencilerin problemlili internet kullanım puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir (Altuğ vd., 2011; Duman, 2016).

Özcan ve Buzlu (2005) ise öğrencilerin interneti en çok niçin kullandıklarını araştırdığı çalışmasında “eğitimle ilgili meseleleri araştırma”, “rastgele bilgi arama”, ve “e-postaları kontrol etmek” olduğu saptanmıştır. İnternet bağımlılığı ile sosyal özyeterlik arasında negatif bir ilişki olduğunu kişilerin sosyal özyeterlik seviyelerinin arttırılması durumunda, internet bağımlılıklarının seviyesinin düşeceğine vurgu yapmıştır (Iskender ve Akin, 2010). "Başka bir çalışma ise Esen ve Siyez'in (2011) problemlili internet kullanımı ile yalnızlık arasında, Odacı ve Kalkan'ın (2010) ise problemlili internet kullanımı ile yalnızlık ve flört kaygısı arasında pozitif bir ilişki bulunduğunu göstermektedir. Sosyal medya bağımlılığının şiddeti arttıkça, bireylerde yalnızlık hissinin de yoğunlaştığı ve psikolojik iyilik hallerinin azaldığı gözlenmektedir (Yaşar, 2021).

Bireylerde psikolojik sorunlar (semptomlar) ne kadar fazlaysa, interneti sorunlu bir şekilde kullanma eğilimleri de o kadar artmaktadır (Ceylan, 2008). Bununla birlikte, araştırmada internet kullanım amaçlarının da problemlili internet kullanımı üzerinde önemli bir etkisi olduğu bulunmuştur. Başka bir deyişle, internetin hangi amaçla kullanıldığı, internet kullanımının sorunlu hale gelmesinde rol oynamaktadır. İnterneti arkadaşları ve yakınlarıyla iletişim kurmak ve boş zamanlarını değerlendirmek amacıyla kullanan bireylerin, interneti ödevlerine yardımcı olması için kullanan bireylere kıyasla daha yüksek düzeyde problemlili internet kullanımı sergilediğini göstermiştir.

Cheng ve Li (2014) tarafından Asya ülkelerinde gerçekleştirilen bir meta-analiz çalışması, ergenler arasında problemlili internet kullanımının %6 ile %15 arasında bir yaygınlığa sahip olduğunu ortaya koymuştur. Kuss ve Lopez-Fernandez'in (2016) çalışmalarına göre, problemlili internet kullanımı ergen ve genç yetişkin popülasyonlarında kayda değer bir yaygınlığa sahiptir.

Genel gerginlik teorisi çerçevesinde yürütülen Jun ve Choi (2015) çalışması, akademik stresin, Koreli lise öğrencilerinde problemlili internet kullanımına zemin hazırlayan önemli bir faktör olduğunu ortaya koymuştur. Araştırma sonuçları, öğrencilerin olumsuz duygularını hafifletmek için internete başvurduklarını ve bu durumun zamanla kontrolsüz bir kullanıma dönüşebileceğini göstermektedir.

Lim ve arkadaşlarının (2017) Kore'de gerçekleştirdiği araştırmalar, internet bağımlılığının bireylerin fiziksel sağlığını da tehdit edebileceğini, özellikle beslenme alışkanlıklarını bozarak obezite riskini artırabileceğini ortaya koymaktadır. Bu durum, internet bağımlılığının sadece psikolojik değil, aynı zamanda fizyolojik sonuçları da olabileceğine işaret etmektedir.

Yapılan bir araştırmada, ergenlerin sosyal kaygı duymaları ve ilişkiler hakkında yanlış düşüncelere sahip olmaları, internet bağımlılığı riskini artırmaktadır. Bu durum, özellikle erkeklerde daha sık görülmektedir. Araştırma sonuçları, sosyal becerilerin zayıf olduğu ve kendine güven eksikliği yaşayan ergenlerin, internette daha fazla zaman geçirerek bu eksiklikleri gidermeye çalıştıklarını göstermektedir (Şahan ve Eraslan Çapan, 2017).

Hamarta ve arkadaşları (2021), Türkiye'de internet bağımlılığıyla mücadele etmek için yapılan çalışmaların ne kadar başarılı olduğunu incelemişler. Bu amaçla, bilimsel veritabanlarında "problemlili internet kullanımı" gibi anahtar kelimelerle arama yapmışlar ve 13 farklı araştırmayı değerlendirmişler. Bu araştırmalarda yer alan programların nasıl uygulandığı, hangi kuramsal yaklaşımlara dayandığı ve ne kadar etkili olduğu gibi sorulara cevap aramışlar. Sonuç olarak, bu tür programların genellikle işe yaradığı ve farklı yöntemler kullanıldığı görülmüştür.

Gençler arasında problemlili internet kullanımının yaygınlığına dair bulgular mevcuttur. Şalvarlı ve Griffiths (2022), yayımladıkları bir çalışmada, problemlili internet kullanımının gençlerin akademik performansını olumsuz yönde etkilediğini ve aynı zamanda duygusal zorluklara neden olduğunu belirtmektedir.

127 Amerikalı yetişkinden oluşan heterojen bir örneklem üzerinde, problemlili internet kullanımı, depresyon, anksiyete, kişilik özellikleri ve madde kullanımı düzeyleri değerlendirilmiştir. Yapılan araştırmalar, sorunlu internet kullanımının depresyon, kaygı ve madde kullanımı ile güçlü ve doğru orantılı bir ilişkisi olduğunu göstermiştir. Ancak, dışa dönüklük ile problemlili internet kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir bağlantı

bulunamamıştır. Örneklemedeki erkek katılımcılar, genel olarak daha yüksek seviyelerde sorunlu internet kullanımı sergilemiştir. COVID-19 pandemisinin de etkili olduğu, katılımcıların %85,8'inin pandemi süresince internet kullanımlarında artış yaşadıklarını ifade etmesiyle ortaya konmuştur (Yan, 2024).

Literatürde yapılan araştırmalar incelendiğinde bireylerin problemlili internet kullanım düzeyleri arttıkça akademik başarı ve performansları azalmaktadır. İnternette geçirilen zaman arttıkça gençlerin ve yetişkinlerin psikolojik sorunları artmaktadır ve problemlili internet kullanım sonucu olarakta stres, kaygı, depresyon ve madde kullanımı gibi durumlar artmaktadır. Problemlili internet kullanım düzeyi arttıkça yalnızlık ve flört kaygısı durumları artmaktadır. Yine literatürde internet bağımlılığını önlemek için uygulanan programların etkili olduğu görülmektedir. Problemlili internet kullanımı cinsiyete göre farklılaşmakta, erkek öğrencilerin problemlili internet kullanım düzeyleri kız öğrencilere göre daha fazla çıkmaktadır.

### **2.5.2. Siber zorbalık ile ilgili yapılan çalışmalar**

Arıcak vd. (2008) tarafından çeşitli sosyoekonomik kökenlerden gelen 12-19 yaş aralığındaki 269 Türk öğrenci üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmanın bulgularına göre, katılımcıların %36'sı internet ortamında zorbalık içeren eylemlerde bulunmaktadır. Bu zorbalık eylemlerinde bulunan katılımcıların %24'ünün ise aynı zamanda hem zorbalık yapmış hem de mağdur rolünü üstlendikleri tespit edilmiştir. Fakat sadece %6 öğrenci mağdur olduğunu belirtmiştir. Ankete katılan öğrencilerin %23.7'si, cep telefonları üzerinden rahatsız edici davranışlara maruz kaldıklarını belirtmiştir. İnternet kullanım miktarı ile taciz edilme arasında pozitif yönde bir korelasyon bulunmuştur; yani internet kullanımı arttıkça taciz edilme de artmaktadır. Peker ve İskender'in (2015) geliştirdiği ve geçerliliği test edilen insani değerler temelli psikoeğitim programının, araştırmanın bağımlı değişkeni olan siber zorbalık üzerinde önemli bir etkisi olduğu saptanmıştır. Araştırma bulguları, söz konusu programın siber zorbalık seviyelerini düşürmede başarılı olduğunu ve bu etkinin süreklilik arz ettiğini ortaya koymuştur.

Belçika'da 2015 yılında gerçekleştirilen ortaokul birinci ve ikinci sınıf öğrencilerine yönelik bir tez çalışmasında bireylerin sosyal statüsü incelenmiştir. Sosyal statü ile ilgili olarak, siber zorbalık mağdurlarının okulda daha az arkadaşı olduğu ve arkadaş olarak kabul edilmedikleri birçok Facebook bağlantısına sahip oldukları bulundu. Buna karşılık, siber zorbalık failleri yüksek bir sosyal statüye sahiptir. Daha spesifik olarak, yüksek algılanan

popülerlik ile karakterize edilirler. Genel olarak, sonuçlar erken ergenlik döneminde siber zorbalığın sosyal statünün kazanıldığı bir strateji oluşturabileceğini göstermektedir: failler, kendi sosyal statülerini geliştirmek için ceza almadan siber zorbalığa uğrayabilecekleri mağdurları seçerler (Wegge, 2015).

Juvonen ve Gross (2008) tarafından yapılan araştırmada, Amerika'daki 12-17 yaş aralığındaki 1454 genç üzerinde, çevrimiçi zorbalık ile okul zorbalığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, gençlerin %72'si son bir yıl içinde siber zorbalığa maruz kalırken, bu gençlerin %85'i aynı zamanda geleneksel zorbalığın da hedefi olmuştur. Smith ve arkadaşlarının (2008) çalışması, siber zorbalığın geleneksel zorbalık kadar yaygın olduğunu ve okul ortamının dışına da taşındığını göstermiştir. Bu çalışmada, geleneksel zorbalığa maruz kalan gençlerin aynı zamanda siber zorbalığa da uğradığı ve internet kullanımının siber mağduriyet ile ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Cuervo ve arkadaşlarının (2014) Meksika'daki dört farklı liseden 278 ergenle yaptığı araştırma, lise öğrencileri arasında en yaygın kullanılan siber zorbalık türlerinin karalama, siber taciz ve dışlama olduğunu ortaya koymuştur. Araştırma ayrıca, bu öğrencilerin siber zorbalık için en sık sosyal medya platformlarını kullandıklarını göstermiştir.

Erdur-Baker ve Kavşut (2007) tarafından yürütülen bir araştırmada, Türkiye'de internet ve iletişim teknolojileri kullanıcısı olan 14-19 yaş aralığındaki lise öğrencilerinin %28'inin siber zorbalık davranışları sergilediği ve aynı yaş grubundaki öğrencilerin %30'unun ise siber zorbalığa maruz kaldığı bulgusu elde edilmiştir. Lise öğrencilerinin siber zorba davranışları ve kurban olma durumlarına ilişkin bir çalışmada %14-19 yaşındaki bir öğrenci grubunun %28'inin siber zorbalık yaptığı, %30'unun da kurban rolünde olduğu raporlanmıştır (Erdur-Baker ve Kavşut, 2007)

Ertürk'ün (2022) lise öğrencilerinin internet bağımlılığı, sosyal kaygı ve siber zorbalık arasındaki ilişkileri incelediği çalışmasında, internet bağımlılığı ile sosyal kaygı arasında hafif bir bağlantı, internet bağımlılığı ile siber zorbalık arasında ise orta düzeyde bir ilişki saptanmıştır. Ayrıca, sosyal kaygının siber zorbalıkla düşük seviyede ilişkili olduğu ve internet bağımlılığı ile siber zorbalık arasındaki bu ilişkiyi etkileyen bir faktör (aracı değişken) olduğu belirlenmiştir.

Bolu'da Ünver (2016) tarafından gerçekleştirilen yüksek lisans tezinde, 523 lise öğrencisi incelenmiştir. Öğrencilerin en sık ziyaret ettiği web siteleri sırasıyla sosyal medya,

ödev siteleri, haber ve magazin siteleri, sohbet platformları, oyun siteleri ve diğer siteler olarak belirlenmiştir. Yapılan analizler, cinsiyetin siber zorbalık eylemleri ve sorunlu internet kullanım düzeyleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık oluşturmadığını ortaya koymuştur. Ancak, erkek öğrencilerin riskli internet davranışlarına dair puanları, kız öğrencilere kıyasla belirgin derecede yüksek bulunmuştur. Araştırma sonuçları, imam hatip lisesi öğrencilerinin siber zorbalık, sorunlu internet kullanımı ve riskli internet davranışları puanlarının, diğer lise türlerindeki öğrencilere göre önemli ölçüde düşük olduğunu göstermektedir. İnternet kullanım süresi 0-2 saat olan öğrencilerin, 3 saat ve üzerinde internet kullananlara kıyasla bu üç alanda da daha az risk taşıdığı tespit edilmiştir. Ebeveyn denetiminin ise öğrencilerin siber zorbalık, sorunlu internet kullanımı ve riskli internet davranışları seviyelerini olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

Tunçbilek (2019)'un yaptığı tıpta uzmanlık tezinde internette oyun oynama bozukluğu olan ergenler ile problemlili internet kullanımı olan ergenleri siber zorbalık düzeyleri, yalnızlık düzeyleri ve saldırganlık düzeylerini karşılaştırmıştır. Sonuç olarak internette oyun oynama bozukluğu olan bireylerin saldırganlık, siber zorbalık ve yalnızlık parametreleri daha yüksek düzeyde çıkmıştır.

Korkmaz (2019) 'un 16-55 yaşları arasındaki 1130 kişi ile anket uyguladığı 20 kişi ile görüşme yaptığı doktora tezinde dindarlık seviyesi arttıkça siber zorbalık/mağduriyet düzeyleri ve problemlili internet kullanım düzeyinin azaldığı görülmüştür. Dindarlık düzeyi, siber zorbalık/mağduriyet ve problemlili internet kullanım düzeyini yordamıştır. Problemlili internet kullanımı ile siber zorbalığa maruz kalma ve siber zorbalık uygulama arasında anlamlı bir bağlantı bulunmuştur.

Öksüz (2019), yaptığı bir meta analiz çalışmasında, son on yılda Türkiye'de gerçekleştirilmiş çalışmaları incelemiştir. Çalışmalarında örnekleme ortaokul, lise ve üniversite öğrencileri olmasına dikkat etmiştir. İncelediği değişkenler siber mağduriyet, siber zorbalık, internet bağımlılığı ve de problemlili internet kullanımınıdır. Bu değişkenleri cinsiyet faktörüne göre incelemiştir. İncelenen verilere göre, internet bağımlılığı, siber zorbalık ve problemlili internet kullanımı erkek öğrencilerde kız öğrencilere göre cüzi bir miktarda daha fazla görülmektedir. Siber mağduriyet açısından ise cinsiyetler arasındaki farkın ihmal edilebilir düzeyde olduğu saptanmıştır.

Baran'ın (2024) Gaziantep'te yürüttüğü çalışmada, bilişsel esneklik ile siber zorbalık ve sorunlu internet kullanımı arasında zayıf ancak önemli bir ters ilişki belirlenmiştir. Bu durum, bilişsel esneklik arttıkça siber zorbalık ve sorunlu internet kullanımının azalma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Buna ek olarak, sorunlu internet kullanımı ile siber zorbalık arasında da zayıf ve doğru orantılı bir ilişki tespit edilmiştir. Oksanen'in (2020) araştırması, iş yerindeki siber zorbalığın çalışanların ruhsal sağlığını olumsuz etkileyerek, sıkıntı, tükenmişlik ve teknolojik stres gibi problemlere yol açtığını ortaya koymuştur.

Brewer ve Kerslake (2015) tarafından yapılan araştırma, düşük benlik saygısına sahip ergenlerin siber zorbalığa maruz kalma olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Ayrıca, empati düzeyi düşük olan ergenlerin ise siber zorbalık davranışlarında bulunma eğiliminde oldukları saptanmıştır.

Arıcak, (2009) 695 üniversite öğrencisiyle yaptığı çalışmada katılımcıların %19.7'sinin hayatı sürecinde en az bir kez zorbalık davranışını gerçekleştirdiğini, %54.4 ünün en az bir kez kurban rolünde olduğu, % 17.7'sinin ise hem siber zorbalık yaptığı hem de kurban rolünde olduğunu saptamıştır. Kadınlar siber zorbalığın sorun olduğunu düşünürken diğer taraftan erkekler ise siber zorbalığı sorun olarak görmeme yönelimindedir (Arıcak, 2009). Siber zorbalık ile cinsiyet arasındaki ilişki incelendiğinde, Li (2007)'ye göre siber zorbalık cinsiyete göre farklılaşmaktadır. Erkeklerin kadınlara göre daha fazla oranda siber zorbalık faaliyetinde bulunduğunu ifade edilmiştir. Dempsey vd. (2009) ise cinsiyet konusunda anlamlı farklar bulmuşlar ve kadınlar daha fazla mağdur olduklarını belirtirken; Popović-Ćitić vd. (2011) yaptığı çalışmada erkekler kadınlardan daha fazla hem siber zorbalık davranışı gerçekleştirdiği hem de siber mağdur olduklarını ifade etmişlerdir. Önceki araştırmaların aksine, Erdur-Baker ve Kavşut (2007) çalışmalarında erkeklerin daha çok siber zorbalığa maruz kaldığını bulmuşlar. Ancak, siber zorbalık yapma konusunda erkek öğrencilerin kızlara göre daha aktif olduğunu da tespit etmişler.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde genel olarak bireylerin internet kullanma süresi arttıkça siber zorbalık içeren faaliyetlerinin arttığı gözlemlenmiştir. Erkek öğrencilerin siber zorbalık yapma durumu kız öğrencilere göre daha fazla çıkmaktadır. Bireyler hem siber zorbalık yaptığında hem de mağdur olduklarında kişilerde kaygı, stres, depresyon gibi psikolojik sağlıklarını bozacak durumlar gözlenmiştir. Okul ortamında sosyal statüsü yüksek bireylerin siber zorbalık oranının yüksek olduğu, sosyal statüsü düşük olan öğrencilerinse kurban olma oranı daha yüksek çıkmıştır. Siber zorbalığa mağdur kalan bireylerin aynı

zamanda okul zorbalığına uğradıklarında görülmüştür. Siber zorbalık için en çok sosyal medya platformları kullanılmış ve siber zorbalığın türü olarakta en çok hakarte ve siber tazviz görülmüştür. İnternette oyun oynama bozukluğu olan bireylerin siber zorbalık ve saldırganlık düzeyleri yüksek çıkmıştır.

### **2.5.3. Duygusal özerklik ile ilgili yapılan çalışmalar**

Chen (1994) doktora tezinde, özsaygı, duygusal bağımsızlık ve akran zorbalığına karşı duruş parametrelerini cinsiyet, yaş ve sosyoekonomik statü değişkenlerine göre incelemiştir. Araştırma sonuçları, akran zorbalığına karşı koyma ve duygusal bağımsızlık düzeylerinin (ebeveynleri birey olarak algılama hariç) yaş ve cinsiyetle ilişkili olduğunu göstermiştir. Sosyoekonomik statü ile ise herhangi bir ilişki tespit edilememiştir.

Cinsiyet değişkenine göre duygusal özerklik kavramının erkeklerin lehine bir yönde olduğu araştırmalar mevcuttur. (Frank vd., 1988) kız evlatların anne ve babalarıyla olan ilişkilerinde erkek evlatlara oranla daha az duygusal özerklik seviyesine sahip oldukları tespit edilmiştir. (Ryan ve Lynch, 1989) araştırmaları da bu bulguyu kanıtlamaktadır. Cinsiyetin ergendeki özerklik oluşmasına katkısını araştıran Fleming (2005) ise, özerk olma arzusunun cinsiyete ilişkin net bir farklılık durumu olduğu; ayrıca, özerkliğin elde edilmesi için harcanan çabanın erkeklerde daha fazla olduğu saptanmıştır. Steinberg ve Silverberg, (1986) yılında yaptığı araştırmada kadınların erkeklerden duygusal özerkliğin tüm alt alanlarında daha yüksek puanlar elde ettikleri saptanmıştır. Başka bir çalışmada tam bunun aksi şekilde olduğu görülmüştür. İspanyol ergenlerinin duygusal gelişimini 5 yıl boyunca takip ettikleri bir çalışmada, kız ve erkek ergenler arasında duygusal özelliklerde anlamlı bir farklılık olmadığını tespit etmişlerdir (Parra veOliva, 2009).

Musaağaoğlu (2004) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, ergenliğin farklı evrelerindeki bireylerin davranışsal ve duygusal özerklik düzeyleri incelenmiştir. Çalışmada, duygusal özerkliğin yaşla birlikte artış gösterdiği, ancak cinsiyet değişkeninin bu artış üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı sonucuna varılmıştır.

Duygusal özerkliğin akademik başarı ve yüksek eğitim beklentisiyle olumlu bir ilişkisi olduğu, okul performansını ise farklı şekillerde etkilediği görülmüştür. Duygusal özerkliğin bağımsızlık ve idealleştirmeme alt boyutları okul performansını olumlu yönde etkilerken, bireyleşme alt boyutu ise olumsuz yönde etkilemektedir (akt. Erçevik, 2014). Özellikle

idealleştirmeme ve bireyleşme alt boyutuyla anlamlı ve güçlü ilişkiler saptanmıştır. Steinberg ve Silverberg (1986).

Köseoğlu ve Erçevik (2015) tarafından yürütülen çalışmada, ergenlerin duygusal özerklik düzeyleri ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasında pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Valentina ve Gulati (2014) çalışmasında, yüksek duygusal özerkliğe sahip ergenlerin, cinsiyetlerine göre farklı ebeveyn algıları olduğu sonucuna varılmıştır. Erkekler, babalarını daha reddedici ve ihmal edici olarak değerlendirirken, kızlar annelerini daha az ödüllendirici ve sevgi dolu bulmuşlardır. Araştırma, koruma, sembolik ödül, sevgi ve nesnel ödül gibi olumlu ebeveynlik boyutlarının, ergenlerin duygusal özerkliği ile ters orantılı olduğunu göstermektedir.

Koç (2019), 568 lise öğrencisini kapsayan araştırmasında, öğrencilerin algıladıkları anne baba tutumlarının duygusal özerklikleri üzerindeki etkilerini incelemiştir. Çalışmada, demokratik ebeveyn tutumlarının duygusal özerkliğin tüm boyutlarını pozitif yönde etkilediği, koruyucu ve otoriter tutumların ise özellikle bireyleşme alt boyutunu olumsuz etkilediği sonucuna varılmıştır.

Bir başka çalışmada duygusal özerkliğin gelişimi ile psikolojik sağlamlık arasında doğrudan bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Yani, duygusal özellikler ne kadar gelişirse, psikolojik sağlamlık da o kadar artmaktadır (Ümmet vd., 2018). Deniz ve Uzun (2019), ergenlerin duygusal özerkliği ile empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı bir pozitif korelasyon bulmuşlardır. Bu bulgu, duygusal özerkliğin empati gelişimi için önemli bir faktör olduğunu göstermektedir.

Chou (2000) Çinli ergenlerin depresyon belirtileri ve duygusal özerklikleri arasındaki ilişkiyi saptamak için gerçekleştirdiği araştırmaya 16-18 yaş arasındaki kişilerin depresyon belirtileri ile duygusal özerkliğin seviyeleri arasında pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Demir ve Karabacak (2017) tarafından yapılan çalışmada, ergenlerin en uzun süre yaşadıkları yerleşim yerinin, duygusal özerklik düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir.

Güneş (2018) çalışmasında, ergenlerin akıllı telefon bağımlılığı ile duygusal özerklikleri arasında pozitif bir ilişki bulmuş, ayrıca kız ve erkek ergenlerin idealize etme eğilimlerinde farklılıklar olduğunu göstermiştir.

Duygusal özerklik ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde; duygusal özerklik ile yaş ve cinsiyet arasında ilişkiler bulunmuştur. Kız çocukları erkek evlatlara göre daha az duygusal özerklik seviyesine sahip olduğu görölmüştür. Duygusal özerklik arttıkça öğrencilerin akademik başarısını arttığı ve yüksek eğitim beklentisi olduğu görölmüştür. Ergenlerde duygusal özerklik için algılanan anne baba desteğinin önemli olduğu görölmüş ve sosyal destek arttıkça ergenlerin duygusal özerklik düzeylerinin arttığı görölmüştür. Algılanan anne baba tutumlarında demeokratik ebeveyn tutumu duygusal özerkliği olumlu yönde etkilemiştir. Duygusal özerklik ile psikolojik sağlamlılık arasında olumlu bir ilişkinin olduğu bulunmuştur.

Yapılan araştırmalar bakıldığında bu çalışmanın değişkenleri ile ilgili ağırlıklı olarak ergen gruplarında bakılmıştır. Genelde cinsiyet değişkeni, internet kullanım süresi, akademik başarı, akademik performans, sosyal destek ve ebeveyn tutumları araştırmaların değişkenlerini oluşturmuştur.

## BÖLÜM 3

### 3. YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde, çalışmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analiz edilmesiyle ilgili bilgiler verilmiştir.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Çalışma, genel tarama modelinden ilişkisel tarama şeklindedir. Genel tarama modeli, çok sayıda öğeden oluşan bir bütünün özellikleri veya durumları hakkında genel bir fikir edinmek amacıyla, bu bütünün tamamı veya temsili bir kısmı üzerinde yapılan sistematik bir inceleme yöntemidir. Genel tarama modeli “geçmişte ya da şu anda var olan bir olayı” olduğu gibi tasvir etmeyi amaçlar. İlişkisel tarama modelinde “iki ya da daha fazla değişken” arasında ortak bir değişim var mı; varsa derecesini belirlemek esastır. (Karasar, 2008).

#### 3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Çalışmanın evreni Konya ilinde merkez ilçelerde yaşayan 2023-2024 yılında eğitim-öğretimine devam ergenlik döneminde olan her lise kademesinden ( 9. 10. 11. Ve 12. Sınıf) gönüllü öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmada altı farklı lise türünden (fen lisesi, anadolu lisesi, imam hatip lisesi, meslek lisesi, spor lisesi, sosyal bilimler lisesi) 650 öğrenciye ulaşılmıştır.

**Tablo3.1. Demografik Özelliklere Yönelik Dağılım**

		N	%
<b>Cinsiyet</b>	Kız	333	51.2
	Erkek	317	48.8
<b>Sınıf Düzeyi</b>	9.sınıf	165	2.4
	10.Sınıf	185	28.5
	11. Sınıf	173	26.6
	12. Sınıf	127	19.5
<b>Okul Türü</b>	Fen	76	11.7
	Anadolu	115	17.7
	İmam Hatip	150	23.1
	Meslek	126	19.4
	Spor	87	13.4
	Sosyal Bilimler	96	14.8
<b>Algılanan Anne Baba Tutumları</b>	Demokratik	244	37.5
	Baskıcı	82	12.6
	Koruyucu	60	9.2
	Hoşgörülü	70	10.8
	Mükemmeliyetçi	46	7.1
	Tutarsız	124	19.1
	İlgisiz	12	1.8
<b>İnternet Kullanım Süresi</b>	0-2 saat	85	13.1
	2-4 saat	245	37.9
	4-6 saat	208	32.1
	6-8 saat	66	10.2
	8 saat üzeri	43	6.6
<b>Kişisel Gelişim Aktivitesi</b>	Sanatsal	288	44.3
	Sportif	413	63.5
	Kurs	190	29.2

Katılımcıların %52.2 si kız öğrenciler, 48.8'i erkekler oluşturmaktadır. Katılımcıların %24.4'ü 9. sınıf, %28.5'ini 10. sınıf, %26.6'sını 11. sınıf ve %19.5'ini 12. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Katılımcıların okul türü oranlarına baktığımızda %11.7' si fen lisesi, %17.7'si anadolu lisesi, %23.1'ini imam hatip lisesi, %19.4'ü meslek lisesi, %13.4'ü spor lisesi ve %14.8'ini sosyal bilimler lisesi oluşturmaktadır. Lise öğrencilerinin algılanan anne baba tutumlarına baktığımızda en yüksek oranla %37.5 ile demokratik anne baba tutumu, %19.1 ile tutarsız anne baba tutumu, %12.6 ile baskıcı anne baba tutumu, %10.8 ile hoşgörülü anne baba tutumu, %9.2 ile koruyucu anne baba tutumu, %7.1 ile mükemmeliyetçi anne baba tutumu ve %1,8'i ilgisiz anne baba tutumu şeklinde sıralanmıştır. İnternet kullanım süresine baktığımızda öğrencilerin çoğu interneti %37.9 ile 2-4 saat arası kullandığını belirtmiştir. Daha sonra sırası ile interneti; %32.1'i 4-6 saat arası kullandığını, %13.1'i 0-2 saat arası kullandığını, %10.2'si 6-8 saat arası ve %6.6'sı da 8 saat üzeri kullandığını belirtmiştir.

Öğrenciler bir kişisel gelişim faaliyet gerçekleştirme oranlarına bakıldığında öğrenciler en çok %63.5 ile bir sportif faaliyet gerçekleştirdiklerini ifade etmişlerdir. Sanatsal faaliyet gerçekleştirme oranı %44.3 bir kursa (yazılım, diksiyon, Office vb.) katılma oranı ise %29.2'dir (Tablo 3.1).

### 3.3. Veri Toplama Araç ve Teknikleri

Araştırmada kullanılacak form ve ölçekler aşağıda tanıtılmıştır.

#### 3.3.1. Kişisel bilgiler formu

Kişisel bilgiler formunda öğrencilerden cinsiyeti, okul türü, sınıf kademesi, yaşı, anne ve babanın eğitim düzeyi, algılanan anne baba tutumları, öğrencilerin herhangi bir sanatsal, sportif ve kişisel gelişim aktivitesi gerçekleştirme durumları ve günlük internet kullanımı (*Facebook, Instagram, Youtube, Twitter gibi sosyal medya hesapları, Haber Siteleri, Araştırma Yapma, Ödev Siteleri, Blog Yazıları, Online Oyun siteleri vb.*) süreleri sorulmuştur.

#### 3.3.2. Ergenlerde problemlili internet kullanımı ölçeği (PİKÖ-E)

Ölçek Ceyhan vd. (2007) tarafından ilk olarak üniversite öğrencileri için geliştirilmiştir. Ergenler için geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Ceyhan vd. (2007) tarafından gerçekleştirilmiştir. 5'li likert tipi (1=hiç uygun değil, 5=tamamen uygun) olan ölçek 1-5 arasında puanlanmaktadır. 14 maddeden oluşan internetin olumsuz sonuçları, 6 maddeden oluşan aşırı kullanım ve 7 maddeden oluşan sosyal fayda/sosyal rahatlık olmak üzere toplamda 3 alt ölçek ve 27 maddeden oluşmaktadır. Alınabilecek en düşük puan 27, en yüksek puan ise 135'tir. Puanların yüksek olması problemlili internet kullanımına işaret etmektedir. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin bütünü için iç tutarlık katsayısı 0.93, internetin olumsuz sonuçları için 0.93, aşırı kullanım için 0.76 ve sosyal fayda/sosyal rahatlık için 0,78 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada Ergenlerde Problemlili İnternet Kullanım Ölçeği Cronbach alfa katsayısı 0.92 bulunmuştur.

#### 3.3.3. Siber zorbalık ölçeği (SZÖ)

Ölçek Arıca ve Ark. (2012) tarafından 515 ilköğretim ve ortaöğretim öğrencisi üzerinde geliştirilmiştir. Ölçek maddeleri oluşturulurken öncelikle 70 ilköğretim öğrencisine "internet ve cep telefonları üzerinden insanların birbirilerine verdikleri zarar" adlı bir kompozisyon yazdırılmış, içerik analizinden elde edilen bulgularla yapılan literatür taraması

sonucunda siber zorbaca davranışları yansıttığı düşünölen maddelere gerekli düzeltmeler sonucunda son hali verilmiştir. 4'lü likert tipi (1=hiçbir zaman, 4=her zaman) olan ölçek toplamda 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 24, en yüksek puan 96'dır. Yükselen puanlar yüksek siber zorbalığa işaret etmektedir. Yapılan analizler sonucunda Cronbach alfa katsayısı .95, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .70 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada Siber Zorbalık Ölçeği Cronbach alfa katsayısı .93 bulunmuştur.

### **3.3.4. Duygusal özerklik ölçeği (DÖÖ)**

Steinberg ve Silverberg (1986) tarafından geliştirilmiş olan ölçeğin Türkçe uyarlaması Deniz ve Ark. (2013) tarafından yaşları 14-18 arasından değişen 720 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Ölçek iki tane bilişsel iki tane duyuşsal olmak üzere toplam 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Toplamda 20 madde olan ölçek 5 maddeden oluşan "idealleştirmeme" ve altı maddeden oluşan "ana-babayı birey olarak görme"yi kapsayan bilişsel alt ölçek ile dört maddeden oluşan "bağımsızlık" ve beş maddeden oluşan "bireyleşme"yi kapsayan duyuşsal alt ölçeklerden oluşmaktadır. 4'lü likert tipi (1=bana hiç uygun değil, 4=bana tamamen uygun) bir ölçektir. Ölçekten elde edilebilecek puan en az 20 en fazla 80'dir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde ana-babayı birey olarak görme alt boyutu düzgün bir dağılım göstermediği ve düşük yük faktörüne sahip olduğu için analiz dışında tutulmuş ve ölçeğin 14 maddeden oluşan 3 alt boyutu test edilmiştir. Güvenirlik için yapılan analizlerde Cronbach Alfa tüm alt boyutlara dair iç tutarlık katsayısı .79, idealleştirmeme alt ölçeği için .71, bağımsızlık alt ölçeği için .64 ve bireyleşme alt ölçeği için .67 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada duygusal özerkliğin Cronbach alfa katsayısı totalde .81; idaelleştirmeme alt boyutu Cronbach alfa katsayısı .73, bağımsızlık alt boyutu için Cronbach alfa katsayısı .58, bireyleşme alt boyutu Cronbach alfa katsayısı .69 bulunmuştur.

### **3.4. Verilerin Toplanması**

Ölçekler uygulanmadan önce, Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği için Ceyhan'dan, Siber Zorbalık Ölçeği için Arıcak'tan ve Duygusal Özerklik Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması için Deniz'den izin alınmıştır. Verileri toplamak amacıyla Konya ilinin merkez ilçelerinde öğrenim gören farklı lise türlerindeki lise 9.10. 11. Ve 12. sınıf öğrencileri ulaşılabilir amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Araştırmaya başlanmadan önce Necmettin Erbakan Üniversitesi Rektörlüğü, Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na etik kurul izni için başvurulmuş ve araştırmanın etik açıdan uygun olduğu bilgisiyle 2024/130

sayılı etik kurul **kararıyla (EK-5)** tamamlanmıştır. Milli Eğitim Bakanlığında araştırma ve uygulama **izni (EK6)** alınmıştır. Verilerin toplanmasında kullanılacak ölçekler okullarda uygulanırken kendi gözetiminde gerekli açıklamalar yapılarak uygun ders saatinde uygulanmıştır. Öğrencilere çalışmanın amacı, ölçekler hakkında gerekli bilgilendirmeler ve ölçeklerin nasıl uygulanacağı hakkında bilgilendirmeler yapılmıştır. Bilgilendirmelerden sonra gönüllü olarak katılmak isteyen öğrencilere Siber Zorbalık Ölçeği, Ergen-Problemler İnternet Kullanım Ölçeği ve Duygusal Özerklik Ölçeği uygulanmıştır. Bu uygulama esnasında zaman sınırlaması yoktur. Uygulama esnasında samimiyetle doldurulmadığı gözlenen formlar işaretlenerek değerlendirme dışı bırakılmıştır.

### **3.5. Verilerin Analizi**

Araştırmadaki değişkenler için betimsel istatistikler hesaplanıp araştırmada öğrencilerin Problemler İnternet kullanım düzeyleri, Siber zorbalık düzeyleri ve duygusal özerklik düzeyi arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırmaya toplam 700 lise öğrencisi katılmıştır. Ama 50 veri eksik doldurma, samimiyetle doldurmama gibi sebeplerden ötürü çıkartılarak 650 öğrencinin verisi kullanılmıştır. Araştırmada toplanılan veriler SPSS 22.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmada katılımcılara ölçme araçları yüz yüze uygulanarak veriler toplandıktan sonra bu veriler bilgisayar ortamına aktarılmış ve analizler için uygun hale getirilmiştir. Toplanan veriler analiz edilmeden önce uç değerler kutu ve histogram grafikleri ile incelenmiştir. Verilerden uç değerlerin çıkartılması dağılımın normalliğini etkilememiştir. Bu araştırmanın bağımsız değişkenleri; siber zorbalık ve duygusal özerklik olup bağımlı değişkeni ise problemler İnternet kullanımınıdır. Ölçeklerin güvenilirlik analizi için Cronbach  $\alpha$  katsayısı kullanılmıştır.

Her bir karşılaştırılacak grubun örneklem büyüklüğünün 30'u aşması durumunda, örneklem dağılımının normal dağılıma yakınsayacağı (merkezi limit teoremi uyarınca) varsayımı altında, parametrik istatistiksel testlerin uygulanması mümkündür (Kul, 2014). Bu sebeple örneklem sayısı  $n=650$  ( $n>30$ ) olduğundan dolayı dağılım normşa dağılım kabul edilmiştir ve parametrik istatistiksel yöntemler kullanılmıştır. Gruplar arası ortalamaların istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığına bakmak için bağımsız örneklem t testi ve Varyansların homojenliğine göre tek yönlü ANOVA testli ya da tek yönlü Welch ANOVA testi uygulanmıştır. Gruplar arası farklılıkların sebebini belirlemek içinde Games-Howell testi ve ya Tukey testi uygulanmıştır. Lise öğrencilerinin problemler İnternet kullanımını, siber

zorbalık ve duygusal özerklik arasındaki ilişkinin analizinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı tekniğinden yararlanılmıştır. Siber zorbalık ve duygusal özerkliğin, problemlili internet kullanımı üzerindeki yordayıcı ilişkileri belirlemek için Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır.

**Tablo3.2. Katılımcıların ölçeklere verdikleri cevapların mezkezi dağılım değerleri**

	N	Min	Max	Medyan	Mod	Ortalama	SS
<b>Problemlili İnternet Kullanımı</b>	650	27	127	61	51	64.0	19.9
<b>Siber Zorbalık</b>	650	24	96	25	24	38.8	13.2
<b>Duygusal Özerklik</b>	650	14	56	34	35	33.3	6.9

Tablo 3.2. ye göre problemlili internet kullanımı ölçeğinden alınan puanların ortalaması ( $X=64.0$ ) çıkmıştır. Siber zorbalık ölçeğinden alınan puanların ortalaması ( $X=38.8$ ) çıkmıştır. Duygusal özerklik ölçeğinden alınan toplam puanların ortalaması ( $X=33.3$ ) çıkmıştır.

## BÖLÜM 4

### 4. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma amacına yönelik olarak elde edilen verilerin istatistiksel analiz sonuçları sunulmaktadır. Ghasemi ve Zahediasl'in (2012) belirttiği gibi, geniş örneklemler (n>30-40) çalışmalarda normallik dağılımının önemli bir sorun teşkil etmediği ve örneklem büyüklüğünün artmasıyla verilerin normal dağılıma yaklaşacağı varsayımıyla normallik analizleri yapılmamıştır (Altman ve Bland, 1995; Elliott ve Woodward, 2007).

#### 4.1. Lise Öğrencilerinin Problemlerini İnternet Kullanım Düzeyinin Cinsiyete Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin problemlerini internet kullanımı toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.1'de verilmiştir.

**Tablo 4.1. Lise öğrencilerinin problemlerini internet kullanımı düzeylerinin cinsiyete göre t testi sonuçları**

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>SD</i>	<i>p</i>
<b>Problemlerini İnternet Kullanımı</b>	Kız	333	63.74	19.45	-.428	648	.66
	Erkek	317	64.41	20.38			

Problemlerini internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlarından kız öğrencilerin ortalama değeri (X=63.74), erkek öğrencilerin ortalama değeri (X=64.41)'dur. Problemlerini internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlarından kız öğrencilerle erkek öğrenciler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır (t(648)=-.428, p>0.05).

#### 4.2. Lise Öğrencilerinin Problemlerini İnternet Kullanım Düzeyinin Okul Türüne Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin problemlerini internet kullanımı toplam puanlarının okul türüne göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için ilk önce Levene'nin varyans

homojenliği testine bakılmıştır. Bu test sonucunda varyansların homojen dağılmadığı görülmüştür ( $p=.004$ ,  $p<.005$ ). Bunun için tek yönlü Welch ANOVA testi sonuçlarına bakılmıştır. Sonuçlar Tablo 4.2’de verilmiştir.

**Tablo 4.2. Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeylerinin okul türüne göre Welch Testi sonuçları**

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>F</i>	<i>SD1</i>	<i>SD2</i>	<i>p</i>
<b>Problemlı İnternet Kullanımı</b>	Fen Lisesi	76	57.76	19.82				
	Anadolu Lisesi	115	69.66	21.01				
	İmam Hatip Lisesi	150	61.17	17.71	4,18	5	273,87	<.001*
	Meslek Lisesi	126	64.55	16.72				
	Spor Lisesi	87	63.93	23.89				
	Sosyal Bilimler Lisesi	96	66.35	20.02				

\* $p<.05$ ; gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Yukarıdaki tabloya göre lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımını toplam ölçek puanları okul türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir (Welch  $F(5, 273.87)=4.18$ ,  $p<.05$ ). Problemlı internet kullanım düzeyi ortalaması en çok ( $X=69.66$ ) ile anadolu lisesi olmuştur. Daha sonra sırası ile sosyal bilimler lisesi ( $X=66.35$ ), meslek lisesi ( $X=64.55$ ), spor lisesi ( $X=63.93$ ), imam hatip lisesi ( $X=61,17$ ) ve en düşük problemlı internet kullanım düzeyi ise ( $X=57.76$ ) ile fen lisesi olmuştur.

Grup içinde ikili karşılaştırmalarda varyansların farklılığın kaynağını belirlemek için ve homojen dağılmadığından Games-Howell testi yapılmıştır. Bu test sonucuna göre problemlı internet kullanımını ortalamaları anadolu lisesi öğrencilerinde, fen lisesi öğrencilerine göre anlamlı düzeyde daha yüksektir( $p=001$ ). Yine problemlı internet kullanımını ortalamaları Anadolu lisesi öğrencilerinde Anadolu imam hatip lisesi öğrencilerine göre anlamlı derecede daha yüksektir( $p=.008$ ).

#### 4.3. Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyinin Sınıf Düzeyine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımını toplam puanlarının sınıf düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için ilk önce Levene'nin varyans homojenliği testi sonucuna bakılmıştır. Bu test sonucu varyansların homojen dağıldığı görülmüştür ( $p=.21$ ,  $p>.005$ ). Bunun için tek yönlü ANOVA testi sonuçlarına bakılmıştır. Sonuçlar Tablo 4.3'de verilmiştir.

Tablo 4.3. Lise öğrencilerinin toplam PİK düzeylerinin sınıf seviyelerine göre ANOVA testi sonuçları

	Grup	N	Ort	SS		Kareler Top.	SD	Kareler Ort.	F	p
Problemlı İnternet Kullanımı	9. Sınıf	165	65.37	18.56	Gruplararası	1068.92	3	356.30		
	10. Sınıf	185	65.04	21.38	Gruplar içi	2566086.09	646	396.41	.89	.44
	11. Sınıf	173	63.20	20.25	Toplam	257155.02	649			
	12. Sınıf	127	62.11	18.85						

$p>.05$ ; gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur

Problemlı internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlarından 9.sınıf öğrencilerinin ortalama değeri ( $X=65.37$ ), 10.sınıf öğrencilerinin ortalaması ( $X=65.04$ ), 11.sınıf ortalama değeri ( $X=63.20$ ) ve 12. sınıf ortalama değeri ( $X=62.11$ ) dur. Problemlı internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlar sınıf düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $F=.89$ ;  $p>.05$ ).

#### 4.4. Lise Öğrencilerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeyinin Algılanan Anne Baba Tutumuna Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımını toplam puanlarının algılanan anne baba tutumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için ilk önce Levene'nin varyans homojenliği testi sonucuna bakılmıştır. Bu test sonucu varyansların homojen dağıldığı görülmüştür ( $p=.21$ ,  $p>.005$ ). Bunun için tek yönlü ANOVA testi sonuçlarına bakılmıştır. Sonuçlar Tablo 4.4'de verilmiştir.

**Tablo 4.4. Lise öğrencilerinin toplam PİK düzeylerinin algılanan anne baba tutumlarına göre ANAVO testi sonuçları**

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>		<i>Karaler Toplamı</i>	<i>SD</i>	<i>Kareler Ort</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
<b>Problemlİ İnternet Kullanımı</b>	Demokratik	244	59.45	18.47	Gruplar Arası	16334.44	6	2722.40		
	Baskıcı Otoriter	82	73.89	19.94	Grup İçi	236993,87	631	375.58		
	Aşırı Koruyucu	60	64.25	19.29	Toplam					
	Aşırı Hoşgörülü	70	60.51	22.29		253328.32	637		7.24	.000
	Mükemmeliyetçi	46	65.32	21.12						
	Tutarsız	124	67.55	18.13						
	İlgisiz	12	72.00	21.39						

\* $p < .05$ ; gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Yukarıdaki tabloya göre lise öğrencilerinin problemlİ internet kullanımını toplam ölçek puanları algılanan anne baba tutumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir ( $F=7.24$ ,  $p < .05$ ).

Grup içinde ikili karşılaştırmalarda varyansların farklılığın kaynağını belirlemek için ve homojen dağıldığında Tukey testi yapılmıştır. Bu değerlendirmeye göre problemlİ internet kullanım düzeyi; demokratik anne baba tutumunda, tutarsız anne baba tutumuna göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşüktür ( $p=.003$ ). Problemlİ internet kullanım düzeyi; demokratik anne baba tutumunda, baskıcı ve otoriter anne baba tutumuna göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşüktür ( $p=.000$ ). Problemlİ internet kullanım düzeyi; hoşgörülü anne baba tutumunda, baskıcı ve otoriter anne baba tutumuna göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşüktür ( $p=.001$ ).

#### **4.5. Lise Öğrencilerinin Problemlİ İnternet Kullanım Düzeyinin Sanatsal, Sportif ve Kişisel Gelişim Aktivitesine Göre Farklaşp Farklaşmadığına İlişkin Bulgular**

Problemlİ internet kullanımını ölçeğinden elde edilen toplam puanlar sanatsal, sportif ve kişisel gelişim aktivitesi yapıp yapmamasına ilişkin anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.5’de verilmiştir.

**Tablo 4.5. Katılımcıların PİK değerlerinin sanatsal, sportif ve kişisel gelişim aktivitesine katılıp katılmamasına ilişkin T Testi**

		N	Ort	SS	t	SD	p	
<b>Toplam PİKÖ</b>	Sanatsal Aktivite	Var	288	64.06	19.13	-0.002	631.85	.99
		Yok	362	64.06	20.52			
	Sportif Aktivite	Var	413	63.05	19.71	-1.70	648	.08
		Yok	237	65.82	20.15			
	Kişisel Gelişim Aktivitesi	Var	190	62.88	19.99	-1.007	646	.31
		Yok	458	64.61	19.89			

$p > 0,05$ ; gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur

Problemlili internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlardan sanatsal aktivite gerçekleştirenler ortalaması ( $X=64.06$ ), sanatsal aktivite gerçekleştirmeyenlerin ortalaması ( $X=64.06$ )'tür. Problemlili internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlar sanatsal aktivite gerçekleştirme durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $t(631.85)=4.49$ ,  $p > 0.05$ ). Problemlili internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlarından sportif aktivite gerçekleştirenler ortalaması ( $X=63.05$ ), sportif aktivite gerçekleştirmeyenlerin ortalaması ( $X=65.82$ )'tür. Problemlili internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlar sportif aktivite gerçekleştirme durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $t(648)=-1.70$ ,  $p > 0.05$ ). Problemlili internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlarından kişisel gelişim aktivitesi gerçekleştirenler ortalaması ( $X=62.88$ ) kişisel gelişim aktivitesi gerçekleştirmeyenlerin ortalaması ( $X=64.61$ )'tür. Problemlili internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlar kişisel gelişim aktivitesi (robotik kodlama, dil, office programları, yazılım, diksiyon kursları vb.) gerçekleştirme durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır ( $t(646)=-1.007$ ,  $p > 0.05$ ).

#### **4.6. Lise Öğrencilerinin Problemlili İnternet Kullanım Düzeyinin İnternette Geçirilen Süreye Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına İlişkin Bulgular**

Lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımını toplam puanlarının internette geçirilen süreye göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için ilk önce Levene'nin varyans homojenliği testine bakılmıştır. Bu test sonucunda varyansların homojen dağılmadığı

görülmüştür ( $p=.004$ ,  $p<.005$ ). Bunun için tek yönlü Welch ANOVA testi sonuçlarına bakılmıştır. Sonuçlar Tablo 4.6’de verilmiştir.

**Tablo 4.6. lise öğrencilerinin toplam PİK düzeylerinin internet kullanım sürelerine göre Welch Testi Sonuçları**

	<i>Grup</i>	<i>N</i>	<i>Ort</i>	<i>SS</i>	<i>F</i>	<i>SD1</i>	<i>SD2</i>	<i>p</i>
	0-2 saat	244	51.37	16.65				
	2-4 saat	82	59.76	15.89				
<b>Problemlİ İnternet Kullanımı</b>	4-6 saat	60	66.23	19.10	30.50	4	168.57	<.000*
	6-8 saat	70	77.44	17.83				
	8 saat üzeri	46	82.90	26.61				

\* $p<.05$ ; gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Yukarıdaki tabloya göre lise öğrencilerinin problemlİ internet kullanımı toplam ölçek puanları internet kullanım sürelerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir (Welch  $F(4, 168.57)=30.50$ ,  $p<.05$ ).

Grup içinde ikili karşılaştırmalarda varyansların farklılığın kaynağını belirlemek için ve homojen dağılmadığından Games-Howell testi yapılmıştır. Bu değerlendirmeye göre problemlİ internet kullanım düzeyi; günlük 0-2 saat internet kullanan grup ile günlük 2-4 saat, 4-6 saat, 6-8 saat ve 8 saat ve üzeri internet kullanan gruplara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşüktür( $p<.05$ ). Problemlİ internet kullanım düzeyi; günlük 2-4 saat internet kullanan grup ile günlük 4-6 saat, 6-8 saat ve 8 saat ve üzeri internet kullanan gruplara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşüktür( $p<.05$ ). Problemlİ internet kullanım düzeyi; günlük 4-6 saat internet kullanan grup ile günlük 6-8 saat ve 8 saat ve üzeri internet kullanan gruplara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede düşüktür( $p<.05$ ).

#### **4.7. Lise Öğrencilerinin Problemlİ İnternet Kullanımı, Siber Zorbalık ve Duygusal Özerklik Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular**

Tablo 4.7’te lise öğrencilerinin Problemlİ İnternet Kullanımı Ölçeği, Siber Zorbalık Ölçeği ve Duygusal Özerklik Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Analizi tablosuna yer verilmiştir.

**Tablo 4.17. Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki spearman sıra korelasyon katsayısı tablosu**

		1. PİKÖ	2. SZÖ	3. DÖÖ
1. PİKÖ	r	1		
	p	.		
2. SBÖ	r	.272**	1	
	p	.000	.	
3. DÖÖ	r	-.359**	-.224**	1
	p	.000	.000	.

\*\*p<.01, PİKÖ: Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği, SBÖ: Siber Zorbalık Ölçeği, DÖÖ: Duygusal Özerklik Ölçeği

Öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden aldıkları toplam puan ile siber zorbalık ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında ( $r = .272$ ,  $p < .001$ ) pozitif yönde, düşük düzeyde anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. Öğrencilerin problemlı internet kullanım ölçeğinden duygusal özerklik ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında ( $r = -.359$ ,  $p < .001$ ) negatif yönde, orta düzeyde anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. Öğrencilerin siber zorbalık ölçeğinden aldıkları puan ile duygusal özerklik ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında ( $r = -.224$ ,  $p < .001$ ) negatif yönde, düşük düzeyde anlamlı bir korelasyon saptanmıştır.

#### 4.8. Lise Öğrencilerinin Siber Zorbalık ve Duygusal Özerklik Düzeylerinin Problemlı İnternet Kullanım Düzeylerini Yordamadaki Rolüne İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin siber zorbalık ve duygusal özerklik düzeylerinin problemlı internet kullanım düzeyi üzerindeki yordama gücünü belirlemek amacıyla yapılan Çoklu Regresyon Analizi uygulanmıştır. Sonuçları Tablo 4.14'te verilmiştir.

**Tablo 4.14. Lise öğrencilerin siber zorbalık ve duygusal özerkliğinin problemlı internet kullanımına etkisi**

Model	B	SH	$\beta$	t	p
Sabit	84.741	4.307		19.6	.000
Siber Zorbalık	0.304	.055	.202	5.487	.000
Duygusal Özerklik	-.901	.106	-.313	-8.516	.000

SH:Standart Hata,  $R = .409$ ,  $R^2 = 0.167$ ,  $F = 65.007$ ,  $p < .000$

Lise öğrencilerinin siber zorbalık ve duygusal özerklik düzeylerinin problemleri internet kullanımını düzeyleri üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Modelin sabit terimi ( $B=84.741$ ) 19.6 t istatistiği ile istatistiksel olarak anlamlıdır ( $p=.000$ ). Bu, diğer bağımsız değişkenlerin sıfır olduğu durumda modelde beklenen ortalama puanın 84.741 olduğunu gösterir. Siber zorbalık düzeyinin regresyon katsayısı ( $\beta =.202$ ) pozitif bir değere sahiptir ve 5.487 t istatistiği ile istatistiksel olarak anlamlıdır ( $p=.000$ ). Bu durum, siber zorbalık düzeyindeki artışın modeldeki puanları artırdığını gösterir. Duygusal özerklik düzeylerinin regresyon katsayısı ( $\beta = -.313$ ) ise negatif bir değere sahiptir ve -8.516 t istatistiği ile istatistiksel olarak anlamlıdır ( $p=.000$ ). Bu durum duygusal özerklik düzeylerindeki değişimlerin model üzerinde anlamlı bir etki yarattığını gösterir. Bu regresyon modelinin genel açıklama gücü  $R^2=.167$ 'dir, yani modeldeki bağımsız değişkenler toplam varyansın sadece %16.2 sini açıklayabilmektedir. Ayrıca, modelin genel anlamlılığı  $F=65.007$ ,  $p=.000$  olarak bulunmuştur, bu da modeldeki bağımsız değişkenin genel anlamlılığı olduğunu gösterir.

## 5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, mevcut literatür çerçevesinde araştırmanın elde ettiği bulguların değerlendirildiği tartışma kısmına, ulaşılan sonuçların sunulduğu sonuç bölümüne ve bulgular doğrultusunda yazar tarafından gerçekleştirilebilecek uygulamalara yönelik önerilerin bulunduğu tavsiyeler bölümüne yer verilmiştir.

### 5.1. Tartışma

Bu bölümde araştırmanın çalışma grubunu oluşturan öğrencilerinin problemleri internet kullanımı, siber zorbalık ve duygusal özerklik arasındaki ilişkiye dair yapılan analizlerin sonuçları alanyazındaki bilgiler ışığında tartışılmıştır.

#### 5.1.1 Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanım düzeyinin cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması

Bu çalışmada lise öğrencilerinin problemleri internet kullanım puanlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda öğrencilerin problemleri internet kullanım düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür.

İlgili literatür incelendiğinde bu araştırmayı destekler nitelikte çalışmalar bulunmaktadır. Problemleri internet kullanım düzeyi kız ve erkek öğrenciler için bir fark oluşturmamaktadır (Altıntaş ve Öztürk, 2016; Altundağ, 2016; Özgözgü vd., 2022; Parlacı, 2020; Şehidoğlu 2019; Ünver ve Koç, 2018; Yavuzarslan-Gök, 2017). Yine bu araştırmadaki durumun aksini ifade eden çalışmalarda mevcuttur. Kız ve erkek öğrenciler arasında problemleri internet kullanım açısından fark bulunmaktadır diyen araştırmalarda erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla daha fazla internet kullandığı ortaya konulmuştur (Alçay, 2019; Cicioğlu, 2014; Kabataş, 2020; Özoğun Kurt, 2014; Saruhan, 2019; Sezgin, 2020; Yıldız, 2010; Yörük ve Taylan, 2018; Zorbaz ve Dost, 2014). Aylaz ve arkadaşlarının (2015) çalışması, lise öğrencileri arasında problemleri internet kullanımının cinsiyete göre farklılık gösterdiğini ortaya koymuş ve kadın öğrencilerin bu yönde daha yüksek risk altında olduğunu belirtmiştir. Erkek lise öğrencilerinin internette daha fazla sorun yaşaması, internetin her zaman kullanılabilir olması, eğlence için daha çok tercih edilmesi, erkek çocuklarına yönelik beklentiler ve yetiştirilme şekilleri gibi nedenlerle ilgili olabilir.

Günümüzde artık aileler kız ve erkek çocuklarına eşit imkanlar sağlamaktadır. Toplumsal rollerde artık kadınlarda erkekler kadar her alanda var olabilmektedir. Daha önceki yıllarda yapılan çalışmalarda ağırlıklı olarak erkek öğrencilerin internet kullanım oranının yüksek çıkmasında toplumsal roller ve kültürel normlar ile açıklanabilir. Erkek öğrencilerin evde daha özgür hareket edebilmeleri, internet kafe gibi ortamları daha sık kullanmaları ve ailelerinden daha fazla hoşgörü görmeleri, kadın öğrencilerin ise evde daha fazla zaman geçirmesi ve ev işlerine katılması gibi cinsiyet rollerine dayalı farklılıklar bu durumu açıklayabilir (Çelikkaleli ve ark., 2018).

### **5.1.2 Lise öğrencilerinin problemlili internet kullanım düzeyinin okul türüne göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması**

Yapılan bu araştırmada lise öğrencilerinin problemlili internet kullanımını ortalama puanlarının okul türüne göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda öğrencilerin problemlili internet kullanım düzeylerinin okul türüne göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Okul türlerinden en yüksek problemlili internet kullanım ortalaması anadolu lisesi en düşük ise fen lisesi çıkmıştır. İnternet kullanım ortalamalarına göre yüksekte alçağa doğru anadolu lisesi, sosyal bilimler lisesi, meslek lisesi, spor lisesi, imam hatip lisesi ve fen lisesi şeklinde sıralanmıştır.

Literatüre bakıldığında problemlili internet kullanımının okul türü değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiğini destekleyen çalışmalar mevcuttur. Gürçan (2010) tarafından yapılan araştırma, Türkiye'deki lise türleri arasında problemlili internet kullanımının farklılık gösterdiğini vurgulamaktadır. Bu çalışmada, genel lise ve meslek lisesi öğrencilerinin, Anadolu lisesi ve imam hatip lisesi öğrencilerine göre internet bağımlılığı açısından daha yüksek risk altında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Duman (2016) da yaptığı çalışmasında anadolu lisesi öğrencilerinin problemlili internet kullanım düzeylerinin, sosyal bilimler lisesi öğrencilerine göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ceyhan'ın (2011) araştırmasına göre, meslek lisesi öğrencilerinin problemlili internet kullanım düzeyleri, anadolu lisesi öğrencilerine kıyasla anlamlı ölçüde daha yüksek bulunmuştur. Yine literatür incelendiğinde Yılmaz (2016) problemlili internet kullanımının okul türüne göre anlamlı bir farklılık olmadığını bulmuştur. Özer (2013) tarafından yapılan araştırmada, Anadolu lisesi ve genel lisesi öğrencileri arasında problemlili internet kullanımını açısından anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Bu farklılığın temel nedenlerinden biri olarak, öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirme alışkanlıklarındaki farklılıklar gösterilebilir. Ayrıca, daha yüksek puanlarla fen liselerine yerleşen öğrencilerin, ders çalışma alışkanlıkları ve hedef odaklı zaman yönetimi becerileri sayesinde problemlerini internet kullanımından daha az etkilendikleri söylenebilir. Yine spor liselerinde bir sportif faaliyetinin olması da öğrencilerin internette vakit geçirme zamanlarını kısıtlıyor olabilir.

### **5.1.3 Lise öğrencilerinin problemlerini internet kullanım düzeyinin sınıf düzeyine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması**

Bu çalışmada lise öğrencilerinin problemlerini internet kullanımı puanlarının sınıf düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda öğrencilerin problemlerini internet kullanımı düzeylerinin sınıf seviyesine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür.

Literatüre baktığımızda bulgularımızla uyumlu şekilde sınıf düzeyi değişkeninin problemlerini internet kullanımına göre anlamlı bir farklılaşma göstermediğini ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Altıntaş ve Öztürk, 2016; Gürkan, 2010; Özolgun-Kurt, 2014; Özgözü vd., 2022). Yine problemlerini internet kullanım düzeyi sınıf seviyesine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır diyen çalışmalarda mevcuttur (Doğan, 2013; Türkoğlu, 2013; Yıldız, 2010). Ceyhan (2011) ve Türkoğlu (2013) tarafından yapılan araştırmalar, 9 ve 10. sınıf öğrencilerinin problemlerini internet kullanım düzeylerinin, 11 ve 12. sınıf öğrencilerine kıyasla anlamlı ölçüde daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bu durum üniversiteye hazırlık sebebi ile ilgili olabilir. Yine sınıf seviyesine göre problemlerini internet kullanım düzeyi farklılaşmaktadır ve sınıf seviyesi arttıkça problemlerini internet kullanım düzeyide artmaktadır diyen çalışmalar da mevcuttur (Makas, 2008). Problemlerini internet kullanımının sınıf seviyesine göre farklılaşmamasının sebepleri arasında artık internetin akıllı cep telefonları ile her an cebimizde olması ile açıklanabilir. TÜİK 2024 yılı 16-24 yaş arası çocuklarda internet kullanım oranı %96.5'tür. Bu oran çok yüksektir, lise dönemindeki çocuklar için de internet hayatlarının merkezindedir. Neredeyse herkesin internete ulaşabilmesi ve öğrencilerin internet kullanımı konusunda benzer düşüncelere sahip olması, problemlerini internet kullanımının yaşla birlikte artıp azalmadığını gösteren bir durum olabilir.

#### **5.1.4 Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeyinin algılanan anne baba tutumuna göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması**

Yapılan bu araştırmada lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımını ortalama puanlarının algılanan anne baba tutumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda öğrencilerin problemlı internet kullanım düzeylerinin algılanan anne baba tutumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür.

Literatüre baktığımızda bu araştırmayı destekler nitelikte bir çalışmada demokratik anne-baba tutumlarının artmasının, problemlı internet kullanımını azalttığını göstermiştir (Altıntaş, 2016). Baykan'ın (2014) çalışması, öğrencilerin algıladıkları anne-baba tutumları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Ancak, demokratik anne-baba tutumlarının artmasıyla internet bağımlılığının yaşam üzerindeki olumsuz etkilerinin azaldığı tespit edilmiştir. Aksoy ve Koçtürk (2019) 'ün yaptığı bir çalışmada, internet bağımlılığı yaşamayan öğrencilerin, demokratik aile yapısı boyutunda en yüksek ortalama puanı almadığı görülmüştür. Bonnaire ve Phan (2017) tarafından yürütölen çalışmada, 434 ergenin çevrimiçi oyun bağımlılığı ile aile işlevselliği ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada, aile içi çatışma ve aşırı ebeveyn denetiminin, çevrimiçi oyun bağımlılığı ile pozitif bir korelasyon gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde internet bağımlılığının ya da problemlı internet kullanımının anne baba desteği ergenlerde önem arz ettiğinin bir göstergesi olarak yorumlayabiliriz. Çocuklar için aile içi iletişimin varlığının olması problemlı internet kullanımını azaltacaktır. Davis'in (2001) araştırmasına göre, ailesinden yeterli ilgi ve sevgi görmeyen gençler, evdeki sorunlardan kaçmak için kendilerini internet dünyasına kapatmaktadır. Bu durum, internet bağımlılığına yol açan önemli bir faktördür.

#### **5.1.5 Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanım düzeyinin sanatsal, sportif ve kişisel gelişim aktivitesine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması**

Yapılan bu araştırmada lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımını ortalama puanlarının sanatsal, sportif ve kişisel gelişim aktivitesine göre anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda öğrencilerin

problemlerli internet kullanım düzeylerinin sanatsal, sportif ve kişisel gelişim aktivitesine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı g r lmüşt r.

Bu değişkenler incelenirken problemlerli internet kullanımını, öğrencilerin sportif, sanatsal ya da bir kişisel gelişim kursuna gitmesi azaltıyor mu yönünde incelemeyi. Literatürde buna dair bir çalışmaya rastlanamamıştır. Bu durum öğrencilerin boş vakitlerini nasıl değerlendirdikleri ya da öğrencilerin geleceğe yönelik amaçları ile ilgili olabilir. Ya da spor yapmaları internette vakit geçirmelerine engel olmamaktadır. Örneğin bu örneklemdeki öğrencilerin sportif faaliyetler katılım oranı %63.5'tür ama internet kullanım puanlarının ortalaması da 64.0'tır. Öğrenciler her şartta ve her koşulda akıllı telefonları ile internette zaman geirmemekten vazgeçemiyor olabilir.

### **5.1.6 Lise  ğrencilerinin problemlerli internet kullanım düzeyinin düzeyi internette geçirilen süreye göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin bulguların tartışılması**

Yapılan bu araştırmada lise  ğrencilerinin problemlerli internet kullanımını ortalama puanlarının internette geçirilen süreye göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda öğrencilerin problemlerli internet kullanım düzeylerinin internette geçirilen süreye göre anlamlı düzeyde farklılaştığı g r lmüşt r.

Lise  ğrencilerinin problemlerli internet kullanımını davranışı ve günlük internet kullanım süresi değişkeni arasında ilişkiyi incelemek üzere literatür incelendiğinde bu araştırmaya paralel çalışmalar görülmektedir (Akgün 2021; Cicioğlu, 2014; Derin ve Bilge, 2016; Odacı ve Kalkan, 2010;  zolg n Kurt, 2014;  nver, 2016). Literatürdeki alışmalar, günlük internet kullanım süresi ile problemlerli internet kullanımını arasında doğrudan bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. şahin (2011) tarafından yapılan araştırmada, haftada 35 saat ve üzeri internet kullanımının, internet bağımlılığı ile anlamlı bir ilişki içerisinde olduğu bulunmuştur. Problemlerli internet kullanımını tanısı için genellikle günde en az 5-6 saatlik kesintisiz internet kullanımını ve bu durumun en az üç ay boyunca devam etmesi gibi belirtiler aranır. Öztabak (2018) alışmasında, öğrencilerin yoğun internet kullanımının temel nedenleri olarak sosyalleşme ihtiyaı, öz-düzenleme eksikliği ve boş zamanların değerlendirilmesi belirlenmiştir. Ceyhan (2011) alışmasında, öğrencilerin problemlerli internet kullanımını yordamada internet kullanım s resinin önemli bir belirleyici olduğu, ancak sosyal destek algısının anlamlı bir yordayıcı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

İnternet kullanımının tatmin edici ve zevkli olması bireyleri internette daha fazla zaman harcamaya teşvik ediyor olabilir. Aslında bir şekilde bağımlılık döngüsü oluşturabilir. İnsanlar stres, yalnızlık ve sıkıntı gibi olumsuz duygularından kurtulmak için internet kullanımlarını arttırıyor olabilirler. Öğrenciler interneti sosyal etkileşim ihtiyacını karşılamak için kullanıyor olabilirler. İnterneti daha fazla kullandıkça gerçek hayattaki sosyal iletişimlerini azalıyor bu döngü ile internet kullanım oranları daha da artıyor olabilir. Kişilik özellikleri düşük öz saygı ve sosyal kaygı internet kullanımını arttırıyor olabilir. Çevresel faktörlerde kişilerin internet kullanım sürelerini arttırıyor olabilir. Aile içindeki internet kullanım alışkanlıkları, arkadaş çevresi değişkenlerde internet kullanım süresini etkiliyor olabilir.

### **5.1.7 Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı, siber zorbalık ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkiye ilişkin bulguların tartışılması**

Araştırmada lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı, siber zorbalık ve duygusal özerklik düzeyleri arasındaki ilişkilerin ortaya konulması amaçlanmıştır. Yapılan araştırmada problemleri internet kullanımı ve siber zorbalık arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki saptanmıştır. Problemleri internet kullanımı ile duygusal özerklik düzeyleri arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Siber zorbalık düzeyi ve duygusal özerklik arasında negatif yönde zayıf bir ilişki bulunmuştur.

Literatüre baktığımızda bu çalışmanın sonuçlarına paralel çalışmalar bulunmaktadır. Yapılan araştırmalar, lise öğrencilerinin internet kullanımındaki sorunların artmasıyla birlikte siber zorbalık davranışlarının da paralel olarak yükseldiğini ortaya koymaktadır (Baran, 2024; Cicioğlu, 2014; Kırcaburun ve Baştuğ, 2016; Korkmaz, 2019; Türkoğlu, 2013; Ünver, 2016). Özdemir ve Akar'ın (2011) yaptığı araştırmaya göre, günde beş saatten fazla internette vakit geçiren lise öğrencilerinin, diğer öğrencilere kıyasla siber zorbalık davranışlarında daha yüksek bir eğilim gösterdiği tespit edilmiştir. Bu bulgu, aşırı internet kullanımının siber zorbalıkla doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir.

Bu problemleri internet kullanımı ve siber zorbalık arasındaki ilişkinin sebeplerinden biri bireyin kimliğini gizleyebilmesi olabilir. İnternet, kullanıcıların gerçek kimliklerini gizleyerek daha cesur ve kontrolsüz davranmalarına olanak tanır. Bu durum, yüz yüze karşılaşma korkusu olmadan siber zorbalık yapmayı kolaylaştırır. Sanal ortamda yapılan eylemlerin gerçek hayattaki sonuçları kadar ciddi görülmemesi, bireylerde sorumluluk bilincini azaltabilir ve siber zorbalık gibi olumsuz davranışlara yönelmelerine neden olabilir.

Aşırı internet kullanımı, bağımlılık ve stres gibi sorunlara yol açabilir. Bu durum, bireylerin duygusal olarak dengesizleşmesine ve çevresine karşı daha saldırgan bir tutum sergilemesine neden olabilir. Sürekli sanal dünyada vakit geçiren bireyler, diğer insanların duygularını anlama ve empati kurma konusunda zorluk yaşayabilirler. Bu durum, siber zorbalık gibi başkalarına zarar veren davranışlara yol açabilir.

Literatürde duygusal özerklik ve problemlili internet kullanımı arasındaki ilişkiye baktığımızda bu çalışma ile paralel olarak duygusal özerklik arttığında problemlili internet kullanımı azalmaktadır şeklinde bir çalışma mevcuttur (Çağan, 2019 ). Duygusal özerklik ve problemlili internet kullanımı ya da internet bağımlılığı ile ilgili çok çalışma bulunmamaktadır.

Başka araştırmalara baktığımızda öğrencilerin başkalarına zorbalık yapma eğilimlerinin arttıkça, duygusal olarak daha bağımsız olma isteğinin de arttığını göstermiştir (Güneş, 2018). Başka bir çalışmada yaşları 13-18 yaş aralığında değişen internette oyun oynama bozukluğu tanısı olan ergenler ile tanısı olmayan ergenler karşılaştırmıştır. İki grupta duygusal özerklik açısından bir farka rastlanmamıştır (Güleç, 2022)

Araştırma sonuçları, öğrencilerin duygusal özerklik düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılıkları arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir(Güneş, 2018). Ergenlik döneminde yaşanan ayrılma ve bağımsızlaşma sürecinde, sağlıklı sosyal ilişkiler kuramayan bireyler, bu eksikliği sanal ortamlarda gidermeye çalışarak akıllı telefon bağımlılığına, internet bağımlılığına daha yatkın hale gelmektedir.

Xiuqin ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan araştırmada, internet bağımlılığı yaşayan ergenlerin, aile bağları açısından daha zayıf bir yapıya sahip oldukları ve ebeveynleri tarafından yeterince kabul görmedikleri sonucuna varılmıştır.

Siber Zorbalık ve duygusal özerklik arasında negatif zayıf bir ilişki bulunmuştur. Literatürde buna dair bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırmadaki çıkan durum ergenlik döneminde sosyal kabul görme ihtiyacı oldukça yüksektir. Duygusal olarak özerk olan gençler bile, akranlarıyla ilişkilerinde güçlük yaşayabilirler. Bu durum, onları sanal dünyada daha fazla zaman geçirmeye ve siber zorbalığa katılmaya itebilir. Bazı gençler, duygusal olarak daha özerk olmaya çalışırken, kendilerini çevresel etkilerden korumak için siber zorbalığa başvurabilirler. Bu, bir tür savunma mekanizması olarak görülebilir. Örneğin, duygusal olarak kırılğan hisseden bir genç, başkalarını incitip aşağılayarak kendisini daha güçlü hissedebilir. Ergenlik dönemi, bireyin kimliğini oluşturduğu bir dönemdir. Duygusal

özerklik arayışı, bu süreçte önemli bir yer tutar. Ancak, bu süreçte yaşanan zorluklar, gençlerin sanal dünyada farklı bir kimlik oluşturmaya ve bu kimlik üzerinden başkalarına zarar vermesine neden olabilir. Siber zorbalık, gençlerin sosyal çevrelerinden izole olmasına ve yalnızlık hissetmesine yol açabilir. Bu durum, duygusal özerkliklerinin gelişmesini engelleyebilir ve bağımlılıklara yol açabilir.

### **5.1.8 Lise öğrencilerinin siber zorbalık ve duygusal özerklik düzeylerinin problemlili internet kullanım düzeylerini yordamadaki rolüne ilişkin bulguların tartışılması**

Lise öğrencilerinin siber zorbalık ve duygusal özerkliklerinin problemlili internet kullanımını yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılan bu araştırmada siber zorbalık ve duygusal özerkliğin, problemlili internet kullanımına ilişkin varyansın %16.2 'sini açıklamıştır. Lise öğrencilerinin siber zorbalık ve duygusal özerklik problemlili internet kullanımını anlamlı düzeyde yordamaktadır. Literatürde yapılan bir araştırmada internet bağımlılığını siber zorbalık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş. Sosyal ansiyete ve siber zorbalığın internet bağımlılığının %16.5'ini açıkladığı görülmüştür (Ertürk, 2022). Başka bir çalışmada problemlili internet kullanım siber zorbalığın yordayıcısı mı diye bakılmış. Burada da siber zorbalığı, problemlili internet kullanımını %20.5 ini açıklamaktadır olarak çıkmıştır (Türkoğlu, 2013). Problemlili internet kullanımının hem siber zorbalık hem de siber mağduriyet davranışlarını önemli ölçüde etkilediğini ortaya koymuştur. Ayrıca, dindarlık düzeyi, problemlili internet kullanımını ile siber zorbalık arasındaki ilişkiye kısmi bir aracı rol oynamaktadır (Korkmaz, 2019).

Aşırı internet kullanımı, kişinin sosyal becerilerini zayıflatabilir, empati kurma yeteneğini azaltabilir ve agresif davranışlara yol açabilir. Bu durum, bireyin siber zorbalık eylemlerine başvurmasına neden olabilir. Hem problemlili internet kullanımını hem de siber zorbalık, genellikle düşük özsaygı, sosyal beceri eksikliği, aile içindeki sorunlar gibi ortak faktörlerle ilişkilidir. Aile desteği, aile içi iletişim kimlik geliştiren ergenler için önemlidir. Ergenlikte oluşmaya başlayan duygusal özerkliğin geliştirilmesi ergenleri sanal dünyadan uzak tutmak da önemli rol oynayacaktır. Duygusal özerkliği yüksek, sorumluluk alabilen, duygularına kontrol edebilen bireyler; internet kullanım düzeyi azalacak, kişisel gelişimlerine katkı sağlayacak işlerle meşgul olacaktır.

## 5.2. Sonuç

1. Problemlı internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlarından kız öğrencilerin ortalama değeri, erkek öğrencilerin ortalama değerlerinden düşüktür. Problemlı internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlarından kız öğrencilerle erkek öğrenciler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

2. Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımını toplam ölçek puanları okul türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir. Hangi guruplar arasında farklılık olduğuna bakıldığında fen lisesi ve meslek lisesi arasında, fen lisesi ve sosyal bilimler lisesi arasında, fen ile anadolu lisesi arasında ve imam hatip lisesi ile anadolu lisesi arasında anlamlı farklar çıkmıştır. Fen lisesinin problemlı internet kullanımını ortalaması meslek lisesinden, sosyal bilimler lisesinden, anadolu lisesinden düşüktür. İmam hatip lisesi problemlı internet kullanım ortalaması anadolu lisesinin ortalamasından daha düşük çıkmıştır.

3. Problemlı internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlarından 9.sınıf öğrencilerinin ortalama değeri en yüksek, daha sonra 10. sınıf öğrencilerinin ortalaması, daha sonra 11.sınıf ortalama değerleri ve en son da 12. sınıf ortalama değeri gelmektedir. Problemlı internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlar sınıf düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

4. Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımını toplam ölçek puanları algılanan anne baba tutumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir. Bu değerlendirmeye göre demokratik anne baba tutumu ile tutarsız anne baba tutumu arasında, baskıcı ve otoriter anne baba tutumu ve demokratik anne baba arasında, baskıcı ve otoriter anne baba tutumu ile aşırı hoşgörölü anne baba tutumu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Demokratik anne baba tutumu olan ergenlerin problemlı internet kullanım ortalamaları en düşüktür. Problemlı internet kullanım ortalaması en yüksek anne baba tutumu baskıcı otoriter anne baba tutumudur.

5. Problemlı internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlardan sanatsal ve ya sportif aktivite gerçekleştirip gerçekleştirilmeme durumuna göre anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. Problemlı internet kullanım ölçeğinden alınan toplam puanlar kişisel gelişim aktivitesi (robotik kodlama, dil, office programları, yazılım, diksiyon kursları vb.) gerçekleştirme durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

6. Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımını toplam ölçek puanları internet kullanım sürelerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir. Grup içi ikili karşılaştırmalar için Bu değerlendirmeye göre 0-2 saat ile 2-4 saat araları internet kullanan gruplar arasında, 0-2 saat ile 4-6 saat arası internet kullanan gruplar arasında, 0-2 saat ile 6-8 saat arası internet kullanan gruplar arasında, 0-2 saat ile 8 saat üzeri internet kullanan gruplar arasında, 2-4 saat ile 4-6 saat arası internet kullanan gruplar arasında, 2-4 saat ile 6-8 saat arası internet kullanan gruplar arasında, 2-4 saat ile 8 saat üzeri internet kullanan gruplar arasında, 4-6 saat ile 6-8 saat arası internet kullanan gruplar arasında, 4-6 saat ile 8 saat üzeri internet kullanan gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur.

7. Öğrencilerin problemleri internet kullanım ölçeğinden aldıkları toplam puan ile siber zorbalık ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında pozitif yönde, orta düzeyde anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. Bu bize problemleri internet kullanım düzeyi arttıkça siber zorbalık düzeyinde arttığını göstermiştir. Öğrencilerin problemleri internet kullanım ölçeğinden duygusal özerklik ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında negatif yönde, orta düzeyde anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. Bu bize problemleri internet kullanım düzeyi arttıkça duygusal özerklik düzeyinin düştüğünün göstermektedir. Öğrencilerin siber zorbalık ölçeğinden aldıkları puan ile duygusal özerklik ölçeğinden aldıkları toplam puanlar arasında negatif yönde, düşük düzeyde anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. Bu durum bize siber zorbalık düzeyi arttıkça duygusal özerklik düzeyi düştüğünü göstermektedir.

8. Lise öğrencilerinin siber zorbalık ve duygusal özerklik düzeylerinin problemleri internet kullanımını düzeyleri üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Siber zorbalık ve duygusal özerklik, problemleri internet kullanımını yordamaktadır. Bu durum, siber zorbalık düzeyindeki artışın modeldeki puanları artırdığını gösterir. Bu regresyon modelinin genel açıklama gücü  $R^2=,167$ 'dir, yani modeldeki bağımsız değişkenler toplam varyansın sadece %16,2 sini açıklayabilmektedir.

### 5.3. Öneriler

1. Bu araştırmada elde edilen bulguların genellenebilirliği, çalışmanın sadece Konya ilindeki öğrencilerle sınırlı olması nedeniyle kısıtlıdır. Farklı şehirlerde gerçekleştirilecek karşılaştırmalı çalışmalar, daha geniş bir popülasyon üzerindeki sonuçları ortaya koyarak bulguların genellenebilirliğini artıracaktır.

2. Okul müfredatına eklenen medya okuryazarlığı gibi dersler, problemli internet kullanımına karşı farkındalık yaratmada önemli bir rol oynayabilir. Ancak, okullardaki psikolojik danışmanların yoğun iş yükleri nedeniyle bu tür eğitimlerin sürekli liği sağlanamamaktadır. Bu sorunun üstesinden gelmek için, konuya hkim öğretmenler tarafından düzenli olarak verilecek derslerin, öğrencilerin problemli internet kullanımı konusunda daha bilinçli olmalarını sağlayacağı düşünülmektedir.

3. Bu araştırmada lise ğrencilerinin internet kullanımıyla ilgili genel bir tablo çizilmiştir. Ancak internet kullanımı çok yönlü bir konu olduğu için, gelecekte yapılacak çalışmalarda öğrencilerin aileleri, yaşadıkları yerler gibi farklı özelliklerinin de internet kullanımına etkisi incelenebilir. Ayrıca, ğrencilerin internette nelerle ilgilendiği, hangi siteleri daha çok ziyaret ettiği gibi sorulara cevap arayarak araştırmaya daha derinlemesine bakılabilir.

4. Çalışmamız, Anadolu ve meslek lise ğrencilerinin internet bağımlılığı gibi sorunlarla daha sık karşılaştığını göstermiştir. Bu nedenle, okullarda yapılan rehberlik çalışmalarında, özellikle bu gruptaki lise öğrencilerine daha fazla odaklanılmalı ve onlara özel programlar hazırlanmalıdır.

5. Ebeveynlerin ergenlik dönemi hakkında yeterli bilgiye sahip olmaları, ergenlerle ilişkilerindeki çatışmaları azaltarak, sosyal destek algısını artıracaktır. Bu durum, ergenlerin riskli davranışlara yönelme eğilimlerini azaltırken, sanal dünyada geçirdikleri zamanı da olumlu yönde etkileyecektir. Bu bağlamda, okullarda düzenlenecek aile eğitimleri, ebeveynlerin bilgi ve farkındalık düzeylerini artırarak, ergenlerin sağlıklı gelişimine önemli katkılar sağlayacaktır.

6. Bu çalışmada nicel yöntemlere ek olarak, lise öğrencileriyle nitel araştırmalar yapılarak riskli davranışlar konusundaki subjektif deneyimleri ve üzüm nerileri

derinlemesine incelenebilir. Bu yaklaşım, gençlerin perspektifinden elde edilen verilerle, problem çözme süreçlerine daha zengin bir bakış açısı kazandıracaktır.

7. Risk altında olduğu belirlenen lise öğrencilerine yönelik bireysel ve grup psikoterapisi uygulamaları, problemlili internet kullanımı ve siber zorbalığın bireylere olan psikolojik ve fizyolojik etkilerinin daha iyi anlaşılmasını sağlayabilir. Bu bağlamda, öğrencilerin bu sorunları deneyimlemelerine olanak tanıyan yaratıcı drama teknikleri, empati becerilerini geliştirici farkındalık çalışmalarıyla birlikte kullanıldığında, siber zorbalıkla mücadelede etkili bir yaklaşım olabilir.

8. Okul ortamında, öğrenci, öğretmen ve velilerin problemlili internet kullanımı, siber zorbalık ve duygusal özerklik konularındaki farkındalıklarını artırmak amacıyla görsel materyaller (pano, afiş, broşür vb.) hazırlanarak okulun ortak kullanım alanlarına yerleştirilebilir. Ayrıca, öğrencilerin bu konularda aktif katılımını sağlamak için proje, münazara, yazı ve resim yarışmaları gibi etkinlikler düzenlenerek, bilgi paylaşımı ve farkındalık yaratma süreçleri desteklenebilir.

## KAYNAKLAR

- Acar, N. (2024). Siber zorbalık ve siber mağduriyet özelinde sosyal medya okuryazarlığı yoksunluğu üzerine bir literatür taraması. *Trt Akademi*, 9(20), 252-277.
- Akgün, M., (2021). *Lise öğrencilerinde siber zorbalık ve siber mağduriyet durumlarının sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisi*. [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi
- Aköz, Z. (2019, 21-23 Mart). Adölesanlarda siber zorbalığa maruziyetin sonuçları: Siber mağduriyet. *1. Uluslararası Şiddet Anlamak Kongresi*. MEF Üniversitesi, İstanbul. Erişim: <http://openaccess.maltepe.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12415/3211>
- Aksoy, A. N., ve Koçtürk, M. (2019). Ebeveyn tutumlarını algılama ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(4), 63-70. <https://doi.org/10.18506/anemon.473873>
- Alçay, E. S. (2019). *Ergenlerde problemlili internet kullanımı ile bilinçli farkındalık ve öz düzenleme arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Akdeniz Üniversitesi
- Altıntaş, S. (2016). *Ortaokul öğrencilerindeki problemlili internet kullanımı ile algılanan anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Nişantaşı Üniversitesi.
- Altıntaş, S., ve Öztapak, M. (2016). Ortaokul öğrencilerinin problemlili internet kullanımları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi*, 7(13), 109-128.
- Altman, D. G. ve Bland, J. M. (1995). Statistics notes: The normal distribution. *British Medical Journal*, 310, 298. doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.310.6975.298>
- Altuğ, M., Gencer, C. ve Ersöz, F. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin hayatında bilgisayarın yeri. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 4(1).
- Altundağ, Y. (2016). Lise öğrencilerinde sanal zorbalık ve problemlili internet kullanımı ilişkisi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 3(1), 27-43.
- Anderson, M., ve Jiang, J. (2018). Teens, social media ve technology. *Pew Research Center*.
- Anderson, R. A., Worthington, L., Anderson, W. T., ve Jennings, G. (1994). The development of an autonomy scale. *Contemporary Family Therapy*, 16(4), 329-345.

- Andreassen, C. S., ve Pallesen, S. (2014). Social network site addiction - An overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053-4061.
- Ann Liebert, M., ve Kandell, J. J. (1998). İnternet addiction on campus: The vulnerability of college students. *CyberPsychology ve Behavior* (C. 1, Sayı 1).
- Arıcak, O. T. (2009). Psychiatric symptomatology as a predictor of cyberbullying among university students. *Eurasian Journal of Educational Research*, 34, 167-184.
- Arıcak, O. T., Kınay, H. ve Tanrıkulu, T. (2012). Siber Zorbalık Ölçeği'nin ilk psikometrik bulguları. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(17), 101-114.
- Aricak, T., Siyahhan, S., Uzunhasanoglu, A., Saribeyoglu, S., Ciplak, S., Yilmaz, N. ve Memmedov, C. (2008). Cyberbullying among Turkish adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*, 11(3), 253-261. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.0016>
- Asam, E. A, Samara, M. Terry, P. (2019). Problematic internet use and mental health among British children and adolescents, *Addictive Behaviors*, 90: 428-436.
- Aydın Görücü, R. (2016). *Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan çocuk ve ergenlerin siber zorbalık ve mağduriyeti ile ilişkili etmenlerin araştırılması* [Tıpta uzmanlık tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Aylaz, R., Güneş, G., Günaydın, Y., Kocaer, M., ve Pehlivan, E. (2016). Lise öğrencileri arasında problemlerli internet kullanım alışkanlığı ve ilişkili faktörler. *Turk J Public Health* 2015; 13(3).
- Bağatarhan, T. (2020). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığını önlemeye yönelik bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı psiko-eğitim programının geliştirilmesi ve etkinliğinin değerlendirilmesi*. [Doktora tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review* (C. 84, Sayı 2).
- Baran, F. (2024). *Lise öğrencilerinde bilişsel esneklik, problemlerli internet kullanımı ve siber zorbalık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Gaziantep Üniversitesi.
- Baron, R. A., ve Byrne, D. (1997). *Social psychology: Understanding human interaction*. Allyn ve Bacon.

- Baykan, N. (2014). *Anne-baba tutumları ile internet bağımlılık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Yeditepe Üniversitesi.
- Beran, T., ve Qing, L. I. (2005). Cyber-harassment: A study of a new method for an old behavior. *Journal of Educational Computing Research*, 32(3), 265-277. <https://doi.org/10.2190/8YQM-B04H-PG4D-BLLH>
- Bhat C. S. (2008). Cyberbullying: Overview and strategies for school counsellors, guidance officers and all school personel. *Australian Journal of Guidance and Counseling*. 18(1): 53-66.
- Blos, P. (1967). The second individuation process of adolescence. *The Psychoanalytic study of the child*, 22, 162-186. <https://doi.org/10.1080/00797308.1967.11822595>
- Bonnaire, C., ve Phan, O. (2017). Relationships between parental attitudes, family functioning and Internet gaming disorder in adolescents attending school. *Psychiatry Research*, 255, 104-110. doi: 10.1016/j.psychres.2017.05.030
- Bowlby, J. (2013). *Bağlanma* (2. Basım). (T. Soylu, Çev.) İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Bowlby, J. (2012). *Güvenli bir dayanak: Ebeveyn- çocuk bağlanması ve sağlıklı insan gelişimi*. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Brewer, G., ve Kerslake, J. (2015). Cyberbullying, self-esteem, empathy and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 48, 255-260.
- Brown, B. B., ve Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescence. *Handbook of Adolescent Psychology*, 2, 74-103. <https://doi.org/10.1002/9780470479199.adlpsy002004>
- Campbell, M. A. (2005). Cyber Bullying: An old problem in a new guise? *Australian Journal of Guidance ve Counselling*, 15, 68-76. <https://doi.org/10.1375/ajgc.15.1.68>
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior* (C. 18). [www.elsevier.com/locate/comphumbeh](http://www.elsevier.com/locate/comphumbeh)

- Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: a theory of problematic internet use and psychosocial well-being. *Communication Research*, 30(6), 625-648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>
- Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic internet use. *Journal of Communication*, 55(4), 721-736. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2005.tb03019.x>
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089-1097. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>
- Çağın, Ç. (2019). *Kabul ilgi anne baba tutumu ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkide duygusal özerkliğin aracı rolü* [Yüksek lisans tezi]. Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi
- Çelikkaleli, Ö., Ata, R. ve Avcı, R. (2018). Orta ergenlik döneminde problemlerli internet kullanımının demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Journal of Computer and Education Research*, 6(12), 123-141.
- Ceyhan, A. A. (2008). Predictors of problematic Internet use on Turkish university students. *Cyberpsychology and Behavior*, 11(3), 363-366. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.0112>
- Ceyhan, A. A. (2011). Ergenlerin problemlerli internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 18 (2), 85-94
- Ceyhan, A. A. ve Balkaya Çetin, A. (2015). Adolescents' identity experiments on the internet and problematic internet use behavior. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 1(1), 5-46. <https://doi.org/10.15805/addicta.2014.1.2.063>
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürcan, A. (2007). Problemlerli İnternet Kullanım Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 7(1), 387-416.
- Chadwick, S. (2014). *Impacts of cyberbullying, building social and emotional resilience in schools*. Springer Science.
- Cihangir Çankaya, Z. (2009). Özerklik desteği, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve öznel iyi olma: Öz belirleme kuramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 23-31.

- Creative Agency – We Are Social UK. (2024). Digital 2024: 5 Billion Social Media Users. <https://wearesocial.com/uk/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/> (Son erişim: 12 Mart 2024).
- Charles, N. A. (2022). *Cyberbullying: The impact on youths through social media* [Master's thesis]. Utica University.
- Chen, C. (2021). *Problematic internet use, social-emotional learning competencies, and bullying victimization*. [Doctoral thesis]. University Of California.
- Chen, Z. (1994). *The positive and negative consequences of adolescent emotional autonomy: The relation of aspects of autonomy to academic achievement and socially disapproved behaviours*. [Doctoral thesis], Stanford University.
- Cheng, C., ve Li, A. Y. L. (2014). Internet addiction prevalence and quality of (real) life: A meta-analysis of 31 nations across seven world regions. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(12), 755-760.
- Cicioğlu, M. (2014). *Öğrencilerin problemleri internet kullanımı ve siber zorbalık davranışlarına ilişkin görüşleri* [Yüksek lisans tezi]. Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Chou, K. L. (2000). Emotional autonomy and depression among chinese adolescents. *Journal of Genetic Psychology*, 161(2), 161-168. <https://doi.org/10.1080/00221320009596703>
- Compas, B. E., Jaser, S. S., ve Benson, M. A. (2017). Coping and emotion regulation: Implications for understanding depression in children and adolescents. *Development and Psychopathology*, 29(4), 1517-1532. <https://doi.org/10.1017/S0954579417001234>
- Cuervo, A. A. V., Martínez, E. A. C., Quintana, J. T., ve Amezaga, T. R. W. (2014). Differences in types and technological means by which mexican high schools students perform cyberbullying: its relationship with traditional bullying. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 4(1), 105.
- D'Acremont, M., ve Van der Linden, M. (2005). Adolescent impulsivity: Findings from a community sample. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(5), 427-435.

- Dalmaç Polat, Z. ve Bayraktar, S. (2016). Ergenlerde siber zorbalık ve siber mağduriyet ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi. *Mediterranean Journal of Humanities*, 6(1), 115-115. <https://doi.org/10.13114/mjh.2016119293>
- DataReportal – Global Digital Insights. (2024). Digital 2024: Turkey. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-turkey> (Son erişim: 12 Mart 2024).
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2001), 187-195. [www.elsevier.com/locate/comphumbeh](http://www.elsevier.com/locate/comphumbeh)
- Demir, E. (2006). *Birey ve aile yaşamına ilişkin konularda internet kullanımının etkisinin belirlenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Demir, M., ve Karabacak, A. (2017). Ergenlerin duygusal özerkliklerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2), 427- 442.
- Dempsey, A. G., Sulkowski, M. L., Nichols, R., ve Storch, E. A. (2009). Differences between peer victimization in cyber and physical settings and associated psychosocial adjustment in early adolescence. *Psychology in the Schools*, 46(10), 962-972. <https://doi.org/10.1002/pits.20437>
- Deniz, M.E, Çok, F. ve Duyan, V. (2013). Duygusal özerklik ölçeği'nin ergenler için uyarlanması ve psikometrik özellikleri. *Eğitim ve Bilim*, 38(167), 352-363.
- Deniz, M. E. ve Uzun, A. E. (2019). Ergenlerde empatik eğilimin yordayıcıları olarak yalnızlık ve duygusal özerklik. *Elementary Education Online*, 18(3), 1007- 1015. doi:10.17051/ilkonline.2019.610151
- Derevensky, J.L. (2019). Behavioral addictions: Some developmental considerations. *Current Addiction Report*, 6, 313–322, <https://doi.org/10.1007/s40429-019-00257-z>.
- Derin, S., ve Bilge, F. (2016). Ergenlerde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeyi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 6(46), 35-51.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *Adolesan Sağlığı II Sempozyum Dizisi*, 63, 19-21.

- Dilber, Y. (2013). *Ergenlerde görülen siber zorba/mağdur yaşantılarının utanç/suçluluk ve intikam duyguları çerçevesinde incelenmesi: Bursa ili örneği* [Yüksek lisans tezi]. Yeditepe Üniversitesi.
- Dılmaç, B. (2009). Sanal zorbalığı yordayan psikolojik ihtiyaçlar: Lisans öğrencileri için bir ön çalışma. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(3), 1291-1325.
- Doğan, A. (2013). *İnternet bağımlılığı yaygınlığı* [Yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Duman, S. (2016). *Ergenlerin problemlili internet kullanımı ile akademik başarı ve ertelemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ). (Kasım, 2024). *Adolescent health*. [https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/adolescent-health/#tab=tab_1)
- Elliott, A. C. ve Woodward W. A. (2007). *Statistical analysis quick reference guidebook: With SPSS examples*. (1. Baskı). London: Sage Publications.
- Erçevik, A. (2014). *Lise öğrencilerinin duygusal özerklik ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Erdur-Baker, Ö. ve Kavşut, F. (2007). Akran zorbalığının yeni yüzü: siber zorbalık. *Eurasian Journal of Educational Research*, 27, 31-42. <https://www.researchgate.net/publication/324476306>
- Erdur-Baker, Ö. ve Tanrıkulu, İ. (2009). Cyberbullying in Turkey: Its correlates and links to depressive symptoms. *Journal of eHealth Technology and Application*, 7(2), 79-86. <https://www.researchgate.net/publication/312947293>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W.W.Nortonve Company.
- Esen, E. (2010). *Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Esen, E. ve Siyez, D. M. (2011). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 127-138.

- Ertürk, B. (2022). *Problemlili internet kullanımı olan ergenlerde sosyal anksiyete düzeyleri ve siber zorbalık arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi* [Tıpta uzmanlık tezi]. Cumhuriyet Üniversitesi.
- Fleming, M. (2005). Adolescent autonomy: Desire, achievement and disobeying parents between early and late adolescence. *Australian Journal of Education and Developmental Psychology*, 5, 1-16. <http://www.newcastle.edu.au/journal/ajedp/>
- Frank, S. J., Avery, C. B., ve Laman, M. S. (1988). Young adults' perceptions of their relationships with their parents: Individual differences in connectedness, competence and emotional autonomy. *Developmental Psychology*, 24(5), 729-737.
- Freud, A. (1958). Adolescence. *The Psychoanalytic Study of the Child* (C. 13, ss. 255-278). <https://doi.org/10.1080/00797308.1958.11823182>
- Fuhrman, T., ve Holmbeck, G. N. (1995). A contextual-moderator analysis of emotional autonomy and adjustment in adolescence. *Child Development*, 66(3), 793–811. <https://doi.org/10.2307/1131951>
- Garber, J., and Little, S. A. (2001). Emotional autonomy and adolescent adjustment. *Journal of Adolescent Research*, 16(4), 355-371. <https://doi.org/10.1177/0743558401164004>
- Gómez-Guadix, M., Calvete, E., Orue, I., ve Las Hayas, C. (2015). Problematic Internet use and problematic alcohol use from the cognitive-behavioral model: A longitudinal study among adolescents. *Addictive Behaviors*, 40, 109-114. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.09.009>
- Ghasemi, A. ve Zahediasl, S. (2012). Normality tests for statistical analysis: A guide for non-statisticians. *International Journal of Endocrinology And Metabolism*, 10, 486-489.
- González-Cabrera, J.M., León-Mejía, A., Machimbarrena, J.M., Balea, A. ve Calvete, E. (2019). Psychometric properties of the cyberbullying triangulation questionnaire: A prevalence analysis through seven roles. *Scandinavian Journal of Psychology*, 60, 160-168.
- Gönül, A. (2002). Patolojik internet kullanımı. *Yeni Symposium*, 40 (3), 105-110.
- Güleç, A.G.(2022). *İnternet oyun oynama bozukluğu olan ergenlerin aile yapısı, benlik saygısı ve duygusal özerklik açısından incelenmesi* [Tıpta Uzmanlık Tezi]. Sağlık Bilimleri Üniversitesi.

- Gülnar, B. ve ztat, F. (2020). Aile içi yüz yüze iletişim, internet ve sosyal medya kullanım ilişkisi. *Kurgu*, 28(1), 31-42
- Güneş, E. (2018). *Zorbalık eğilimi, duygusal özerklik ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Gürcan, N. (2010). *Ergenlerin problemlili internet kullanımları ile uyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Hamarta, E. (2004). *niversite ğrencilerinin yakın ilişkilerindeki bazı değişkenlerin (benlik saygısı, depresyon ve saplantılı dşnmme) bağlanma stilleri açısından incelenmesi*. [Doktora tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Hamarta, E., Faruk A., ve Baltacı, . (2021). Ulusal düzeydeki problemlili internet kullanımını nleme programlarının incelenmesi. *Okul Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 4(1), 1-34.
- Harmon, A. (2004). *Internet gives teenage bullies weapons to wound from afar*. <https://www.nytimes.com/2004/08/26/us/internet-gives-teenage-bullies-weapons-to-wound-from-afar.html>
- Hinduja, S., ve Patchin, J. W. (2009). *Bullying beyond the schoolyard: Preventing and responding to cyberbullying*. Corwin Press.
- Iskender, M. ve Akin, A. (2010). Social self-efficacy, academic locus of control, and internet addiction. *Computers and Education*, 54(4), 1101-1106. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2009.10.014>
- İnan, A. (2010). *İlkğretim II. kademe ve ortağretim ğrencilerinde internet bağımlılığı* [Yüksek lisans tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Jun, S. ve Choi, E. (2015). Academic stress and internet addiction from general strain theory framework. *Computers in Human Behavior*, 49, 282-287. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.03.001>
- Juvonen, J., Graham, S., ve Schuster, M. A. (2003). Bullying among young adolescents: The strong, the weak, and the troubled. *Pediatrics*, 112(6), 1231-1237. <https://doi.org/10.1542/peds.112.6.1231>

- Juvonen, J., ve Gross, E. F. (2008). Extending the school grounds? Bullying experiences in cyberspace. *Journal of School health*, 78(9), 496-505.
- Kabataş, M., (2020). *Ergenlerde bilişsel esneklik ve başarı amaç yönelimleri ilişkisinde problemlili internet kullanımının aracı rolü* [Yüksek lisans tezi]. Ankara Yüzüncüyıl Üniversitesi.
- Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: the vulnerability of college students. *CyberPsychology and Behavior*, 1, 11-17.
- Karabacak, A., ve Demir, M. (2017). Özerklik, bağlanma stilleri, bilinçli farkındalık ve duygu düzenleme arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 271-291.
- Kagitcibasi, C. (2005). Autonomy and relatedness in cultural context implications for self and family. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(4), 403-422. <https://doi.org/10.1177/0022022105275959>
- Kaltiala-Heino, R., Lintonen, T., ve Rimpelä, A. (2004). Internet addiction? Potentially problematic use of the internet in a population of 12-18 year-old adolescents. *Addiction Research and Theory*, 12(1), 89-96. <https://doi.org/10.1080/1606635031000098796>
- Kırcaburun, K. (2020). Problematic internet use and its relationship with social media addiction. *Addictive Behaviors Reports*, 12, 100264. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100264>
- Kırcaburun, K. ve Baştuğ, İ. (2016). Predicting cyberbullying tendencies of adolescents with problematic internet use. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 48 (1), 385-396.
- King. (2023). *Abstract relationship between parental attachment and cyberbullying within the homeschooling community* [Doctoral dissertation]. Walden Üniversitesi. <https://www.proquest.com/pqdtglobal/docview/2808158490/1C0200A7ADE34A75PQ/1?accountid=159111>
- Koç, F. (2019). *Ergenlerde anne taba tutumları ile duygusal özerklik arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Düzce ili örneği)* [Yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Kohlberg, L. (1981). *The philosophy of moral development: Moral stages and the idea of justice*. Harper and Row.

- Korkmaz, S. (2019). *Siber zorbalık ve mağduriyet, problemlili internet kullanımı ve dindarlık ilişkisi* [Doktora tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., ve Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, 140(4), 1073-1137.
- Kowalski, R. M., ve Limber, S. P. (2007). Electronic bullying among middle school students. *Journal of Adolescent Health*, 41(2007). <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2007.08.017>
- Köseoğlu, S. A., ve Erçevik, A. (2015). Lise öğrencilerinin duygusal özerklik ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(2), 198-216.
- Kul, S. (2014). Uygun istatistiksel test seçim kılavuzu. *Plevra Bülteni*, 8(2), 26.
- Kulaksızoğlu, A. (2011). *Ergenlik psikolojisi* (12. baskı). Remzi.
- Kuss, D. J., ve Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- Kuss, D. J., ve Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic internet use: a systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6, 143-176. <https://doi.org/10.5498/wjp.v6.i1.143>
- Küçük, S. (2016). *Siber Zorbalık Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması* [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Lam, L. T., ve Peng, Z. (2010). Effect of pathological use of the internet on adolescent mental health: A prospective study. *Archives of Pediatrics ve Adolescent Medicine*, 164(10), 901-906. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2010.159>
- Li, Q. (2005). Cyberbullying in schools: Nature and extent of Canadian adolescents' experience. *Paper presented at the annual conference of AERA*.

- Li, Q. (2007). Bullying in the new playground: Research into cyberbullying and cyber victimisation. *Australasian Journal of Educational Technology*, 23(4), 435-454. <https://doi.org/https://doi.org/10.14742/ajet.1245>
- Li, Q. (2010). Cyberbullying in high schools: A study of students' behaviors and beliefs about this new phenomenon. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 19(4), 372-392. <https://doi.org/10.1080/10926771003788979>
- Lim, C. H., Kim, E. J., Kim, J. H., Lee, J. S., Lee, Y., ve Park, S. H. (2017). The correlation of depression with internet use and body image in Korean adolescents. *Korean Journal of Pediatrics*, 60(1), 17-23. <https://doi.org/10.3345%2Fkjp.2017.60.1.17>
- Lynch, M. F. (2013). Attachment, autonomy, and emotional reliance: A multilevel model. *Journal of Counseling and Development*, 91(3), 301-312. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2013.00098.x>
- Makas, Y. (2008). *Lise öğrenimi gören gençlerin internet kullanımının psikososyal durum ile ilişkisi* [Yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.
- Majorano, M., Brondino, M., Morelli, M., ve Maes, M (2017). *Quality of relationship with parents and emotional autonomy as predictors of self concept and loneliness in adolescents with learning disabilities: the moderating role of the relationship with teachers*. *Journal Of Child And Family Studies*, 26 (3), 690-700.
- Musaağaoğlu, C. (2004). *Ergenlik sürecinde özerkliğin gelişimi ile algılanan anne baba tutumları arasındaki ilişkiler* [Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi
- Nichols, L. A., ve Nicki, R. (2004). Development of a psychometrically sound internet addiction scale: A preliminary step. *Psychology of Addictive Behaviors*, 18(4), 381-384. <https://doi.org/10.1037/0893-164X.18.4.381>
- Noom, M. J., Deković, M., ve Meeus, W. (2001). Conceptual analysis and measurement of adolescent autonomy. *Journal of youth and adolescence*, 30(5), 577-595.
- Odacı, H. (2016). Ergenlerde internet bağımlılığı ve siber zorbalık. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19(37), 1-12.

- Odacı, H., ve Kalkan, M. (2010). Problematic Internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. *Computers and Education*, 55(3), 1091-1097. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2010.05.006>
- Oksanen, A., Oksa, R., Savela, N., Kaakinen, M., ve Ellonen, N. (2020). Cyberbullying victimization at work: social media identity bubble approach. *Computer Human Behavior*, 109, 1-11.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell Publishing.
- Öksüz, Ö. (2019). *Cinsiyetin internet bağımlılığı, problemlili internet kullanımı, siber zorbalık ve siber mağduriyet değişkenleri üzerine etkisi: bir meta-analiz çalışması* [Yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Özbay, A. (2013). *Ergenlerde siber zorbalık, siber mağduriyet, aleksitimi ve öfke ifade etme biçimleri arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi]. Fatih Üniversitesi.
- Özcan, N. K. ve Buzlu, S. (2005). Problemlili internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: İnternette Bilişsel Durum Ölçeği'nin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirliği. *Journal of Dependence*, , 6(1), 19-26.
- Özdemir, E. Z. (2015). *Bir lisede öğrenim görmekte olan adölesanların benlik saygısının ve anne baba tutumunun problemlili internet kullanımına etkisi* [Yüksek lisans tezi]. Celal Bayar Üniversitesi.
- Özdemir, M. ve Akar, F. (2011). Lise öğrencilerinin siber-zorbalığa ilişkin görüşlerinin bazı değişkenler bakımından incelenmesi. *Kuram Ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 4(4), 605-626.
- Özdemir, Y. ve Çok, F. (2011). Ergenlikte özerklik gelişimi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 152-164.
- Özer, Ş. (2013). *Problemlili internet kullanımının benlik saygısı ve öznel iyi oluş ile açıklanabilirliği* [Yüksek lisans tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Özgözü, S., Şimşek, H., Arıkan, M. F., Alyaprak, A., Günay, B., ve Eyigüngör, N. (2022). Lise öğrencilerinde problemlili internet kullanımı ile sosyal destek algıları arasındaki ilişkiler. *Milli Eğitim Özel Eğitim ve Rehberlik Dergisi*, 2(3), 33-62

- Özolgün Kurt, N. (2014). *Meslek lisesi öğrencilerinde problemlı internet kullanımı, bilişsel yetenek ve dikkat becerilerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Ege Üniversitesi.
- Öztabak, M. Ü. (2018). Problemlı İnternet Kullanımı Olan Ergenlerin İnternet Kullanımına İlişkin Duygu ve Görüşlerinin İncelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 8(15), 1022-1055.
- Öztürk, E. ve Özmen S. K. (2011). Öğretmen adaylarının problemlı internet kullanım davranışlarının, kişilik tipi, utangaçlık ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(4), 1785-1808.
- Parladıcı, R., M. (2020). *Ergenlerde problemlı internet kullanımı, saldırganlık ve olumlu sosyal davranış arasındaki ilişkinin incelenmesi: Ahlaki uzaklaşmanın aracı rolü* [Yüksek lisans tezi]. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi.
- Parlaz, E. A., Tekgül, N., Karademirci, E., ve Öngel, K. (2012). Ergenlik dönemi: fiziksel büyüme, psikolojik ve sosyal gelişim süreci. *Turkish Family Physician*, 3(2), 10-16.
- Parra, A. ve Oliva, A. (2009). A longitudinal research on the development of emotional autonomy during adolescence. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1), 66- 75.
- Patchin, J. W., ve Hinduja, S. (2006). Bullies move beyond the schoolyard a preliminary look at cyberbullying. *Youth Violence and Juvenile Justice*, 4(2), 148-169. <https://doi.org/10.1177/1541204006286288>
- Peker, A., İskender, M. (2015). İnsani değerler yönelimli psiko-eğitim programının siber zorbalık üzerindeki etkisi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(1), 11-22.
- Piaget, J. (1932). *The moral judgment of the child*. London: Routledge and Kegan Paul.
- Pişkin, M. (2002). School bullying: Definition, types, related factors, and strategies to prevent bullying problems. *Educational Sciences: Theory ve Practice*, 2(2), 555-562.
- Popović-Ćitić, B., Djurić, S., ve Cvetković, V. (2011). The prevalence of cyberbullying among adolescents: A case study of middle schools in Serbia. *School Psychology International*, 32(4), 412-424. <https://doi.org/10.1177/0143034311401700>

- Przybylski, A. K. ve Weinstein, N. (2019). Violent video game engagement is not associated with adolescents' aggressive behaviour: evidence from a registered report. *Royal Society Open Science*, 6(2), 171474.
- Rigby, K. (2003). *Bullying Among Young Children: A Guide for Educators and Parents*. Australian Council for Educational Research.
- Rigby, K. (2003). Consequences of bullying in schools. *Canadian Journal of Psychiatry*, 48(9), 583- 590.
- Rosen, L. D., Carrier, L. M., ve Cheever, N. A. (2020). Social media use and adolescent social development: A review of the literature. *Computers in Human Behavior*, 108, 106-113. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106035>
- Russell, S., ve Bakken, R. J. (2002). *Development of Autonomy in Adolescence. Neb Guide*. <https://www.basicknowledge101.com/pdf/Development%20of%20Autonomy%20in%20Adolescence.pdf>
- Ryan, R. M., ve Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Ryan, R. M., ve Lynch, J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60(2), 340-356. [http://www.jstor.orgURL:http://www.jstor.org/stable/1130981http://www.jstor.org/stable/1130981?seq=1vecid=pdf-reference#references\\_tab\\_contents](http://www.jstor.orgURL:http://www.jstor.org/stable/1130981http://www.jstor.org/stable/1130981?seq=1vecid=pdf-reference#references_tab_contents)
- Sally, L. P. M., (2006). *Prediction of internet addiction for undergraduates in Hong Kong* [UMI Dissertation Information Service]. Baptist University.
- Santrock, J. W. (2010). *Yaşam boyu gelişim* (Çev. Galip, Yüksel). Nobel Akademik Yayıncılık. (Orijinal eser: Life-span development)
- Saruhan, Y. (2019). *Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ile karakter güçleri ve akademik başarı arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Schultze-Krumbholz, A., ve Scheithauer, H. (2009). Social-behavioral correlates of cyberbullying in a German student sample. *Journal of Psychology*, 217(4), 224-226. <https://doi.org/10.1027/0044-3409.217.4.224>

- Schwartz, S. H. (1999). A theory of cultural values and some implications for work. *International Association of Applied Psychology*, 48(1), 23-47. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1999.tb00047>
- Senemoğlu, N. (2015). *Gelişim, öğrenme ve öğretim: Kuramdan uygulamaya*. Yargı.
- Serin, H. (2012). *Ergenlerde siber zorbalık / siber mağduriyet yaşantıları ve bu davranışlara ilişkin öğretmen ve eğitim yöneticilerinin görüşleri* [Doktora tezi], İstanbul Üniversitesi.
- Sezgin, A. (2020). *Ergenlerde problemlerli internet kullanımı ile empatik eğilim, beden algısı ve akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Shah, M. (2017). *The relationship between locus of control, loneliness, self esteem and generalized problematic internet use* [Unpublished master's thesis], Long Island University,
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E. M. D., Khosla, U. M., ve Mcelroy, S. L. (2000). Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorders*, 57(1-3), 267-272. [www.elsevier.com/locate/jad](http://www.elsevier.com/locate/jad)Preliminarycommunication
- Shariff, S. (2005). Cyber-dilemmas in the new millennium: School obligations to provide student safety in a virtual school environment. *Revue Des Sciences De l'éducation De McGill*, 40(3), 457-477. <https://mje.mcgill.ca/article/view/586>
- Shariff, S., Gouin, R., ve Student, D. (2006). Cyber-dilemmas: Gendered hierarchies, new technologies and cyber-safety in schools. *Atlantis:Critical Studies in Gender, CultureveSocial Justice*, 31(1), 27-37. <https://journals.msvu.ca/index.php/atlantis/article/view/736>
- Slonje, R., ve Smith, P. K. (2008). Cyberbullying: Another main type of bullying? *Scandinavian Journal of Psychology*, 49(2), 147-154.
- Smetana, J. G. (2018). *Adolescents, families, and social development: How teens construct their worlds*. Wiley-Blackwell.
- Smith, P. K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., ve Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(4), 376-385.

- Smith, P. K., ve Sharp, S. (1994). *School bullying: Insights and perspectives*. Routledge.
- 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(3), 565-576. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.03.008>
- Steinberg, L. (2011). *Adolescence*. McGraw-Hill Education
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(2), 69-74. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2004.12.005>
- Steinberg, L., ve Silverberg, S. B. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *child development*, 57(4), 841-851. [http://www.jstor.orgURL:http://www.jstor.org/stable/1130361http://www.jstor.org/stable/1130361?seq=1vecid=pdf-reference#references\\_tab\\_contents](http://www.jstor.orgURL:http://www.jstor.org/stable/1130361http://www.jstor.org/stable/1130361?seq=1vecid=pdf-reference#references_tab_contents)
- Strom, P. S., ve Strom, R. D. (2005). Cyberbullying by Adolescents: A preliminary assessment. *The Educational Forum*, 70(1), 21-36. [www.cybercrimes.net](http://www.cybercrimes.net)
- Şahan, M., ve Çapan, B. E., (2017). Ergenlerin problemleri internet kullanımında kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaların ve sosyal kaygının rolü. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(2), 887-913.
- Şahin, M. (2011). *İlköğretim okulu öğrencilerindeki internet bağımlılığı* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Yeditepe Üniversitesi
- Şalvarlı, Ş. İ., ve Griffiths, MD (2022). İnternet oyun bozukluğu ve dürtüsellik arasındaki ilişki: Literatürün sistematik bir incelemesi. *Uluslararası Ruh Sağlığı ve Bağımlılık Dergisi*, 20 (1), 92-118. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00126-w>
- Şehidoğlu, Z., (2014). *15-17 yaş grubu ergenlerde bilinçli farkındalık düzeyi ile problemleri internet kullanımı arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Taçıyıldız, Ö. (2010). *Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin bazı değişkenlere göre yordanması* [Yüksek lisans tezi], Ege Üniversitesi.

- Tatar, A., Bildik, T., Yektaş, Ç., Hamidi, F., ve Özmen, H. E (2016). Duygusal Özerklik Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması Ve Klinik Başvurusu Olmayan Ergen Öğrencilerde Duygusal Özerkliğin İncelenmesi. *Nobel Medicus*, 12(1), 39-48.
- Toepfer, S. M. (2001). *A multi-method analysis of family systems: Emotional autonomy in young adulthood as related to oral dependency, family intrusiveness, and perceived social support* [Unpublished master's thesis]. The Ohio State University.
- Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277-287.
- Toraman, M. (2013). *İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin ortaöğretim öğrencilerinin akademik başarıları ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Fırat Üniversitesi.
- Topçu, Ç. Ve Erdur-Baker, Ö. (2016). Zorbaliğa uğrayan ergenlerin yardım alma davranışı ve yardım kaynakları. *Ege Eğitim Dergisi* 2016(17) 1: 127-145
- Tunçtürk, M. (2019). *İnternet oyun oynama bozukluğu olan ergenler ile problemlili internet kullanımı olan ergenleri siber zorbalık, saldırganlık ve yalnızlık parametreleri açısından karşılaştırılması* [Yüksek lisans tezi]. Sağlık Bilimleri Üniversitesi.
- Tunçtürk, M. (2022). *Problemlili internet kullanımı olan ergenlerde sosyal anksiyete bozukluğu düzeyleri ve siber zorbalık arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi* [Tıpta uzmanlık tezi]. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2024). *Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanımı araştırması*. Türkiye İstatistik Kurumu. <https://ipa.istanbul/yayinlarimiz/genel/hanehalki-bilisim-teknolojileri-kullanim-arastirmasi-2024/>
- Türkoğlu, S. (2013). *Ergenlerin problemlili internet kullanımları ile siber zorbalık eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Ümmet, D., Çağlar, A., İme, Y. ve Akyıl, Y. (2018). Duygusal özerklik ve olumsuz değerlendirilme korkusunun ergenlerin psikolojik sağlamlılığı üzerindeki rolünün incelenmesi. *Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 1, s. 228-235. Samsun.

- Ünver, H. (2016). *Siber zorbalık ile problemlı internet kullanımı ve riskli internet davranışı arasındaki ilişki ve bu değişkenlerin çeşitli demografik özellikler açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Ünver, H., ve Koç, Z. (2018). Siber zorbalık ile problemlı internet kullanımı ve riskli internet davranışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(2), 117- 140.
- Valentina, L., ve Gulati, J. K. (2014). Adolescents' perception of their relation with their parents: impact on emotional autonomy. *Studies on Home and Community Science*, 8(1), 1-9.
- Valkenburg, P. M., ve Peter, J. (2017). The effects of social media on adolescent social development: A meta-analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(10), 1999-2012. <https://doi.org/10.1007/s10964-017-0711-2>
- Van Malderen, E., Kemps, E., Verbeken, S., ve Goossens, L. (2021). Food for mood: Experimentally induced negative affect triggers loss of control over eating in adolescents with low inhibitory control. *International Journal of Eating Disorders*, 54(3), 388-398. <https://doi.org/10.1002/eat.23422>
- Wegge, D. (2015). *Disentangling the web (s): A social network analysis of cyberbullying in early adolescence* (Order No. 3664573). Available from ProQuest Dissertations ve Theses Global. (1749908421). Retrieved from <https://www.proquest.com/dissertations-theses/disentangling-web-s-social-network-analysis/docview/1749908421/se-2>
- Willard, N. (2007). *Cyberbullying and cyberthreats: Responding to the challenge of online social aggression, threats, and distress*. Eugene, OR: Center for Safe and Responsible Internet Use.
- Wu, X., Tao, S., Zhang, Y., Zhang, S., ve Tong, S. (2016). Low family support and excessive social media use in adolescents: The mediating roles of emotion regulation and self-control. *Addictive Behaviors*, 63, 37-43. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.06.013>
- Xiuqin, H., Huimin, Z., Mengchen, L., Jinan, W., Ying, Z. ve Ran, T. (2010). Mental health, personality and parental rearing styles of adolescents with internet addiction disorder. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13(4), 401-406
- Yan, J. (2024). *Impact of loneliness on maladaptive behaviors and the role of attachment to god and spirituality in mediating the relationship* (Order No. 31559259). Available from ProQuest

Dissertations ve Theses Global. (3097751460). Retrieved from <https://www.proquest.com/dissertations-theses/impact-loneliness-on-maladaptive-behaviors-role/docview/3097751460/se-2>

Yang, S. C., ve Tung, C. J. (2007). Comparison of internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23(1), 79-96. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2004.03.037>

Yaşar, N. (2021). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının sosyal duygusal yalnızlık durumuna etkisi. 12th SCF International Conference on Contemporary Issues in Social Sciences (s. 348-358). Antalya: Bandırma 17 Eylül Üniversitesi.

Yavuzarslan Gök, A. (2017). *Ergenlerde problemlı internet kullanımı, kişilik özellikleri ve sosyal beceri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.

Yavuzer, H. (2013). *Ana-Baba-Çocuk*. Remzi Kitabevi.

Ybarra, M. L., ve Mitchell, K. J. (2004). Youth engaging in online harassment: Associations with caregiver-child relationships, internet use, and personal characteristics. *Journal of Adolescence*, 27(3), 319-336. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.03.007>

Ybarra, M. L., ve Mitchell, K. J. (2007). Prevalence and frequency of Internet harassment instigation: Implications for adolescent health. *Journal of Adolescent Health*, 41(2), 189-195. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2007.03.005>

Yıldız, İ. (2010). *Lise öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi]. Cumhuriyet Üniversitesi

Yılmaz, N. (2016). *Ergenlerde problemlı internet kullanımının yordayıcıları olarak stresle başa çıkma ve kişilik özellikleri*. [Yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The Emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology ve behavior*, 1(3). <https://doi.org/10.1089>

Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and Its consequences. *American Behavioral Scientist*, 40(4), 402-415. <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>

Yörük, B. Ö., ve Taylan, H. H. (2018). Ortaokul ve lise öğrencilerinde problemlı internet kullanımı ve sosyal hizmet müdahalesi. *International Journal of Social Science*, <http://doi.org/10.9761/JASSS7597> Number: 67, p. 339-359.

Zorbaz, O., ve Dost, M. T. (2014). Lise öğrencilerinin problemlı internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-1), 298-310.



## EKLER

### EK-1 Kişisel Bilgi Formu

#### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın katılımcı,

Aşağıda yer alan ölçeklerden elde edilen sonuçlar yüksek lisans tezimde kullanılacaktır. Yüksek Lisansımı Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında yapmaktayım. Sizden kimlik bilgileri istenmemektedir. Lütfen sonuçları içtenlikle yanıt veriniz. İlginiz için teşekkürler.

Sıddıka SÜNTAR

Cinsiyetiniz: K( ) E( )      Yaşınız: .....      Sınıf Düzeyiniz: .....

Okulunuz: .....

Annenizin ve babanızın eğitim düzeyi:

Anne: Okuma Yazma Bilmiyor ( ) Okuma Yazma Biliyor ( ) İlköğretim ( ) Lise ( ) Ön lisans ( ) Lisans ( )  
Yüksek Lisans ( ) Doktora ve üstü ( )

Baba: Okuma Yazma Bilmiyor ( ) Okuma Yazma Biliyor ( ) İlköğretim ( ) Lise ( ) Ön Lisans ( ) Lisans ( )  
Yüksek Lisans ( ) Doktora ve üstü ( )

Algıladığınız anne ve baba tutumunuz aşağıdakilerden hangisidir?

Demokratik Anne Baba Tutumu ( )      Baskıcı ve Otoriter Anne Baba Tutumu ( )  
Aşırı Koruyucu Anne Baba Tutumu ( )      Aşırı Hoşgörülü Anne Baba Tutumu ( )      Mükemmeliyetçi Anne Baba Tutumu ( )  
Tutarsız Anne Baba Tutumu ( )      İlgisiz Anne Baba Tutumu ( )

Günlük internet kullanımı ( Facebook, Instagram, Youtube, Twitter gibi sosyal medya hesapları, Haber Siteleri, Araştırma Yapma, Ödev Siteleri, Blog Yazıları, Online Oyun siteleri vb.) süreniz ne kadar?

( ) 0-2 Saat Arasında ( ) 2-4 Saat Arasında ( ) 4-6 Saat Arasında ( ) 6-8 Saat Arasında ( ) 8 Saat ve Üzeri

Uğraştığınız bir sanatsal aktiviteniz (Resim, müzik, ahşap boyama, hat vb.) var mı?

Var ( )      Yok ( )

Uğraştığınız sportif bir aktiviteniz (futbol, basketbol, wushu, tekvando vb.) var mı?

Var ( )      Yok ( )

Kendinizi geliştirmek için gittiğiniz bir kurs (kodlama, dil, office programları, yazılım, diksiyon vb.) var mı?

Var ( )      Yok ( )

## EK-2 Problemlİ İnternet Kullanım Ölçeği-E

### PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ÖLÇEĞİ (PİKÖ-E)

**Açıklama:** Bu anket, bireylerin internet kullanım davranışlarını betimlemek için hazırlanmıştır. Sizden istenen, internet kullanırken genellikle gösterdiğiniz davranışları dikkate alarak, aşağıdaki ifadelerden her birinin size uygunluk derecesini belirlemenizdir.

Bu amaçla, ilk önce her bir ifadeyi okuyunuz ve daha sonra her bir ifadenin karşısındaki “Tamamen Uygun”, “Oldukça Uygun”, “Biraz Uygun” “Nadiren Uygun”, ve “Hiç Uygun Değil” seçeneklerinden kendi durumunuza uygun olan bir seçeneği belirleyiniz. Bu seçeneği belirledikten sonra o seçeneğe ait parantezin içerisine çarpı (X) işareti koyunuz.

Lütfen, hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Yanıtlarken kendi internet kullanım davranışlarınızı olduğu gibi yansıtmamız, sonuçların daha sağlıklı değerdendirilmesine katkıda bulunacaktır. Yanıtlarınız ile bu bilimsel araştırmaya katıldığınız için teşekkürler.

		Tamamen Uygun	Oldukça Uygun	Biraz Uygun	Nadiren Uygun	Hiç Uygun Değil
1	İnternet bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime “birkaç dakika daha” diyorum					
4	İnternette, diğer ortamlara göre daha kolay ilişki kuruyorum					
7	İnternete gerekmedikçe girmekten kaçınıyorum					
9	Birisi internette ne yaptığımı sorduğunda savunmacı ve gizleyici oluyorum					
11	İnternette bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum					
20	İnternet kullanımım, benim için önemli kişilerle olan ilişkilerimde problem yaşamama neden oluyor					
21	İnternet kullanırken başkalarının beni meşgul etmesine öfkeleniyorum					
27	İnternet yoluyla iletişim kurmayı, yüz yüze iletişim kurmaya tercih ediyorum					

### EK-3 Siber Zorbalık Ölçeği

Sevgili Öğrenciler, Lütfen bu davranışları tek tek okuyunuz. Okuduğunuz davranış "hiçbir zaman yapmam" diyorsanız "Hiçbir Zaman" yazısını işaretleyin. Okuduğunuz davranış "bazen yaparım" diyorsanız "Bazen" yazısını işaretleyin. Okuduğunuz davranış "çoğu zaman yaparım" diyorsanız "Çoğu Zaman" yazısını işaretleyin. Okuduğunuz davranış "her zaman yaparım" diyorsanız "Her Zaman" yazısını işaretleyin. Araştırmamıza destek olduğunuz için teşekkür ederim.		Hiçbir Zaman	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1	İnternette başkasının adını kullanarak e-mail hesabı açarım.				
4	İnternette başka kişilere virüslü mesaj ( e-mail) gönderirim.				
8	İnternette başka kişilere onları tehdit eden mesajlar gönderirim.				
11	İnternette başka kişilerin ya da arkadaşlarımla fotoğraflarını onların iznini almadan mesaj (e-mail) ile diğer kişilere gönderirim.				
14	İnternette başka kişilere ya da arkadaşlarıma hakaret eden mesajlar gönderirim.				
18	Cep telefonundan başka kişilere onları tehdit eden mesajlar gönderirim.				
23	Cep telefonunu kullanarak başka kişilerle alay ederim.				

## EK-4 Duygusal Özerklik Ölçeği

<b>Açıklama: Her ifade için yalnızca bir kutucuğu işaretleyiniz. Ölçekteki ifadeler sizin durumunuza tam uymuyor ise lütfen soruyu BOŞ BIRAKMAYINIZ ve en yakın seçeneği işaretleyiniz.</b>		<b>Bana Hiç Uygun Değil</b>	<b>Bana Uygun Değil</b>	<b>Bana Uygun</b>	<b>Bana Tamamen Uygun</b>
<b>1</b>	Ana babam ve ben her konuda anlaşırız.				
<b>3</b>	Ana babam ve ben anlaşamasa bile onlar her zaman haklıdır.				
<b>9</b>	Arkadaşlarımdan biriyle sorun yaşarsam, ne yapacağıma karar vermeden önce konuyu annem ya da babamla tartışırım.				
<b>10</b>	Ana babam onlarla beraber değilken, neler yaptığımı bilseler şaşırırlardı.				
<b>11</b>	Anne ya da baba olduğumda çocuklarıma aynen kendi anne-babamın bana davrandığı gibi davranacağım.				
<b>14</b>	Ana babamın benim gerçekten kim olduğumu anlamalarını isterdim.				

## EK-5 Etik Kurul Kararı



NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU  
ETİK KURUL KARARI

<b>Etik Kurul Toplantı Tarihi/Sayısı ve Karar No</b>	<b>Tarih</b> :02/02/2024 <b>Toplantı Sayısı:</b> 03 <b>Karar No</b> :2024/130
<b>Araştırmanın Başlığı</b>	LİSE ÖĞRENCİLERİNİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI, SİBER ZORBALIK VE DUYGUSAL ÖZERKLİK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ.
<b>Sorumlu Araştırmacı</b>	Dr. Öğr. Üyesi Ali Fuat YALÇIN
<b>Yardımcı Araştırmacı</b>	Şiddik SÜNTAR Lisansüstü Öğrenci
<b>Etik Kurul Kararı</b>	17828 sayılı başvuru Etik Kurul tarafından değerlendirilmiş olup, başvurunun bilimsel araştırma etiği açısından "Uygun" olduğuna karar verilmiştir.

ASLI GİBİDİR  
02/02/2024

Doç.Dr. Ahmet KURNAZ  
Başkan

## EK-6 Milli Eğitim Bakanlığı Araştırma İzin Yazısı



T.C.  
KONYA VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



Sayı : E-83688308-605.99-98944401  
Konu : Araştırma İzni (Sıddıka SÜNTAR)

15.03.2024

### DAĞITIM YERLERİNE

- İlgi : a) Milli Eğitim Bakanlığının (Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü) 21.01.2020 tarihli ve 2020/2 sayılı Genelgesi.  
b) 07/03/2024 tarihli ve E-48178250-300-481344 sayılı yazınız.  
c) 11/03/2024 tarihli Araştırma İzinleri Değerlendirme Komisyonu Tutanağı.

Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Sıddıka SÜNTAR'ın "Lise Öğrencilerinin Problemlerini İnternet Kullanımı, Siber Zorbalık ve Duygusal Özerklik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu araştırmasını uygulama talebi incelenmiştir.

Araştırmanın; Karatay, Meram ve Selçuklu ilçelerinde bulunan resmi ortaöğretim kurumlarında eğitim gören öğrencilere eğitim öğretimi aksatmamak ve ilgi (a) Genelgede belirtilen açıklamalara uyulması kaydıyla gerçekleştirilmesi ilgi (c) komisyon tutanağı ile uygun görülmektedir. Müdürlüğümüze bağlı eğitim kurumlarındaki çalışmaların 2023-2024 eğitim öğretim yılı içerisinde tamamlanması zorunludur. Araştırma kapsamında yürütülecek çalışmaların 2023-2024 eğitim öğretim yılında tamamlanmaması durumunda Müdürlüğümüzden tekrar izin alınması gerekmektedir.

Araştırmada Müdürlüğümüz tarafından onaylanarak gönderilen veri toplama araçlarının kullanılması, elde edilecek kişisel verilerin gizliliği hususuna dikkat edilmesi ve araştırma sonucunun çalışma bitiminden itibaren 30 gün içerisinde elektronik ortamda Müdürlüğümüz istatistik42@meb.gov.tr e-posta adresine gönderilmesi gerekmektedir.

Arz/rica ederim.

Murat YIGIT  
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek:

- 1-Genelge (3 Sayfa)
- 2-Veli Onam Formu (1 Sayfa)
- 3-Katılımcı Onam Formu (1 Sayfa)
- 4-Kişisel Bilgi Formu (1 Sayfa)
- 5-Duygusal Özerklik Ölçeği (1 Sayfa)
- 6-Siber Zorbalık Ölçeği (1 Sayfa)
- 7-Problemler İnternet Kullanımı Ölçeği (1 Sayfa)
- 8-Uygulama Yapılacak Okulların Listesi (1 Sayfa)

Dağıtım:

Gereği:

Necmettin Erbakan Üniversitesi Rektörlüğüne

Bilgi:

Karatay İlçe Millî Eğitim Müdürlüğüne  
Meram İlçe Millî Eğitim Müdürlüğüne  
Selçuklu İlçe Millî Eğitim Müdürlüğüne

Adres : Akçeşme Mh. Çarşı Cad. No:4 Karatay / KONYA

Teléfono No : 0 (332) 353 30 50  
E-Posta: bates42@meh.gov.tr  
Kep Adresi : meb@k01.kep.tr

**Bu belge gizlidir. elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>

Bilgi için: Kadife DEDE-1222  
Uyvan : Tekniker  
Faks:3323515940

İnternet Adresi: <http://konya.meb.gov.tr>



## EK-7 Ölçek İzinleri

ölçek İzin > Gelen Kutusu x

Sdk K 23 Şub 2024 Cum 11:44 ☆  
İyi günler, Ben Necmettin Erbakan Üniversitesi, yüksek lisans öğrencisi Sıddıka Süntar. Danışman Hocam Dr. Öğr. Üyesi Ali Fuat YALÇIN, Tez çalışmamda, lis...

tolga.aricak <...>  
Alıcı: ben

23 Şub 2024 12:01 ☆ 😊 ↩ ⋮

Sıddıka Hanım merhaba,  
Siber Zorbalık Ölçeği ve bilgileri ektedir. Ölçek çalışma grubunuza uygunsuz kullanabilirsiniz.  
Saygılarımla,  
Tolga Arıcak

Duygusal Özerklik Ölçeği İZİN > Gelen Kutusu x

Sdk K 28 Şub 2024 Çar 10:21 ☆  
İyi günler, Ben Necmettin Erbakan Üniversitesi, yüksek lisans öğrencisi Sıddıka Süntar. Danışman Hocam Dr. Öğr. Üyesi Ali Fuat YALÇIN, Tez çalışmamda, lis...

figen cok <...>  
Alıcı: ben

28 Şub 2024 Çar 12:51 ☆

Merhabaölçeğe ilğine teşekkürler. Bu ölçek cc de adresi bulunan önceki doktora öğrencim Prof. Dr. Metin Deniz'in doktora tezinin bir parçası olarak çalışılmıştı

Sdk K 29 Şub 2024 Per 09:48 ☆  
Figen Hanımefendi cevabınız için çok teşekkür ederim. Kendisine iki e posta adresinden mail yazdım ama ulaşamadım. Kısıtlı bir süre var. Çaresiz kalıp di...

Metin Deniz <...>  
Alıcı: ben

29 Şub 2024 Per 09:59 ☆ 😊 ↩ ⋮

Merhaba. Sadece bir mailin var o da dün öğleye doğru atılmış. Yani mailin başında beklemiyoruz değil mi Sıddıka? Ölçme aracı ektedir. Kolaylıklar dilerim

Ölçek izni-PIKÖ > Gelen Kutusu x

Sdk K 1 Mar 2024 12:25 ☆  
İyi günler, Ben Necmettin Erbakan Üniversitesi, yüksek lisans öğrencisi Sıddıka SÜNTAR. Danışman Hocam Dr. Öğr. Üyesi Ali Fuat YALÇIN, Tez çalışmamda,...

Aydoğan Aykut CEYHAN <...>  
Alıcı: ben

1 Mar 2024 20:42 ☆ 😊 ↩ ⋮

Merhaba,  
İlgili ölçek (**Problemlili İnternet kullanım Ölçeği Ergen PIKO-E**) ve açıklamaları ektedir.  
İlgili ölçeği; kaynak göstermek ve tümünü herhangi bir yerde paylaşmamak/yayımlamamak kaydıyla sadece kendi bilimsel amaçlı çalışmalarınızda kullanabilirsiniz.  
Çalışmanızda kolaylık ve başarı dileklerle.